

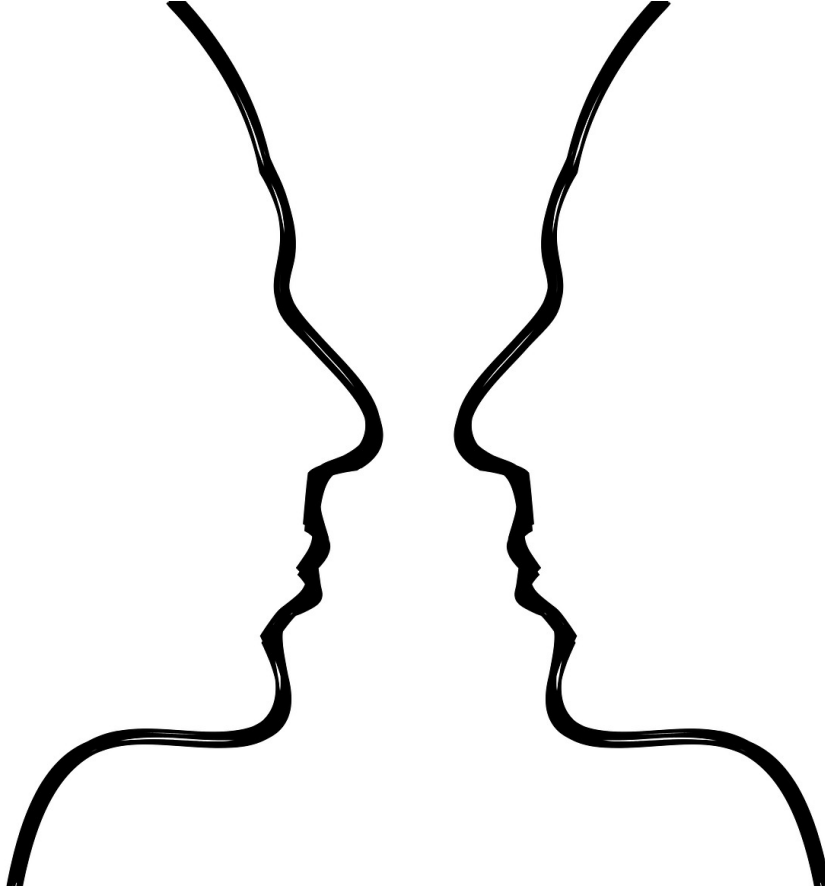
# AYNA

KLİNİK PSİKOLOJİ DERGİSİ

ISSN:2148-4376



ORTA DOĞU TEKNİK ÜNİVERSİTESİ



**AYNA Klinik Psikoloji Dergisi**

AYNA Clinical Psychology Journal

## KÜNYE

AYNA Klinik Psikoloji Dergisi hakemli elektronik bir dergidir.  
Dergimiz yılda üç kez (Şubat, Haziran ve Ekim ayları) yayınlanmaktadır. ISSN: 2148 - 4376

### BAŞ EDITÖR

Prof. Dr. Tülin Gençöz

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

### EDİTÖRLER KURULU (Soyadı alfabetik sıra ile)

Dr. Öğr. Üyesi Yağmur Ar-Karcı

*TED Üniversitesi, Ankara*

Sinem Baltacı

*Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir*

B. Pınar Bulut

*Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Ankara*

Dr. Öğr. Üyesi Gaye Zeynep Çenesiz

*Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van*

Dr. Öğr. Üyesi Aysen Maraş

*Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla*

Derya Özbek Şimşek

*Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir*

Dr. Öğr. Üyesi Ece Tathan Bekaroğlu

*Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Ankara*

Selin Uçar

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

Dr. Öğr. Üyesi Elif Ünal

*Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun*

### YAYIN KURULU (Soyadı alfabetik sıra ile)

Neli Gagaa

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

Felek Yoğan

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

### DANIŞMA KURULU (Soyadı alfabetik sıra ile)

Prof. Dr. Faruk Gençöz

*Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara*

Doç. Dr. Gülin Evinç

*Hacettepe Üniversitesi, Ankara*

İncila Gürol-Işık

*İncila Gürol-Işık Psikoterapi Merkezi*

Doç. Dr. Müjgan İnözü

*Hacettepe Üniversitesi, Ankara*

Dr. Öğr. Üyesi Bahar Köse-Karaca

*İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul*

Filiz Özekin-Üncüer

*Martı Psikoterapi*

Dr. Öğr. Üyesi Öznur Öncül

*Bülent Ecevit Üniversitesi, Zonguldak*

### MİZANPAJ EDITÖRÜ

Elif Ünal

### KAPAK/LOGO TASARIM

Mert Özsen

### İLETİŞİM BİLGİLERİ

E-posta: [aynadrg@metu.edu.tr](mailto:aynadrg@metu.edu.tr)

### TEKNİK DESTEK

Ozan Adıgüzel

## HAKEMLER

(Alfabetik Sırayla)

- Dr. Öğr. Üyesi B. Türküler Aka (Psikoloji Bölümü, Bahçeşehir Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. Seray Akça (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Uzm. Psk. İrem Akıncı (Psikoloji Bölümü, Ankara Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi Miray Akyunus (Psikoloji Bölümü, İstinye Üniversitesi, Türkiye)  
Uzm. Psk. Cansu Akyüz (Psikoloji Bölümü, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Türkiye)  
Uzm. Psk. Selen Arslan (Psikoloji Bölümü, Ege Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. İlkiz Altınoğlu-Dikmeer  
Uzm. Psk. Suzi Amado  
Dr. Öğr. Üyesi Meltem Anafarta-Şendağ (Psikoloji Bölümü, Ufuk Üniversitesi, Türkiye)  
Uzm. Psk. Sezin Aydoğ (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Doç. Dr. Gülbahar Baştuğ (Sağlık Hiz. Meslek Yüksekokulu, Ankara Üniversitesi, Türkiye)  
Uzm. Psk. Sıla Deniz Beyarslan  
Uzm. Psk. Ozan Bıçakcı (Psikoloji Bölümü, Çankaya Üniversitesi, Türkiye)  
Uzm. Psk. Gökçen Bulut (Psikoloji Bölümü, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Türkiye)  
Prof. Dr. Özlem Bozo (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Doç. Dr. Nurten Birlik (Yabancı Diller Eğitimi Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Uzm. Psk. Onur Can Çabuk (Psikoloji Bölümü, Ege Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi Fazilet Canbolat (Psikoloji Bölümü, Uluslararası Final Üniversitesi, KKTC)  
Dr. Öğr. Üyesi Duygu Cantekin (Psikoloji Bölümü, Nişantaşı Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. Burçin Cihan (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. Canan Büyükaşık-Çolak  
Doç. Dr. Deniz Canel-Çınarbaş (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Doç. Dr. Okan Cem Çirakoğlu (Psikoloji Bölümü, Başkent Üniversitesi, Türkiye)  
Doç. Dr. Hatice Demirbaş (Psikoloji Bölümü, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Türkiye)  
Uzm. Psk. İpek Demirok  
Psk. Dr. Talat Demirsöz (Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi Dilek Demirtepe-Saygılı (Psikoloji Bölümü, Atılım Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi Kürşad Demirutku (Eğitim Bilimleri Bölümü, TED Üniversitesi, Türkiye)  
Prof. Dr. Çiğdem Günseli-Dereboy (Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi, Türkiye)  
Psk. Dr. İlkur Dilekler (Bilkent Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Gelişim Merkezi, Türkiye)  
Uzm. Psk. Yasemin Dinç  
Prof. Dr. Gülay Dirik (Psikoloji Bölümü, Dokuz Eylül Üniversitesi, Türkiye)  
Doç. Dr. Mithat Durak (Psikoloji Bölümü, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Türkiye)  
Prof. Dr. Ayşegül Durak-Batıgün (Psikoloji Bölümü, Ankara Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi Sine Egeci (Psikoloji Bölümü, Bahçeşehir Üniversitesi, Türkiye)  
Prof. Dr. H. Gülsen Erden (Psikoloji Bölümü, Ankara Üniversitesi, Türkiye)  
Doç. Dr. Ekin Eremsoy Arda (Gölge Psikolojik Danışmanlık Merkezi, Türkiye)  
Prof. Dr. Neşe Erol  
Doç. Dr. Ş. Gülin Evinç (Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Türkiye)  
Prof. Dr. Benoît Fliche (Aix-Marseille University, Fransa)  
Prof. Dr. Faruk Gençöz (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Öğr. Gör. Fatma Girgin Kardeş (Psikoloji Bölümü, Medipol Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. Ali Can Gök (Renge Psikoterapi Merkezi, Turkey)  
Dr. Öğr. Üyesi Hande Gündoğan (Psikoloji Bölümü, İstanbul Medipol Üniversitesi, Türkiye)  
Uzm. Psk. Ayşenur Güngör (Psikoloji Bölümü, TED Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. Derya Gürcan Yıldırım (Psikoloji Bölümü, Atatürk Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Derya Gürsel (Centre Hospitalier Simone Veil, Fransa)  
Doç. Dr. A. Bikem Hacıömeroğlu (Psikoloji Bölümü, Gazi Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Ayça Korkmaz (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi Gözde İkizer (Psikoloji Bölümü, TOBB ETÜ, Türkiye)  
Arş. Gör. Dr. Emine İnan (Psikoloji Bölümü, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Türkiye)  
Doç. Dr. Müjgan İnözü (Psikoloji Bölümü, Hacettepe Üniversitesi, Türkiye)

**HAKEMLER**  
(Alfabetik Sırayla)

- Uzm. Psk. **Özlem Kahraman** (Psikoloji Bölümü, Başkent Üniversitesi, Türkiye)  
Prof. Dr. **A. Nuray Karancı** (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Arş. Gör. **Emrah Keser** (Psikoloji Bölümü, Hacettepe Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Pınar Kaya Kurtman**  
Doç. Dr. **Aylin İlden Koçkar** (Psikoloji Bölümü, İstanbul Kemerburgaz Ünv., Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi **Çiğdem Koşe-Demiray** (Psikoloji Bölümü, Arel Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi **Bahar Köse-Karaca** (Psikoloji Bölümü, İstanbul Rumeli Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Özge Mergen** (Özge Mergen Bireysel Kurumsal Gelişim Danışmanlık, Türkiye)  
Uzm. Psk. **Özlem Okur** (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Prof. Dr. **Ferhunde Öktem**  
Dr. Öğr. Üyesi **Bahar Öz** (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi **Öznur Öncül** (Psikoloji Bölümü, Bülent Ecevit Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Pınar Özbağrıaçık-Çağlayan** (Mavi Psikolojik Danışmanlık Merkezi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Serkan Özgün** (Bude Psikoterapi Merkezi, Türkiye)  
Uzm. Psk. **Aylin Özkan** (Psikoloji Bölümü, Bülent Ecevit Üniversitesi, Türkiye)  
Prof. Dr. **Bengi Öner Özkan** (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. **Gizem Özkul** (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Hivren Özkol** (Mitra Psikolojik Danışmanlık, Türkiye)  
Doç. Dr. **Tolga Esat Özkurt** (Enformatik Enstitüsü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Nurten Özüorçun-Küçükertan** (Yelken Psikoloji, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi **İpek Güzide Pur-Karabulut** (Psikoloji Bölümü, Maltepe Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Neslihan Rugancı**  
Dr. Öğr. Üyesi **Başak Bahtiyar** (Psikoloji Bölümü, Maltepe Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Elçin Sakmar** (Elçin Sakmar Danışmanlık ve Gelişim Merkezi, Türkiye)  
Dr. **Elif Kuş Saillard** (Bağımsız Danışman, Fransa)  
Dr. Öğr. Üyesi **Sevda Sarı-Demir** (Psikoloji Bölümü, İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. **Yağmur Saklı** (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Uzm. Psk. **Mustafa Sarıkaya** (Psikoloji Bölümü, TED Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi **Gizem Sarısoy Aksüt** (Antalya Bilim Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi **Dilek Sarıtaş-Atalar** (Psikoloji Bölümü, Ankara Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Kerim Selvi** (Psikoloji Bölümü, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Burcu Sevim** (BS Eğitim ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Tuğba Uyar Suiçmez** (Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Yankı Süsen** (Psikoloji Bölümü, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Begüm Z. Şengül** (Çankaya Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi, Türkiye)  
Doç. Dr. **Emre Şenol-Durak** (Psikoloji Bölümü, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Yeliz Şimşek-Alphan** (Dönence Aile Danışma Merkezi, Türkiye)  
Uzm. Psk. **Selin Temizel Kırışman** (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi **Merve Topçu** (Psikoloji Bölümü, Çankaya Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Zulal Törenli** (Başkent Üniversitesi Hastanesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi **Ezgi Tuna** (Psikoloji Bölümü, Çankaya Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi **Ece Tuncay-Şenlet** (Psikoloji Bölümü, Okan Üniversitesi, Türkiye)  
Doç. Dr. **Sait Uluç** (Psikoloji Bölümü, Hacettepe Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Beyza Ünal** (European Network on Independent Living Board Member, Türkiye)  
Uzm. Psk. **Çiğdem Vaizoğlu Şengünler** (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi **Duygu Yakın** (Psikoloji Bölüm, İstanbul Arel Üniversitesi, Türkiye)  
Doç. Dr. **Özden Yalçinkaya-Alkar** (Psikoloji Bölümü, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Türkiye)  
Uzm. Psk. **Aybüke Halime Yaldız** (Psikoloji Bölümü, TED Üniversitesi, Türkiye)  
Psk. Dr. **Ferhat Yarar** (Akış Psikoterapi Merkezi, Türkiye)  
Doç. Dr. **Erdoğan Yıldırım** (Sosyoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)  
Dr. Öğr. Üyesi **Tuğba Yılmaz** (Psikoloji Bölümü, Bakırçay Üniversitesi, Türkiye)  
Doç. Dr. **Adviye Esin Yılmaz** (Psikoloji Bölümü, Dokuz Eylül Üniversitesi, Türkiye)

---

AYNA Klinik Psikoloji Dergisi, 2020, 7(2)



**AYNA Klinik Psikoloji Dergisi** DergiPark  
AKADEMİK

Dergi Ana Sayfa: <https://dergipark.org.tr/ayna>

---

**HAKEMLER**  
(Alfabetik Sırayla)

**Uzm. Psk. Deniz Yılmaz**

**Psk. Dr. İbrahim Yiğit**

**Prof. Dr. Orçun Yorulmaz** (Psikoloji Bölümü, Dokuz Eylül Üniversitesi, Türkiye)

**Psk. Dr. Sema Acı Yurduşen** (Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Pediatrik Onkoloji Bilim Dalı, Türkiye)

**Psk. Dr. Muazzez Merve Yüksel** (Tılsım Danışmanlık, Türkiye)

## İÇİNDEKİLER

### I. Nicel Araştırma

Psychometric Evaluation of the Turkish Version of the Housewives Burnout Questionnaire (CUBAC)

*Emre ŞENOL-DURAK, Mithat DURAK*.....128

Why is Time Perspective Important for Emotion Regulation? The Role of Time Perspectives on Emotion Dysregulation among Young Adults

*Pınar BÜRHAN-ÇAVUŞOĞLU, Fatma OKTAY, Nuran BAYRAM ARLI*.....146

Kurum Bakımındaki Ergenlerin Olumlu Sosyal ve Problemlili Davranışları ile İlişkili Faktörlerin Karşılaştırmalı Örneklemle İncelenmesi

*Gönül ATLI ASLAN, Dilek SARITAŞ ATALAR*.....167

Ergenlerin Sosyal Medya Kullanımında Yaşadıkları Sosyal Anksiyetenin Kırılgan Narsisizm Bağlamında Değerlendirilmesi

*Abdullah KAHRAMAN, Ahmet SAPANCI, Fatma SERBES*.....189

### II. Nitel Araştırma

Çocukluk Dönemi Sinek Korkusu Üzerine Bir Vaka Sunumu

*Gizem Minçe, Faruk Gençöz*.....204

İsim Ne Söyler: Nitel Bir Araştırma

*Yağmur Saklı Demirbaş, Faruk Gençöz*.....229

### III. Vaka Çalışması

Beslenme ve Yeme Bozukluğu Eş Tanılı Bir Obsesif Kompulsif Bozukluğun Bilişsel Davranışçı Tedavisi: Bir Olgu Sunumu

*Özkan SARISAKAL, Özden YALÇINKAYA-ALKAR*.....249

AYNA Klinik Psikoloji Dergisi Yazım Kuralları ve Yayın Politikası.....274

## Nicel Araştırma

# Psychometric Evaluation of the Turkish Version of the Housewives Burnout Questionnaire (CUBAC)

Emre ŞENOL-DURAK<sup>1\*</sup>, Mithat DURAK<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Bolu Abant İzzet Baysal University, Arts and Science Faculty, Department of Psychology, Golkoy/Bolu

### Makale Bilgisi

#### Anahtar kelimeler:

*ev hanımlarında tükenmişlik, ev hanımlarında tükenmişlik ölçeği, güvenilirlik, geçerlilik, doğrulayıcı faktör analizi*

#### Keywords:

*housewives burnout, housewives burnout questionnaire, reliability, validity, confirmatory factor analyses*

### Öz

Farklı bireyler arasında tükenmişlik deneyimi göz önüne alındığında, tükenmişliğin araştırılması ve değerlendirilmesi literatürde endişe konusudur. Son yıllarda, literatürde ev hanımlarında tükenmişlik incelenmiştir. Bu çalışmada amaç, Ev Hanımlarında Tükenmişlik Ölçeği'nin (EHTÖ) psikometrik özelliklerini, Türk ev kadınlarında incelemektir. Türk ev hanımlarından iki farklı veri seti toplayarak, çalışma iki aşamada düzenlenmiştir; EHTÖ'nün faktör yapısı ve güvenilirliğini incelemek için kalibrasyon çalışması (n = 139), ölçeğin faktör yapısı ve geçerliğini incelemek için geçerlik çalışması (n = 509). İlk olarak, tatmin edici iç tutarlılık ve madde-toplam korelasyon katsayılarının yanı sıra, ölçeğin faktör yapısı Velicer'in minimum ortalama kısmi korelasyonuna, Horn'un paralel analizine ve faktör analizine bağlı olarak iki faktörlü çıktı. İkinci olarak, EHTÖ'nün iki faktörlü modeli (sıkıcı ve yorucu ev ortamı ve destek eksikliği) doğrulayıcı faktör analizi ile desteklendi. Ayrıca, kavramsal olarak ilişkili yapılar ile EHTÖ'nün istatistiksel olarak anlamlı korelasyonu (algılanan stres ve yaşamdan memnuniyet) eşzamanlı geçerliğini ortaya koydu. Geçerlilik ve güvenilirlik bulguları ilgili literatürde tartışıldı.

### Abstract

Considering burnout experience among different individuals, investigating and evaluating burnout are continuing concerns within the literature. In recent years, housewives' burnout has been examined in the literature. The present aim is to examine the psychometric properties of the Housewives Burnout Questionnaire (CUBAC) with Turkish housewives. By collecting two different data set from Turkish housewives, the study is designed in two phases; pilot study (n= 139) to identify factorial structure, and reliability and validation study (n= 509) to examine factorial structure and validity of the CUBAC. First, in addition to satisfactory internal consistency and item-total correlation coefficients, the factorial structure of the scale was two-dimensional based on Velicer's minimum average partial correlation, Horn's parallel analysis, and factor analyses. Second, the two-factor model of the CUBAC (boring and tiring home environment and lack of support) was corroborated by confirmatory factor analysis. Also, the CUBAC statistically significant correlation with conceptually related constructs (perceived stress and satisfaction with life) was significant that demonstrated concurrent validity. Validity and reliability findings were discussed in relevant literature.

\*Sorumlu Yazar, Emre Şenol-Durak, Bolu Abant İzzet Baysal University, Arts and Science Faculty, Department of Psychology, Golkoy/Bolu

e-posta: emresenoldurak@gmail.com

DOI: 10.31682/ayna.638220

Gönderim Tarihi (Received): 25.10.19; Kabul Tarihi (Accepted): 27.03.2020  
2148-4376/ All rights reserved.

## **Introduction**

The term burnout is defined as a psychological syndrome, including emotional exhaustion, depersonalization, and a reduced sense of accomplishment (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001). The term is related how individuals cope with emotionally aroused situations (Schaufeli, Leiter, & Maslach, 2009). From the 1970s to the present, it has received attention in several studies examining effects on both individuals and organizations. Burnout results from high stress (D'Souza, Egan, & Rees, 2011), external pressures from organizational practices, unhealthy and poor communication around the environment (Kelly, 2020; Kumar 2018). When considering adverse effects on health, the consequences of burnout on both the physical and psychological health of human beings are demonstrated as suffering from cardiovascular diseases, diabetes, depression, and insomnia in a meta-analysis over 36 studies (Salvagioni et al., 2017). Similarly, it is mentioned that the relationship of burnout with higher emotional trauma, depression (Kelly, 2020), and suicide ideation (Kelly, 2020; Roskam & Mikolajczak, 2020) are highlighted. In a meta-analysis, the relationship between burnout and organizational outcomes are cited as job dissatisfaction, absenteeism, turnover, pension, and presenteeism (Salvagioni et al., 2017).

Mostly, burnout has been scrutinized in the sample of workers: white-collar workers, blue-collar workers (Toppinen-Tanner, Kalimo, & Mutanen, 2002), and workers in social, human and health services (Garcia-Arroyo & Osca Segovia, 2018; Kelly, 2020) such as clinical psychologists (D'Souza et al., 2011) and school counselors (Oser, Biebel, Pullen, & Harp, 2013). Those studies have explored the adverse effects of burnout on organizational outcomes such as job dissatisfaction and turnover. When considering the definition of burnout as experiencing exhaustion due to exposure of highly demanding situations (Pines, 1993; Roskam, & Mikolajczak, 2020) and external outside pressure (Kelly, 2020); every human being in highly demanding living conditions might experience burnout. Therefore, more recently, caregiver burnout, (Demirbas & Kizil, 2017; Kasuya, Polgar-Bailey, & Takeuchi, 2000), midwives burnout (Ramírez, Hernández, & de la Rubia, 2009), parental burnout (Roskam & Mikolajczak, 2020; Roskam, Brianda, & Mikolajczak, 2018), maternal burnout (Lebert, Dorard, Boujut, & Wendland, 2018) and couple burnout (Pines, Neal, Hammer, & Icekson, 2011) have been investigated by both practitioners and researchers.

Considering burnout experience among different individuals, investigating and evaluating burnout are both continuing concerns within the literature. Burnout is described as experiencing anger, negativity, sensitivity, violent outburst, and loss of interest (Kumar, 2018). In the extended theoretical framework, emotional exhaustion, depersonalization, and



absence of individual accomplishment domains have been identified as necessary to understand the term burnout (Jiménez, Rodríguez, Alvarez, & Caballero, 1997; Maslach et al., 2001). As described by Maslach and his colleagues (2001) exhaustion dimension contains feelings of having no energy to proceed the next event; depersonalization dimension includes being unconnected or unrelated from work, and accomplishment dimension represents feelings of inadequacy at work.

Those three domains of burnout driven from Maslach's study are taken into account in the Burnout Brief Questionnaire (BBQ; Jiménez et al., 1997). The scale includes items of risk factors, including features of tasks (such as unrewarding tasks) and features of the organization (such as lack of support). Also, features of tedium (such as doing jobs repeatedly) and features of the syndrome (that is drawn by Maslach and Jackson and includes emotional exhaustion, depersonalization and lack of personal accomplishment) are taken into consideration in BBQ. Finally, three consequences of the syndrome (on health, family environment, and labor performance) are included in the scale.

Recent developments in the field of burnout have led to a renewed interest in burnout experiences of different individuals and whether burnout term defined above is different from one sample to another sample. One of these groups is housewives. Housewives are increasingly recognized as facing with highly demanding conditions. They have to engage in various works that are mostly repetitive even though their work is seen as worthless in modern life (Johnson & Lloyd, 2004). Also, they stay away from business life (Gabriel, 2008) and have higher responsibility in child-rearing (Renk et al., 2003) and domestic tasks (Champagne, Pailhé, & Solaz, 2015). Besides, they are mentioned as emotionally bored (Johnson & Lloyd, 2004), especially in coping with the demands of childcare responsibilities such as education (Roskam & Mikolajczak, 2020). They also spend much more time than fathers in issues related with family life (Bianchi, Robinson, & Milkie, 2006) and have higher rates of parental burnout than fathers (Roskam & Mikolajczak, 2020). Due to not coping with emotions adequately, they are mentioned as at greater risk of losing a sense of personal accomplishment (Bakker et al., 1996).

To examine housewives' burnout, the Housewives Burnout Questionnaire (CUBAC) was developed from BBQ by considering the same theoretical framework (Ramírez et al., 2009). To test the theory behind CUBAC psychometrically, the structure of CUBAC (risk factors, features, and consequences) was drawn sequentially, including theoretically identified items that are collected from the risk factors, features, and consequences of burnout. The sequential structural model was found as significant based on the goodness of fit indices. Risk factors explained 58.4% of syndrome variance which explained 85.7% of consequences variance. In a recent study, the factor structure of the CUBAC was tested in the sample of

Mexican housewives (de la Rubia, Ramírez, & Hernández, 2010). The scale forcing three dimensions (antecedents, boredom and, consequences) did not reveal significant results. Based on Kaiser's criterion, when five items deleted from the scale, the scale had two-factor structures at exploratory factor analysis. These factors were named as activity-accomplishment and attachment-support-necessity. Therefore, the factorial structure of the scale varies in different studies.

As recognized by the renewed interest in burnout among different individuals, examining housewife burnout and possible factors associated with burnout is essential when considering the higher number of housewives in communities. Higher responsibility in child-rearing (Renk et al., 2003) and domestic tasks (Champagne, Pailhé, & Solaz, 2015) make housewives vulnerable to experience burnout. Therefore, it is essential to examine housewife burnout when providing psychological support to them. Also, it is questioned whether the housewife burnout term is influenced by cultural parameters (Moral, González, & Landero, 2011). Turkey is considered to have both individualistic and collectivistic cultural values (Oyserman, Coon, & Kemmelmeier, 2002). Thus it is wondered whether psychometric properties of CUBAC are the same for Turkish housewives. The present study aims to examine the psychometric properties of CUBAC in the sample of Turkish housewives. On account of the eastern family structure, Turkish housewives have fully involved in home-related issues as well as all the responsibilities of child-rearing. Therefore, examining psychometric properties enlighten further studies conducted about housewife burnout in collective family structure. The study is designed in two phases; pilot study and validation study. First, a pilot study is conducted to identify several factors of CUBAC and to examine factorial structure as well as the reliability of the scale. Second, the factorial structure of CUBAC is aimed to scrutinize via confirmatory factor analysis as well as the validity of the scale with conceptually related constructs (Perceived Stress Scale and Satisfaction with Life Scale) in the validation study.

## **Pilot Study**

### **Method**

#### **Participants**

One hundred and thirty-nine housewives, aged between 22 and 69 ( $M = 42.21$ ,  $SD = 10.01$ ), participated in the pilot study. The participants reported that they engage with households in a day which was between 1 and 10 hours ( $M = 3.90$ ,  $SD = 2.31$ ).

## Measure

*The Housewives Burnout Questionnaire (CUBAC)* is an adapted scale form of BBQ in order to examine housewife's burnout by considering the same theoretical framework of BBQ (Ramírez et al., 2009). The scale is adapted to housewife's life cycle to assess their burnout. It includes 21 items, five of which are negatively worded (2, 4, 8, 9, and 16). The scale form is a five-point Likert-type scale 1 (never) to 5 (most of the time). The scale consists of three domains namely; antecedents or risky characteristics (9 items: 2, 4, 6, 8, 9, 10, 14, 16 and 20); burnout syndrome (i.e., absence of social support) (9 items: 1, 3, 5, 7, 11, 12, 15, 18 and 19), and consequences of burnout on health and environment (3 items: 13, 17 and 21). Internal consistency factors is .80, .81, and .71 respectively (Ramírez et al., 2009). Also, the concurrent validity results are satisfactory. Correlation between the scale and The State-Trait Anger Expression Inventory was significant ( $r=.38$ ) (Gonzales et al., 2009).

## Procedure

Before collecting data, the items of CUBAC were translated into Turkish by three independent native English-speaking translators fluent in Turkish. The accuracy of translations was controlled by two native Turkish-speaking psychologists fluent in English. Any discrepancies were resolved sensitively. Afterward, the items were translated back to English to see whether items were semantically similar items with the original scale. The scales were distributed to 139 housewives, and they completed questionnaires at their homes. They were informed about the aim of the present study and their consents were obtained. All subjects participated voluntarily. All data were analyzed using IBM SPSS statistics version 21.

## Results

### Internal Consistency Reliability

The Cronbach's alpha ( $\alpha$ ) and split-half reliability were used to test the reliability of CUBAC. First, the Cronbach's alpha ( $\alpha$ ) for CUBAC was examined. It was observed that the internal consistency of CUBAC was satisfactory, and the Cronbach's  $\alpha$  was .84. However, it was observed that the corrected item-total correlation was low (-.05) for Item-2 (*"I feel identified myself with my housewife work"*). Therefore, Item-2 was excluded from the scale, and the Cronbach's  $\alpha$  increased to .86. After removing Item-2, all items were renumbered, ranging from 1 to 20. The corrected item-total correlations ranged from .25 (Item-9: *"Personal*

relations I establish as a housewife are gratifying for me”) to .61 (Item-11: “There is little recognition from me for the effort I make for them”).

Second, the Spearman-Brown coefficient based on odd-even splits was examined for the split-half reliability of CUBAC. The Cronbach's alpha ( $\alpha$ ) was .76 for odd split ( $M = 27.58$ ,  $SD = 7.05$ ,  $n = 10$ ) and .77 for even split ( $M = 25.27$ ,  $SD = 7.14$ ,  $n = 10$ ); the correlation coefficient between two forms was .72; the Spearman-Brown coefficient was .84.

### Factor Structure

Regarding the sampling adequacy, the Kaiser-Meyer-Olkin Measure value indicating the meritorious quality of sampling was 0.83 indicates the meritorious quality of the sampling. An initial principal component with direct oblimin rotation analysis was performed; it revealed 6 factors with eigenvalues over 1, accounting for 59.24% of the total variance. It was observed that Item-2 was loaded under a factor, including a single item. Therefore, it was excluded from the analysis. After the exclusion, an initial principal component with oblique rotation revealed five factors with eigenvalues over 1, accounting for 55.96% of the total variance.

After performing initial factor analyses, to evaluate the number of principal components, Velicer's minimum average partial [MAP] correlation and Horn's parallel analysis [PA] (O'Connor, 2000) were performed. Velicer's MAP correlation results ( $N = 139$ ,  $k = 20$  items) revealed two components. They were retained according to the original and revised MAP correlation test (O'Connor, 2000) with the smallest average squared partial correlation as .0168 and the smallest average fourth power partial correlation as .0007. In addition to Velicer's MAP, the results of PA confirmed that there were two components. In relation to the results ( $N = 139$ ,  $k = 20$  items), the raw data eigenvalues were 1.804, mean was 1.600, and the percentile random data eigenvalues was 1.696 at the second root.

Based on Velicer's MAP and Horn's PA results, an initial principal component with oblique rotation with two factors was performed, accounting for 37.49% of the total variance. The first factor, “*Boring and Tiring Home Atmosphere*,” explained 28.47% of the total variance, and the second factor, “*Lack of Support*,” explained 9.02% of the total variance. The first factor includes 12 items (item-14, item-19, item-20, item-12, item-16, item-1, item-17, item-4, item-6, item-18, item-15, and item-13), and the second factor includes 8 items (item-9, item-10, item-5, item-11, item-2, item-3, item-7, and item-8).

## Validation Study

### Method

#### Participants

The sample included 509 housewives. Their ages ranged between 20 and 82 years ( $M = 40.40$ ,  $SD = 11.06$ ). In accordance with marital status, the majority of the participants ( $N = 427$ ; 83.9%) were married, 7.3% ( $N = 37$ ) of them were single, 5.1% ( $N = 26$ ) of them lost their spouses, and 3.7% ( $N = 19$ ) of them were divorced or living separately from their spouses. The mean monthly family income was 1835 Turkish Lira<sup>1</sup> ( $SD = 1459$ ), ranging from 500 to 20000. The percentages of women in terms of education were as follows: 45.2% ( $N = 260$ ) for primary school graduation, 30.8% ( $N = 157$ ) for high school graduation, 12.4% ( $N = 63$ ) for university graduation, and 11.6% ( $N = 59$ ) for secondary school graduation. The participants reported that engaging with household chores period (year) ranged between 1 and 67 years ( $M = 22.84$ ,  $SD = 12.89$ ), and daily duration ranged between 1 and 11 hours ( $M = 3.67$ ,  $SD = 2.12$ ).

#### Measures

In addition to the Housewives Burnout Questionnaire (CUBAC) and Demographic Information Form, The Perceived Stress Scale (PSS) and Satisfaction with Life Scale (SWLS) were given to housewives to test the psychometric aspects of the measure.

*The Perceived Stress Scale (PSS)* is a 14-item self-report instrument designed to evaluate the level of perceived stress in one's life (Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983). The participant responds whether the event is perceived as unpredictable, uncontrollable, and overloaded or not. The items are rated on a 5-point Likert scale (1 = "Never" to 5 = "Very often"). The total score can range between 0 and 56, and the higher scores indicate higher level of stress. It was adapted into Turkish culture and found internal consistency of .84 and test-retest reliability of .87 (Eskin, Harlak, Demirkıran, & Dereboy, 2013).

*Satisfaction with Life Scale (SWLS)* was developed by Diener and his colleagues (1985) to assess global life satisfaction using five items that are rated on a seven-point Likert-type scale. The internal consistency of the scale was .87, and the test-retest correlation was .82. Turkish standardization of the scale was reported by Durak, Senol-Durak, and Gencoz (2010), who revealed that the internal consistency reliability was .81 in a sample of university students, .82 in a sample of correctional officers, and .89 in a sample of elderly.

---

<sup>1</sup> 1 TL (Turkish Lira) = .19 USD

## Procedure

In order to collect data, the scales were distributed to 509 housewives at their homes. They were informed about the aim of the present study, and their consents were obtained. All subjects participated voluntarily.

## Results

### Internal Consistency Reliability

Similar to the pilot study, the Cronbach's alpha ( $\alpha$ ) for internal consistency and the Spearman-Brown coefficient for split-half reliability were examined. The internal consistency coefficients for the total scale and subscales of CUBAC were satisfactory; the Cronbach's was .83 for the factor of Boring and Tiring Home Atmosphere, .75 for the factor of Lack of Support, and .86 for the total scale of CUBAC, and the corrected-item total correlations ranged from .30 (*item-13: "My work is repetitive"*) to .65 (*item-14: "I am tired of my work as housewife"*) for the factor of Boring and Tiring Home Atmosphere, .28 (*item-8: "Personal relations I establish as housewife are gratifying for me"*) to .63 (*item-9: "My family underestimates the importance of my work"*) for the factor of Lack of Support and .32 (*item-7: "In my family, we help each other in doing housework"*) to .63 (*item-14: "I am tired of my work as housewife"*) for the total scale of CUBAC.

In terms of split-half reliability for total scale, the Spearman-Brown coefficient based on odd-even splits was .86. On the other hand, the Cronbach's alpha ( $\alpha$ ) was .75 for odd split ( $M = 27.17$ ,  $SD = 6.93$ ,  $n = 10$ ) and .77 for even split ( $M = 25.21$ ,  $SD = 7.06$ ,  $n = 10$ ); the correlation coefficient between two forms was .75.

### Concurrent Validity

In terms of concurrent validity, the relationships between Housewives Burnout Questionnaire (CUBAC, also its subscales) and Perceived Stress Scale (PSS) or Satisfaction with Life Scale (SWLS) were examined (see Table 1).

The CUBAC was significantly positively correlated with the PSS ( $r = .48$ ,  $p < .001$ ) and negatively correlated with the SWLS ( $r = -.47$ ,  $p < .001$ ).

"Boring and Tiring Home Atmosphere" was significantly positively correlated with the PSS ( $r = .45$ ,  $p < .001$ ) and negatively correlated with the SWLS ( $r = -.46$ ,  $p < .001$ ).

"Lack of Support" was significantly positively correlated with the PSS ( $r = .40$ ,  $p < .001$ ) and negatively correlated with the SWLS ( $r = -.38$ ,  $p < .001$ ).

Table 1.

*Descriptive statistics and correlation between variables*

	X	SD	Min.	Max.	1	2	3	4	5
1 CUBAC-T	52.38	13.09	21.00	95.00		.84***	.93***	.48***	-.47***
2 CUBAC-LS	18.90	6.03	8.00	39.00			.57***	.45***	-.46***
3 CUBAC-BTHA	36.48	8.00	12.00	59.00				.41***	-.39***
4 PSS	26.82	7.76	7.00	52.00					-.45***
5 SWLS	21.33	7.11	5.00	35.00					

*Note-1.* CUBAC-T = Burn Out, CUBAC-LS = Lack of Support, CUBAC-BTHA = Boring and Tiring Home Atmosphere, PSS = Perceived Stress, SWLS = Life Satisfaction, X = Mean, SD = Standard Deviation, Min. = Minimum, Max. = Maximum.

*Note-2.* \*\*\* =  $p \leq .001$ .

### Confirmatory Factor Analysis

To assess the model fit, several indexes are suggested, such as the Tucker-Lewis Index (TLI), Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA), Chi-Square ( $\chi^2$ ), Standardized Root Mean Square Residual (SRMR), and Comparative Fit Index (CFI). Larger values (.90 or above) for some goodness of fit indices (i.e., CFI, IFI, TLI) (Bentler & Bonett, 1980) smaller values (.05 or below) for other indices (i.e., SRMR, RMSEA) (Bentler, 1985) are recommended to reveal good model fit.

A CFA tested the adequacy of the two-factor model for the CUBAC with 20 item by using AMOS 21.0 (Arbuckle, 2012). Correlations among the errors were constrained to zero. The model provided an adequate fit to the data,  $\chi^2(164) = 365.93$ ,  $n = 509$ ,  $p < .001$ , RMSEA = .049 (90% CI = .042 - .056, PCLOSE = .564), SRMR = .051, IFI = .917, TLI = .917, and CFI = .916.

### Discussion

The study aimed to explore the reliability and validity of Turkish version of CUBAC. To explore factorial structure in detail, two different Turkish housewife samples were employed. A number of retained factors and reliability analyses were performed in the pilot study. The

factorial structure, concurrent validity, and reliability of CUBAC were examined in the validation study.

Based on the pilot study results, both reliability and initial factor analysis revealed that Item 2 is separate from CUBAC. When this item was deleted from the analysis, reliability coefficients increased to .86. When considering Item 2 (*"I feel identified myself with my housewife work"*), it is related to a commitment to house works rather than burnout. Another reason might be the term "identified myself with work" is rare among Turkish housewives who are respecting housework to continue family routine but not do tasks for identification of their selves. Therefore, they do not consider housework as a way of identification. Item 2 is not internally consistent with the rest of the items of the scale. Cultural factors might lead to this kind of difference that Turkish housewives do not evaluate housework equal to the identification of themselves. It is, therefore, considered that cultural aspects might be crucial and suggested to examine psychometric aspects in different cultures.

Velicer's MAP and Horn's parallel analysis results revealed that the two-factor model is relevant for CUBAC. Based on MAP and PA results, a principal component with oblique rotation with two factors was performed. Two factors accounted for 37.49% of the total variance. The first factor, *"Boring and Tiring Home Atmosphere"*, explained 28.47% of the total variance, and the second factor, *"Lack of Support"*, explained 9.02% of the total variance. The two-factor model was relevant as seen in the Mexican version (de la Rubia et al., 2010).

Based on validation study results, these two factor model of CUBAC was tested with CFA. The goodness of fit indices results revealed the relevancy of the factor structure. These factors, *"Boring and Tiring Home Atmosphere"* and *"Lack of Support,"* were similar to the Mexican version (de la Rubia et al., 2010) in which factors were named as boredom and lack of support. They emphasized a causal link between these factors which means an imbalance between efforts and the results might lead to burnout.

Also, CUBAC and subscales correlation with perceived stress scale and satisfaction with life were significant, and relations between variables were in the expected direction. The CUBAC, *"Boring and Tiring Home Atmosphere,"* and *"Lack of Support"* were significantly positively correlated with the PSS and they were negatively correlated with the SWLS as expected. Similar findings were obtained for burnout and perceived stress relationship (D'Souza, Egan, & Rees, 2011; Lebert et al., 2018) that housewives with higher perceived stress experienced higher burnout (Moral et al., 2011; Ramirez et al., 2009).

The scale can be used in clinical settings to evaluate housewives' burnout, to identify whether housewives have a boring and tiring environment and whether they have not received support. Also, considering higher perceived stress and lower life satisfaction relationship with



higher housewives' burnout, developing intervention programs to housewives are suggested in order to enhance their psychological well-being. Managing perceived stress and promoting life satisfaction with the ways of controlling burnout might be some of the titles of those programs. Also, CUBAC can be used clinically in study assessing the effectiveness of psychoeducation programs. In respect to the strength of the study, two different housewife sample were used to examine psychometric properties of the scale. An adequate number of individuals participated, especially in the validation study. In respect to the limitations of the study, test-re-test reliability cannot be evaluated in the present study due to difficulties in obtaining retest data from housewives.

In conclusion, the psychometric properties of CUBAC were satisfactory in two different Turkish housewife samples. When considering the similarity between this study and other studies by psychometric results, it is considered that the scale can be adapted to different cultures. Conducting studies are encouraged to reinforce the psychometric properties of CUBAC.

**Compliance with Ethical Standards Conflict of Interest:** All Authors declare that he/she has no conflict of interest.

**Ethical approval:** All procedures performed in studies involving human participants were by the ethical standards of the institutional and national research committee and with the 1964 Helsinki declaration and its later amendments or comparable ethical standards.

**Informed consent:** Informed consent was obtained from all individual participants included in the study.

**Data Sharing Policy:** The data that support the findings of this study are available. Restrictions apply to the availability of these data, which were used under license for this study. Data are available from the authors with the permission of the third party.

## References

- Arbuckle, J. (2012). *IBM SPSS Amos 21 user's guide*: Amos Development Corporation.
- Bakker, R. H., Groenewegen, P. P., Jabaaij, L., Meijer, W., Sixma, H., & de Veer, A. (1996). 'Burnout' among Dutch midwives. *Midwifery*, *12*(4), 174-181.
- Bianchi, S. M., Robinson, J. P., & Milkie, M. A. (2006). *Changing rhythms of American family life*. New York: Russell Sage Foundation.
- Champagne, C., Pailhé, A., & Solaz, A. (2015). Le temps domestique et parental des hommes et des femmes: quels facteurs d'évolution en 25 ans? *Economie et Statistique*, *478-479-480*, 209-242. Retrieved from [https://www.persee.fr/doc/estat\\_0336-1454\\_2015\\_num\\_478\\_1\\_10563](https://www.persee.fr/doc/estat_0336-1454_2015_num_478_1_10563)
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, *24*(4), 385-396. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- de la Rubia, J. M., Ramírez, M. T. G., & Hernández, R. L. (2010). Factor Structure of the STAXI-2-AX and its relationship to burnout in housewives. *The Spanish journal of psychology*, *13*(1), 418-430.
- Demirbas, H., & Kizil, E. T. O. (2017). Burnout and related factors in caregivers of outpatients with schizophrenia. *Insights on the Depression and Anxiety*, *1*, 001-011. <https://doi.org/10.29328/journal.hda.1001001>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*. *49*(1), 71-75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901\_13
- D'Souza, F., Egan, S. J., & Rees, C. S. (2011). The relationship between perfectionism, stress, and burnout in clinical psychologists. *Behaviour Change*, *28*(1), 17-28.
- Durak, M., Senol-Durak, E., & Gencoz, T. (2010). Psychometric properties of the satisfaction with life scale among Turkish University students, correctional officers, and elderly adults. *Social Indicators Research*, *99*(3), 413-429. doi: 10.1007/s11205-010-9589-4
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F., & Dereboy, Ç. (2013). *Algılanan stres ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: güvenirlik ve geçerlik analizi*. Paper presented at the New/Yeni Symposium Journal.
- Gabriel, M. (2008). Savvy investors and domestic goddesses? New challenges for feminist housing research. *Housing, Theory, and Society*, *25*(3), 191-201.
- Garcia-Arroyo, J., & Osca Segovia, A. (2018). Effect sizes and cut-off points: a meta-analytical review of burnout in Latin American countries. *Psychology, Health & Medicine*, *23*(9), 1079-1093. doi: 10.1080/13548506.2018.1469780
- Jiménez, B. M., Rodríguez, R. B., Alvarez, A. M., & Caballero, T. M. (1997). *La evaluación del burnout: problemas y alternativas: eL CBB como evaluación de los elementos del proceso*: Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.

- Johnson, L., & Lloyd, J. (2004). *Sentenced to everyday life: Feminism and the housewife*. Oxford New York: Berg.
- Kasuya, R. T., Polgar-Bailey, P., & Takeuchi, R. (2000). Caregiver burden and burnout. A guide for primary care physicians. *Postgraduate Medicine*, 108(7), 119-123. doi:10.3810/pgm.2000.12.1324
- Kelly, L. (2020). Burnout, compassion fatigue, and secondary trauma in nurses: Recognizing the occupational phenomenon and personal consequences of caregiving. *Critical Care Nursing Quarterly*, 43(1), 73-80.
- Kumar, S. (2018). Preventing and managing burnout: what have we learned? *Biomedical Journal of Scientific & Technical Research*, 2(1), 2404-2407.
- Lebert, A., Dorard, G., Boujut, E., & Wendland, J. (2018). Maternal burnout syndrome: contextual and psychological associated factors. *Frontiers in Psychology*, 9, 885.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397-422. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.397
- Moral, J., González, M. T., & Landero, R. (2011). Estrés percibido, ira y burnout en amas de casa mexicanas. *Revista iberoamericana de psicología y salud*, 2(2), 123-143.
- O'Connor, B. P. (2000). SPSS and SAS programs for determining the number of components using parallel analysis and Velicer's MAP test. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 32(3), 396-402.
- Oser, C. B., Biebel, E. P., Pullen, E., & Harp, K. L. (2013). Causes, consequences, and prevention of burnout among substance abuse treatment counselors: A rural versus urban comparison. *Journal of Psychoactive Drugs*, 45(1), 17-27.
- Oyserman, D., Coon, H. M., & Kimmelmeier, M. (2002). Rethinking individualism and collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses. *Psychological Bulletin*, 128(1), 3.
- Pines, A. M. (1993). Burnout: An existential perspective. In W.B. Schaufeli, C. Maslach, & T. Marek, (Eds.), *Professional burnout: Research developments in theory and research* (pp. 33-51). Washington, DC: Taylor & Francis.
- Pines, A. M., Neal, M. B., Hammer, L. B., & Icekson, T. (2011). Job burnout and couple burnout in dual-earner couples in the sandwiched generation. *Social Psychology Quarterly*, 74(4), 361-386. doi: 10.1177/0190272511422452
- Ramírez, M. T. G., Hernández, R. L., & de la Rubia, J. M. (2009). Cuestionario de Burnout para amas de casa (CUBAC): Evaluación de sus propiedades psicométricas y del Modelo Secuencial de Burnout. *Universitas Psychologica*, 8(2), 533-543.
- Renk, K., Roberts, R., Roddenberry, A., Luick, M., Hillhouse, S., Meehan, C., ... Phares, V. (2003). Mothers, fathers, gender role, and time parents spend with their children. *Sex Roles*, 48(7-8), 305-315. <https://doi.org/10.1023/A:1022934412910>

- Roskam, I., Brianda, M. E., & Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The parental burnout assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*, 9, 758. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>
- Roskam, I., & Mikolajczak, M. (2020). Gender differences in the nature, antecedents, and consequences of parental burnout. *Sex Roles*, 1-14. <https://doi.org/10.1007/s11199-020-01121-5>
- Salvagioni, D. A. J., Melanda, F. N., Mesas, A. E., González, A. D., Gabani, F. L., & de Andrade, S. M. (2017). Physical, psychological, and occupational consequences of job burnout: A systematic review of prospective studies. *PLoS ONE*, 12(10), Article e0185781.
- Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., & Maslach, C. (2009). Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International*, 14(2-3), 204-220. doi: 10.1108/13620430910966406
- Toppinen-Tanner, S., Kalimo, R., & Mutanen, P. (2002). The process of burnout in white-collar and blue-collar jobs: Eight-year prospective study of exhaustion. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 23(5), 555-570.

## **Ev Hanımlarında Tükenmişlik Ölçeğinin (EHTÖ) Türkçe Versiyonunun Psikometrik Değerlendirmesi**

### **Özet**

Tükenmişlik terimi, duygusal tükenmeyi, duyarsızlaşmayı ve başarısızlık hissini içeren psikolojik bir sendrom olarak tanımlanmaktadır (Maslach, Schaufeli ve Leiter, 2001). Bu terim, bireyin duygusal olarak zorlandığı durumlarda nasıl tepki verdiğini içermektedir (Schaufeli, Leiter ve Maslach, 2009). Tükenmişlik, çoğunlukla işçi örneklemelerinde incelenmiştir: beyaz yakalı işçilerle, mavi yakalı işçilerle (Toppinen en Tanner, Kalimo ve Mutanen, 2002) ve sağlık hizmetlerinde çalışan işçilerle tükenmişlik araştırmaları gerçekleştirilmiştir (Garcia-Arroyo ve Osca Segovia, 2018). Yakın zamanda, bakıcı tükenmişliği (Demirbaş ve Kızıl, 2017; Kasuya, Polgar-Bailey ve Takeuchi, 2000), ebelerin tükenmişliği (Ramírez, Hernández ve de la Rubia, 2009), ebeveyn tükenmişliği (Roskam, Brianda ve Mikolajczak, 2018), anne tükenmişliği (Lebert, Dorard, Boujut ve Wendland, 2018) ve çift tükenmişliği (Pines, Neal, Hammer ve Ickson, 2011) gibi farklı tükenmişlik temalarını içeren çalışmalar dikkat çekmektedir.

Bireyler arasında tükenmişlik deneyimlerindeki farklılıklar göz önüne alındığında, tükenmişliğin araştırılması ve değerlendirilmesi alanyazında merak konusudur. Geniş kuramsal çerçevede, tükenmişlik terimini kapsayan duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve bireysel başarısızlık boyutları tespit edilmiş (Jiménez, Rodríguez, Alvarez ve Caballero, 1997; Maslach ve diğerleri, 2001) ve bu doğrultuda Kısa Tükenmişlik Ölçeği geliştirilmiştir (Jiménez ve ark., 1997).

Son yıllarda, alanyazında ev hanımlarında tükenmişlik ile ilgili çalışmalar dikkat çekmektedir. Ev hanımlarında tükenmişliği incelemek için Ev Hanımlarında Tükenmişlik Ölçeği (EHTÖ) benzer kuramsal çerçeve göz önünde bulundurularak geliştirilmiştir (Ramírez ve ark. 2009). EHTÖ'nün ardındaki kuramsal çerçeveyi test eden faktör yapısı öncül veya riskli özellikler (9 madde), tükenmişlik sendromu (sosyal desteğin yokluğu, 9 madde) ve tükenmişliğin sağlık ve çevre üzerindeki sonuçları (3 madde) şeklinde belirlenmiştir. Öte yandan, Meksikalı ev hanımları ile yapılan çalışmada ölçeğin üç faktörlü yapısı desteklenmemiştir ve iki faktörlü yapının daha iyi bir çözüm olduğu ortaya çıkmıştır: faaliyet başarısı ve bağlanma desteği gerekliliği (de la Rubia, Ramírez ve Hernández, 2010).

Bu çalışmada amaç, Ev Hanımı Tükenmişlik Ölçeğinin (EHTÖ) psikometrik özelliklerinin Türk ev hanımlarında test edilmesidir. Kültürel olarak Türk ev hanımları evin sorumluluklarının yanı sıra çocuk bakımı konusunda sorumlulukları büyük ölçüde

üstlenmektedir. Bu nedenle, EHTÖ'nün psikometrik özelliklerin incelenmesi, kolektif değerleri olan aile yapısında ev hanımlarında tükenmişlik ile ilgili yapılan çalışmalarını aydınlatacaktır. Türk ev hanımlarından iki farklı veri seti toplayarak, EHTÖ'nün faktör yapısı ve güvenilirliğini incelemek için kalibrasyon çalışması; ölçeğin faktör yapısı ve geçerliliğini incelemek için geçerlik çalışması olarak iki aşamada düzenlenmiştir.

### **Pilot Çalışma**

Kalibrasyon çalışmasına katılan örneklemin ( $n = 139$ ) yaşları 20 ile 82 arasında değişmektedir ( $M = 42.21$ ,  $SD = 10.01$ ). Katılımcılara 21 maddeden ve 5'li Likert tipi formatta oluşan EHTÖ uygulanmıştır. Ölçeğin orijinal formunda iç tutarlılık katsayıları .71 ile .81 arasında değişmektedir.

Veri toplama öncesi, EHTÖ'nün maddeleri, akıcı olarak İngilizce ve Türkçe konuşan üç bağımsız tercüman tarafından Türkçe'ye çevrilmiş, ardından Türkçe'den İngilizce'ye tekrar çeviri yapılmış ve çeviri maddeleri ile orijinal ölçek maddeleri karşılaştırılmıştır

Madde-toplam ölçek korelasyonu düşük olan ikinci madde ölçekten uzaklaştırılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı tatmin edici düzeydedir (Cronbach's Alpha = .86). Tek-çift sayılı ölçek maddelerine dayanan Spearman-Brown katsayısı, CUBAC'ın test-yarı test güvenilirliği açısından incelenmiştir. Cronbach alfa ( $\alpha$ ) tek rakamlı sayılarda bölünme için .76 ( $M = 27.58$ ,  $SD = 7.05$ ,  $n = 10$ ) ve çift rakamlı sayılarda bölünme için .77 ( $M = 25.27$ ,  $SD = 7.14$ ,  $n = 10$ ); iki form arasındaki korelasyon katsayısı .72'dir; Spearman-Brown katsayısı .84'tür.

Velicer'in minimum ortalama kısmi korelasyonuna (en küçük ortalama kısmi korelasyon karesi 0,0168, en küçük ortalama dördüncü güç kısmi korelasyonu .0007), Horn'un paralel analizine ( $N = 139$ ,  $k = 20$  madde) (Ham veri özdeğerleri 1.804, ortalama 1.600) (O'conner, 2000) ve klasik faktör analizine göre ölçeğin iki faktörlü olduğu ve bu iki faktörlü yapının toplam varyansın %37.49'unu açıkladığı ortaya konmuştur.

### **Geçerlik Çalışması**

Yaş aralığı 20 ile 82 arasında değişen ( $M = 40.40$ ,  $SD = 11.06$ ) 509 ev hanımı ile yürütülen geçerlik çalışmasında, katılımcılara EHTÖ'nün yanı sıra Demografik Bilgi Formu, 14 maddelik Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ; Cohen, Kamarck ve Mermelstein, 1983; Eskin, Harlak, Demirkıran ve Dereboy, 2013) ve Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ; Diener ve ark., 1985; Durak, Senol-Durak ve Gençöz, 2010) yöneltilmiştir.

Bulgular, ölçeğin iç tutarlılığının .86, alt ölçeklerin iç tutarlılığının ise sıkıcı- yorucu ev ortamı için .83 ve destek eksikliği için .75 olduğunu göstermiştir. EHTÖ'nün iki faktörlü modeli (sıkıcı ve yorucu ev ortamı ve destek eksikliği) AMOS 21.0 (Arbuckle, 2012) program

kullanılarak test edilen doğrulayıcı faktör analizi ile desteklenmiştir ( $\chi^2(164) = 365.93$ ,  $n = 509$ ,  $p < .001$ , RMSEA = .049 [90% CI = .042 - .056, PCLOSE = .564], SRMR = .051, IFI = .917, TLI = .917, ve CFI = .916). Ayrıca, ev hanımlarında tükenmişliğin kendisi ile kavramsal olarak ilişkili yapı olduğu varsayılan algılanan stresle ( $r = .48$ ,  $p < .001$ ) ve yaşam doyumuyla ( $r = -.47$ ,  $p < .001$ ) pozitif yönde yüksek düzeyde korelasyon göstermesi EHTÖ'nün eşzamanlı geçerlik kanıtıdır.

### Tartışma

Kalibrasyon çalışmasında yapılan güvenilirlik analizlerine göre ölçeğin ikinci maddesi olan (*"Kendimi ev işleri ile tanımladığımı hissediyorum"*) maddesinin tükenmişlik boyutundan ayrı bir madde olduğu, bu maddenin daha çok bağıllık ile ilgili bir madde olduğu düşünülmüştür. Hem kalibrasyon hem de geçerlik çalışmasında ölçeğin iki faktörlü yapısının uygun olduğu bulunmuştur. Ölçeğin alt ölçekleri, "Sıkıcı-Yorucu Ev Atmosferi" ve "Destek Eksikliği" şeklinde isimlendirilmiştir. Ölçek toplam skorunun diğer kavramsal açıdan ilişkili yapıların skorları ile yüksek korelasyon göstermesi ölçeğin eşzamanlı geçerliğini ortaya koymaktadır. Ölçek, ev hanımlarında tükenmişliği ve tükenmişlik ile ilintili etmenleri değerlendirmek üzere klinik uygulamalarda kullanılabilir.



## Nicel Araştırma

**Why is Time Perspective Important for Emotion Regulation? The Role of Time Perspectives on Emotion Dysregulation among Young Adults**Pınar BÜRHAN-ÇAVUŞOĞLU<sup>1\*</sup>, Fatma OKTAY<sup>1</sup>, Nuran BAYRAM ARLI<sup>2</sup><sup>1</sup> Süleyman Demirel Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Isparta, Türkiye<sup>2</sup> Bursa Uludağ Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü, Bursa, Türkiye**Makale Bilgisi****Keywords:**

*time perspective, difficulties in emotion regulation, individual differences, maladaptive time perspectives, adaptive time perspectives*

**Anahtar Kelimeler:**

*zaman perspektifi, duygu düzenleme zorlukları, bireysel farklılıklar, uyuma yönelik olmayan zaman perspektifi, uyuma yönelik zaman perspektifi*

**Abstract**

Individual differences play a crucial role in addressing the issue of emotion regulation deficits among young adults. Although some research has been carried out on individual differences in emotion regulation, no single study has attempted to consider the role of time perspectives in emotion regulation deficits. This study aims to explain the associations between emotion regulation deficits and five-time perspectives, which are conceptualized as temporally based beliefs. Data was collected from a sample of 192 college students (146 females, 46 males) with a mean age of 20.46. The best-fitting model showed that Past-Negative, Past-Positive, Present-Fatalistic, and Future time perspectives explained directly 41% of the variation in emotion regulation deficits. Based on standard coefficients, the Past-Negative time profile was the strongest predictor of emotion regulation deficits. Maladaptive time perspectives like Past-Negative and Present-Fatalistic predicted emotion regulation negatively, and adaptive ones like Future and Past-Positive predicted emotion regulation positively. Time perspectives may structure an individual's emotional regulation deficits. The findings seem to be an essential contribution to the field of time perspective and emotion regulation.

**Öz**

Genç yetişkinler arasındaki bireysel farklılıklar, duygu düzenlemedeki bozukluklar konusunun ele alınmasında önemli bir rol oynamaktadır. Duygu düzenleme alanındaki bireysel farklılıklar üzerine bazı araştırmalar yapılmış olmasına rağmen, zaman perspektiflerinin duygu düzenleme eksikliklerindeki rolünü göz önünde bulundurmaya çalışan tek bir çalışma bulunmamaktadır. Bu çalışma, duygu düzenleme eksiklikleri ile zaman odaklı inançlar olarak tanımlanan beş zaman perspektifi arasındaki ilişkileri açıklamayı amaçlamaktadır. Veriler, yaş ortalaması 20.46 olan 192 üniversite öğrencisinden (146 kız, 46 erkek) toplanmıştır. En uygun model, Geçmiş-Olumsuz, Geçmiş-Olumlu, Şimdi-Kaderci ve Gelecek zaman perspektiflerinin duygu düzenleme eksikliklerindeki değişimin % 41'ini doğrudan açıkladığını göstermiştir. Standart katsayılar dayanarak, Geçmiş-Olumsuz zaman profilinin, duygu düzenleme eksikliklerinin en güçlü göstergesi olduğu gösterilmiştir. Geçmiş- Olumsuz ve Şimdi-Kaderci gibi uyuma yönelik olmayan zaman perspektifleri, duygusal düzenlemeyi negatif yönde; Geçmiş-Olumlu ve Gelecek gibi uyumlu olan perspektifleri ise duygu düzenlemeyi pozitif yönde yordamaktadır. Bu çalışma, zaman perspektifinin, bir bireyin duygusal düzenleme eksikliklerini yapılandırma rol aldığını göstermiştir. Bulgular, bu çalışmanın zaman perspektifi ve duygu düzenleme alanına önemli bir katkı sağladığını göstermektedir.

\*Sorumlu Yazar, Süleyman Demirel Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Isparta, Türkiye Tel: 0246 211

4041

e-posta: [pinar.burhan@hotmail.com](mailto:pinar.burhan@hotmail.com)

DOI: 10.31682/ayna.659071

Gönderim Tarihi (Received): 13.12.2019; Kabul Tarihi (Accepted): 17.04.2020

2148-4376/ All rights reserved.

## **Introduction**

Emotion regulation relates to self-regulatory objectives, such as trying to find control over one’s own emotions or to give a meaning to emotional experience. Healthy emotion regulation is an essential aspect of one’s psychological (Adrian, Jenness, Kuehn, Smith, & McLaughlin, 2019; Chiu, Yee, Kwan, Cheung, & Hou, 2019; Kelly, Glazer, Pornpattananangkul, & Nusslock, 2019; Mérida-López, Extremera, & Rey, 2017; see Hu et al., 2014 for a meta-analysis) and even physiological well-being (Birk & Bonanno, 2016; Krkovic, Krinki, & Lincoln, 2018). In contrast, difficulties in emotion regulation are recognized as a possible indication of various psychological disorders (such as posttraumatic stress disorder, anxiety, depression, substance abuse, eating disorders, borderline personality disorder) among young adults (Doolan, Bryant, Liddell, & Nickerson, 2017; Sloan et al. 2017 for reviews). Besides that, emotion dysregulation is known to be connected with relatively prevalent negative consequences among young adults, such as deliberately hurting oneself, intense distress, and actions that are intended to hurt people (Barden, Kumpula, & Orcutt, 2013; Gratz & Roemer, 2008; Pickett, Barbaro, & Mello, 2016; Shorey, Brasfield, Febres, & Stuart, 2011). Different perspectives exist in the literature regarding possible explanations for the development and maintenance of emotion regulation. For example, according to the cognitive-behavioral clinical perspective, way of thinking, attributional styles, and behavioral patterns have a pivotal role in developing and managing signs of maladaptive emotions (Cole, Michel, & Teti, 1994). Cole, Michel, and Teti (1994) mentioned that these cognitive-behavioral perspectives are based on the assumption that individuals have either learned the maladaptive ways of thinking and strategies that maintain their negative emotions or to be insufficient to learn adaptive behavior in regulating emotions. Individuals differ from each other in terms of their thinking ways, attributional styles, and behavioral patterns. Therefore, it is possible to say that differences in these aspects affect how to regulate emotions. Thus, there is a crucial need to focus on individual distinctness in emotion regulation in order to prevent negative consequences among young adults, as mentioned above.

Although there are some research carried out on the role of individual differences such as differences in developmental process, neuroregulatory or biological systems (such as heart rate, brain electrical activity, endocrine response), behavioral traits (such as attentiveness, interest levels), cognitive components (such as beliefs, awareness of the need for regulation), interactive caregiving styles (such as responsive, insensitive, accessible), temperament and explicit training (such as modeling, reinforcement) in emotion regulation (Calkins, 1994; see reviews in Gross, 2014; see reviews in Rothbart, Sheese, & Posner, 2014); there is little

published information on the association between emotion regulation and time perspective that is another important measure of individual differences. However, no previous study has investigated whether there is an association between emotion dysregulation and time perspectives. Time perspective was described as an indicator of an individual's way of responding to the world in which different temporal dimensions (past, present, and future) regulate the relations between personal and social experiences (Zimbardo & Boyd, 1999).

Zimbardo and Boyd (1999) created the Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI) scale to assess time perspectives. There are five basic time perspective dimensions: Past-Negative, Past-Positive, Present-Hedonistic, Present-Fatalistic, and Future that occur in a non-conscious process and that are developed naturally (Stolarski, Waleriańczyk, & Pruszcak, 2019). Past-Negative focused individuals tend to have a pessimistic orientation of the past. The other way round, Past-Positive oriented individuals tend to have an optimistic attitude towards the past. Present-Hedonistic is a time perspective that shows higher impulsivity and hedonistic attitude. Present-Fatalistic oriented individuals tend to have a belief in fate and an uncontrollable future. The final dimension of time perspective is the future, which shows a tendency characterized by making plans more for the future goals to gain specific rewards.

While there have been no studies that analyze the possible association between emotion regulation difficulties and time orientations, there are theoretical explanations for assuming an association between them. First of all, it is well established from a variety of studies, that there is an association between time perspectives and current emotional state. Some studies have postulated that time perspective appears to be a principal determining the factor of current emotional state (Desmyter & De Raedt, 2012; Stolarski, Bitner, & Zimbardo, 2011; Stolarski & Matthews, 2016; Stolarski, Matthews, Postek, Zimbardo, & Bitner, 2014). Diener and Emmons (1985) pointed out that two distinct parts of emotional state (positive and negative affect) form subjective well-being. Briefly, the positive affect represents the emotional state in which individuals feel excited, energetic, and attentive, whereas the negative affect represents the aversive emotional state that gives displeasure (Watson, Clark, & Tellegen, 1988). Desmyter and De Raedt (2012) showed that individuals who have a more pessimistic orientation of the past (Past-Negative) have a more negative affect. This finding is supported by Stolarski and Matthews (2016), who find that having a Past-Negative time perspective is a strong predictor of negative emotionality. Similarly, Past-Negative provides an advantage to predict an individual's current emotional states due to its high affective loading (Stolarski et al., 2014). Conversely, Present-Hedonistic (Desmyter & De Raedt, 2012; Stolarski et al., 2014), Past-Positive (Drake, Duncan, Sutherland, Abernethy, & Henry, 2008), and Future-oriented

individuals have a more positive affect (Desmyter & De Raedt, 2012). Besides this, Stolarski and his colleagues (2014) emphasized that it was necessary to have adaptive or balanced time perspective, which is a key term in time perspective theory (developed by Zimbardo & Boyd, 1999; Zimbardo & Boyd, 2009), in order to have a more positive emotional state. Individuals achieve balanced or adaptive time perspective when he/she gets a lower score from Past-Negative and Present-Fatalistic and gets higher or average scores from Past-Positive, Present-Hedonistic, and Future (Zimbardo & Boyd, 1999; Zimbardo & Boyd, 2009).

Taken together, time perspective type seems to be a good predictor of the current emotional state. Besides that, current emotional state changes as a component of emotion regulation. For this reason, the link between time perspectives and current emotional state should also be present for emotion regulation and even for emotion dysregulation, which underlie a broad, integrative term of emotion regulation.

Secondly, emotion regulation is temporal-based. Self-efficacy theory (Bandura, 1997) provides a useful account of how the influence of temporal categories on self-regulation, as occurred by adaptive beliefs based on capabilities, comes from time frames. Individuals are often paying attention to time categories (the past, the present, and the future), in reaction to demands of a particular situation as well as emotional situations, attitudes, and private intentions (Stolarski, Fieulaine, & Zimbardo, 2018). It is likely to say that an individual tries to find appropriate answers from time dimensions in response to inner states, particularly. There is no doubt that emotion regulation, as a part of self-regulation and inner states, should be associated with time perspectives.

Thirdly, emotion regulation strategies have also been found to be linked with time perspectives. Time perspective types seem to influence one's strategies of emotion regulation (Blais-Rochette & Miranda, 2016; Bolotova & Hachaturova, 2013; Taylor & Wilson, 2016; Wang, Chen, Cui, & Liu, 2015). Individual differences in time perspectives appear to be effective, whether one uses maladaptive or adaptive strategies of emotion regulation. Thus, there is a probability that time perspectives will influence one's emotion regulation deficits.

This study aims to provide a deeper understanding of the association between time perspectives and emotion regulation deficits. The findings can make an essential contribution to the field of time perspectives and emotion regulation. Besides this, it is fundamental to clarify the link between emotion regulation deficits and individual differences in time perspectives in order to prevent or minimize negative consequences and various psychological disorders, as mentioned above. Regarding the absence of research on the relationship between time perspectives and emotion regulation, this study is intended for exploration in nature.

### **Linking time perspective to Emotion Regulation Deficits**

To date, the role of time perspective on emotion regulation, which has attempted to investigate the role of time perspectives on emotion dysregulation, has taken very little attention. However, similar assumptions can be described from the kinds of literature that have been addressed to the role of time perspectives on emotion regulation strategies in order to understand the role of time perspectives on emotion dysregulation. Some studies have postulated that time orientation appears to be closely linked with emotion regulation strategies (Blais-Rochette & Miranda, 2016; Bolotova & Hachaturova, 2013; Lang & Carstensen, 2002; Taylor & Wilson, 2016; Wang et al., 2015).

Stolarski, Bitner, and Zimbardo (2011) clearly illustrated that emotional competence as an ability to understand, control, and be aware of one's own emotions was affected by time perspectives. In a study investigating the role of emotional competence in emotion regulation, it was shown that a high ability to understand emotions is related to the more frequent use of adaptive strategies for the regulation of emotions (Śmieja, Mrozowicz, & Kobylińska, 2011). As noted by Matthews and Stolarski (2015), time perspective dimensions contribute to emotional regulation both directly and indirectly. It also explores to indicate, and therefore, time perspective contributes to emotion regulation deficits indirectly by affecting adaptive or maladaptive strategies. This view is supported by recent research (Blais-Rochette & Miranda, 2016; Bolotova & Hachaturova, 2013; Taylor & Wilson, 2016; Wang et al., 2015). These studies indicate that Past-Positive oriented individual uses cognitive reappraisal more and expressive suppression less, which are some of the strategies of emotion regulation (Blais-Rochette & Miranda, 2016; Taylor & Wilson, 2016; Wang et al., 2015). Individuals who have a Future time perspective are more likely to benefit from focusing on objectives related to emotion regulation maximization (Lang & Carstensen, 2002). For this reason, individuals who have higher scores of Future time perspective maximize emotion regulation by using cognitive appraisal strategies more, tend to postpone things less, and make plans more (Taylor & Wilson, 2016). On the contrary, individuals who have higher Past-Negative scores, use cognitive reappraisal strategies less, expressive suppression more (Blais-Rochette & Miranda, 2016), and emotion suppression more (Bolotova & Hachaturova, 2013). Similarly, Present-Fatalistic time orientation has a positive association with suppression of emotions (Bolotova & Hachaturova, 2013). Considering all of this evidence, it seems that being in adaptive (Past-Positive, Future, and Present-Hedonistic) or maladaptive (Past-Negative and Present-Fatalistic) time perspective profile somehow might affect one's sufficiency in emotion regulation processes.

There is a growing body of literature that provides the importance of time orientation on emotion regulation deficits. It is crucial to present the individual differences in time perspective with emotion regulation deficits in order to prevent or minimize negative consequences. The literature provides essential explanations about emotion regulation and time perspective; however, a question about the relations between time perspective and emotion regulation deficits remains -the matter of how and whether the terms-time perspective and emotion regulation-interact with each other should be answered. Furthermore, the goal of this study is to show the possible role of time perspective in emotion dysregulation in order to understand the nature of time perspectives and emotion regulation. It also explores to indicate which time perspectives are the strongest predictors of emotion regulation deficits. Data for this study were collected using ZTPI and Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) measures to address the concepts of this study. For example, Zimbardo and Boyd's (1999, 2009) time perspective model involves five different time frames that were used in this study. It is further than the aim of this study to examine the role of a balanced time perspective that is described above. For emotion dysregulation, DERS (Gratz & Roemer, 2004) was used. Characterization of time perspectives is essential for the current understanding of emotion regulation deficits. That is, time perspective types may be a predictor in the management of emotion regulation deficits.

Individuals with different time orientations may carry different weights with their emotions and may regulate their emotions differently. Future-focused individuals are to regulate their emotions in order to get rid of the emotional discomfort that arises from potential future failure. As a result, they may have fewer emotion regulation deficits. Future-focused individuals are also expected to be in control of their emotions. Therefore, some studies have shown that the Future time perspective is associated with adaptive emotion regulation strategies (Lang & Carstensen, 2002; Taylor & Wilson, 2016). This rationale leads us to hypothesize that: Difficulties in emotion regulation would be negatively associated with Future time orientation.

As mentioned above, researchers have presented that Past-Positive and Present-Hedonistic time orientations are associated with positive affect (Desmyter & De Raedt, 2012; Drake et al., 2008), and are a good predictor of current emotional state (Stolarski et al., 2014). The individuals with a Past-Positive time orientation may be able to control their emotions adaptively. Studies indicate that having a Past-Positive time orientation is related to adaptive approaches of emotion regulation (Blais-Rochette & Miranda, 2016; Taylor & Wilson, 2016; Wang et al., 2015). Present-Hedonistic focused individuals attach more importance to the present moment and pleasures. They are more likely to regulate their emotions in order to

increase pleasure or decrease pain. Thus, they may have less emotion dysregulation. It seems likely that the tendency to have a Past-Positive time perspective or Present-Hedonistic time perspective would be associated negatively with emotion regulation deficits. This rationale leads us to assume that: Past-Positive time perspective would be negatively associated with emotion dysregulation; Present-Hedonistic perspective would be negatively associated with emotion dysregulation.

Past-Negative time orientation is generally related to negative affect (Desmyter & De Raedt, 2012; Stolarski et al., 2014; Stolarski & Matthews, 2016). Past-Negative oriented individuals are more focused on a negative perspective of the past, while Present-Fatalistic oriented individuals are more focused on fate or chance and uncontrollable future. As mentioned above, both of these time perspectives seem to link with maladaptive strategies of emotion regulation (Bolotova & Hachaturova, 2013; Blais-Rochette & Miranda, 2016). Individuals with a Present-Fatalistic time perspective could not be capable of dealing with emotional discomfort due to the belief that situations are out of control. Similarly, individuals with Past-Negative time orientation may not be able to deal with emotional disturbance. Past-Negative oriented individuals are expected to focus on negative situations regarding their past and to feel regret. They may have disturbances in emotion regulation. It seems possible that the tendency to have a Present-Fatalistic time perspective or Past-Negative time perspective would be related to emotion regulation deficits positively. This rationale leads us to assume that: Present- Fatalistic Perspective would be positively associated with difficulties in emotion regulation; Past- Negative Perspective would be positively associated with difficulties in emotion regulation.

## Method

### Participants and Procedure

This study was authorized by the Ethics Committee for Social Sciences and Humanities to include human data requiring ethical protection. The data of this study were gathered from 192 college students (between ages: 17-29;  $M_{age} = 20.46$  years;  $SD = 1.6$ ; 76% female). The participants were recruited using convenience sampling. Most of the participants were studying at a university in their first or second year. Regarding socioeconomic status, the greater number of the students had a middle-class status as measured by their parents; 72% of participants labeled themselves as middle-class; 19% of the participants labeled themselves as upper-class; 9% of the participants labeled themselves as lower-class.

Regarding national identity, the majority of participants labeled themselves as Turkish, and eight of them as Kurdish. Data were collected via a paper-and-pencil survey after the aim

of the research was described to the volunteer participants, and an informed consent form was obtained from them. Then participants filled out printed self-reporting questionnaires and a demographic data form without disclosing their identity. Participants are compared on variables at the same point in time.

## Measures

Difficulties in Emotion Regulation Scale, developed by Gratz and Roemer (2004) and Zimbardo Time Perspective Inventory developed by Zimbardo and Boyd (1999) were used in this study. These measures are the most common procedures for determining time perspective and emotion regulation deficits. Besides, they were widely used by other researchers.

**Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS; Gratz & Roemer, 2004).** DERS was a 36-item instrument measuring emotion regulation deficits (Gratz & Roemer, 2004). The items of DERS were answered by using a 5 point Likert-type scale, ranging from (1) “never” to (5) “always.” DERS consists of 6 subscales: nonacceptance (e.g., “When I’m upset, I become angry with myself for feeling that way.”), goals (e.g., “When I’m upset, I have difficulty getting work done.”), impulse (e.g., “I experience my emotion as overwhelming and out of control.”), awareness (e.g., “When I’m upset, I acknowledge my feelings.”), strategies (e.g., “When I’m upset, I believe that I will remain that way for a long time.”), and clarity (e.g., “I have no idea how I am feeling.”). The subscales of DERS were used as observed variables and define the total score of DERS. The overall score of DERS was used for a latent variable in this study. The total score of DERS shows the levels of emotion regulation deficits. In DERS, higher scores mean higher levels of emotion dysregulation. Rugancı and Gençöz (2010) evaluated the psychometric properties and factor structure of the DERS among Turkish college students. This study's results suggested that item 10 should be excluded because of the low loading, and it was unrelated to all subscales. For this reason, the 35-item form of DERS was used, as suggested by Rugancı and Gençöz (2010). Cronbach’s alpha for the total scale in the present sample was .92.

**Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI; Zimbardo & Boyd, 1999).** The basic dimensions of human nature about time were evaluated with ZTPI (Zimbardo & Boyd, 1999). The short form of ZTPI (ZTPI -short) was translated into the Turkish language by Güler (2008). There were five factors in ZTPI as follows: Future (e.g., “I complete projects on time by making steady progress.”), Past-Negative (e.g., “I think about the bad things that have happened to me in the past.”), Present-Hedonistic (e.g., “Taking risks keeps my life from becoming boring.”), Past-Positive (e.g., “It gives me pleasure to think about the past.”), and Present-Fatalistic (e.g., “My life path is controlled by forces I cannot influence”). Each factor



is made of 5 items, and there were 25 items in total. Each item was scored with a 5-point Likert-type scale from 1 (strongly disagree) to 5 (strongly agree). The validity of the ZTPI -short was evaluated by Güler (2008) among Turkish young, middle-aged, and older groups. For the aim of this research, scores on the Past-Negative (Cronbach's alpha = .72; M = 3.36, SD = .72), Past-Positive (Cronbach's alpha = .62; M = 3.53, SD = .62), Present-Hedonistic (M = 2.60, SD = .64) and Future (Cronbach's alpha = .61; M = 3.58, SD = .56) subscales were used as predictor and observed variables.

## Results

### Preliminary Analysis

Table 1 indicates the summary statistics of the sample's descriptive statistics, Cronbach's alpha reliabilities, and correlations between all measures. The Cronbach's alpha results of the ZTPI subscales revealed acceptable limits of internal consistency reliabilities as personality scales (Tuckman, 1999; Carter, 1997; Nunnally & Bernstein, 1994). However, we should address the low alphas for the subscales of the ZTPI in this sample and provide additional information about the construct validity of the subscales of the ZTPI scores within the current sample to make sure that the scale is valid in this sample. Sijtsma (2009) suggested that confirmatory factor analysis (CFA) is a good indicator to evaluate the psychometric properties of psychological measurements. In this way, the construct validity of ZTPI subscales also tested by CFAs.

The correlations indicate that while Future and Past-Positive time orientations were negatively associated with a total score of DERS, Present-Fatalistic and Past-Negative time orientations had a significantly positive correlation with a total score of DERS. All these correlations were significant ( $p < .001$ ). However, there is no significant association revealed between Present-Hedonistic time orientation and total DERS score.

### Construct Validity of the ZTPI

We conducted CFA to investigate the five-factor construction of the ZTPI in order to make sure that the scale is valid in this sample. There are five latent constructs. These are five-time perspectives: future, past negative, present fatalistic, past positive, and present hedonistic. We designed a model with five latent constructions. Five items were underlying each latent construction. The results presented that the hypothesized model had a good fit to the data ( $\chi^2(256) = 336,576$ ;  $p = .001$ ;  $\chi^2/df = 1.31$ ; CFI = .91; RMSEA = .04; SRMR = .07). Overall, these results indicate that the subscales of the ZTPI appeared to be valid in this sample.

Table 1.

*Descriptive statistics of the sample and correlations between all measures*

Measures	Descriptives				Intercorrelations				
	# of Item	M	SD	C. Alpha	DERS	Past-Negative	Past-Positive	Future	Present-Fatalistic
DERS	35	84.66	18.84	.92	-----				
Past-Negative	5	16.84	3.61	.72	.436**	-----			
Past-Positive	5	17.67	3.15	.62	-.276**	-.167*	-----		
Future	5	17.90	2.79	.61	-.307**	.065	.107	-----	
Present-Fatalistic	5	12.99	3.18	.61	.368**	.370**	-.084	-.005	-----
Present-Hedonistic	5	16.98	3.17	.71	-.028	.015	.207**	-.009	-.128

Note. M: Mean, SD: Standard Deviations, DERS: Difficulties in Emotion Regulation Scale. \*  $p < .05$ . \*\*  $p < .001$ .

### The subscales of the ZTPI and Emotion Regulation Deficits

Maximum Likelihood estimation method was used to evaluate the direction and magnitude of the effects of established observed variables on the latent variable (SEM, Amos 22 software; Arbuckle, 2013). Several fit indices were used to determine models' fit: 1)  $\chi^2$  goodness of fit test, 2) comparative fit index (CFI), 3) goodness of fit index (GFI), 4) standardized root mean square residual (SRMR), 5) root mean square error of approximation (RMSEA). Two models were built and statistically compared. Model 1 was built to show the direct paths from Past-Positive, Past-Negative, Future, Present-Hedonistic, and Present-Fatalistic to DERS. Covariations between the error terms were allowed. The sufficiency of Model 1 presented acceptable fit indices ( $\chi^2(33) = 60,917$ ;  $p = .002$ ;  $\chi^2/df = 1.85$ ; GFI = .95; CFI = .95; RMSEA = .06; SRMR = 0.054) and the model 1 contained all paths regardless of significance.

In Model 1, the direct paths from Past-Negative, Past-Positive, Present-Fatalistic, and Future to DERS was statistically significant (respectively:  $\beta = .37$ ,  $p < .001$ ;  $\beta = -.17$ ,  $p < .009$ ;  $\beta = .26$ ,  $p < .001$ ;  $\beta = -.29$ ,  $p < .001$ ). On the other hand, the paths from Present-Hedonistic to DERS were not statistically significant ( $\beta = -.14$ ,  $p = .321$ ). The best-fitting solution was presented in Figure 2 when statistically nonsignificant paths (paths from Present-Hedonistic

to DERS) were removed. Covariations between the error terms were allowed, and arrows indicated hypothesized paths.

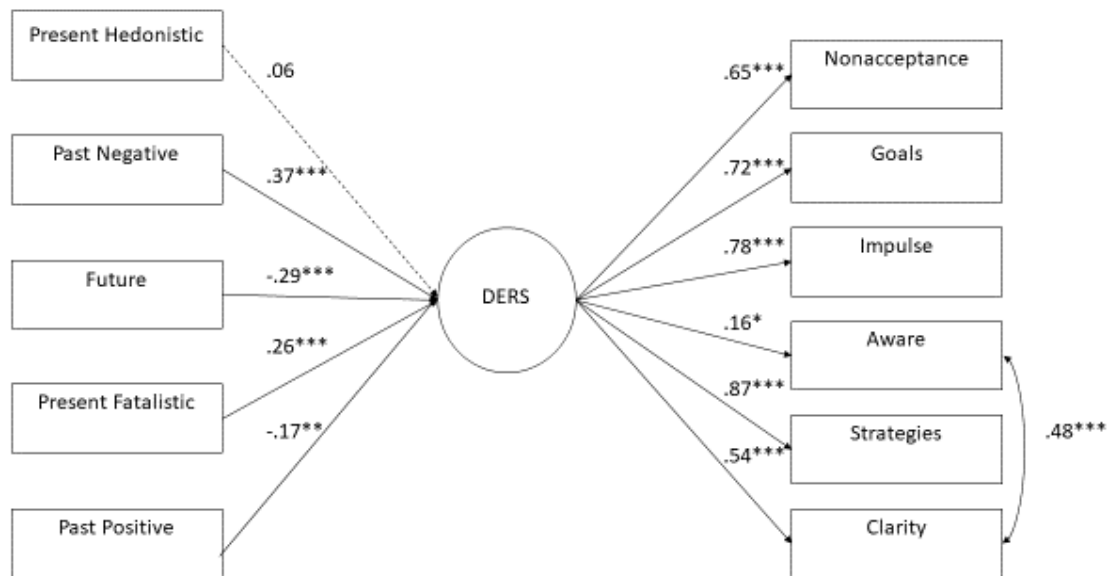


Figure 1. In Model 1 Past-Positive, Present-Hedonistic, Past-Negative, Present-Fatalistic, and Future time perspectives as predictors of difficulties in emotion regulation.

Note. DERS: Difficulties in Emotion Regulation Scale, dashed arrows indicate non-significant paths. \*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

In model 2, the results were  $\chi^2 (28) = 47,657; p = .012; \chi^2/df = 1.70; GFI = .95; CFI = .96; RMSEA = .06; SRMR = .05$ . These results showed that the hypothesized model was a good fit for the data. The results, as shown in Figure 2, indicated that all factor loadings and all estimated path coefficients were statistically significant. The  $R^2$  value for DERS was 0.41. Past-Negative, Past-Positive, Present-Fatalistic, and Future time perspectives had a direct effect on emotion regulation deficits. These time perspectives explained directly 41% of the variation in emotion regulation deficits. The path from Past-Negative to DERS and Present-Fatalistic to DERS was significant (respectively;  $\beta = .37$ , Critical Ratio = 5.001;  $\beta = .22$ , Critical Ratio = 3.63). Future and Past-Positive time perspectives had a negative effect on DERS (respectively;  $\beta = -.33$ , Critical Ratio = -4.38;  $\beta = .37$ , Critical Ratio = -2.47,  $p = .013$ ). Overall, these results were mostly in line with our hypotheses. Future and Past-Positive time perspectives negatively predicted difficulties in emotion regulation. Present-Fatalistic and Past-Negative time perspectives positively predicted difficulties in emotion regulation. However, one of our

hypothesis was not supported by the results. Present-Hedonistic time perspective was not significantly associated with difficulties in emotion regulation.

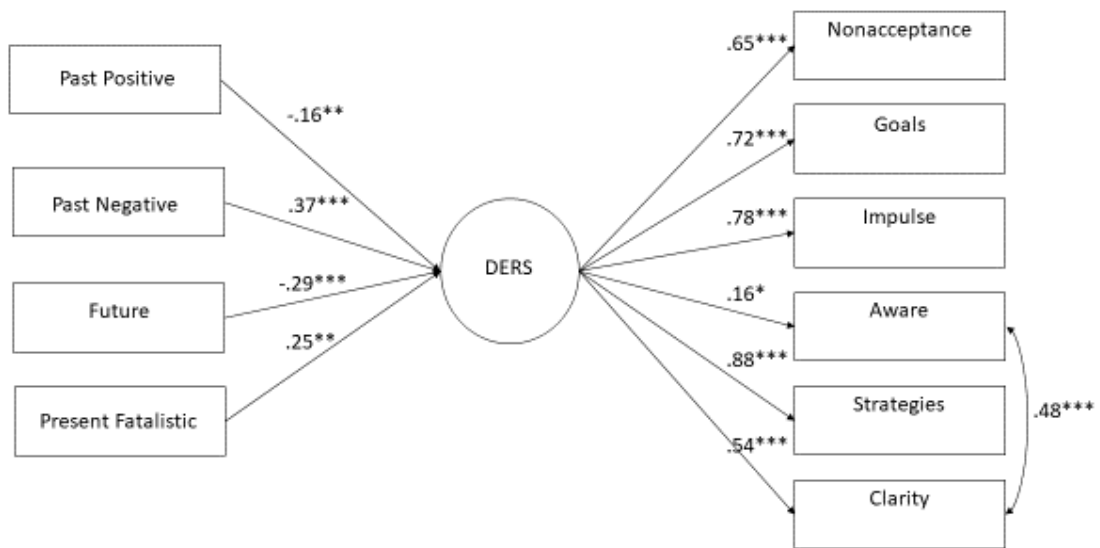


Figure 2. Model 2 shows the best fitting solution.

Note. \*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

### Discussion

These preliminary findings provide evidence that time perspectives may be a determinant in developing emotion regulation deficits. Specifically, Past-Negative, Past-Positive, Future, and Present-Fatalistic time perspectives were directly related to emotion regulation deficits. However, Present-Hedonistic time orientation was not related to emotion regulation deficits. Past-Negative and Present-Fatalistic time profiles predicted more reduced self-efficacy in emotion regulation. Thus, maladaptive time perspectives seem to affect an individual’s ability to deal with emotional disturbances. In contrast, Future and Past-Positive time profiles expected stronger self-efficacy in emotion regulation. Thus, Future or Past-Positive oriented individuals have fewer difficulties in emotion regulation.

Present-Fatalistic and Past-Negative time profiles were described as maladaptive time perspectives (Zimbardo & Boyd, 1999; Zimbardo & Boyd, 2009). Individuals with a pessimistic view of the past and belief in fate and an uncontrollable future were found to have difficulties in emotionally regulated processes. In other words, Present-Fatalistic and Past-Negative time profiles positively predicted emotion regulation deficits. This finding is consistent with

previous research (Blais-Rochette & Miranda, 2016; Bolotova & Hachaturova, 2013). Past-Negative was one of the most influential time perspectives that predict negative emotional states (Stolarski et al., 2014; Zimbardo & Boyd, 1999). The current study showed that the Past-Negative time profile is also the strongest predictor of emotion regulation deficits. It can be inferred that Past-Negative is a critical component of time perspectives to explain emotional disturbances. Similarly, Present-Fatalistic is described as being related to emotional uncertainty, depression (Zimbardo & Boyd, 2009), and negative emotions (Stolarski et al., 2014). It has been shown that both Present-Fatalistic and Past-Negative oriented individuals might be unable to cope with emotional disturbance. Indeed, Present-Fatalistic oriented participants may not need to use adaptive strategies about emotion regulation due to the belief that situations are out of control. The past-negative oriented individuals may also have disruptive effects on emotional regulation because of negative experiences regarding their past and feeling regret. Therefore, Past-Negative and Present-Fatalistic time-oriented individuals may be more vulnerable to emotionally negative situations, such as self-harm, intense distress, or violence.

However, Future-oriented or Past-Positive-oriented individuals are less likely to have emotion dysregulation. This result broadens the existing literature on the relations between adaptive strategies of emotion regulation and both Future and Past-Positive time perspectives. The Past-Positive time profile was a critical predictor of emotion regulation deficits. Prior researches have noted the crucial role of Past-Positive time perspective on higher emotional well-being (Drake et al., 2008). These previous indications may explain why individuals are less likely to have difficulties in emotion regulation. Similarly, the Future time perspective was an essential indicator of emotion dysregulation. Future-oriented individuals are more likely to make plans for the future in order to get rid of the emotional discomfort that arises from possible future failure and may use effective emotional strategies more. Therefore, they are less likely to have deficits in emotion regulation. Making plans for future goals or positive view of past experiences may be an adaptive strategy to have stable emotional well-being. That is to say that both Past Positive and Future time perspectives may have a strategic role for emotion regulation deficits.

One unanticipated finding was that Past-Hedonistic had not a statistically significant effect on emotion regulation deficits. Past-Hedonistic is a time perspective that has higher impulsivity. Even though Leith and Baumeister (1996) showed that impulsiveness has a relationship with emotion regulation, findings from another study show that Present-Hedonistic oriented individuals control their emotional experiences better (Wang et al., 2015). The hypothesis of the current study is closer to the results of Wang et al. (2015). However, the

results of the present study did not support one of our hypothesis, which is that Present-Hedonistic orientation would be negatively associated with emotion dysregulation. Matthews and Stolarski (2015) emphasized that social context is an essential factor in evaluating possible interactions with Present-Hedonistic. Present-Hedonistic time profiles may not have emotionally negative consequences for our samples, consisting of university students but may cause emotional disturbance for adults or older adults. In other words, a hedonistic perspective may be emotionally damaging for adults or older adults trying to manage jobs, career progress, and family responsibilities. However, university students are more likely to behave in a relaxed way without feeling restricted by rules or accepted ways of doing things. Therefore, the Present-Hedonistic time perspective may not be emotionally damaging for young adults, as shown in our results. For this purpose, the relationship between Present-Hedonistic and emotion regulation deficits needs to be investigated in different age groups to understand the function of Present-Hedonistic on emotion regulation deficits.

It is the first time, as far as we know, that a relationship between emotion regulation difficulties and time perspectives has been revealed in an empirical study. Thus, these results should be considered preliminary. The present study addressed the literature gap by investigating the associations between time perspective and emotion regulation deficits. However, the current research has limitations that must be taken into account. First of all, the study was cross-sectional, and self-efficacy in emotion regulation was based on the self-reported measure. A cross-sectional design was used for this study, which is based on a cohort of university students aged 17 to 29 years, and the findings should not be viewed as causal. However, the results should be interpreted as strong associations were detected. Gratz and Roemer (2004) emphasized that some individuals have limited awareness of their emotional responses. It is suggested that emotion regulation deficits may be measured experimentally. The second limitation is related to scales that were used in the present research. DERS seems to measure only the regulation of the emotional state. There is a need to study the associations between other emotional states and time orientations.

Furthermore, Carelli, Wiberg, and Wiberg (2011) suggested that future time profiles should be separated as positive and negative so that the special effects of future time orientation on emotion regulation deficits may be changed with positive and negative future time orientation. Therefore, future studies may need to investigate whether positive and negative future time orientations have a direct effect on emotion regulation deficits. Thirdly, the model of the current study consisted of direct paths from time perspectives to emotion regulation deficits. However, some psychological factors like perceived stress and emotional intelligence may mediate the relationship of time perspective to emotion regulation deficits.

Besides, emotion regulation deficits may mediate the association of time orientation to psychological well-being. Future researches are needed to study these mediation effects between these variables.

The present study shows that Past-Negative, Past-Positive, Present-Fatalistic, and Future time perspectives were associated with emotion regulation deficits directly. Findings from the study suggest that maladaptive time perspectives like Past-Negative and Present-Fatalistic tend to influence emotion regulation negatively, and adaptive ones like Future and Past-Positive may promote emotion regulation positively. A simple recommendation drawn from these findings may be to decrease maladaptive time perspectives and to increase adaptive time perspectives among individuals. More specifically, practitioners or therapists should guide people to increase their habits for making plans for future goals to minimize emotional disturbances. Also, individuals should be supported psychologically to have a more optimistic perspective of the past and future. Therefore, even interventions only about time perspectives can have positive effects on mental health. Currently, Cognitive Behavioral Therapy (CBT) and Acceptance and Commitment Therapy (ACT) have components that work on time perspectives. For example, CBT includes making plans for the future goals of individuals, and ACT tries to make the individual accept his/her past and present emotional state as they are. Zimbardo et al. (2012), on the other hand, worked on time perspective therapy that emphasized changing time perspectives directly. The primary purpose of the sessions they conduct with individuals with PTSD is to change the individual's past-negative time perspective into past-positive and future. That is, they try to prevent the person from getting stuck in the past trauma, to focus on the strengths of the past and the positive things in the future.

## References

- Adrian, M., Jenness, J., Kuehn, K., Smith, M., & McLaughlin, K. (2019). Emotion regulation processes linking peer victimization to anxiety and depression symptoms in adolescence. *Development and Psychopathology, 31*(3), 999-1009.
- Arbuckle, J.L. (2013). *IBM SPSS AMOS 22 Users Guide*. IBM Corp.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The exercise of control*. New York, NY: Freeman.
- Bardeen, J. R., Kumpula, M. J., & Orcutt, H. K. (2013). Emotion regulation difficulties as a prospective predictor of posttraumatic stress symptoms following a mass shooting. *Journal of Anxiety Disorders, 27*(2), 188-196. doi: 10.1016/j.janxdis.2013.01.003
- Birk, J. L., & Bonanno, G. A. (2016). When to throw the switch: The adaptiveness of modifying emotion regulation strategies based on affective and physiological feedback. *Emotion, 16*(5), 657-670.
- Blais-Rochette, C., & Miranda, D. (2016). Music-evoked autobiographical memories, emotion regulation, time perspective, and mental health. *Musicae Scientiae, 20*(1), 26-52. doi: 10.1177/1029864915626967
- Bolotova, A. K., & Hachaturova, M. R. (2013). The role of time perspective in coping behavior. *Psychology in Russia, 6*(3), 120-131, doi: 10.11621/pir.2013.0311
- Calkins, S. D. (1994). Origins and outcomes of individual differences in emotion regulation. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59*(2-3), 53-72.
- Carelli, M. G., Wiberg, B., & Wiberg, M. (2011). Development and construct validation of the Swedish Zimbardo time perspective inventory. *European Journal of Psychological Assessment, 27*(4), 220-227. doi: 10.1027/1015-5759/a000076
- Carter, D. C. (1997). *Doing quantitative psychological research: From design to report*. East Sussex, UK: Psychology Press.
- Chiu, H. T., Yee, L. T. S., Kwan, J. L. Y., Cheung, R. Y. M., & Hou, W. K. (2019). Interactive association between negative emotion regulation and savoring is linked to anxiety symptoms among college students. *Journal of American College Health, 1-8*.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. D. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59*(240), 73-100. doi: 10.1111/j.1540-5834.1994.tb01278.x
- Desmyter, F., & De Raedt, R. (2012). The relationship between time perspective and subjective well-being of older adults. *Psychologica Belgica, 52*(1), 19-38. doi: 10.5334/pb-52-1-19
- Diener, E., & Emmons, R. A. (1985). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 47*(5), 1105-1117.
- Doolan, E.L. Bryant, R.A. Liddell, B.J., & Nickerson, A. (2017). The conceptualization of emotion regulation difficulties, and its association with posttraumatic stress symptoms in traumatized refugees. *Journal of Anxiety Disorders, 50*, 7–14.
- Drake, L., Duncan, E., Sutherland, F., Abernethy, C., & Henry, C. (2008). Time perspective and correlates of well-being. *Time and Society, 17*(1), 47–61.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 26*(1), 41-54. doi: 10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94



- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2008). The relationship between emotion dysregulation and deliberate self-harm among female undergraduate students at an urban commuter university. *Cognitive Behaviour Therapy, 37*(1), 14-25. doi: 10.1080/16506070701819524
- Güler, E. A. (2008). Relationship between future time orientation, adaptive self-regulation, and well-being: self-type. Unpublished doctoral thesis. Middle East Technical University, Ankara.
- Hu, T., Zhang, D., Wang, J., Mistry, R., Ran, G., & Wang, X. (2014). Relation between emotion regulation and mental health: A meta-analysis review. *Psychological Reports, 114*(2), 341-362.
- Kelly, N. J., Glazer, J. E., Pornpattananangkul, N., & Nusslock, R. (2019). Reappraisal and suppression emotion-regulation tendencies differentially predict reward-responsivity and psychological well-being. *Biological Psychology, 140*, 35-47.
- Krkovic, K., Krinki, S., & Lincoln, T. M. (2018). Emotion regulation as a moderator of the interplay between self-reported and physiological stress and paranoia. *European Psychiatry, 49*, 43-49.
- Lang, F. R., & Carstensen, L. L. (2002). Time counts: Future time perspective, goals, and social relationships. *Psychology and Aging, 17*(1), 125.
- Leith, K. P., & Baumeister, R. F. (1996). Why do bad moods increase self-defeating behavior? Emotion, risk taking, and self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*(6), 1250-1267. doi: 10.1037/0022-3514.71.6.1250
- Matthews, G., & Stolarski, M. (2015). Emotional processes in development and dynamics of individual time perspective. In M. Stolarski, W. van Beek, & N. Fieulaine (Eds.), *Time perspective theory: Review, research and applications* (pp. 269-286), Switzerland: Springer International Publishing.
- Mérida-López, S., Extremera, N., & Rey, L. (2017). Contributions of work-related stress and emotional intelligence to teacher engagement: Additive and interactive effects. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 14*(10), 1156-1171.
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Pickett, S. M., Barbaro, N., & Mello, D. (2016). The relationship between subjective sleep disturbance, sleep quality, and emotion regulation difficulties in a sample of college students reporting trauma exposure. *Psychological Trauma Theory Research Practice and Policy, 8*(1), 25-33. doi: 10.1037/tra0000064
- Rothbart, M. K., Sheese, B. E., & Posner, M. I. (2014). Temperament and emotion regulation. In: J. J. Gross (Eds.), *Handbook of emotion regulation* (2<sup>nd</sup> ed.), (pp. 305-320). New York, NY: The Guilford Press.
- Rugancı, R.N., & Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of a Turkish version of the difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Clinical Psychology, 66*(4), 442-455. doi: /10.1002/jclp.20665
- Shorey, R. C., Brasfield, H., Febres, J., & Stuart, G. L. (2011). An examination of the association between difficulties with emotion regulation and dating violence perpetration. *Journal of Aggression, Maltreatment, and Trauma, 20*(8), 870-885. doi: 10.1080/10926771.2011.629342
- Sijtsma, K. (2009). On the use, the misuse, and the very limited usefulness of Cronbachs alpha. *Psychometrika, 74*(1), 107-120.
- Sloan, E., Hall, K., Moulding, R., Bryce, S., Mildred, H., & Staiger, P.K. (2017). Emotion regulation as a transdiagnostic treatment construct across anxiety, depression, substance, eating and borderline personality disorders: A systematic review. *Clinical Psychology Review, 57*, 141-163.

- Śmieja, M., Mrozowicz, M., & Kobylińska, D. (2011). Emotional intelligence and emotion regulation strategies. *Studia Psychologiczne*, 49(5), 55-64. doi: 10.2478/v10167-010-0040-x
- Stolarski, M., Bitner, J., & Zimbardo, P. G. (2011). Time perspective, emotional intelligence and discounting of delayed awards. *Time and Society*, 20(3), 346-363. doi: .1177/0961463X11414296
- Stolarski, M., Fieulaine, N., & Zimbardo, P. G. (2018). Putting time in a wider perspective: The past, the present, and the future of time perspective theory, In V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (Eds.), *The SAGE Handbook of Personality and Individual Differences* (pp. 592-628). Thousand Oaks, CA: SAGE Publishing.
- Stolarski, M., & Matthews, G. (2016). Time perspectives predict mood states and satisfaction with life over and above personality. *Current Psychology*, 35, 516–526.
- Stolarski, M., Matthews, G., Postek, S., Zimbardo, P. G., & Bitner, J. (2014). How we feel is a matter of time: Relationships between time perspectives and mood. *Journal of Happiness Studies*, 15(4), 809-827. doi: 0.1007/s10902-013-9450-y
- Stolarski, M., Waleriańczyk, W., & Pruszczyk, D. (2019). Introducing temporal theory to the field of sport psychology: Towards a conceptual model of time perspectives in athletes functioning. *Frontiers in Psychology*, 9, 2772-2786.
- Taylor, J., & Wilson, J. C. (2016). Failing time after time: time perspective, procrastination, and cognitive reappraisal in goal failure. *Journal of Applied Social Psychology*, 46(10), 557-564. doi: 10.1111/jasp.12383
- Tuckman, B.W. (1999). *Conducting educational research* (5th ed.). Belmont, CA: Wadsworth.
- Wang, Y., Chen, X., Cui, J., & Liu, L. (2015). Testing the Zimbardo time perspective inventory in the Chinese context. *PsyCh Journal*, 4(3), 166–175. doi: 10.1002/pchj.103
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measure of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1271-1288.
- Zimbardo, P.G., & Boyd, J. (2009). *The time paradox: The new psychology of time that will change your life*. US: Thorndike Press.
- Zimbardo, P. G., Sword, R. M., & Sword, R. K. (2012). *The time cure: Overcoming PTSD with the new psychology of time perspective therapy*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

## Zaman Perspektifi Duygu Düzenleme İçin Neden  nemlidir? Genç Yetişkinlerde Zaman Perspektiflerinin Duygu D zensizliklerindeki Rolü

###  zet

Duygu düzenleme, birinin duyguları üzerinde kontrol sağlamak veya duygusal deneyimlerine anlam vermek gibi kendi kendini düzenleme ile ilgilidir. Sağlıklı bir duygu düzenleme, kişinin psikolojik (Adrian, Jenness, Kuehn, Smith ve McLaughlin, 2019; Chiu, Yee, Kwan, Cheung ve Hou, 2019; Kelly, Glazer, Pornpattananangkul ve Nusslock, 2019; M rida-L pez, Extremera ve Rey, 2017; meta-analiz çalışması için bkz. Hu ve ark., 2014) ve fiziksel (Birk ve Bonanno, 2016; Krkovic, Krinki, ve Lincoln, 2018) olarak iyi oluşu açısından önemlidir. Buna karşılık, duygu düzenlemedeki güçlükler, genç yetişkinler arasında çeşitli psikolojik bozuklukların olası bir göstergesi olarak kabul edilmektedir (Doolan, Bryant, Liddell ve Nickerson, 2017; derleme için Sloan ve diğerleri, 2017). Bunun yanı sıra, duygu düzensizliğinin genç yetişkinler arasında, kendilerini kasten yaralama, yoğun sıkıntı ve insanlara zarar vermeyi amaçlayan eylemler gibi nispeten yaygın olan olumsuz sonuçlarla bağlantılı olduğu bilinmektedir (Barden, Kumpula ve Orcutt, 2013; Gratz ve Roemer, 2008; Pickett, Barbaro ve Mello, 2016; Shorey, Brasfield, Febres ve Stuart, 2011). Cole, Michel ve Teti (1994), öğrenilen inanç ve davranışların duygu düzenleme üzerindeki etkisini vurgulamaktadır. Örneğin, bilişsel-davranışçı klinik bakış açısına göre d şunme tarzı, atıf stilleri ve davranış kalıpları uyumlu olmayan duyguların belirtilerinin ortaya çıkmasında ve düzenlenmesinde çok önemli bir role sahiptir (Cole, Michel ve Teti, 1994). Cole, Michel ve Teti (1994), bu bilişsel-davranışçı açıklamanın, bireylerin ya uyumsuz d şunme biçimini ve olumsuz duygularını koruyan stratejileri öğrendiklerini ya da duyguları düzenlemedeki adaptif davranışları öğrenmede yetersiz oldukları varsayımına dayandıklarını belirtmişlerdir. Bireyler d şunme biçimleri, atıf stilleri ve davranış biçimleri bakımından birbirlerinden farklılaşır. Bu nedenle, bu yönlerdeki farklılıkların duyguları düzenleme biçimini etkilediğini söylemek mümkündür.

Araştırmacılar, bireysel farklılığın duygu düzenlemedeki rolüne yeterince dikkat etmemişlerdir. Her ne kadar bazı araştırmalar mizacın duygu düzenlemede rolünü araştırmış olsa da (derleme için; Rothbart, Sheese ve Posner, 2014), bireysel farklılıkların bir diğer önemli  ls  olan zaman perspektifi ile duygu düzenleme arasındaki ilişki hakkında çok az yayınlanmış bilgi bulunmaktadır. Bununla birlikte, daha önce yapılan hiçbir çalışma duygu düzenleme bozukluğu ile zaman perspektifleri arasında bir ilişki olup olmadığını araştırmamıştır. Bazı araştırmalar, zaman perspektifinin mevcut duygusal durumu belirleyen temel bir faktör gibi göründüğünü ileri s rmiştir (Desmyter ve De Raedt, 2012; Stolarski,

Bitner ve Zimbardo, 2011; Stolarski ve Matthews, 2016; Stolarski, Matthews, Postek, Zimbardo ve Bitner, 2014). Bireyler genellikle belirli bir duruma ve hatta duygusal duruma, tutumlara ve kişisel hedeflere yönelik tepki verirken sahip oldukları zaman perspektifleri (geçmiş, şimdi ve gelecek) bu tepkiyi etkilemektedir (Stolarski, Fieulaine, ve Zimbardo, 2018). Zaman perspektiflerindeki bireysel farklılıklar, birinin duygu düzenleme stratejilerini etkiliyor olduğu bulunmuştur (Blais-Rochette ve Miranda, 2016; Bolotova ve Hachaturova, 2013; Taylor ve Wilson, 2016; Wang, Chen, Cui ve Liu, 2015). Bu çalışma, zaman perspektifleri ve duygu düzenleme eksiklikleri arasındaki ilişkiyi daha derinden anlamayı amaçlamaktadır. Bulgular, zaman perspektifleri ve duygu düzenleme alanına önemli bir katkı sağlayacaktır.

Bu çalışma için veriler 192 üniversite öğrencisinden (yaş aralığı: 17-29;  $M_{age} = 20.46$  yıl;  $SS = 1.6$ ; % 76 kadın) alınmıştır. Bulgular,  $\chi^2(28) = 47,657$ ;  $p = .012$ ;  $\chi^2/df = 1.70$ ;  $GFI = .95$ ;  $CFI = .96$ ;  $RMSEA = .06$ ;  $SRMR = .05$ , hipotez edilen modelin veriye iyi bir şekilde uyduğunu göstermiştir. Duygu Düzenlemedeki Güçlükler Ölçeği (DDGÖ) için  $R^2$  değeri 0.41'dir. Geçmiş-Olumsuz, Geçmiş-Olumlu, Şimdi-Kaderci ve Gelecek zaman perspektiflerinin duygu düzenleme eksiklikleri üzerinde doğrudan etkisi olduğu gösterilmiştir. Bu zaman perspektifleri, duygu düzenleme bozukluğundaki değişimin % 41'ini doğrudan açıklamıştır. Geçmiş-Olumsuz'dan DDGÖ'ye ve Şimdi-Kaderci'den DDGÖ'ye giden yol anlamlıdır (sırasıyla;  $\beta = .37$ , Critical Ratio = 5.001;  $\beta = .22$ , Critical Ratio = 3.63). Gelecek ve Geçmiş-Olumlu zaman perspektifleri DDGÖ'yü olumsuz yönde etkilemiştir (sırasıyla;  $\beta = -.33$ , Critical Ratio = -4.38;  $\beta = .37$ , Critical Ratio = -2.47,  $p = .013$ ). Genel olarak, bu sonuçlar hipotezlerimizle uyumludur. Gelecek ve Geçmiş-Olumlu zaman perspektifleri, duygu düzenlemede olumsuz bir şekilde öngörülen zorlukları yordamaktadır. Şimdi-Kaderci ve Geçmiş-Negatif zaman perspektifleri, duygu düzenlemede zorlukları pozitif olarak yordar. Ancak, hipotezimizden biri sonuçlar tarafından desteklenmemiştir. Şimdi-Hazcı zaman perspektifi, duygu düzenlemedeki zorluklarla anlamlı bir şekilde ilişkili bulunmamıştır.

Bildiğimiz kadarıyla, bu çalışma duygu düzenlemedeki zorluklarla, zaman perspektifleri arasındaki ilişkinin ampirik bir çalışmada ortaya konduğu ilk çalışmadır. Bu çalışma, Geçmiş-Olumsuz, Geçmiş-Olumlu, Şimdi-Kaderci ve Gelecek zaman perspektiflerinin doğrudan duygu düzenlemedeki güçlüklerle ilişkili olduğunu göstermektedir. Çalışmadan elde edilen bulgular, Geçmiş-Olumsuz ve Şimdi-Kaderci gibi uyumsuz zaman perspektiflerinin duygu düzenlemesini olumsuz yönde etkilediğini; Gelecek ve Geçmiş-Olumlu gibi uyumlu zaman perspektiflerinin duygu düzenlemesini olumlu yönde etkileyebileceğini göstermektedir. Bu bulgulardan, uyumsuz zaman perspektiflerini azaltmak ve bireyler arasında uyumlu zaman perspektiflerini artırmanın duygu düzenleme üzerinde olumlu etkileri olabileceği çıkarımı yapılabilir. Daha spesifik olarak, terapistler (örneğin

bilişsel-davranıcı terapistler ve kabul ve kararlılık terapistleri) duygusal rahatsızlıkları en aza indirebilmek için gelecek hedeflere yönelik planlar yapma alışkanlıklarını artırma konusunda insanları yönlendirebilir. Ayrıca, geçmiş ve gelecek hakkında daha iyimser bir bakış açısına sahip olmak için bireylerin psikolojik olarak desteklenmesi gerekebilir. Bu nedenle, zaman perspektifi terapisi (Zimbardo ve ark., 2012), duyu düzenleme ile ilgili sorunları olan insanlar arasında yeni bir terapötik müdahale olabilir.

Nicel Araştırma

**Kurum Bakımındaki Ergenlerin Olumlu Sosyal ve Problemlı Davranışları ile İlişkili Faktörlerin Karşılaştırmalı Örneklemle İncelenmesi**Gönül ATLI ASLAN<sup>1</sup>, Dilek SARITAŞ ATALAR<sup>2\*</sup><sup>1</sup>Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Diyarbakır, Türkiye<sup>2</sup>Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye**Makale Bilgisi****Öz****Anahtar kelimeler:**

ergenler,  
akran ilişkileri,  
sosyal destek,  
bilişsel duygu  
düzenleme  
stratejileri,  
olumlu sosyal  
davranış

Bu çalışmanın amacı korunma altında olan ve ailesi ile yaşayan ergenlerin olumlu sosyal davranışlarını ve davranış problemlerini yordayan faktörleri (örn., akran ilişkileri, algıladıkları sosyal destek mekanizmaları ve bilişsel duygu düzenleme becerileri) incelemektir. Araştırmanın örneklemini Diyarbakır Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü tarafından korunma altına alınmış yaşları 10 ile 17 yıl arasında değişen 79 (% 57 erkek) ergen ve ailesi ile yaşayan aynı yaş grubunda 95 (% 44.2 erkek) ergen oluşturmaktadır. İki grubun değişkenler açısından karşılaştırıldığı analiz sonuçları korunma altında olan ergenlerin diğerlerine kıyasla hem sosyal destek sistemlerinin hem de duygularını düzenleme becerilerinin daha zayıf olduğunu göstermiştir. İkinci olarak, ergenlerin olumlu sosyal davranışlarını ve davranış problemlerini yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla korunma altında olan ve ailesi ile yaşayan ergenlere ayrı ayrı hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Bulgulara göre korunma altındaki ergenlerin olumlu sosyal davranışlarını arkadaşlarından algıladıkları sosyal destek ve olumlu bilişsel duygu düzenleme stratejileri yordamaktadır. Korunma altındaki ergenlerin davranış problemlerini ise arkadaştan algılanan sosyal destek, olumlu bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejileri istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordamaktadır. Öte yandan ailesi ile yaşayan ergenlerin olumlu sosyal davranışlarını olumlu ve olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejileri yordamaktadır. Yine ailesi ile yaşayan ergenlerin davranış problemlerini arkadaştan algılanan sosyal destek ve olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejileri anlamlı şekilde yordamaktadır.

**Abstract****Keywords:**

adolescents,  
peer relations,  
social support,  
emotion  
regulation,  
prosocial behaviors

The aim of the present study was to examine factors (i.e., perceived social support, peer relationship, cognitive emotion regulation skills) predicting prosocial and problem behaviors of adolescents who are in institutional care and of those living with their families. Participants were 79 adolescents who are in institutional care, ranged in age between 10 and 17 years old and 95 adolescents living with their family, ranged in age between 10 and 17 years old in Diyarbakır. The results of which compare two groups in terms of study variables revealed that adolescents in institutional care have a weaker social support system and they have more difficulty in regulating their emotions. Separate hierarchical regression analyses were conducted to examine the predictors of prosocial and problem behaviors of adolescents who are in institutional care and of those living with their families. The results revealed that perceived peer support and adaptive cognitive emotion regulation strategies predict prosocial behaviors of adolescents in institutional care. On the other hand, perceived peer support, adaptive and maladaptive cognitive emotion regulation strategies predict the problem behaviors of adolescents in institutional care. Adaptive and maladaptive cognitive emotion regulation strategies predict prosocial behaviors of adolescents living with their families. On the other hand, perceived peer support and maladaptive cognitive emotion regulation strategies predict the problem behaviors of adolescents living with their families.

\*Sorumlu Yazar, Ankara Üniversitesi, DTCF, Psikoloji Bölümü, 06100, Sıhhiye, Ankara.

e-posta: dsaritas@ankara.edu.tr

DOI: 10.31682/ayna.650756

Gönderim Tarihi (Received): 25.11.2019; Kabul Tarihi (Accepted): 27.05.2020

2148-4376/ All rights reserved.

## Giriş

Aile içinde ihtiyaçların karşılık bulmaması, aile içi sorunlar, ebeveyn kaybı, yoksulluk, ihmal veya istismar gibi çeşitli nedenlerle çocuk ve ergenler kurum bakımına alınabilirler. Uluslararası ve ulusal alan yazında kurum bakımının rolü birçok araştırmacı tarafından farklı boyutlarıyla ele alınmış ve kurum bakımına neden olan deneyimlerin benlik saygısı, kişilerarası ilişkiler, madde kullanımı ve psikopatoloji gibi çeşitli psikolojik faktörler ile ilişkileri belirtilmiştir. (Bilgin, 2015; Çalıköğlü, 2010; Escobar, Pereira ve Santelices, 2014). Araştırma bulguları, ebeveynden yoksun yetişmenin çocuk üzerinde olumsuz etkileri olduğunu göstermektedir (Sloutsky, 1997; Üstüner, Erol ve Şimşek, 2005). Örneğin, ailesi ile yaşayan çocukların kurum bakımında olan çocuklara oranla travma sonrası stres bozukluğu ile ilişkili semptomları daha belirgin bir şekilde geliştirdikleri sonucuna ulaşılmıştır (Ahmad ve ark., 2005). Buna karşılık, kurum bakımında olan çocukların daha yoğun korku yaşamaları (Stevenson, 1952) ise ebeveyn eksikliğinin yıkıcı etkisine örnek verilebilir. Benzer durum algılanan sosyal destek için de geçerlidir. Algılanan sosyal desteğin çocukların duygusal ve davranışsal problemlerine karşı koruyucu rolü saptanmışken (Şimşek, Erol, Öztop ve Münir, 2007) kurum bakımındaki çocukların sosyal destek sistemlerinin zayıf olduğu görülmüştür (Bilgin, 2015; Şimşek, Erol, Öztop ve Özer Özcan, 2008). Dolayısıyla kurum bakımında olan ve ailesi ile yaşayan çocuklar arasında psikolojik faktörler açısından fark olması beklenmektedir.

Geçmiş çalışmalara bakıldığında çoğunlukla kurum bakımındaki bebek ve küçük çocukların psiko-sosyal gelişimlerine odaklanıldığı, kurum bakımındaki ergenlerle yapılan çalışmaların ise sınırlı olduğu görülmektedir. Ancak, ergenlik bedensel, zihinsel ve duygusal olarak önemli değişimlerin yaşandığı ve anne babadan ayrışma mücadelesinin verildiği, yine de değişken duygu durumları ile baş etmede ana-babanın rehberliğinin çok önemli olduğu bir dönemdir (Steinberg ve Silk, 2002). O nedenle, bu dönemde ihtiyaç duydukları ebeveyn rehberliğinden mahrum kalmalarının ergenler üzerindeki rolünü incelemek önemlidir. Bu çalışma kapsamında, kurum bakımında olan ve ailesi ile yaşayan ergenlerin olumlu sosyal ve problemleri davranışlarının ve bu davranışların öncülleri olarak ele alınan çeşitli psikolojik faktörlerin karşılaştırılması amaçlanmıştır.

### **Olumlu Sosyal ve Problemleri Davranışlar ile İlişkili Faktörler**

Olumlu sosyal davranışlar başkalarına fayda sağlama amacı taşıyan gönüllü davranışlar olarak tanımlanır ve bireylerin gelişiminde önemli etkileri olduğu gözlenmektedir (Eisenberg, 1986). Olumlu sosyal davranışlar sergileyen bireyler hem olumsuz durumlarla daha kolay baş

edebilirler hem de yaşamları boyunca daha uyumlu olurlar (Caprara, Kanacri, Zuffiano, Gerbino ve Pastorelli, 2015). Araştırmalar, ergenlerin olumlu sosyal davranışları arttıkça, özgüvenlerinin (Zuffiano ve ark., 2014) ve akademik başarılarının (Caprara, Barbaranelli, Pastorelli, Bandura ve Zimbardo, 2000) arttığını göstermiştir. Bununla beraber, ergenlerin depresyon (Bandura, Pastorelli, Barbaranelli ve Caprara, 1999) ve akran zorbalığı (Raskauskas, Gregory, Harvey, Rifshana ve Evans, 2010) ile baş etmelerinde de önemli olabileceği belirtilmiştir. Caprara ve arkadaşları (2015) olumlu sosyal davranışları teşvik etmek için tasarlanmış okul temelli bir müdahale programının etkisini ele aldıkları bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Çalışmaya katılan ergenler deney grubu ve kontrol grubu olarak ikiye ayrılmıştır. Altı ay aralıklarla ve üç defa tekrarlanan ölçüm sonuçlarına göre; deney grubundaki ergenlerde olumlu sosyal davranışların artmasıyla beraber sözel ve fiziksel saldırganlığın zaman içerisinde azaldığı görülmüştür. Aynı zamanda olumlu sosyal davranış artışının sözel saldırganlığın azalmasına aracılık ettiği ve akademik başarının deney grubunda daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Benzer şekilde, olumlu sosyal davranışlar ile akademik başarının ilişkisini ele alan araştırmacılar, ergenlerin akademik başarılarını beş yıl arayla ölçmüş ve erken dönemde sahip olunan olumlu sosyal davranışın beş yıl sonra ölçülen akademik başarıyı güçlü bir şekilde yordadığını saptamışlardır (Caprara ve ark., 2000). Eisenberg, Fabes ve Spinrad (2006) da olumlu sosyal davranışların rolünden bahsederken olumlu sosyal davranış sergileyen ergenlerin daha az olumlu sosyal davranış sergileyenlere kıyasla daha iyi akran ilişkilerine sahip olduğunu belirtmişlerdir.

Buna karşılık problemlerli davranışlar ise sigara içme, alkol kullanma, diğer uyuşturucu maddeleri kullanma, erken yaşta cinsel ilişkiye girme ve anti-sosyal davranışlar sergileme gibi problemlerli davranışları kapsamaktadır (Jessor ve Jessor, 1977). Ergenlerdeki problemlerli davranışların, aile içerisinde yaşanan çatışma düzeyi ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu çatışmaların artmasıyla ergenlerde sigara ve alkol kullanımı, anti-sosyal davranış sergileme ve erken yaşta cinsel ilişkiye girme sıklığı artmıştır (Siyez ve Aysan, 2007). Aile ile çocuk arasındaki ilişkiyi göz önünde bulundurarak, 695 lise öğrencisi ile gerçekleştirilmiş olan bir çalışmada Bulut (2010), ergenlerde görülen kural dışı davranışları aile işlevselliği, aile risk faktörleri ve yaşam kalitesi açısından incelemiştir. Bulgular problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü ve genel işlevler açısından etkin olmayan ailelere sahip ergenlerin etkin ailelere sahip ergenlere kıyasla kuraldışı davranışları daha çok sergilediklerini göstermiştir. Aynı zamanda problemlerli davranışları sergileme konusunda arkadaşlarından baskı gördüğünü belirten ergenlerin söz konusu davranışları içselleştirme eğilimlerinin yüksek olduğu görülmüştür (Siyez ve Aysan, 2007). Tüm bunların yanında depresif duygu durumu, yabancılaşma duygusu, günlük



yaşamda algılanan stres, okulu bırakma düşüncesi, risk alma eğilimi, alkol kullanma gibi risk faktörlerinin de problemlili davranışların yordanmasına % 61'lik katkı sağladığı saptanmıştır (Siyez ve Aysan, 2007).

Ahmad ve arkadaşlarının (2005) kurum bakımı ve koruyucu aile modelini karşılaştırdıkları çalışmalarının bulgularına göre ailesi ile yaşayan ergenler dışsallaştırma problemlerinde ve travma sonrası stres bozukluğu ile ilişkili semptomlarda kurum bakımında olan kişilere göre daha belirgin gelişme göstermiştir. Benzer bir şekilde Memişoğlu (2015) çocukların bakım tiplerine göre sergiledikleri davranışları incelemiş ve koruyucu aile yanında kalan çocukların kurum bakımında olan çocuklara göre daha az içselleştirme problemleri gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Türkiye'de 6-18 yaş arasındaki çocuk ve ergenlerle yapılan karşılaştırmalı bir çalışmaya göre ise kurum bakımında bulunan çocuk ve ergenlerin problemlili davranış puanları kurum bakımında olmayanlardan daha yüksektir. Algılanan sosyal destek ve ebeveyn veya akrabalarla düzenli iletişimin, çocukların duygusal ve davranışsal problemlerine karşı koruyucu olduğu saptanan çalışmada erken müdahale programlarının önemi vurgulanmıştır (Şimşek ve ark., 2007). Aynı çalışmada bu sonuçlara ek olarak kurumda kalma süresi ile sergilenen problemlili davranışlar arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Çalışmanın ilgi çekici bir diğer bulgusu ise ailesi ile iyi iletişimi olan çocukların kurumda da aynı aile bağlarını devam ettirme eğilimlerinin olmasıdır. Farklı bakım tiplerinin davranışlarla ilişkisinin incelendiği başka bir çalışmaya 6-17 yaş arasında çocuk ve ergenler katılmıştır. Buna göre sorunlu davranışların görülme sıklığı; biyolojik ailesi yanında yaşayan çocuklarda % 9.7, koruyucu aile yanında yaşayanlarda % 12.9, kurum bakımındaki çocuklarda ise % 43.5 olarak görülmüştür. Yine aynı çalışmada öğretmenlerden alınan bilgilere göre; koruyucu aile ve biyolojik aileleri ile yaşayanlara göre kurum bakımındaki çocuk ve ergenlerde daha fazla sorunlu davranış gözlenmektedir (Üstüner ve ark., 2005). Benzer şekilde Miller, Chan, Tirella ve Perrin (2009) de ebeveynler tarafından rapor edilen ve öğretmenlerin de onayladığı bulgularında okul çağında ve evlat edinilmiş olan çocukların % 44'ünün dışsallaştırma problemleri ve % 18'inin içselleştirme problemleri sergilediklerini belirtmişlerdir.. Aynı zamanda ebeveyn stresinin çocukların davranış problemleri ile aynı yönde ilişkili olduğu, çocukların zekâ seviyeleri ile davranış problemlerinin ise ters orantılı olduğu belirtilmiştir.

### **Çalışmanın Amacı**

Daha önce de belirtildiği gibi ebeveyn den yoksun kalmanın olumsuz etkileri üzerine yapılan çalışmaların çoğunlukla ergenlik öncesi gelişim dönemlerini kapsamaması dolayısıyla bu çalışma kapsamında kurum bakımında olan ergenlerin olumlu sosyal ve problemlili davranışları ile ilişkili faktörlerin ele alınması planlanmıştır. Bu doğrultuda ergenlik döneminin tipik

özelliği olarak akranlara verilen önemin artması dolayısıyla kurum bakımında olan ve ailesi ile yaşayan ergenlerin akran ilişkileri, aileden ve arkadaştan algıladıkları sosyal destekleri ve duygu düzenleme becerileri karşılaştırılmış ve ergenlerin olumlu sosyal ve problemlili davranışlarını ne oranda yordadıkları incelenmiştir.

## Yöntem

### Örneklem

Araştırmanın örneklemini Diyarbakır ilinde kurum bakımında olan ( $n = 79$ ) ve aileleriyle birlikte yaşayan ( $n = 95$ ) toplam 174 ortaokul ve lise öğrencisi oluşturmaktadır. Kurum bakımındaki ergenlerin ( $K = 34$ ;  $E = 45$ ) yaş ortalaması  $\bar{x} = 15.39 \pm 1.64$ 'dür. Bu ergenler, Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne bağlı Çocuk Destek Merkezleri, Çocuk Yuvası ve Kız Yetiştirme Yurdu ve Çocuk evleri gibi çeşitli kurumlarda kalmaktadır. Aileleriyle yaşayan ergenlerin ( $K = 53$ ;  $E = 42$ ) yaş ortalaması  $\bar{x} = 15.25 \pm 1.55$ 'dir. Bu ergenler karşılaştırma grubunu oluşturmaktadır. Her iki grubun yaşları 10 – 17 arasında değişmektedir.

### Veri Toplama Araçları

**Bilgi Toplama Formu.** Araştırmada, çocukların sosyo-demografik özellikleri hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacılar tarafından yapılandırılmış bir “Bilgi Toplama Formu” hazırlanmıştır. Bu formda katılımcının cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu, nerede yaşadığı, eğer kurumda kalıyor ise kurum hayatı ile ilgili maddeler (ne kadar zamandır kurum bakımında olduğu, kuruma geliş sebebi, kurum bakımından önce nerede kaldığı, kurum bakımında kardeş olma durumu, kurum değişikliğinin olup olmadığı, temasta bulunduğu herhangi bir ziyaretçisinin/akrabasının olup olmadığı), anne ve babanın hayatta olma ve birliktelik durumu ile katılımcının herhangi bir fiziksel ve/veya zihinsel bir engelinin olup olmadığı bilgileri) yer almaktadır. Form ailesi yanında kalan çocuklara bire bir uygulanırken kurum bakımındaki çocuklar için rahatsız edici olmaması açısından sorumlu personel tarafından doldurulmuştur.

**Akran İlişkileri Ölçeği (AİÖ).** Kaner (2002) tarafından geliştirilen, ergenlerin arkadaşlarıyla ilgili duygu ve düşüncelerini incelemeyi amaçlayan, 18 maddeden oluşan likert tipi bir ölçektir (1 = hiçbir zaman, 2= nadiren, 3= ara sıra, 4= sık sık, 5= her zaman) ve bağlılık, güven/özdeşim, kendini açma ve sadakat olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı .86, Spearman Brown test yarılama güvenilirlik katsayısı ise .73'tür. Ölçeğin alt boyutlarının güvenilirlik katsayıları ise sırayla bağlılık için  $\alpha = .86$ , güven ve özdeşim için  $\alpha = .69$ , kendini açma için  $\alpha = .58$  ve sadakat için  $\alpha = .58$  şeklindedir. Bu hesaplamalara ek olarak 60 denekle yapılan test-tekrar test güvenilirlik çalışması sonucunda da elde edilen

güvenirlilik katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır (Kaner, 2002). AİÖ'den alınan yüksek puan arkadaşlar ile olumlu ilişkileri, düşük puan ise olumsuz ilişkileri göstermektedir. Bu çalışmada ölçeğin güvenirlilik puanı kurum bakımındaki ergenler için sırayla bağlılık için  $\alpha = .92$ , güven/özdeşim için  $\alpha = .63$ , kendini açma için  $\alpha = .68$  ve sadakat için  $\alpha = .70$  şeklindedir. Ailesinin yanında kalan ergenlerin güvenirlilik puanları ise sırayla bağlılık için  $\alpha = .87$ , güven/özdeşim için  $\alpha = .74$ , kendini açma için  $\alpha = .66$  ve sadakat için  $\alpha = .57$  olarak bulunmuştur.

**Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ).** Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley (1988) tarafından geliştirilen ölçek Eker ve Arkar (1995) tarafından Türkçe'ye çevrilmiş ve Eker, Arkar ve Yaldız (2001) tarafından psikometrik özellikleri sınanmıştır. Ölçek aile, arkadaş ve özel kişi desteği olmak üzere 4'er maddeden oluşan üç alt boyutu bulunan, 7li likert tipinde bir ölçektir (1 = kesinlikle hayır ve 7 = kesinlikle evet). Ölçeğin güvenirlilik çalışmalarında Cronbach alfa değerleri 0.80 ile 0.95 arasında bulunarak ölçek ve alt ölçeklerin kabul edilebilir düzeyde iç tutarlık gösterdiği belirtilmiştir. Ek olarak; diğer ölçeklerle olan korelasyonlar, ölçeğin yapı geçerliliğini özellikle psikiyatri örnekleminde desteklemiştir (Eker ve ark., 2001). Alt ölçek puanlarının toplanmasıyla elde edilen değerlerin yüksek olması algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu göstermektedir. Bu çalışma kapsamında aile (örn., ihtiyacım olan duygusal yardımı ve desteği ailemden alırım) ve arkadaş (örn., işler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim) alt ölçekleri kullanılmıştır. Kurum bakımındaki ergenler için Cronbach alfa değeri aile alt ölçeği için .79, arkadaş alt ölçeği için .83 ve toplam puan için .82'dir. Ailesinin yanında kalan ergenler için ise Cronbach alfa değeri aile alt ölçeği için .79, arkadaş alt ölçeği için .77 ve toplam puan için .75'dir.

**Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği (BDDÖ).** Garnefski, Kraaij ve Spinhoven (2001) tarafından geliştirilen ölçek Tuna ve Bozo (2012) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek, 36 madde içeren 5li likert tipinde bir ölçektir (1 = hiçbir zaman, 2= nadiren, 3= bazen, 4= sık sık, 5= her zaman). Ölçek kendini suçlama (self-blame), diğerlerini suçlama (other-blame), kabul etme (acceptance), düşünceye odaklanma (rumination), pozitif tekrar odaklanma (positive refocusing), plana tekrar odaklanma (refocus on planning), pozitif yeniden gözden geçirme (positive reappraisal), bakış açısına yerleştirmek (putting into perspective) ve yıkım (catastrophizing) olmak üzere dokuz (9) alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılığını ölçmek için Cronbach Alfa katsayısı hesaplanmış ve katsayıları alt ölçekler için sırayla kendini suçlama için .72, kabul etme için .74, düşünceye odaklanma için .82, pozitif tekrar odaklanma için .81, plana tekrar odaklanma için .81, pozitif yeniden gözden geçirme için .79, yıkım için .83 ve diğerlerini suçlama için .82 şeklindedir. Alt ölçekler için bir ay arayla yapılan test-tekrar test yöntemi de aynı zamanda iyi sonuçlar vermiş ve kendini suçlama için .70, kabul etme için .58, düşünceye odaklanma için .65, pozitif tekrar odaklanma

için .66, plana tekrar odaklanma için .60, pozitif yeniden gözden geçirme için .63, yıkım için .64 ve diğerlerini suçlama için .50 olarak bulunmuştur (Tuna ve Bozo, 2012).

Garnefski ve Kraaij (2006) bilişsel duygu düzenleme alt boyutlarını olumlu (kabul etme, pozitif yeniden gözden geçirme, plana tekrar odaklanma, bakış açısına yerleştirme, pozitif tekrar odaklanma) ve olumsuz (kendini suçlama, yıkım, düşünceye odaklanma, diğerlerini suçlama) duygu düzenleme stratejileri adında iki gruba ayırmıştır. Bu çalışmada da benzer yol izlenmiş analizler ilgili alt ölçeklerin toplanmasıyla elde edilen bu iki değişkenle yürütülmüştür. Kurum bakımında olan ergenler için Cronbach alfa katsayıları olumlu duygu düzenleme stratejileri için  $\alpha = .86$  ve olumsuz duygu düzenleme stratejileri için  $\alpha = .72$  olarak bulunmuştur. Ailesi ile yaşayanlar için Cronbach alfa katsayıları olumlu duygu düzenleme stratejileri için  $\alpha = .76$  ve olumsuz duygu düzenleme stratejileri için  $\alpha = .74$  olarak bulunmuştur.

**Güçler ve Güçlükler Ölçeği (GGÖ).** Goodman (1997) tarafından geliştirilen ölçek Güvenir ve arkadaşları (2008) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, olumlu ve olumsuz davranış özelliklerini sorgulayan 25 soru içermekte ve Dikkat Eksikliği ve Aşırı Hareketlilik, Davranış Sorunları, Duygusal Sorunlar, Akran Sorunları ve Olumlu Sosyal Davranışlar olarak beş alt boyuttan oluşmaktadır (Güvenir ve ark., 2008). Ancak akran sorunları alt ölçeğinin güvenilirlik puanı çok düşük olduğu için Sarıtaş (2012) ölçeğin faktör yapısını tekrar incelemiş ve Cronbach alfa katsayıları duygusal sorunlar için  $\alpha = .75$ , olumlu sosyal davranış için  $\alpha = .61$ , davranış sorunları için  $\alpha = .51$ , aşırı hareketlilik / dikkat eksikliği için  $\alpha = .47$  olan dört faktörlü yapıya ulaşmıştır. Olumlu sosyal davranış alt ölçeği dışındaki alt ölçekler toplanarak toplam güçlük puanı elde edilmiş ve  $\alpha$  değeri .73 olarak bulunmuştur. Ölçek bu çalışmadaki tüm katılımcılara uygulanmış ve Sarıtaş'ın (2012) çalışmasında olduğu gibi olumlu sosyal davranış ve toplam güçlük değişkenlerinin güvenilirlik puanları hesaplanmıştır. Buna göre kurum bakımındakiler için Cronbach Alfa değerleri olumlu sosyal davranış için .75, toplam güçlük için ise .74 şeklindedir. Ailesi ile yaşayanlar için ise olumlu sosyal davranış için  $\alpha = .57$  ve toplam güçlük için  $\alpha = .70$  şeklindedir.

## İşlem

Araştırmanın dışlama ölçütleri gereği her iki grup için de fiziksel ve/veya zihinsel engeli olmadığı beyan edilen ergenlerle iletişime geçilmiştir. Aile içi cinsel istismar mağduru çocukların diğer ergenlere nazaran daha farklı psikolojik durumları ve aile ilişkileri olabileceğinden ve çalışma sonucunu etkileyebilecek farklı sonuçların elde edilme ihtimali üzerine kurum koruması altında yaşayan ergenler çalışma dışında tutulmuştur.

Çalışma için, Ankara Üniversitesi Etik Kurulu'ndan onay ve Diyarbakır ilinde bulunan bazı kurumlarda (Dicle, Eğil ve Şehitlik Çocuk Destek Merkezleri, Çocuk Yuvası ve Kız Yetiştirme Yurdu Müdürlüğü, Erkek Yetiştirme Yurdu Müdürlüğü, Çocuk Evleri Koordinasyon Merkezi Müdürlüğü) uygulama yapabilmek için Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'ndan yasal izin alınmıştır. Kurumlarda öncelikle ulaşılabilir sosyal servis personelleri (psikolog, sosyolog ve/veya sosyal çalışmacı) ile görüşülmüş ve bu kişiler aracılığıyla araştırma dışlama ölçütleri doğrultusunda uygun görülen ergenler ile iletişime geçilmiştir. Ergenlerin sözlü onayı alındıktan sonra tüm ölçeklerin ilk yazar gözetiminde doldurulması sağlanmıştır. Karşılaştırma grubu için ise ailelere "Bilgilendirilmiş Onam Formu" verilerek izinleri alınmış ve katılımcıların da sözlü izinleri alındıktan sonra ölçekler ilk yazar gözetiminde bireysel olarak uygulanmıştır.

## **Bulgular**

### **Sosyo-Demografik Özellikler**

Korunma altındaki katılımcıların 42'si ortaokul (% 53.2), 37'si ise lise (% 46.8) öğrencisidir. Katılımcıların 3'ünün (% 3.8) yoksulluk, 36'sının (% 45.6) aile birliğinin bozulması, 16'sının (% 20.3) istismar (örn., fiziksel ve/veya duygusal istismar, aile bireyleri dışında cinsel istismar), 7'sinin (% 8.9) terk ve 17'sinin (% 21.5) ise diğer sebepler ile kurum bakımına alındığı öğrenilmiştir. Bu bilgiler kurum personeli tarafından yapılan görüşmeler sonucu elde edilmiştir. Ailesi yanında kalan katılımcıların 28'i ortaokul (% 29.5), 67'si ise lise (% 70.5) öğrencisidir. Tüm katılımcıların anne ve babalarından en az birinin hayatta olduğu ve 92'sinin (% 52.8) anne ve babalarının birlikte yaşadığı öğrenilmiştir. Bu bilgiler katılımcılarla yapılan görüşmeler sonucu elde edilmiştir.

### **Betimleyici İstatistikler ve Değişkenler arası Korelasyonlar**

Değişkenlere ait ortalama ve standart sapma puanları ve değişkenler arası korelasyonlar kurumda ve ailesi ile yaşayan ergenler için ayrı ayrı hesaplanmış ve Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1.

## Değişkenlere ait Ortalama, Standart Sapma ve Korelasyonlar

<b>Ailesi ile Kalan Ergenler için</b>											
<b>Değişkenler</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. AİÖ-Bağlılık	1	.62***	.23*	.06	.82***	.26**	.28**	-.18	.05	.19	.25*
2. AİÖ-Güven/Özdeşim		1	.31**	.18	.80***	.23*	.15	-.07	.04	.27**	.22*
3. AİÖ-Kendini Açma			1	.41***	.61***	.22*	.13	-.11	.02	.24*	.17
4. AİÖ-Sadakat				1	.48***	.12	.17	.07	.08	.10	.14
5. AİÖ-Toplam					1	.31**	.28**	-.13	.06	.26*	.29**
6. ÇBASDÖ-Aile						1	.20	-.06	.16	.16	-.06
7. ÇBASDÖ-Arkadaş							1	-.45***	.20*	.01	-.18
8. GGA-Davranış Problemi								1	-.40***	.03	.39***
9. GGA-Olumlu Sosyal Davranış									1	.37***	-.08
10. BDDÖ-Olumlu Duygu Düzenleme										1	.45***
11. BDDÖ-Olumsuz Duygu Düzenleme											1
Ortalama	4.00	3.37	3.09	2.70	3.50	5.35	5.30	1.79	2.51	3.50	2.79
Standart Sapma	0.87	1.09	1.12	1.12	0.66	1.64	1.60	.31	.36	.58	.54
<b>Kurumda Kalan Ergenler için</b>											
<b>Değişkenler</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. AİÖ-Bağlılık	1	.54***	.45***	.13	.89***	.30**	.07	-.23*	.15	.23*	-.12
2. AİÖ-Güven/Özdeşim		1	.53***	.13	.76***	.12	-.08	.04	-.08	.02	-.21
3. AİÖ-Kendini Açma			1	.08	.68***	.08	.08	.12	.04	-.02	-.21
4. AİÖ-Sadakat				1	.36***	.12	-.01	.18	-.14	-.02	.00
5. AİÖ-Toplam					1	.26*	.04	-.06	.05	.08	-.08
6. ÇBASDÖ-Aile						1	.39***	.02	.30**	.29**	-.24*
7. ÇBASDÖ-Arkadaş							1	.23*	.33**	.21	.03
8. GGA-Davranış Problemi								1	-.23*	-.21	.18
9. GGA-Olumlu Sosyal Davranış									1	.69***	.18
10. BDDÖ-Olumlu Duygu Düzenleme										1	.34**
11. BDDÖ-Olumsuz Duygu Düzenleme											1
Ortalama	3.66	3.33	2.37	2.25	3.14	4.34	4.53	1.73	2.44	3.19	2.72
Standart Sapma	1.06	0.96	1.12	1.08	0.76	1.80	1.79	0.33	0.43	0.82	0.53

Not. AİÖ = Akran İlişkileri Ölçeği, ÇBASDÖ = Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, GGA = Güçler ve Güçlükler Anketi, BDDÖ = Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

## Değişkenler Açısından Cinsiyet ve Kalınan Yere Göre Farklılıklar

Araştırmada yer alan değişkenlerin ergenlerin cinsiyeti ve kaldıkları yere göre farklılaşıp farklılaşmadığını anlayabilmek için MANOVA analizleri uygulanmıştır. Öncelikle, Akran ilişkileri alt boyutları bağlılık, güven/özdeşim, kendini açma ve sadakatin ergenlerin cinsiyeti ve kaldığı yere göre farklılaşıp farklılaşmadığını anlayabilmek için 2 (Ergenin Cinsiyeti) X 2 (Kalınan Yer) çok faktörlü MANOVA uygulanmıştır. MANOVA bulgularına göre, sadece ergenlerin kaldığı yerin temel etkisi

istatistiksel olarak anlamlıdır ( $F [4, 167] = 5.76, p < .01, Wilks' \Lambda = .87, \eta^2 = .12$ ). Ergenlerin kaldıkları yere göre hangi akran ilişkileri alt ölçeklerinde istatistiksel olarak farklılık olduğunu tespit etmek için Bonferroni düzeltmesi uygulanmıştır. Bu düzeltme için alt boyut sayısı dört olduğundan Alfa değeri dörde bölünerek  $\alpha = .0125$ 'in altındaki değerler anlamlı kabul edilmiştir. Buna göre ailesi ile yaşayan ergenler (Ort. = 4.05) kurumda olan ergenlere (Ort. = 3.64) göre arkadaşlarına daha bağlı ( $F [1, 170] = 8.60, p < .01, \eta^2 = .04$ ) ve yine ailesi ile yaşayan ergenler (Ort. = 2.99) kurumda kalan ergenlere (Ort. = 2.36) kıyasla kendini açma, sorunlarını arkadaşlarıyla paylaşma konusunda daha açık bir yaklaşım benimsemektedirler ( $F [1, 170] = 13.54, p < .01, \eta^2 = .07$ ).

İkinci olarak, algılanan sosyal destek ölçeğinin aile ve arkadaş alt boyutlarının ergenlerin cinsiyetine ve kaldığı yere göre farklılaşıp farklılaşmadığını anlayabilmek için 2 (Ergenin Cinsiyeti) X 2 (Kalınan Yer) çok faktörlü MANOVA uygulanmıştır. MANOVA bulgularına göre, akran ilişkileri alt boyutları ile yapılan MANOVA sonuçlarıyla paralel olarak sadece ergenlerin kaldığı yerin temel etkisi anlamlıdır (Çok değişkenli  $F [2, 169] = 9.71, p < .05, Wilks' \Lambda = .89, \eta^2 = .10$ ). Ergenlerin kaldıkları yere göre algıladıkları hangi destekte istatistiksel olarak farklılık gösterdiğini tespit etmek için Bonferroni düzeltmesi uygulanmıştır. Bu düzeltme için alt boyut sayısı iki olduğundan alfa değeri ikiye bölünerek  $\alpha = .025$ 'in altındaki değerler anlamlı kabul edilmiştir. Bulgulara göre ailesi ile yaşayan ergenler (Ort. = 5.258) kurum bakımında olan ergenlere (Ort. = 4.531) göre daha çok aile desteği algılamaktadırlar ( $F [1, 170] = 8.65, p < .02, \eta^2 = .04$ ). Benzer bir şekilde ailesi ile yaşayan ergenlerin algıladıkları arkadaş desteği (Ort. = 5.35) kurum bakımında olan ergenlerin algıladığı arkadaş desteğine göre (Ort. = 4.34) daha yüksek bir ortalamaya sahiptir ( $F [1, 170] = 16.23, p < .02, \eta^2 = .08$ ).

Bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin olumlu ve olumsuz alt boyutlarının ergenlerin cinsiyetine ve kaldığı yere göre farklılaşıp farklılaşmadığını anlayabilmek için 2 (Ergenin Cinsiyeti) X 2 (Kalınan Yer) çok faktörlü MANOVA uygulanmıştır. Benzer şekilde, MANOVA bulgularına göre sadece ergenlerin kaldığı yerin temel etkisi anlamlıdır (Çok değişkenli  $F [2, 169] = 4.15, p < .05, Wilks' \Lambda = .95, \eta^2 = .04$ ). Ergenlerin kaldıkları yere göre hangi bilişsel duygu düzenleme stratejisinde istatistiksel olarak farklılık gösterdiğini tespit etmek için Bonferroni düzeltmesi uygulanmıştır. Bu düzeltme için alt boyut sayısı iki olduğundan alfa değeri ikiye bölünerek  $\alpha = .025$ 'in altındaki değerler anlamlı kabul edilmiştir. Bulgulara göre ailesi ile yaşayan ergenler (Ort. = 3.36) kurumda olan ergenlere (Ort. = 3.08) göre olumsuz durumlar karşısında daha olumlu duygu düzenleme stratejileri sergilemektedirler ( $F [1, 170] = 8.22, p < .02, \eta^2 = .04$ ). Olumsuz duygu düzenleme stratejilerini kullanma konusunda ise ailesi ile yaşayan ergenler (Ort. = 2.79) kurum bakımında olan ergenlere (Ort. = 2.73) kıyasla

daha yüksek ortalamaya sahip olmalarına rağmen aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $F[1, 170] = .55, p = .45, \eta^2 = .00$ ).

### **Kalınan Yer Açısından Regresyon Analizleri**

Güçler ve güçlükler anketi aracılığı ile elde edilen olumlu sosyal davranış ve davranış problemi puanlarını yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla korunma altında olan ve ailesi ile yaşayan ergenlere ayrı ayrı hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Korunma altında olan ergenlerin analizine öncelikle yaş, cinsiyet, kurumda kalma süresi ve kurum değişikliği değişkenleri eklenmiştir. Daha sonra sırasıyla akran ilişkileri ölçeği toplam puanı, çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin aile ve arkadaş alt boyutları ve bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin olumlu ve olumsuz alt boyutları analize eklenerek test edilmiştir. Ailesi yanında yaşayan ergenlerin analizine ise öncelikle yaş ve cinsiyet değişkenleri eklenmiştir. Daha sonra sırasıyla akran ilişkileri ölçeği toplam puanı, çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin aile ve arkadaş alt boyutları ve bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin olumlu ve olumsuz alt boyutları analize eklenerek test edilmiştir.

**Korunma altındaki ergenler için olumlu sosyal davranışı yordayan faktörler.** İlk aşamada yaş, cinsiyet, kurumda kalma süresi ve kurum değişikliği değişkenleri analize dâhil edilmiş ve olumlu sosyal davranıştaki varyansın % 11'inin açıklandığı görülmüştür. Bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ( $F$ değişimi  $[4, 74] = 2.41, p = .05$ ). Kurumda kalma süresinin korunma altındaki ergenlerin olumlu sosyal davranışı üzerinde yordayıcı etkisi olduğu görülmüştür ( $\beta = -.30, t = -2.68, p < .001$ ). Akran ilişkileri ölçeği toplam puanının modele girmesiyle olumlu sosyal davranıştaki varyansın hala % 11'inin açıklandığı ve olumlu sosyal davranış üzerindeki yordama gücünün istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur ( $F$ değişimi  $[1, 73] = .25, p = .61$ ). Üçüncü aşamada aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek puanları analize dâhil edilmiş ve olumlu sosyal davranıştaki varyans % 27'ye yükselmiştir ( $F[2, 71] = 7.50, p < .05$ ). Hem aileden algılanan sosyal desteğin ( $\beta = .24, t = 1.93, p < .05$ ) hem de arkadaştan algılanan sosyal desteğin korunma altındaki ergenlerin olumlu sosyal davranışı üzerinde yordayıcı etkisi olduğu görülmüştür ( $\beta = .27, t = 2.33, p < .05$ ). Son olarak olumlu ve olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejileri analize dâhil edilmiş ve olumlu sosyal davranıştaki varyans % 54'e yükselmiştir ( $F[2, 69] = 20.70, p < .001$ ). Analizin son aşamasındaki bulgulara göre olumlu bilişsel duygu düzenleme stratejileri ( $\beta = .62, t = 6.02, p < .001$ ) ve arkadaştan algılanan sosyal destek ( $\beta = .18, t = 1.94, p < .05$ ) olumlu sosyal davranışı anlamlı şekilde yordarken; olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin



( $\beta = -.04$ ,  $t = -.49$ ,  $p > .05$ ) olumlu sosyal davranış üzerinde anlamlı yordama gücünün olmadığı saptanmıştır.

**Ailesinin yanında kalan ergenler için olumlu sosyal davranışı yordayan faktörler.** İlk aşamada yaş ( $\beta = .04$ ,  $t = .46$ ,  $p > .05$ ) ve cinsiyet ( $\beta = .11$ ,  $t = 1.07$ ,  $p > .05$ ) analize dâhil edilmiş ve ergenlerin olumlu sosyal davranışını anlamlı şekilde yordamadıkları görülmüştür ( $F [2, 92] = .65$ ,  $p > .05$ ). İkinci aşamada analize eklenen akran ilişkilerinin de modele katkısının istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ( $F [1, 91] = .25$ ,  $p > .05$ ). Üçüncü aşamada aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek puanları analize dâhil edilmiş ve olumlu sosyal davranıştaki varyans % 6'ya yükselmiştir ( $F [2, 89] = 2.46$ ,  $p > .05$ ). Hem aileden ( $\beta = .13$ ,  $t = 1.24$ ,  $p > .05$ ) hem de arkadaştan ( $\beta = .18$ ,  $t = 1.67$ ,  $p > .05$ ) algılanan sosyal desteğin ailesi yanında yaşayan ergenlerin olumlu sosyal davranışı üzerinde anlamlı yordayıcı etkisi bulunmamıştır. Son olarak olumlu ve olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejileri modele dâhil edilmiş ve olumlu sosyal davranıştaki varyans % 27'ye yükselmiştir ( $F [2,87] = 12.08$ ,  $p < .001$ ). Bulgulara göre hem olumlu bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin ( $\beta = .53$ ,  $t = 4.91$ ,  $p < .001$ ) hem de olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin ( $\beta = -.23$ ,  $t = -2.15$ ,  $p < .05$ ) olumlu sosyal davranış üzerinde anlamlı yordama güçlerinin olduğu saptanmıştır.

**Korunma altındaki ergenler için davranış problemi puanını yordayan faktörler.** İlk aşamada yaş, cinsiyet, kurumda kalma süresi ve kurum değişikliği değişkenleri analize dâhil edilmiş ancak bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ( $F [4, 74] = .21$ ,  $p = .93$ ). İkinci aşamada analize sokulan akran ilişkileri ölçeği toplam puanının davranış problemi puanı üzerindeki yordama gücünün istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur ( $F [1, 73] = .22$ ,  $p = .95$ ). Üçüncü aşamada aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek ölçeği puanları analize dâhil edilmiş ve bu iki alt boyuttan algılanan sosyal desteğin de korunma altındaki ergenlerin davranış problemi puanı üzerinde yordayıcı etkisinin olmadığı görülmüştür ( $F [2, 71] = .75$ ,  $p = .62$ ). Son olarak olumlu ve olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejileri analize dâhil edilmiş ve toplam varyans % 22'ye yükselmiştir ( $F [2, 69] = 6.65$ ,  $p < .05$ ). Son aşamadaki bulgulara göre olumlu bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin ( $\beta = -.44$ ,  $t = -3.28$ ,  $p < .001$ ), olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin ( $\beta = .35$ ,  $t = 2.82$ ,  $p < .001$ ) ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin ( $\beta = .26$ ,  $t = 2.14$ ,  $p < .05$ ) davranış problemi puanı üzerinde anlamlı yordama gücünün olduğu saptanmıştır.

**Ailesi ile yaşayan ergenler için davranış problemi puanını yordayan faktörler.** İlk aşamada yaş ve cinsiyet analize dâhil edilmiş ve modelin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ( $F [2, 92] = .077$ ,  $p > .05$ ). İkinci aşamada akran ilişkileri ölçeği toplam puanının modele girmesiyle modelin hala istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ( $F [1, 91] = 1.45$ ,  $p > .05$ ). Üçüncü aşamada hem aileden hem de arkadaştan

algılanan sosyal destek puanları analize dâhil edilmiş ve davranış problemi puanındaki varyans % 20'ye yükselmiştir ( $F [2, 89] = 10.40, p < .05$ ). Aileden algılanan sosyal desteğin ailesi yanında yaşayan ergenlerin davranış problemi puanı üzerinde yordayıcı etkisi anlamlı bulunmamıştır ( $\beta = .03, t = .36, p > .05$ ). Arkadaştan algılanan sosyal desteğin ise ailesi yanında yaşayan ergenlerin davranış problemi puanı üzerinde anlamlı yordayıcı etkisi bulunmuştur ( $\beta = -.45, t = -4.55, p < .001$ ). Son olarak olumlu ve olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejileri modele dâhil edilmiş ve davranış problemi puanındaki varyans % 33'e yükselmiştir ( $F [2, 87] = 8.83, p < .001$ ). Son aşamadaki bulgulara göre olumlu bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin ( $\beta = -.13, t = -1.31, p > .05$ ) davranış problemi puanı üzerinde anlamlı yordama gücü bulunmazken; olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin ( $\beta = .44, t = 4.18, p < .001$ ) ve arkadaştan alınan sosyal desteğin ( $\beta = -.34, t = -3.65, p < .001$ ) davranış problemi puanı üzerinde anlamlı yordama gücüne sahip olduğu saptanmıştır.

### Tartışma

Bu çalışma kapsamında ilk olarak kurum bakımındaki ergenlerin olumlu sosyal ve problemli davranışları ile ilişkili olduğu düşünülen akran ilişkileri, algıladıkları sosyal destek, bilişsel duygu düzenleme stratejileri açısından ailesi ile yaşayan ergenlerle karşılaştırılması, ikinci olarak her iki grup için ayrı ayrı olmak üzere bu faktörlerin ergenlerin olumlu sosyal ve problemli davranışlarını yordayıcı rollerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Buna göre kurum bakımında olan ergenlerin ailesi ile yaşayanlara göre arkadaşlarına daha az bağlı ve arkadaşlarına karşı kendini açma, sorunlarını arkadaşlarıyla paylaşma konusunda daha mesafeli oldukları görülmüştür. Bu bulgu, Romanya yurtlarında kalan çocukların akran iletişiminden ve yakınlaşmasından kaçındıklarını gösteren bulguyla paralellik göstermektedir (Goldfarb, 1945). Ergenlerin akran gruplarıyla olan ilişkisinde ailelerinin önemli rol oynadığı göz önünde bulundurulduğunda (Pekel-Uludağlı ve Sayıl, 2009; Demir, Baran ve Ulusoy, 2005) aile eksikliği yaşayan kurum bakımındaki ergenlerin diğer gruba göre dezavantajlı olduğu görülmektedir. Akran ilişkilerini yönetme ve düzenlemede etkili olabileceği için ailenin varlığının ailesi ile yaşayanlar için olumlu bir etki sağlamış olabileceği düşünülmektedir. Benzer şekilde kurum bakımında olan ergenlerin arkadaşlarından ve ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin, ailesi ile yaşayanlara göre daha düşük olduğu saptanmıştır. Kurum bakımında olan çocuk ve ergenlerin ailesi ile yaşayanlarla karşılaştırıldığı başka bir çalışmada da aynı paralelde bulgulara rastlanmıştır (Şimşek ve ark., 2007). Kurum bakımında olan ergenlerin yakın çevresiyle iletişimlerinin sınırlı olduğu göz ardı edilmemelidir. Gençlerin birden fazla kurum değiştirmiş olduğu düşünüldüğünde (Şimşek ve ark., 2007; Şimşek ve ark., 2008) hayatlarında sabit ve yoğun iletişim kurabilecekleri kişilerin

eksikliği görülmektedir. Bu doğrultuda kurum bakımındaki ergenlerin algıladıkları sosyal desteğin ailesi ile yaşayan ergenlere göre daha düşük olması anlaşılabilir. Yine, olumlu bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin kurum bakımındaki ergenler tarafından daha az kullanılıyor olması kurum bakımının olumsuz etkisiyle örtüşmektedir. Duygu odaklı başa çıkma becerilerinin gelişmesinde ebeveyn ve akran sosyal desteğinin rolü (McInnis, McQuaid, Matheson, ve Anisman, 2015) göz önünde bulundurulduğunda bulguların kendi içinde tutarlı olduğu görülmektedir. Örneğin, Çalıköğlü (2010) ailesi yanında yaşayan ergenlerin yurttan kalan ergenlere göre problem çözme becerileri konusunda kendilerini daha olumlu algıladıklarını bulmuştur. Aynı şekilde, lise öğrencileriyle yürütülen bir çalışmada da genel olarak olumlu stratejilerin olumsuzlara kıyasla daha çok kullanıldığı bulunmuştur (Garnefski ve ark., 2001). Bu sonuçlar da sadece olumlu bilişsel duygu düzenleme stratejilerinde farklılığın görülmesini destekler niteliktedir. Öte yandan olumlu stratejileri kullanmak için olumsuz yaşam deneyimleri, aile desteği, aile ilişkilerinin işlevselliği, yaşam koşulları, ebeveyn eğitim düzeyleri gibi etkili olabilecek faktörlere (ör.; Boyes, Hasking ve Martin, 2016; Şimşek ve ark., 2008) kurum bakımındaki ergenlerin sahip olmadığı düşünülünce karşılaştırıldığı gruba göre farklılık göstermesi olası bir sonuç olarak değerlendirilmiştir.

Genel olarak değişkenler açısından bulgular değerlendirildiğinde neredeyse tüm değişkenler açısından kurum bakımındaki ergenlerin dezavantajlı durumda oldukları görülmüştür. Sosyal destek sistemi, kişilerarası ilişkiler, problem çözme becerileri ve benzer etkenler ergenlerin davranışsal ve duygusal gelişimleri üzerinde etkilidir. Sınırlı birebir rehberlik, aile üyeleriyle sınırlı iletişim, bazı çocukların yaşamına eşlik eden patolojik süreç, kurumsal sistemin fiziki ve psikolojik etkisi gibi etkenler göz önünde bulundurulunca kurum bakımındaki ergenlerin değişkenler açısından düşük puanlar elde etmesi beklendik bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır. Aile üyelerinden sadece biriyle görüşmek bile ergenlerin yaşamında önemli iken görüşecek hiç kimsesi olmayan ergenlerin dezavantajlı duruma düşmesi risk faktörü olarak gözlenmektedir.

Ergenlerin olumlu sosyal ve problemleri davranışlarını yordayan faktörleri belirlemek amacıyla iki grup için ayrı ayrı hiyerarşik regresyon analizleri uygulanmıştır. Bulgulara göre kurum bakımındaki ergenlerin olumlu sosyal davranışlarını, arkadaşlarından algıladıkları sosyal destek ve olumlu bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin olumlu yönde yordadığı bulunmuştur. Kurum bakımındaki ergenlerin problemleri davranışlarını ise arkadaşlarından algıladıkları sosyal desteğin (olumlu yönde), olumlu bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin (olumsuz yönde) ve olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin (olumlu yönde) yordadığı görülmüştür. Bulgularla tutarlı olarak arkadaşlarından baskı görerek problemleri davranışları sergileyen ergenlerin söz konusu davranışları içselleştirme eğilimlerinin yüksek olduğu

görülmüştür (Siyez ve Aysan, 2007). Evden kaçma davranışı sergileyen ergenlerin arkadaşlarının da yüksek oranda aynı davranışı sergilemesi yine akran ilişkileri ile sosyal davranışlar arasındaki ilişki açısından tutarlı görünmektedir (Zengin, 2013). Yine, bulgularla aynı paralelde olan başka çalışmalar da göze çarpmaktadır. Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada Aldao ve Hoeksema (2010) da olumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejilerin işlevsel olanlara kıyasla psikopatoloji ile daha güçlü ilişkisi olduğu sonucuna varmışlardır. Destek gören kurum bakımındaki ergenlerin kendilerini iyi hissederek yıpratıcı davranışlardan uzak duruyor olabilecekleri düşünülmektedir. Aynı zamanda bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin problem çözme becerileriyle ilişkili olabileceği de alan yazında belirtilmektedir.

Bulgular birlikte değerlendirildiğinde cinsiyet fark etmeksizin kendini suçlama, düşünceye odaklanma, felaketleştirme ve pozitif yeniden değerlendirme olumsuz duyguların yordayıcıları olarak bulunmuş olması da araştırma bulgularını destekler niteliktedir (Martin ve Dahlen, 2005). Stresin; düşünceye odaklanma, düşük pozitif yeniden değerlendirme ve kendini suçlama ile yordandığı bulunmuştur. Dört olumsuz baş etme stratejisinin dört olumsuz duygu (ör.; depresyon, kaygı, stres ve kızgınlık) ile ilişkili bulunması, bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin olumsuz baş etme stratejilerinin ölçümünde geçerliğini ve stresin yordanmasındaki önemini göstermiştir ve bu bulgu araştırmamızın bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. Baş etme kuramı da işlevsel olmayan stratejileri kullanan kişilerin işlevsel bilişsel baş etme stratejileri kullananlara göre daha büyük stres deneyimlediklerini vurgulamaktadır (Martin ve Dahlen, 2005). Hollanda'da yürütülen ve klinik / klinik olmayan diye ayrılan iki grubu karşılaştıran bir çalışmada klinik grubundaki katılımcılar psikiyatri bölümünde ayaktan tedavi görenlerden seçilmiştir. Klinik olmayan diğer grup katılımcılar ise araştırma içeriğindeki ölçümle depresyon ve kaygı semptomlarını göstermeyenlerden seçilmiştir. Bulgular, diğer gruba kıyasla klinik gruptakilerin daha çok kendini suçlama ile felaketleştirme stratejilerini ve daha az pozitif yeniden değerlendirme stratejisini kullandıklarını göstermiştir (Garnefski ve ark., 2002).

Bulgular değerlendirilirken araştırmanın sınırlılıkları göz önünde bulundurulmalıdır. Öncelikle bu araştırmanın enlemesine kesitsel yöntemle incelenmiş olması sebebiyle yalnızca ilişkilerden söz etmek mümkündür ve gelecek araştırmalarda nedenselliğin öngörüldüğü boylamsal yöntemlerin kullanılması önerilmektedir. Çalışma verilerinin sadece bir şehirde yaşayan sınırlı sayıda ergenden elde edilmiş olması sonuçların genellenebilirliği açısından kısıtlılık olarak karşımıza çıkmaktadır. Türkiye genelinde daha fazla ergenin araştırmaya dâhil edileceği geniş kapsamlı çalışmalarla daha güvenilir ve genellenebilir sonuçlara ulaşılabileceği düşünülmektedir. Araştırmanın öz bildirim dayalı olması ergenlerin kendileri hakkında bilgi verirken objektif cevap vermemelerine yol açmış olabilir. Bu sebeple gelecek çalışmalarda

ergenlerin sosyal davranışlarının daha nesnel yöntemlerle ölçülmesinin ve tek kaynaktan veri toplama kaynaklı yanlılığın ortadan kaldırılmasının gerektiği düşünülmektedir. Örneğin; kurum bakımındakiler için bakım personellerinin bildirim veya ailesi yanında olanlar için anne veya baba bildirimini dâhil edilmesi gelecek çalışmaların daha nesnel olmasını sağlayabilecektir. Aynı zamanda kurum bakımındaki ergenlerin etkileşim içinde olduğu akran ve personel gibi diğer bireylerle olan ilişkilerinin incelenmesi de çalışmanın daha kapsamlı olması açısından etkili olacağı düşünülmektedir.

Sınırlılıklara rağmen bu araştırmanın güçlü yanları da bulunmaktadır. Katılımcıların yaş aralığının mevcut araştırmayı güçlü kılan bir özellik olduğu düşünülmektedir. Çünkü alan yazında ergenlik döneminde kurum bakımını ele alan çalışmaların kısıtlı olduğu görülmektedir. Ergenlerin olumlu sosyal ve problemleri davranışlarıyla ilişkili görülen değişkenler bu alanda yapılacak çalışmalarda risk ve koruyucu faktörlerin neler olabileceği üzerine fikir vermesi açısından önemlidir. Örneğin, akrandan algılanan sosyal desteğin hem koruyucu hem de risk faktörü olabileceği görülmektedir. Bu bağlamda özellikle ebeveyn gözetiminden yoksun gençlerin içinde buldukları akran gruplarının gözetiminin önemli olduğu görülmektedir. Benzer şekilde bireylerin olumlu duygu düzenleme becerilerinin de onların olumlu sosyal davranışlar geliştirmesinde koruyucu bir faktör olduğu görülmektedir.

Bu çalışmanın Türkiye’de sosyal politikaların belirlenmesi / uygulanması ve uygun müdahale programlarının geliştirilmesi için destekleyici bilgiler sağladığı düşünülmektedir. Buna göre, kurum bakımına alternatif sosyal politikaların geliştirilmesi, söz konusu ergenlerin iyi olma halleri için birincil hedefler arasında olmalıdır. Bireyler kurum bakımına alınmadan önce okul ve ev yaşamına dâhil edilerek duygu düzenleme, kendini koruma ve güvenli davranış, akran ilişkileri ve akademik gelişim gibi başlıkları içeren müdahale programlarıyla bilinçlendirilmelidir. Aynı zamanda hâlihazırda kurum bakımında bulunan bireylerin iyilik halleri için de çalışmalar yapılmalıdır. Bazı olumsuz duygu düzenleme stratejilerinin stresle ilişkisi düşünülünce (Martin ve Dahlen, 2005) kurum bakımındaki gençlere yönelik duygu düzenleme becerilerini geliştirecek ve stresle baş etme yollarını geliştirecek eğitim programlarının önem taşıdığı görülmektedir. Bununla birlikte, kurum bakımındaki ergenlerin fiziksel ihtiyaçlarının yanı sıra sosyal ve duygusal ihtiyaçlarının karşılanmasında kurumda çalışan personellerin rolü büyüktür. Görevli personellerden ergenlerin ihtiyaçlarına cevap verecek nitelikleri beklerken bu kişilerin yıpranma payı da göz önünde bulundurulmalı ve bu yönde de iyileştirmeler (iş yüklerinin azaltılması, süpervizyon, psikolojik destek imkânı vb.) yapılmalıdır. Bu yönde iyileştirmelerin yapılmasının ilgili personelin kurum bakımındaki ergenlerin ihtiyaçlarına yönelmelerini ve ebeveyn eksikliğinin neden olacağı riskli durumları minimize edeceği düşünülmektedir. Son olarak, araştırma bulgularında akran ilişkilerinin

etkisi gözleendiğinden söz konusu gençlerin durumlarına, yaşlarına ve gelişim düzeylerine uygun kurumlarda kalmasına özen gösterilmelidir. Sadece kurum bakımındakiler değil tüm gençlere ve ailelere yönelik akran ilişkilerinde zorbalık konusunun detaylıca işlenmesinin ve bunun yaratacağı yıpratıcı davranışlar hakkında eğitimler verilmesinin işlevsel olacağı düşünölmektedir.

### Kaynakça

- Ahmad, A., Qahar, J., Siddiq, A., Majeed, A., Rasheed, J., Jabar, F., & L. von Knorring, A. (2005). A 2-year follow-up of orphans' competence, socioemotional problems and post-traumatic stress symptoms in traditional foster care and orphanages in Iraqi Kurdistan. *Health and Development, 31*(2), 203-215. doi: 10.1111/j.1365-2214.2004.00477.x
- Aldao, A. & Nolen-Hoeksema, S. (2010). Specificity of cognitive emotion regulation strategies: A transdiagnostic examination. *Behaviour Research and Therapy, 48*(10), 974-983. doi:10.1016/j.brat.2010.06.002
- Bandura, A., Pastorelli, C., Barbaranelli, C., & Caprara, G. V. (1999). Self-efficacy pathways to childhood depression. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*(2), 258-269. doi:10.1037/0022-3514.76.2.258
- Bilgin, Ö. (2015). *Cinsel istismar mağduru çocukların psiko-sosyal durumlarının istismara ait özellikler açısından tanımlanması*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Boyes, M. E., Hasking, P. A., & Martin, G. (2016). Adverse life experience and psychological distress in adolescence: Moderating and mediating effects of emotion regulation and rumination. *Stress and Health, 32*(4), 402-410. doi: 10.1002/smi.2635
- Bulut, F. (2010). *Ergenlerde görülen kural dışı davranışların aile işlevselliği, aile risk faktörü ve yaşam kalitesi açısından incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., Bandura, A., & Zimbardo, P. G. (2000). Prosocial foundations of children's academic achievement. *Psychological Science, 11*(4), 302-306. doi:10.1111/1467-9280.00260
- Caprara, G. V., Kanacri, B. P. L., Zuffiano, A., Gerbino, M., & Pastorelli, C. (2015). Why and how to promote adolescents' prosocial behaviors: Direct, mediated and moderated effects of the CEPIDEA school-based program. *Journal of Youth Adolescence, 44*(12), 2211-2229. doi:10.1007/s10964-015-0293-1
- Çalhkoğlu, T. (2010). *Lise öğrenimine devam eden ailesinin yanında yaşayan öğrencilerle, yetiştirme yurdunda yaşayan öğrencilerin çatışma çözme davranışı ile öfke ifade stillerinin karşılaştırılması*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Demir, N. Ö., Baran, A. G. ve Ulusoy, D. (2005). Türkiye'de ergenlerin arkadaş-akran grupları ile ilişkileri ve sapmış davranışlar: Ankara örnekleme. *Bilgi/Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi, 32*, 83-108.
- Eisenberg, N. (1986). *Altruistic emotion, cognition and behavior*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Spinrad, T. L. (2006). Prosocial development. In N. Eisenberg (Ed.), *Handbook of child psychology* (Vol. 3, pp. 646-718). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Eker, D. ve Arkar, H. (1995). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikoloji Dergisi, 10*(34), 45-55.
- Eker, D., Arkar, H. ve Yıldız, H. (2001). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi, 12*(1), 17-25.
- Escobar, M. J., Pereira, X., & Santelices, M. P. (2014). Behavior problems and attachment in adopted and non-adopted adolescents. *Children and Youth Services Review, 42*, 59-66. doi:10.1016/j.childyouth.2014.04.001

- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327. doi:10.1016/S0191-8869(00)00113-6
- Garnefski, N., van den Kommer, T., Kraaij, V., Teerds, J., Legerstee, J., & Onstein, E. (2002). The relationship between cognitive emotion regulation strategies and emotional problems: Comparison between a clinical and a non-clinical sample. *European Journal of Personality*, 16(5), 403-420. doi: 10.1002/per.458
- Garnefski, N. & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*, 40(8), 1659-1669. doi: 10.1016/j.paid.2005.12.009
- Goldfarb, W. (1945). Psychological privation in infancy and subsequent adjustment. *American Journal of Orthopsychiatry*, 15(2), 247-255. doi: 10.1111/j.1939-0025.1945.tb04938.x
- Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A research note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38(5), 581-586. doi: 10.1111/j.1469-7610.1997.tb01545.x
- Güvenir, T., Özbek, A., Baykara, B., Arkar, H., Şentürk, B. ve İncekaş, S. (2008). Güçler ve güçlükler anketinin (GGA) Türkçe uyarlamasının psikometrik özellikleri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(2), 65-74.
- Jessor, R. & Jessor, S. L. (1977). *Problem behavior and psychosocial development: A longitudinal study of youth*. San Diego, CA: Academic Press.
- Kaner, S. (2002). Akran ilişkileri ölçeği ve akran sapması ölçeği geliştirme çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 33(1-2), 77-89. doi: 10.1501/Egifak\_0000000024
- Martin, R. C. & Dahlen, E. R. (2005). Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and anger. *Personality and Individual Differences*, 39(7), 1249-1260. doi:10.1016/j.paid.2005.06.004
- McInnis, O. A., McQuaid, R. J., Matheson, K., & Anisman, H. (2015). The moderating role of an oxytocin receptor gene polymorphism in the relation between unsupportive social interactions and coping profiles: Implications for depression. *Frontiers in Psychology*, 6(1133), 1-9. doi:10.3389/fpsyg.2015.01133
- Memişoğlu, A. (2015). *Predicting problem and prosocial behaviours in different care types: moderating role of temperament*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Miller, L., Chan, W., Tirella, L., & Perrin, E. (2009). Outcomes of children adopted from Eastern Europe. *International Journal of Behavioral Development*, 33(4), 289-298. doi:10.1177/0165025408098026
- Pekel-Uludağlı, N. ve Sayıl, M. (2009). Orta ve ileri ergenlik döneminde risk alma davranışı: Ebeveyn ve akranların rolü. *Türk Psikoloji Yazıları*, 12(23), 14-24.
- Raskauskas, J. L., Gregory, J., Harvey, S. T., Rifshana, F., & Evans, I. M. (2010). Bullying among primary school children in New Zealand: Relationships with prosocial behaviour and classroom climate. *Educational Research*, 52(1), 1-13. doi: 10.1080/00131881003588097
- Saritaş, D. (2012). *Psychological well-being of adolescents: Maternal rearing behaviors, basic personality traits and emotion regulation processes*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Siyez, D. M. ve Aysan, F. (2007). Ergenlerde görülen problem davranışların psiko-sosyal risk faktörleri ve koruyucu faktörler açısından yordanması. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 145-171.



- Sloutsky, V. M. (1997). Institutional care and developmental outcomes of 6 and 7 year old children: a contextualist perspective. *International Journal of Behavioral Development*, 20(1), 131-151. doi:10.1080/016502597385487
- Steinberg, L. & Silk, J. S. (2002). Parenting adolescents. In Bornstein MH. (Ed.), *Handbook of parenting: Vol. 1: Children and parenting* (pp. 103-133). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Stevenson, M. (1952). Some emotional problems of orphanage children. *Canadian Journal of Psychology*, 6(4), 179-182. doi:10.1037/h0083567
- Şimşek, Z., Erol, N., Öztop, D. ve Münir, K. (2007). Prevalence and predictors of emotional and behavioral problems reported by teachers among institutionally reared children and adolescents in Turkish orphanages compared with community controls. *Children and Youth Services Review*, 29(7), 883-899. doi: 10.1016/j.childyouth.2007.01.004
- Şimşek, Z., Erol, N., Öztop, D. ve Özcan, Ö. Ö. (2008). Kurum bakımındaki çocuk ve ergenlerde davranış ve duygusal sorunların epidemiyolojisi; ulusal örneklemede karşılaştırmalı bir araştırma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(3), 235-246.
- Tuna, E. ve Bozo, Ö. (2012). The cognitive emotion regulation questionnaire: Factor structure and psychometric properties of the Turkish version. *Journal of Psychopathology Behavioral Assessment*, 34(4), 564-570. doi: 10.1007/s10862-012-9303-8
- Üstüner, S., Erol, N. ve Şimşek, Z. (2005). Koruyucu aile bakımı altındaki çocukların davranış ve duygusal sorunları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 12(3), 130-140.
- Zengin, L. E. (2013). *Ergenlerde evden kaçma davranışının sosyo-demografik özellikler ve aile işlevleri açısından incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

## **Factors Associated with Prosocial and Problematic Behaviors of Adolescents in Institutional Care: Investigation with Comparative Sample**

### **Summary**

Studies investigate orphanage care in terms of various aspects. Findings revealed that institutional care is associated with an individual's self-respect, psychopathology, interpersonal relations, substance abuse, and similar aspects (Escobar, Pereira, & Santelices, 2014). Further, the lack of parents has negative effects on the children (Üstüner, Erol, & Şimşek, 2005). For example, children with their families had more improvement in symptoms related to post-traumatic stress disorder than those who were in institutional care (Ahmad et al., 2005). The same case is also about perceived social support. While the perceived social support has a protective role on children's emotional and behavioral problems (Şimşek, Erol, Öztop, & Münir, 2007), social support systems of children in institutional care are weak. Therefore, there would be differences between children in the care of the institution and those with their families in terms of psychological variables.

The focus of institutional care is mostly on the negative effects of infants and young children's psychosocial development, while studies on adolescents in institutional care are limited. However, it is important to examine how institution care affects adolescents' social and emotional development because adolescence is a process of transition from childhood to adulthood. Therefore, within the scope of this study, the relations among peer relations, perceived social support, emotion regulation skills, positive and negative social behaviors were examined and adolescents in institutional care and those living with their families were compared in terms of related variables.

### **Method**

The sample consisted of 79 (45.4%) adolescents, under protection by the Provincial Directorate of Family and Social Policies in Diyarbakır. Of the participants in institutional care, 34 (43%) were females and 45 (57%) were males. Participants' ages ranged from 10 to 17 years (mean = 15.39 years,  $S = 1.64$ ). They were in institutional care because of various reasons; 3 (3.8%) of the participants had poverty, 36 (45.6%) had family disruption, 16 (20.3%) were abused, 7 (8.9%) were taken because of leaving and 17 (21.5%) were taken about other institutional reasons. The comparison group consisted of 95 (54.6%) adolescents living with their families. They were reached by a snowball sampling technique. Of the participants living with their families, 53 (55.8%) were females and 42 (44.2%) were males and their ages ranged from 10 to 17 years (mean = 15.25 years,  $S = 1.55$ ).

The Peer Relationship Scale, Multidimensional Scale of Perceived Social Support, Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, and the Strengths and Difficulties Questionnaire were used in order to measure variables.

## **Results and Discussion**

The findings mainly indicate the main effects of the care type but not gender. Accordingly, adolescents living with their families have a more open approach to self-disclosure and sharing their problems with their friends compared to adolescents in institutional care. Secondly, adolescents living with their families perceive more family and peer supports than adolescents do in institutional care. Lastly, adolescents living with their families exhibit more adaptive emotion regulation strategies compared to adolescents in institutional care. In order to determine which variables predict the prosocial and problem behaviors, two separate hierarchical regression analyses were conducted for adolescents in institutions and those with their families. For adolescents in institutions, age, gender, length of stay, and institution change variables were entered in the first step. Then, peer relations, family and peer supports, and adaptive and maladaptive cognitive emotion regulation strategies were sequentially added to regression analyses. Findings revealed that adaptive cognitive emotion regulation strategies and perceived social support from friends significantly predicted prosocial behaviors. On the other hand, adaptive and maladaptive cognitive emotion regulation strategies and peer support have a significant role in behavioral problems.

For adolescents living with their parents, age, and gender variables were entered in the first step. Then, peer relations, family and peer supports, and adaptive and maladaptive cognitive emotion regulation strategies were sequentially added to regression analyses. According to the findings, both adaptive and maladaptive cognitive emotion regulation strategies have a significant role in prosocial behaviors. On the other hand, maladaptive cognitive emotion regulation strategies and peer support had a significant role in behavior problems. In general, findings indicated that adolescents in institutional care were a disadvantaged group in terms of study variables. The social support system, interpersonal relationships, problem-solving skills, and similar factors are effective on the behavioral and emotional development of adolescents.

Nicel Araştırma

## Ergenlerin Sosyal Medya Kullanımında Yaşadıkları Sosyal Anksiyetenin Kırılgan Narsisizm Bağlamında Değerlendirilmesi

Abdullah KAHRAMAN<sup>1\*</sup>, Ahmet SAPANCI<sup>2</sup>, Fatma SERBES<sup>3</sup>

<sup>1</sup> İstanbul Arel Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

<sup>2</sup> Düzce Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Düzce, Türkiye

<sup>3</sup> Yıldız Teknik Üniversitesi, Türk Dili ve Edebiyatı Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

### Makale Bilgisi

**Anahtar kelimeler:**

kırılgan narsisizm, sosyal anksiyete, sosyal medya

**Keywords:**

vulnerable narcissism, social anxiety, social media

### Öz

Narsisizm, büyülenmecilik, empati eksikliği, kendi çıkarları için başkalarını kullanma ve haset gibi kavramlar ile açıklanan bir kişilik özelliğidir. Araştırmacılar son yıllarda tepkisel öfke, utanç ve güvensizlik ile belirgin kırılgan narsisizm boyutunu, büyülenmeci narsisizm boyutundan ayrı olarak ele almaktadır. Narsisistik kırılganlık, ergen gelişiminde merkezi bir rol oynamakta; benliklerine yönelik olumsuz yorumlar aldıklarında ergenler, sosyal geri çekilme sergilemektedirler. Yapılan çalışmalar, kırılgan narsisizm ile sosyal anksiyete arasında güçlü bir benzerlik ve ilişkinin bulunduğunu göstermektedir. Bu çalışmanın amacı, ergenlerde narsisizmin alt boyutları ile sosyal medya kullanımında yaşanan sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışmada kişisel bilgi formu, Beş Faktörlü Narsisizm Ölçeği (BFNÖ) Kırılgan Narsisizm Alt Ölçeği, Sosyal Medya Kullanıcıları İçin Sosyal Anksiyete Ölçeği (SMKSAÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS Statistics 22 programı kullanılmıştır. Çalışmanın örneklemini Özel Bağcılar Şafak Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nde 9. sınıflarda okuyan öğrenciler oluşturmaktadır. Çalışmanın sonucuna göre, kırılgan narsisizm ile sosyal medya kullanımında yaşanan sosyal anksiyete arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki vardır. Kırılgan narsisizmin güvensizlik, hayranlık ihtiyacı ve utanç alt boyutlarının sosyal medya kullanımında hissedilen sosyal anksiyetenin önemli yordayıcıları olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular ve söz konusu bulguların ergen popülasyonu ile yapılan ruhsal çalışma alanlarına nasıl entegre edilebileceği tartışılmıştır.

### Abstract

Narcissism is a personality trait that is explained by concepts such as grandiosity, lack of empathy, self-seeking behavior and jealousy. In recent studies, vulnerable narcissism dimension which consists of the feelings of anger, shyness and insecurity is evaluated conceptually different from the grandiose narcissism dimension. Narcissistic vulnerability seem to play a central role in adolescents' psychosocial development. For example, adolescents exhibit social withdrawal when they receive negative comments about themselves. Studies indicate that there is a strong similarity and relationship between vulnerable narcissism and social anxiety. The aim of this study is to scrutinize the relationship between the sub-dimensions of vulnerable narcissism and social anxiety experienced during social media usage among adolescents. Personal information form, Five Factor Narcissism Scale (FFNS) and Social Anxiety Scale for Social Media Users (SAS-SMU) were used. SPSS Statistics 22 program was used for data analysis. The sample consisted of 9th grade students from Private Bağcılar Şafak Vocational and Technical Anatolian High School. The results indicated a strong relationship between vulnerable narcissism and social anxiety in adolescent social media users. It has been concluded that sub-dimensions of vulnerable narcissism, namely insecurity, need for admiration and shame are significant predictors of social anxiety experienced during the use of social media. The findings obtained from the study and how these findings can be integrated into psychological interventions targeting adolescents are discussed.

\*Sorumlu Yazar, İstanbul Arel Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı, Küçükçekmece/İstanbul.

e-posta: [abdullahkahraman@arel.edu.tr](mailto:abdullahkahraman@arel.edu.tr)

DOI: 10.31682/ayna.611758

Gönderim Tarihi (Received): 27.08.2019; Kabul Tarihi (Accepted): 02.04.2020

2148-4376/ All rights reserved.

## Giriş

Su yüzeyinde gördüğü yansımasına âşık olan Narcissus'un dramını anlatan Yunan mitolojisinden önce modern edebiyata, resme ve tiyatroya ardından ruh bilimine uyarlanan narsisizm kavramı, günümüze değin çeşitli yapı ve anlam değişimleri yaşamıştır. Narsisizm kavramı, ilk olarak cinsel dürtülerin kişinin kendi kendisine yöneltilmesi olarak tanımlanmıştır (Ellis, 1897). Ayrıca Freud'un (1914) aktardığına göre Nücke, narsisizmi kişinin kendi bedenine yönelik erotik dürtülerini ifade etmek üzere kullanmıştır. Sapkınlıktan sağlıklı bir kişilik faktörüne dek uzanan geniş bir yelpaze içerisinde anlam dönüşümüne uğrayan narsisizm, Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı'nın (DSM) üçüncü sürümünden itibaren kişilik bozuklukları tanısı altında yer almıştır (APA, 1980). Bu sürümde ve sonraki yıllarda yayınlanan diğer sürümlerde de narsisizm; kibir, empati eksikliği, başkasını çıkarları için kullanma ve haset gibi özellikler ile açıklanmıştır (APA, 1980; 2000; 2013). Fakat araştırmacılar, DSM'yi narsisizmin yalnızca "büyüklenmeci" yanını dikkate aldığı, utanç ve güvensizlik duygularıyla belirgin olan *kırılgan/aşırı duyarlı* yanını göz ardı ettiği gerekçesiyle eleştirmiş; narsisizmi, büyüklenmeci (*grandiose*) ve kırılgan (*vulnerable*) olarak iki ayrı boyut şeklinde ele almışlardır (Kohut, 1971; Gabbard ve Crisp, 2018; Levy, Ellison ve Reynoso, 2011; Miller, Gentile, Wilson ve Campbell, 2013; Pincus, Cain ve Wright, 2014).

Kırılgan narsisizmin, Rosenfeld'in (1987) tanımladığı "ince derili narsisist" kavramına oldukça yakın bir anlamda kullanıldığını söylemek mümkündür. Büyüklenmeci, görkemli ve eleştirel özelliklere sahip olan "kalın derili narsisist" birey, dışardan gelen yorumlara karşı benlik saygısını koruyabilecek kadar korunaklı; "ince derili narsisist" birey, dışardan gelecek yorumlar sonucunda hafif veya şiddetli yaralar alabilecek kadar korumasız bir deriye sahiptir. Diğer bir deyişle kırılgan narsisistlerin ince derilerinin altında utangaç, güvensiz, onay arayan ve belki de en önemlisi olumsuz yorumlar nedeniyle öfke patlamaları yaşayan psikoloji bulunduğu söylenebilir (Pincus ve Lukowitsky, 2010).

Ergenlik dönemindeki narsisizme bakıldığında yazarların, narsistik kırılganlığın ergen gelişiminin merkezinde olduğu fikrinde buluştukları görülmektedir. Örneğin Bleiberg (1994), ergenlik döneminde, bireyin, hayatının başka hiçbir döneminde olmadığı kadar narsistik kırılganlık emarelerine sahip olduğunu söyler. Zira yazara göre ergenlik, benliğe hem içeriden hem dışarıdan, acı verici soruların yöneltildiği bir çağdır. Benliğe yönelik anlamların güncellendiği veya yeniden yapılandırıldığı ergenlik çağında, değerlendirmeler, narsistik yaralanmalara yol açmakta ve öfkeye sebebiyet verebilmektedir. Bu nedenledir ki çocukluk ve ergenlik çağındaki narsisizm psikopati, antisosyal davranışlar ve saldırganlık ile ilişkili

bulunmuştur (Barry ve Ansel, 2011; Frick, O'Brien ve Wooton, 1994). Bu bulguyla birlikte düşünülebilecek bir diğer bulgu da kırılğan narsisizm özellikleri olan ergenlerin, benliklerine yönelik olumsuz değerlendirme tehlikesi algıladıklarında sosyal olarak geri çekildikleri yönündedir (Mechanic ve Barry, 2015).

Sosyal medya kullanımına ilişkin raporlar, sosyal medya kullanımının insanların günlük hayatının dikkate değer bir bölümünü kapsadığını göstermektedir. Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) hane halkı bilişim teknolojileri kullanımıyla ilgili raporlarına bakıldığında internet ve sosyal medya kullanımının arttığı, her on hanenin sekizinin internet erişimine sahip olduğu, internet kullanımının %79,9 olduğu belirtilmiştir (TÜİK, 2019). Son üç yıl içerisinde internetin kişisel kullanım amaçlarına bakıldığında sosyal medya üzerinden profil oluşturma, mesaj gönderme veya fotoğraf, içerik paylaşmanın erkek kullanıcılarda %86,9; kadın kullanıcılarda %80,7 olup toplamda %84,1 olduğu belirtilmiştir (TÜİK, 2018). Ülkemizde ve dünyada sosyal medya kullanımındaki bu artış, sosyal medya kullanımının hangi ruhsal yapılarla ilgili olduğuna dair bir merak uyandırmıştır. Özellikle son yıllarda sosyal medya kullanımı ile kişilik özellikleri arasındaki yakın ilişki, birçok çalışma sonucunda ortaya konulmuştur (Andreasen, Pallesen ve Griffiths, 2017). Narsisistik görüngülerin klinik ve sub-klinik anlamda artması, araştırmacıları bu alanda çalışmaya doğru teşvik etmiş ve araştırmacılar, modern hayatın değişken yapısı ile narsisizm arasındaki ilişkileri araştıran birçok araştırma gerçekleştirmişlerdir. Modern dünyanın ve kültürlerin neredeyse vazgeçilmez öğelerinden biri haline gelen sosyal medya kullanımı ile narsisizm arasındaki ilişkinin de araştırmacıların ilgisini çektiğini söylemek mümkündür (örn. Andreassen ve ark., 2017; Barry, Doucette, Loflin, Rivera-Hudson ve Herrington, 2017; Cain ve Campbell, 2018). Narsisistik kişilik özelliklerine sahip bireylerin sosyal medya kullanımını araştıran bu çalışmalar, narsisist kişilerin sürekli bir biçimde kendilerini, başarılarını veya ilgi alanlarını sosyal medya platformlarında paylaştıklarını göstermektedir (Biolcati ve Passini, 2018; McCain ve ark., 2016). Narsisizmin, benlik değerini düzenleme ile ilgili çabası düşünüldüğünde Facebook, Instagram ve diğer sosyal medya kanalları üzerinden paylaştıklarına yönelik alacakları takdir ve beğenilerin, kişinin narsistik yönünü besleyeceğini söylemek mümkündür (Barry ve ark., 2017; McCain ve ark., 2016). Sosyal medya ağlarında – veya yaşamın genelinde- paylaştığı içeriğe dair başkalarının geri bildirim ve değerlendirmelerinin birey için bu denli önemli oluşunu narsisizm yapısını oluşturan faktörlerinden biri olan “hayranlık ihtiyacı” bağlamında düşünmek mümkündür. Bu bilgiyi destekler nitelikte Barry ve arkadaşları (2017), özçekim (*selfie*) fotoğraflarının sosyal medya mecralarında paylaşılması ile büyüklenmeci narsisizm özellikleri arasında önemli bir ilişki bulmuşlardır.

Sosyal medya kullanımı ve narsisizm arasında yapılan çalışmaların odaklandığı bir diğer nokta ise kırılğan narsisizm özellikleri olan bireylerin sosyal medya kullanımınıdır. Daha önce belirtildiği üzere araştırmalar, kırılğan narsisizm özellikleri olan kişilerin yaşamın herhangi bir alanında olumsuz geri bildirimler veya değerlendirmeler aldıklarında bunu “benlik”lerine yönelik bir saldırı olarak algılayıp sosyal olarak geri çekildiklerini göstermektedir (Pincus, Cain ve Wright, 2014). Kırılğan narsisizm özellikleri bakımından düşünüldüğünde, kişilerin sosyal medya kullanırken karşılaştıkları durumlara ilişkin algılayışları, başta sosyal anksiyete bozukluğu olmak üzere düşük benlik saygısı, yalnızlık, öfke ve depresyon gibi çeşitli ruhsal sorunlar ile ilişkili bulunmuştur (Davis, 2001; Keating, Hendy ve Can, 2016; Vernon, Modecki ve Barber, 2017). Beck’in (1995) bilişsel modeli göz önüne alındığında, internet ortamında alınan geribildirimlerin ruhsal düzlemde temel inançları harekete geçirebileceğini, bununla bağlantılı olarak ortaya çıkan hatalı otomatik düşüncelerin, varsayımların ve kuralların söz konusu ruhsal sorunlara kaynak oluşturabileceğini söylemek mümkündür (Andreassen ve ark., 2017; Muench, Hayes, Kuerbis ve Shao, 2015).

Kırılğan narsisizm ile sosyal anksiyete bozukluğu (SAB) arasındaki benzerlikler literatürde birçok yazar tarafından tartışılmaktadır. Örneğin Eldoğan ve Tunçel (2017), kırılğan narsisizm özellikleri ile sosyal anksiyete bozukluğu arasındaki benzerliklere dikkat çekmiş; hem kırılğan narsisizmde hem de sosyal anksiyete bozukluğunda bireylerin diğer kişilerin onayını alamadıklarında durumu olumsuz değerlendirdiklerini, utanç duyup kaygı yaratan sosyal durumdan kaçındıklarını belirtmişlerdir. Bahsedilen çalışmayla benzer nitelikte bir çalışma Schurman (2000) tarafından yürütülmüş ve çalışmada kırılğan narsisizm ile sosyal fobi ve sosyal anksiyete arasında güçlü bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Literatür incelendiğinde narsisizmin boyutları ile sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkinin önemini vurgulayan çalışmaların olduğu fakat ülkemiz başta olmak üzere bu alanda çalışmaların sınırlı olduğu anlaşılmaktadır. Bu araştırma, söz konusu boşluğu doldurmak amacıyla tasarlanmış olup günden güne hayatımızın her alanına sirayet eden sosyal medya kullanımında ergenlerin yaşadıkları sosyal anksiyete ile kırılğan narsisizm özellikleri arasındaki ilişkileri açıklamayı amaçlamaktadır. Dolayısıyla araştırmanın ilk hipotezi kırılğan narsisizm özellikleri ile sosyal medya kullanımında yaşanan sosyal anksiyete arasında pozitif yönlü istatistiksel bir ilişki olduğudur. Diğer hipotez ise kırılğan narsisizm kişilik özelliklerinin sosyal medya kullanımında ortaya çıkan sosyal anksiyetenin birer yordayıcısı olduğudur.

## Yöntem

### Örneklem

Ergenlerin sosyal medya kullanımında yaşadıkları sosyal kaygıyı kırılğan narsisizm bağlamında değerlendirmeyi amaçlayan bu araştırmaya, 2017-2018 eğitim-öğretim döneminde Özel Bağcılar Şafak Anadolu Mesleki ve Teknik Lisesi'nde lise birinci sınıfta eğitim gören 305 öğrenci katılmıştır. Ölçek bataryasının uygulanması için eğitim kurumunun ilgili birimlerinden resmi izinler alınmış olup gönüllü öğrenciler araştırmaya dair bilgilendirilmiştir. Verilerin düzenlenmesi ve ayıklanması aşamasında altı katılımcının araştırma sonuçlarına etki edecek ölçüde kayıp veya hatalı veri içeren verileri araştırmaya dâhil edilmemiştir. Sonuç olarak elde edilen veri seti, yaşları 14 ile 16 arasında değişen; 82'si (%27,4) kadın, 217'si (%72,6) erkek olmak üzere toplam 299 kişiden oluşmaktadır. Çalışmaya katılan kişilere ilişkin bilgiler Tablo 1.'de gösterilmiştir.

Tablo 1

#### *Katılımcılara İlişkin Betimleyici İstatistikler*

Cinsiyet	Kadın	Erkek		
N	82	217		
%	27.4	72.6		
Yaş	14 Yaş	15 Yaş	16 Yaş	
N	21	203	75	
%	7	67.9	25.1	
Sosyal Medya (En Sık)	Facebook	Instagram	Diğer	
N	22	255	22	
%	7.4	85.3	7.4	
SM Zaman (günlük)	0-1 Saat	1-3 Saat	3-5 Saat	5+ Saat
N	90	103	66	40
%	30.1	34.4	22.1	13.4

### Ölçme Araçları

**Beş Faktör Narsisizm Ölçeği (BFNÖ)-Kısa Formu.** Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form (FFNI-SF), 148 sorudan oluşan Glover ve arkadaşlarının (2012) geliştirdiği



Beş Faktör Narsisizm Ölçeği'nin (FFNI) 60 soruluk kısa formu olup Scherman ve arkadaşları (2015) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, narsisizmi beş faktör modeline göre değerlendirmekte olup 15 alt boyuta sahiptir: onay arayıcılık, kibir, otorite, güvensizlik, hak iddia etme, teşhircilik, sömürücülük, büyülenme hayalleri, umursamazlık, empati eksikliği, manipülatiflik, hayranlık ihtiyacı, öfke/tepkisel öfke, utanç ve maceraperestlik. Ölçek aynı zamanda kırılğan narsisizm, büyülenmeci narsisizm, antagonizm, nevrotisizm ve aracılı dışadönüklük olarak beş faktör olarak değerlendirilebilmektedir. Ölçeğin orijinal çalışmasında alt boyutların Cronbach's alpha değeri .70 ile .90 arasında değişirken ölçeğin Türkçe geçerlilik güvenirlik çalışmasında .60 ile .79 arasında değişmektedir (Ekşi, 2016; Sherman ve ark., 2015). Bu çalışmada ölçeğin kırılğan narsisizm alt ölçeği kullanılmıştır. BFNÖ'nin kırılğan narsisizm alt boyutu, hayranlık ihtiyacı, tepkisel öfke, utanç ve güvensizlik puanlarının toplamı aracılığıyla elde edilmektedir (Ekşi, 2016; Glover ve ark., 2012). Mevcut çalışmada alt boyutların Cronbach's alpha değeri kırılğan narsisizm için .71 ve büyülenmeci narsisizm için .83 olup ölçeğin totali için .84'tür.

**Sosyal Medya Kullanıcıları İçin Sosyal Anksiyete Ölçeği (SMKSA).** Sosyal Medya Kullanıcıları için Sosyal Anksiyete Ölçeği, Alkış, Kadirhan ve Sat (2017) tarafından geliştirilen ve sosyal medya kullanımı esnasında hissedilen sosyal anksiyeteyi paylaşılan içeriğe ilişki anksiyete, gizliliğe ilişkin anksiyete, etkileşim anksiyetesi ve öz-değerlendirilme anksiyetesi olmak üzere dört bağlamda ölçen 21 soruluk bir öz bildirim ölçeğidir. Alkış ve arkadaşlarının (2017) çalışmasında ölçeğin Cronbach's alpha değeri alt boyutlar için .80 ile .92 arasında değişmektedir. Mevcut çalışmada alt boyutların Cronbach's alpha değeri .78 ile .81 arasında değişmekte olup ölçeğin totali için .89'dur.

## İşlem

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS Statistics 22 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Normallik varsayımını ihlal ettiği saptanan veriler veri setinden çıkarıldıktan sonra öncül analizler tekrar edilmiş ve normallik koşulunun sağlandığı anlaşılmıştır. Verilerin istatistiksel analizi sonucunda elde edilen bulgular ilerleyen bölümde aktarılmıştır.

## Bulgular

Değişkenlere ilişkin çarpıklık-basıklık, ortalama ve standart sapma değerleriyle değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkilerini gösteren korelasyon tablosu Tablo 2.'de gösterilmiştir.

Tablo 2. İncelendiğinde kırılğan narsisizm ile sosyal medya kullanımında yaşanan sosyal kaygı arasında güçlü bir ilişkinin olduğu anlaşılmaktadır ( $r = .52, p < .01$ ). Ayrıca

kırılğan narsisizmi oluşturan boyutlardan biri olan utanç ile sosyal medyada paylaşılan içeriğe dair duyulan sosyal kaygı arasındaki güçlü ilişki dikkat çekmektedir ( $r = .55, p < .01$ ). Son olarak bütün değişkenlerin basıklık-çarpıklık değerlerinin Huck (2012) tarafından belirtilen normal aralık içinde olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 2

## Değişkenler Arasındaki İlişkiler

	SMKSA	PIK	GİK	EGK	DK	KN	G	Hİ	RÖ	U
<b>SMKSA</b>	1									
Paylaşılan İçerik Kaygısı	.814**	1								
Gizliliğe İlişkin Kaygı	.735**	.426**	1							
Etkileşime Girme Kaygısı	.791**	.477**	.414**	1						
Değerlendirilme Kaygısı	.769**	.562**	.462**	.529**	1					
<b>KN</b>	.518**	.489**	.348**	.395**	.350**	1				
Güvensizlik	.284**	.217**	.287**	.226**	.126*	.554**	1			
Hayranlık İhtiyacı	.335**	.330**	.128*	.305**	.267**	.591**	.064	1		
Tepkisel Öfke	.214**	.170**	.197**	.151**	.145*	.708**	.285**	.165**	1	
Utanç	.521**	.555**	.299**	.365**	.375**	.764**	.178**	.415**	.337**	1
<i>Skewness</i>	.166	.380	-.221	.372	.146	-.101	.128	-.056	-.310	-.258
<i>Kurtosis</i>	-.308	-.351	-.464	-.503	-.800	.146	-.303	-.442	-.379	-.518
<i>Ortalama</i>	55.98	17.30	16.03	14.37	8.26	50.77	12.96	11.09	13.86	12.85
<i>Standart Sapma</i>	16.01	6.15	5.16	5.79	3.40	8.76	2.97	2.83	3.62	3.77

Not. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ ; KN: Kırılğan Narsisizm.

Kırılğan narsisizmin sosyal medya kullanımı esnasında yaşanan sosyal anksiyeteyi yordama gücünü değerlendirmek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yürütülmüştür. Öncül analizler, normallik, çoklu ortak doğrusallık ve eş varyanslılık varsayımlarının ihlal edilmediğini göstermiştir. Yapılan regresyon analizi sonucunda elde edilen sonuçlar Tablo 3.'te gösterilmiştir.

Kırılğan narsisizmin güvensizlik, hayranlık ihtiyacı, tepkisel öfke ve utanç alt boyutları bir arada modele girilmiş ve model, sosyal medya kullanımında hissedilen sosyal anksiyetede ki varyansın % 32'sini açıklamıştır ( $F(4, 294) = 35.80, p < .01$ ). Alt boyutların katkıları ayrı ayrı incelendiğinde modele yapılan en güçlü katkının utanç değişkeni tarafından yapıldığı anlaşılmaktadır ( $\beta = .42, t = 7.74, p < .01$ ). Kırılğan narsisizm yapısını oluşturan güvensizlik alt boyutunun ( $\beta = .20, t = 4.03, p < .01$ ) ve hayranlık ihtiyacı alt boyunun ( $\beta = .14, t = 2.78, p$

< .01) da modele güçlü katkılar yaptığı fakat tepkisel öfkenin ise anlamlı bir yordayıcı olmadığı anlaşılmaktadır.

Tablo 3

*SMKSA'nin Kırılgan Narsisizmin Alt Boyutlarınınca Yordanmasını Gösteren Tablo*

	<i>B</i>	<i>SH</i>	$\beta$	<i>T</i>
Sabit (SMKSA)	10.01	4.75		2.10
Güvensizlik	1.08	.27	.20	4.03**
Hayranlık İhtiyacı	.82	.29	.14	2.78**
Tepkisel Öfke	-.05	.23	-.01	-.22
Utanç	1.82	.23	.42	7.74**

*Not.*  $R = .57$ ,  $R^2 = .32$ ,  $F_{(4,294)} = 35$ , \*\*  $p < .01$  SMKSA = Sosyal Medya Kullanıcılarında Sosyal Anksiyete

### Tartışma

Bu araştırmada, lise birinci sınıfta eğitim gören ergenlerdeki kırılğan narsisizm kişilik özellikleri ile sosyal medya kullanımı esnasında yaşadıkları sosyal anksiyete düzeyi arasındaki ilişkileri incelemek amaçlanmıştır. Elde edilen bulgular, sosyal medya kullanan ergenlerin hissettikleri sosyal anksiyete ile kırılğan narsisizm özellikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin olduğunu göstermiştir. Ayrıca kırılğan narsisizmi oluşturan hayranlık ihtiyacı, tepkisel öfke, utanç ve güvensizlik alt boyutlarının sosyal medya kullanımında hissedilen sosyal anksiyeteyi güçlü bir biçimde yordadığı sonucu da araştırmanın bir diğer bulgusunu oluşturmaktadır. Gündelik yaşamımızın adeta vazgeçilmez unsurlarından biri haline gelen sosyal medya platformları, insanların fikirlerini, zevklerini ve eğilimlerini en kolay şekliyle paylaşabilecekleri mecralar olarak görünmektedir. Ülkemizde 9-16 yaş grubunun internet kullanım davranışları üzerine Ulaştırma Bakanlığı İnternet Kurumu tarafından 2010 yılında yapılan bir tarama, söz konusu grubun %70'inin günde en az bir defa internet kullandığını, %60'ının en az bir defa sosyal medya mecralarını ziyaret ettiğini ve bu mecralarda ortalama 72 dakika geçirdiklerini göstermiştir (Ekşi, Erden, Erdoğan ve Yılmaz, 2013). Sosyal medya araçlarının hangi biçimlerde kullanıldığına ve kullanım biçimlerinin kişilik özellikleri ile ilişkisine dair literatürde birçok çalışma bulunmaktadır; bu çalışmaların bir kısmını kırılğan ve büyüklenmeci narsisistik kişilik özelliklerine sahip bireylerin sosyal medyayı kullanım biçimlerini araştıran çalışmalar oluşturmaktadır. Bu bölümde araştırmanın sonucunda elde edilen bulgular, söz konusu araştırmalar ile karşılaştırılacaktır.

Sosyal medya kullanımı ile narsisistik kişilik özellikleri arasındaki ilişkileri araştıran çalışmaların çoğunlukla büyüklenmeci narsisizme yoğunlaştıklarını söylemek mümkündür. Bahsedilen çalışmalarda büyüklenmeci narsisistik özellikleri olan bireylerin, kendi imajlarını (örn. *selfie*) ve ilgilerini sıklıkla sosyal medyada paylaştıklarını ve bu sayede doyum hissettiklerini, benlik saygılarının arttığını ifade etmektedirler (Ksinan ve Vazsonyi, 2016: 118; McCain ve ark., 2016; Wang, Jackson, Zhang ve Su, 2012). Buna karşılık kırılğan narsisistik kişilik özelliğine sahip bireyler, sosyal platformlarda diğer insanlarla etkileşime girmek konusunda kaygılı ve isteksizdirler (Ksinan ve Vazsonyi, 2016). Aktarılan bulgular, bu araştırmada elde edilen kırılğan narsisizm ile sosyal medya kullanımında etkileşime girme anksiyetesi arasındaki pozitif yönlü ilişkiyi destekler niteliktedir. Ayrıca araştırmanın bir diğer bulgusuyla paralel olarak, Ksinan ve Vazsonyi'nin (2016) sosyal medya kullanıcıları ile gerçekleştirdiği araştırmada katılımcıların kırılğan narsisizm özelliklerinin, sosyal kaygılarının güçlü bir yordayıcısı olduğu sonucunu raporlamışlardır.

Araştırma sonucunda ulaşılan bulgulardan biri kırılğan narsisizmin faktörlerinden biri olan hayranlık ihtiyacı ile SMKSA'nın faktörleri arasındaki ilişkilerin önemli olduğunu; ergenlerin sosyal medyadaki varoluşlarının takdir edilmemesinin kaygı yaratabileceğini ifade etmektedir. Bu bulguyu destekler nitelikte Valkenburg, Peter ve Schouten (2006) tarafından yürütülen bir araştırmada sosyal medya kullanıcısı ergenlerin, kurdukları online ilişkilene biçimlerinin, onların, benlik saygılarının güçlü bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmacılar sosyal medyada popüler profillere sahip ergenlerin daha güçlü bir benlik değerine ve daha yüksek bir öznel iyi oluşa sahip olduğunu ifade etmişlerdir. Son olarak Keating ve arkadaşlarının (2016) gerçekleştirdiği araştırmada sosyal medya mecralarındaki olumsuz algılayışların, öfke ve düşük benlik saygısı ile pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmanın bir diğer bulgusu, kırılğan narsisizm yapılarının sosyal medyada yaşanan sosyal anksiyetenin önemli bir belirleyicisi olduğudur. Önceki bölümlerde aktarılan ve ergen ruhsallığının hem benmerkezci hem de kırılğan doğası göz önüne alındığında bireyin kişilik dinamiklerinin, yapılacak olan değerlendirmede rol oynayabileceği ve olumsuz değerlendirmelerin anksiyeteye yol açabileceği söylenebilir. Söz konusu bulgu, Ksinan ve Vazsonyi'nin (2016) genç bir örneklem ile gerçekleştirdikleri araştırmanın bulguları ile paralellik göstermektedir. Araştırmacılar, kırılğan narsisizm ile sosyal etkileşime girme kaygısı arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişkinin olduğunu ve kırılğan narsisizm özelliklerinin sosyal etkileşim kaygısının güçlü bir yordayıcısı olduğunu ifade etmişlerdir. İlgili çalışmanın dikkat çeken bir diğer bulgusu da kırılğan narsisizmin sosyal özyeterlilik düzeyini negatif

anlamda yordadığı şeklindedir. Bu bulgu ile çalışmamızda varılan utanç ve etkileşime girme kaygısı alt boyutları arasındaki pozitif yönlü ilişki bir arada düşünülebilir görünmektedir.

Araştırmamızın bulguları ve TÜİK raporları dikkate alındığında ergenlerin günlerinin azımsanamayacak bir bölümünü Twitter, Facebook ve Instagram gibi kişilerarası etkileşimin kaçınılmaz olduğu sosyal medya mecralarında geçirdiği görülmektedir. Dolayısıyla yaşamın diğer çağlarına oranla kendiliğe dair sorgulamaların belki de en yoğun biçimde yapıldığı çağ olan ergenlik çağında, sosyal medya kullanım biçimleri büyük önem taşımaktadır (Erikson, 1968). Kişilik dinamiklerinden kaynaklı olarak ergenin sosyal medya kullanımı esnasında algıladığı değerlendirmenin çeşitli ruhsal/sosyal sıkıntılara sebebiyet verebileceği göz önüne alındığında, sosyal destek mekanizmalarının oldukça önemli bir yere sahip olduğu düşünülmektedir. Aydoğmuş ve Yıldırım'ın (2019) lise öğrencilerinden oluşan bir örneklem ile gerçekleştirdikleri araştırmanın bulguları da sosyal güvende hissetmenin işlevsel internet kullanımı ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Benzer olarak Esen ve Siyez (2010), ergenlerin internet kullanım biçimlerini inceledikleri çalışmada algılanan sosyal desteğin, internet bağımlılığının önemli bir belirleyicisi olduğunu ifade etmişlerdir. Bu bilgiler ışığında ergen bireylerin kişilik özelliklerinin sosyal medya kullanım biçimlerine etki ettiği ve bu açıdan ailede ve okullarda sosyal destek mekanizmalarının önem arz ettiği söylenebilir.

Sonuç olarak bu çalışmanın bulguları göz önüne alındığında kırılğan narsisistik kişilik özelliklerine sahip ergenlerin güvensizlik, öfke, utanç ve hayranlık ihtiyacı gibi içsel süreçlerinin sosyal medya kullanımı esnasında değerlendirilmeye ve etkileşime girmeye yönelik kaygıları tetiklediğini söylemek mümkündür. Araştırmamızda cinsiyet dağılımının eşit olmaması ve örneklemin küçük olması gibi sınırlılıkları göz önüne alındığında, benzer araştırmaların daha geniş örneklerde yapılması ve elde edilen araştırma sonuçları aracılığıyla koruyucu-önleyici müdahalelerin hem ruh sağlığı uzmanlarına hem de ailelere kazandırılması önemli görünmektedir.

### Kaynakça

- Alkış, Y., Kadirhan, Z., & Sat, M. (2017). Development and validation of social anxiety scale for social media users. *Computers in Human Behavior*, 72(C), 296-303. doi: 10.1016/j.chb.2017.03.011
- American Psychiatric Association. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders-III*. Washington, DC: Author.
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders-IV, text revision*. Washington, DC: Author
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287-293. doi: 10.1016/j.addbeh.2016.03.006
- Aydoğmuş, E. N. A., & Yıldırım, M. S. Ö. Ergenlerde sosyal güvende hissetme ve memnuniyet ile problemlili internet kullanımı arasındaki ilişkide sosyal medya tutumlarının aracılık rolü. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(1), 15-32.
- Barry, C. T., & Ansel, L. L. (2011). Assessment of youth narcissism. In W. K. Cambell, & J. D. Miller, (Eds), *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments* (pp. 153-163). New Jersey: Wiley.
- Barry, C. T., Doucette, H., Loflin, D. C., Rivera-Hudson, N., & Herrington, L. L. (2017). "Let me take a selfie": Associations between self-photography, narcissism, and self-esteem. *Psychology of popular media culture*, 6(1), 48. doi: 10.1037/ppm0000089
- Beck, J. S., & Beck, A. T. (1995). *Cognitive therapy: Basics and beyond*. New York: Guilford press.
- Biolcati, R., & Passini, S. (2018). Narcissism and self-esteem: Different motivations for selfie posting behaviors. *Cogent Psychology*, 5(1), 1437012. doi: 10.1080/23311908.2018.1437012
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195. doi: 10.1016/S0747-5632(00)00041-8
- Eksi, F. (2016). The short form of the Five-Factor Narcissism Inventory: Psychometric equivalence of the Turkish version. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 16(4), 1081-1096. doi: 10.12738/estp.2016.4.0001
- Ekşi, H., Erden, N., Erdoğan, F. H. ve Yılmaz, E. (2013). Ergenlerin kimlik oluşumunun Facebook üzerinden incelenmesi: Nitel araştırma örneği. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(3), 295-313. doi: 10.19126/suje.40198
- Eldoğan, D. ve Tunçel, E. (2017). Kırılğan Narsisizm ve Sosyal Kaygı Bozukluğu: Benzerlikler ve Farklılıklar. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 5(11), 426-448. doi: 10.7816/nesne-05-11-05
- Ellis, H. (1897). *Studies in the psychology of sex*. New York: Random House
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W.W. Norton.
- Esen, E. ve Siyez, D. (2011). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (36), 127-138.
- Freud, S. (2006). *Narsisizm üzerine ve Scherber vakası*. (M. Atakay, Çev.). Metis Yayınları: İstanbul. (Orijinal yayın tarihi, 1914).
- Frick, P. J., O'brien, B. S., Wootton, J. M., & McBurnett, K. (1994). Psychopathy and conduct problems in children. *Journal of abnormal psychology*, 103(4), 700. doi: 10.1037/0021-843X.103.4.700

- Gabbard, G. O., & Crisp, H. (2018). *Narcissism and its discontents: Diagnostic dilemmas and treatment strategies with narcissistic patients*. American Psychiatric Pub.
- Glover, N., Miller, J. D., Lynam, D. R., Crego, C., & Widiger, T. A. (2012). The Five-Factor Narcissism Inventory: A five-factor measure of narcissistic personality traits. *Journal of Personality Assessment, 94*(5), 500-512. doi: 10.1080/00223891.2012.670680
- Hendin, H. M., & Cheek, J. M. (1997). Assessing hypersensitive narcissism: A reexamination of Murray's Narcism Scale. *Journal of Research in Personality, 31*(4), 588-599. doi: 10.1006/jrpe.1997.2204
- Huck, S. W. (2012) *Reading statistics and research*. Boston: Pearson.
- Keating, R. T., Hendy, H. M., & Can, S. H. (2016). Demographic and psychosocial variables associated with good and bad perceptions of social media use. *Computers in Human Behavior, 57*, 93-98. doi: 10.1016/j.chb.2015.12.002
- Kohut, H. (2006). *Kendiliğın çözümlenmesi*. (C. Atbaşoğlu, B. Büyükkal & C. İşcan, Çev.). İstanbul: Metis Yayınları. (Orijinal yayın tarihi, 1971).
- Ksinan, A. J., & Vazsonyi, A. T. (2016). Narcissism, internet, and social relations: A study of two tales. *Personality and Individual Differences, 94*, 118-123. doi: 10.1016/j.paid.2016.01.016
- Levy, K. N., Ellison, W. D., & Reynoso, J. S. (2011). A historical review of narcissism and narcissistic personality. In W. K. Campbell & J. D. Miller (Eds.), *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments* (pp. 3–13). New Jersey: Wiley.
- McCain, J. L., Borg, Z. G., Rothenberg, A. H., Churillo, K. M., Weiler, P., & Campbell, W. K. (2016). Personality and selfies: Narcissism and the Dark Triad. *Computers in Human Behavior, 64*, 126-133. doi: 10.1016/j.chb.2016.06.050
- Mechanic, K. L., & Barry, C. T. (2015). Adolescent grandiose and vulnerable narcissism: Associations with perceived parenting practices. *Journal of Child and Family Studies, 24*(5), 1510-1518. doi: 10.1007/s10826-014-9956-x
- Miller, J. D., Gentile, B., Wilson, L., & Campbell, W. K. (2013). Grandiose and vulnerable narcissism and the DSM–5 pathological personality trait model. *Journal of Personality Assessment, 95*(3), 284-290. doi: 10.1080/00223891.2012.685907
- Muench, F., Hayes, M., Kuerbis, A., & Shao, S. (2015). The independent relationship between trouble controlling Facebook use, time spent on the site and distress. *Journal of Behavioral Addictions, 4*(3), 163-169. doi: 10.1556/2006.4.2015.013
- Pincus, A. L., Cain, N. M., & Wright, A. G. (2014). Narcissistic grandiosity and narcissistic vulnerability in psychotherapy. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment, 5*(4), 439. doi: 10.1037/per0000031
- Pincus, A. L., & Lukowitsky, M. A. (2010). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annual Review of Clinical Psychology, 6*, 421–446. doi: 10.1146/annurev.clinpsy.121208.131215
- Rosenfeld, H. (1987). *Impasse and interpretation*. London, England: Tavistock.
- Schurman, C. L. (2001). Social phobia, shame and hypersensitive narcissism. Unpublished Doctoral Dissertation. Wright Enstitüsü: California.

- Sherman, E. D., Miller, J. D., Few, L. R., Campbell, W. K., Widiger, T. A., Crego, C., & Lynam, D. R. (2015). Development of a Short Form of the Five-Factor Narcissism Inventory: The FFNI-SF. *Psychological Assessment, 27*(3), 1110. doi: 10.1037/pas0000100
- TÜİK (2018). Hanelerde Bilişim Teknolojileri Kullanımı. [http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt\\_id=1028](http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1028) Erişim tarihi (21.08.2019)
- TÜİK (2019). Hanelerde Bilişim Teknolojileri Kullanımı. [http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt\\_id=1028](http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1028) Erişim tarihi (21.08.2019).
- Valkenburg, P. M., Peter, J., & Schouten, A. P. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *CyberPsychology & Behavior, 9*(5), 584-590. doi: 10.1089/cpb.2006.9.584
- Vernon, L., Modecki, K. L., & Barber, B. L. (2017). Tracking effects of problematic social networking on adolescent psychopathology: The mediating role of sleep disruptions. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 46*(2), 269-283. doi: 10.1080/15374416.2016.1188702
- Wang, J. L., Jackson, L. A., Zhang, D. J., & Su, Z. Q. (2012). The relationships among the Big Five Personality factors, self-esteem, narcissism, and sensation-seeking to Chinese University students' uses of social networking sites (SNSs). *Computers in Human Behavior, 28*(6), 2313-2319. doi: 10.1016/j.chb.2012.07.001



## **Evaluation of Social Anxiety in Adolescents' Use of Social Media in the Context of Vulnerable Narcissism**

### **Summary**

Narcissism is a personality trait that is explained by concepts such as arrogance, lack of empathy, use of others for own interests and exhibiting envy. Researchers tend to conceptualize narcissism with two separate dimensions as the grandiose and vulnerable narcissism, the latter being characterized by feelings of rage, shyness, and insecurity. Considering clinical manifestations of adolescence period, it wouldn't be wrong to assume that the process of identification might be partially shaped by narcissistic injury. Therefore, external factors play a crucial role in self-development; that the sense-making process towards the self is reconstructed, and self-assessment in adolescence may cause narcissistic injuries. Research has shown that adolescents with vulnerable narcissism characteristics had anxiety and social withdrawal when they received negative comments about themselves. Similarly, Eldoğan and Tunçel (2017) pointed out to the similarities between vulnerable narcissistic traits and social anxiety disorder by stating that both in vulnerable narcissism and social anxiety disorder, individuals tend to evaluate the situation negatively, report feelings of shame and avoid anxiety generating social events in the absence of the approval.

When the relationship between narcissistic personality traits and social media usage (e.g., photo sharing) is examined, it is pointed out that there is a strong relationship between these two concepts. For example, grandiosity is positively related with frequency of selfie sharing. Particularly, obtaining appreciation and approval is claimed as an important source of motivation in the use of social media. Although some studies examined the relationship between sub-dimensions of narcissism and the use of social media, their number is limited. Therefore, this study aimed to investigate the associations among shame, insecurity, need for admiration and reactive anger, and social anxiety during social media use among adolescents.

The sample of the study consisted of 9th-grade students at Şafak Vocational and Technical Anatolian High School. Participants' ages ranged from 14 to 16 years, and 82 students (27.4 %) were female while 217 students (72.6 %) were male. Demographic information form, Vulnerable Narcissism Sub-Scale of Five-Factor Narcissism Scale (FFNS), and Social Anxiety Scale for Social Media Users (SASSMU) were used. SPSS Statistics 22 program was used for data analysis. Multiple linear regression analysis was performed to evaluate the ability of vulnerable narcissism to predict social anxiety symptoms among adolescents during social media use. Results indicated that there was a moderate relationship between vulnerable narcissism and social anxiety during social media use ( $r = .51, p < .01$ ).

Additionally, a moderate association was also found between shame, one of the dimensions of vulnerable narcissism, and social anxiety symptoms about the contents shared via social media ( $r = .55, p < .01$ ). When the sub-dimensions of vulnerable narcissism, insecurity, need for admiration, reactive anger and shame were entered, the model explained 32% of the variance in social anxiety symptoms experienced during social media use ( $F(4, 294) = 35.80, p < .01$ ). When the contributions of sub-dimensions of vulnerable narcissism were examined separately, the most powerful contribution to the model was from variable of shame ( $\beta = .42, t = 7.74, p < .01$ ).

In conclusion, based on the findings of this study, it is possible to infer that the internal processes of adolescents with vulnerable narcissistic personality traits such as insecurity, anger, shame, and admiration need give rise to evaluations and interactions during social media use. Since the current findings provided empirical support for the significant effect of personality traits on the use of social media, it is hoped that this study has addressed an important problem for the psychosocial interventions designed for adolescence populations. The limitations of the study were including a relatively small sample and unequal gender distributions of the participants. Thus, replication of the study with larger samples seems to be important.

## Nitel Araştırma

**Çocukluk Dönemi Sinek Korkusu Üzerine Bir Vaka Sunumu**Gizem Minçe<sup>1\*</sup>, Faruk Gençöz<sup>1</sup><sup>1</sup> Orta Doğu Teknik Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar kelimeler:**oyun terapisi,  
fobi,  
nitel araştırma,  
söylem analizi**Öz**

Çocuklarla yapılan terapötik çalışmalarda, fobilerin temelinde yatan nedenlerin ortaya çıkması ve oyun içinde simgeselleştirilmesi için imkân sağlayan bir ortam vardır. Korkuların anlaşılması, çocuğun oynadığı oyunların değerlendirilmesi yoluyla mümkün olabilir. Her fobinin birey için ne anlama geldiği kişinin kendi yaşantısıyla bağlantılıdır ve kişinin korkularını nasıl ifade ettiğinin öznal olarak değerlendirilmesi söz konusudur. Bu sebeple kişinin öznal deneyimine odaklanması, kişinin yaşadığı korkularla ilgili çok geniş bir bilgi kaynağı sunmaktadır. Ayrıca çocukluk döneminde görülen korkular oyun seanslarıyla birlikte gerileme gösterebilir ve korkular başka bir yola kanalize olma şansı bulabilir. Bu çerçevede yapılan çalışma, yedi yaşındaki A.'nın vaka öyküsüyle birlikte kliniğe getiriliş sebeplerinden biri olan "sinek korkusu"nun araştırılması amacı taşımaktadır. Araştırma kapsamına uygun altı görüşme belirlenmiştir. Bu görüşmeler nitel araştırma yöntemlerinden biri olan söylem analizi yoluyla incelenmiş ve psikanalitik kuram kapsamında tartışılmıştır. Söylem analizi ile öncesinde oluşturulmuş belirli kategorilerin dışına çıkarılır. Bu yolla kişinin deneyiminin öznal anlatımına odaklanması zengin bir bilgi kaynağı oluşturmaktadır. Bu kapsamda yapılan çalışma sonucunda A.'nin söyleminde ihmal, rekabet ve öfkeden; terapistle kurulan benzerlikler ve öznelliğe doğru bir değişim olduğu gözlemlenmiştir. Bu yolla A.'nin yaşadığı korku, kendi öznelliği çerçevesinde değerlendirilerek çocukluk döneminde ortaya çıkan korkuların anlaşılmasında gelecek çalışmalar için katkı sağlayacağı öngörülmektedir.

**Abstract****Keywords:**play therapy,  
phobia,  
qualitative  
research,  
discourse analysis

The play therapy context provides a setting that allows for the emergence and symbolization of the underlying causes of phobias in children's plays. It is possible to understand these fears by the way of interpreting the content of these plays. The underlying meaning of every phobia is related to the subject's experience, therefore, interpreting the way that the subject expresses his or her fears is important. Thus, focusing on the subjective experience provides a rich source of information about one's fears. Besides, with the help of play therapy, fears observed in childhood may decrease and children may find another way to express their fears. Within this stated framework, this study aimed to explore the "fear of houseflies" of a seven-year-old child named "A." This fear was one of the reasons that brought A. and her parents to the clinic. Among the conducted play therapy sessions, six of them were chosen to be focused on for this research. These interviews were analyzed with discourse analysis, which is one of the qualitative research methods, and the results were discussed within the scope of psychoanalytic theory. With discourse analysis, certain categories that are previously defined are excluded. In this way, focusing on the subjective expression of the subject's experience constitutes a rich source of information. The results of the analysis showed that there was a change in A.'s discourse from neglect, competition, and anger to the similarities established with the therapist and subjectivity. In this way, A.'s fear is evaluated within the framework of her subjectivity. This study may contribute to the understanding of the fears that emerge during childhood.

\*Sorumlu Yazar, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, 06800, Çankaya, Ankara.

e-posta: ozkulgizem@gmail.com

DOI: 10.31682/ayna.687561

Gönderim Tarihi (Received): 11.02.2020; Kabul Tarihi (Accepted): 05.05.2020

2148-4376/ All rights reserved.

## Giriş

Fobi belirli bir duruma (evden ayrılma gibi) veya bir nesneye (bir hayvan gibi) karşı hissedilen aşırı korku olarak tanımlanır. Kişi fobik nesneye karşılaşırsa yoğun bir endişe yaşar ve bunun olmasını önlemek için 'kaçınma stratejileri' geliştirir (Drewes ve Schaefer, 2018). Bu kaçınma stratejileri o kadar ayrıntılı hale gelebilir ki, kişinin hayatı ciddi şekilde kısıtlanır. Çocuklarda da birçok korku (araba çarpması, eve hırsız girmesi, ölüm veya ölü insanlar gibi) gözlemlenir ve bu korkular çocuğun hayatını kısıtlayan bir hale gelebilir (Muris, Merckelbach, Gadet ve Moulaert, 2000). Bu sebeple korkuların anlaşılması ve tedavi edilmesi için çocukluk dönemindeki korkuların çalışılması önem teşkil etmektedir.

Freud klinik olarak yetişkinlere odaklanmış olmasına rağmen, kendi çocuklarının analizleri ve at fobisi olan beş yaşındaki bir çocuk olan Küçük Hans'ın tedavisiyle ilgili çalışmalar yapmıştır (1909/1955). Freud bu çalışmalar ile oyun terapisi ve çocukla yapılan terapötik çalışmalarla ilgili bilgi veren ilk kişi olmuştur. Tarihsel olarak bakıldığında oyun terapisi kavramı ilk defa Freud'un Küçük Hans vakasıyla karşımıza çıkar. Freud bu vakada Hans'ın babasının anlatımları üzerinden yorumlarda bulunduğu bir vaka çalışması yapmıştır. Hans, beşinci doğum gününden kısa bir süre önce atlara karşı şiddetli bir korku geliştirir ve bir atla karşılaşma ihtimalinden dolayı dışarıya çıkmak istemez. Freud bu vakayla birlikte korku ve anksiyete arasında bir ayrıma giderek fobi için geçerli olan duygunun korku olduğunu söylemiştir. Freud, Hans'ın hissettiği korkunun, annesiyle olan ilişkisindeki cinsel heyecanın bir yansıması olduğunu ve atların ise kendisini cezalandırabilecek babasını temsil ettiğini söylemiştir (Freud, 1907).

Lacan, 1956-1957'deki seminerinde Küçük Hans vakasının ayrıntılı bir okumasını yapar. Lacan, Freud'un ardından fobi ile anksiyete arasındaki farkı vurgulamaktadır: anksiyetenin önce ortaya çıktığını ve fobinin, belirli bir nesneye odaklanarak anksiyeteyi korkuya dönüştüren bir savunma olduğunu söyler. Bununla birlikte, Lacan fobik nesneyi Freud'un yaptığı gibi sadece babanın temsilcisi olarak tanımlamak yerine, fobik nesnesinin birden fazla şeyi temsil edebileceğini ifade eder (Lacan, 1956-1957). Lacan, Hans'ın fobisinin farklı şekillerde tarif edildiğini vurgular. Örneğin, bir noktada Hans'ın bir atın onu ısırmasından korktuğunu ve başka bir noktada da bir atın düşmesinden korktuğunu belirtmiştir. Lacan, bu farklı anlamların her birinde atın Hans'ın yaşamında farklı bir yeri temsil ettiğini savunur. Bu nedenle at, gösterilen olarak işlev görmez; çok yönlü bir anlamı olan ve yer değiştiren bir gösteren olarak işlev görür. Lacan, gerçek babasının ödipal dönemdeki rolü olan kastre edici konumda bulunmadığı için Hans'ın at fobisini geliştirdiğini iddia eder. Hans mastürbasyon ile cinselliği keşfetmeye başladığında, preödipal üçgen (anne, çocuk ve imajiner

fallus) Hans'ın zevk kaynağı olmaktan çıkarak endişe uyandıran bir şeye dönüşmüştür. Gerçek babanın müdahalesi, Hans'ı sembolik olarak kastre ederek endişelerinden kurtarabilecekken Hans bu müdahalenin yokluğunda fobiyle birlikte kastre edici bir ikame bulmak zorunda kalmıştır. İmajiner bir nesne olan at, sembolik işleviyle birlikte Hans'ın imajinerden sembolik düzene geçiş yapmasına yardımcı olur. Bu durumda fobinin koruyucu bir işlevinin olduğu da söylenebilir. Bu geçici bir durum olsa bile, fobi kişi için sembolik bir boyut getirerek kişinin kendisini toparlamasını sağlar. Fobik nesne bu nedenle, öznenin dünyasında olası her öğeyi temsil etmek için kullanılan bir gösteren olarak işlev görür ve imajiner bir temsildir (Lacan, 1956-1957).

Başka bir deyişle; fobi, toplumsal olmaktan çok bireysel bir noktadadır. Kişinin korkularının anlaşılmasında fobideki unsurların birleştirilme ve bir araya getiriliş şekli, bu unsurların anlamından daha önemlidir. Fobideki elementler arasındaki pozisyon değişse de bu pozisyonlar arasındaki ilişki değişmez. Bilişsel davranışçı yöntemlerde fobiyi tedavi etmek için kullanılan bir yöntem olan duyarsızlaştırmayla birlikte korkuların azalması ve belirli korku anılarının daha az ortaya çıkması sağlanabilir; ancak, bu konuda da bulgular tutarsızdır (Lipka ve ark., 2014). Diğer bir durumda da fobik nesnenin kişiye açıklanması (Hans'a atların babasını temsil ettiğini söylemek) semptomun ancak yer değiştirmesine sebep olabilir. Lacan ise tedavinin amacına ulaşabilmesi için, fobik nesneyle ilgili tüm gösterenlerin sembolik bir çerçevede çalışılması gerektiğini ve öznenin ancak bu yolla tüm olası gösteren kombinasyonlarını tüketeceğini ve böylece fobinin bir semptom olmaktan çıkacağını söyler. Bununla birlikte Lacan, 1961'deki seminerinde fobiyi histeri ve obsesif nevrozun yanı sıra üçüncü bir nevroz şekli olarak görür ve fobinin nevrozun en radikal hali olabileceğine işaret eder. Lacan, 1968-1969'daki seminerinde ise fobinin klinik bir yapı olarak görülemeyeceğini, daha çok bir kesişme noktası olduğunu söylemiştir. Yani fobinin, nevrozun iki temel kategorisi olan histeri ve obsesyon ile perversiyonun bir ayrımı olabileceğini söylemiştir. Bu nedenle Lacan'a göre fobi, histeri ve obsesif nevrozu ile aynı seviyede bir klinik yapı değil her ikisine de yol açabilen ve aynı zamanda pervert yapı ile bağlantıları olan bir kavşaktır. Ayrıca fobi, perversiyonda da olduğu gibi imajiner preödipal üçgenden sembolik ödipal üçgenleşmeye geçişteki zorluklardan kaynaklanmaktadır (Lacan, 1968-1969).

Lacan, çocuklarla yapılan psikanalitik uygulamalar hakkında çok fazla bir şey söylememiştir. Bununla birlikte, çocukluk döneminin çalışılmasının Lacanyen psikanalistler tarafından temel önem taşıdığı kabul edilmiştir (Owens ve Quinn, 2017). Lacan, çocuklarda en çok gözlemlenen fobi olan hayvan fobisi ile bireysel bir çalışma yürütülmesi gerektiğini söylemiştir. Fobi, ödipus kompleksinde ikame edici bir işlev taşır: büyük bir hayvan anneyi, doğrudan tehdit eden hayvan babayı ve davetsiz misafirler genç kardeşi temsil edebilir.

Bununla birlikte, fobide herhangi bir "kalıtsal hafızanın" izi takip edilemez; sadece insan ilişkileri içinde uygun bir model olacak nesne seçilir (Lacan, 1938). Psikanalitik oyun terapistinin yaptığı her şey temelde çocuğun kendini keşfetmesine ve yaşamı için daha fazla sorumluluk almasına bir ortam sağlamaktır. En önemlisi, terapist çocuğu dinler ve karşılık verir. İhmal edilen bir çocuk dinlendiği bir ortamda görmezden gelinme duygusuyla başa çıkabilir bir hale gelir. Bu sebeple fobinin psikanalitik oyun terapisiyle birlikte gerilemesi ve çocuğun kendisini daha rahat ifade etmesi söz konusudur (Bromfield, 2003). Bu çalışmada kardeşinin onkoloji hastası olması ve "sinek korkusu" olarak adlandırılan uçan böceklere karşı duyduğu korku sebebiyle kliniğe getirilen altı buçuk yaşındaki A.'nın korkularının ve terapötik süreç içindeki söyleminin nasıl değiştiğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yaklaşık bir buçuk senedir devam eden bu süreçte, süreci temsil edebilmesi için sürecin başından ve sonundan altı görüşme seçilmiştir. Bu görüşmeler söylem analiziyle incelenerek A.'nın öznel ifadelerindeki değişimlere ve terapistle ilişkisine odaklanılmıştır.

Çocukların sesini duymak, öznel ve aktif bir süreçtir. Çocuklarla yapılan çalışmalarda önceden kabul edilmiş kategoriler, kendi perspektifimizin dışına çıkarak öznel olana ulaşmamızı engeller. Söylem analizi ise çocukların ne söylemeye çalıştığını ve belirli bir kültürün yetişkin üyesi olarak neyi duyabileceğimizi anlamaya çalışır (Alldred ve Burman, 2005). Bu sebeple, araştırma amacına en uygun yöntemin söylem analizi olduğuna karar verilmiş ve A. ile yapılan görüşmeler bu yolla değerlendirilmiştir.

## Yöntem

### Söylem Analizi

"Söylem" terimi ilk başta feminizm ve psikanalizden etkilenecek eleştirel yorum bilimciler ve yapısalcılar tarafından kullanılmıştır (Parker, 2015). Söylemsel yöntemler metnin detayına odaklanır, dilsel kaynakların kullanılışı incelenerek neyin nasıl söylendiği incelenir (Edley ve Wetherell, 1995). Söylem analizinde dil, yapısı ve işlevi açısından incelenir; yani, dil gerçeğin yansıtılmış hali olarak değil, inşa edilmiş anlamlar bütünü olarak kabul edilir. Bu bağlamda üç temel varsayım vardır: gerçekliğin ve anlamın sosyal pratiklerle inşa edildiği görüşü olarak sosyal inşacılık, gerçekliğin nesnel bir zemini olmadığını ve uygulanabilirlik gibi kriterlerle değerlendirilebileceğini savunan rölativist görüş ve toplumsal etkileşimlerin bilgiye aracılık ettiği ama yine de etkileri gözlemlenebilecek bir alt yapı olduğunu savunan eleştirel gerçekçi görüş (Georgaca ve Avdi, 2012). Tipik olarak yapılan analizler görüşme temelli araştırmaların yazı dökümlerine dayanmaktadır; bu yaklaşımla her türlü sözlü veya görsel metni analiz etmek mümkündür (Parker ve Bolton Discourse Network, 1999). Yazı dökümleri incelenirken kullanılan dilin sosyal ve kültürel bağlamda yapılandırılmış olduğu ve karşılıklı

etkileşim içinde geliştiği göz önünde bulundurularak öznenin aldığı pozisyona dikkat edilir (Georgaca ve Avdi, 2012). Bu sayede kişinin kullandığı dilin çok yönlü olarak öznel bir açıdan incelenmesi hedeflenmektedir.

Literatürde söylem analizini kullanarak psikoterapi seanslarını inceleyen ve hastanın söylemindeki değişime odaklanan çalışmalar olduğu görülebilir (örn., Madill ve Barkham, 1997; Burck ve ark., 1998; Kogan ve Gale, 1997). Bu çalışmalarda kişilerin seansa getirdikleri konuları terapistin de desteğiyle kavramsallaştırma biçimlerindeki değişimleri ve sorunlara getirdikleri yeni anlamları inceleyebilmek söylem analiziyle mümkün olabilmektedir. Söylem analizinin açık uçlu ve keşfetmeye yönelik bir şekilde seanslarla ilgili detaylı açıklamalar getirmesi, kişiyi belirlenmiş kategorilerin dışına çıkararak öznel olarak ne dediğinin transparan bir şekilde yorumlanmasına imkân sağlar (Avdi ve Georgaca, 2007). Az sayıda seansın detaylı bir şekilde incelenmesi söylemdeki değişimin kavramsal olarak çalışabilmesi için zengin bir bilgi kaynağı sunar. Bu nedenle, bu çalışmada A.'nın yaşantılarını, deneyimlerini ve bu deneyimlere eklediği anlamları kendi bakış açısından nasıl birleştirdiğini sunmak amaçlanmıştır. Asıl nokta çocukların ne söylediğini duymaya odaklanmaktır (Allred ve Burman, 2005). Araştırmada söylemsel yöntem kullanıldığı için araştırmacının çocuğun deneyimleri üzerindeki yorumlamasını da hesaba katmak gereklidir. Bu sebeple araştırmacı, görüşmelerde sosyal bağlamdaki çok yönlü ilişki sürecini de göz önünde bulundurmalıdır (Mishler, 1986). Dolayısıyla yorumlama, işitmeye dayanmakla birlikte çocukların söylediklerinin analizinden ve bunun da ötesinde verinin araştırma raporlarında nasıl temsil edildiğinden oluşmaktadır. Bu çalışma kapsamında odaklanılan öznellik ve özne pozisyonları araştırmacının da etkisi düşünülerek değerlendirilmiştir.

### **Vakanın Tanıtılması**

Bu çalışmada Ayna Klinik Psikoloji Destek Ünitesi'nde terapi süreci devam eden bir kişiyle yapılan görüşmeler incelenmiştir. Altı buçuk yaşındaki A. kardeşinin onkoloji hastası olması nedeniyle bir uzmanın yönlendirmesiyle kliniğe getirilmiştir. Aileyle yapılan ilk görüşmede A.'nın, kardeşinin hastalığının ortaya çıkmasıyla birlikte özellikle uçan böceklere karşı bir korku geliştirdiği bilgisi verilmiştir. Kardeşi B.'nin tedavisinin başlamasından sonra A.'nın iştahında artış olduğu ebeveynleri tarafından gözlenmiştir. Yine bu dönemde ebeveynlerin tabiriyle "sinek korkusu" başlamıştır. İştah artışı bir süre sonra normal seyrine dönmüştür fakat sinek korkusu devam etmiştir. Aile bu durumu sinek korkusu olarak adlandırsa da A.'nın bu süreçten sonra genel olarak her böcekten, özellikle uçan böceklerden (kelebek, arı, güve gibi), çok fazla korktuğu ve bu durumun A.'nın gündelik yaşamına olumsuz olarak yansıdığı belirtilmiştir. A.'nın mezuniyet töreninde odada sinek olduğu için

öğretmenine sarılıp ağlaması, kreşteyken dışarı çıkmak istememesi, gittiği ortamda sinek varsa hemen eve gitmek istemesi bu korkusunun gözlemlendiği durumlardan birkaçıdır. Ayrıca A.'nın kardeşinin vücuduna bakınca korktuğu ve saçının dökülmesine çok üzüldüğü de belirtilmiştir. A. ile şimdiye kadar 50 görüşme yapılmış ve halen görüşmelere devam edilmektedir. Araştırma kapsamında A.'nın korkularına ve terapistle ilişkisine odaklanılmıştır.

### **Terapistin ve Terapide Kullanılan Yöntemin Tanıtılması**

Görüşmeleri gerçekleştiren terapist, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Klinik Psikoloji Bütünleşik Doktora programında eğitimine devam etmektedir. Terapist, Ayna Klinik Psikoloji Ünitesi'nde doktora eğitiminin bir parçası olan klinik stajı dahilinde süpervizyon altında görüşmeler yürütmektedir. Söz konusu vakada ele alınan A. ile şu ana kadar 50 görüşme yapılmıştır ve görüşmelere devam edilmektedir. Bu görüşmelerin her biri yaklaşık 40-45 dakika kadar sürmekte, aile görüşmelerine ise yaklaşık 15 dakika ayrılmaktadır. Aile ile yaklaşık dört görüşmede bir görüşülmektedir. Yaklaşık bir buçuk senedir devam eden görüşmeler haftada bir kere olacak şekilde sürdürülmektedir. Analitik yönelimi benimseyen terapist, A. ile görüşmelerini yönlendirmesiz oyun terapisi çerçevesinde gerçekleştirmiştir.

Psikanalitik oyun terapilerinde herhangi bir yönlendirme yapılmaz ve bu sebeple terapist bir oyun etkinliği ya da gereç önermez. Bu gibi yönlendirici olmayan bir terapide oyunlar, gereçler ve yönergeler her zaman çocuk tarafından seçilir ve o şekilde oynanır. Fakat bu tamamen sınırların ortadan kalktığı bir ortam sunulduğu anlamına gelmez. Seanslar başlamadan önce çocuğa terapiyle ilgili kurallar anlatılarak bir çerçeve verilir ve çocuğun kendisini bu sınırlar içinde özgürce ifade etmesi için bir alan sağlanır. Çocuk, oynadığı oyunlar üzerinden yaşantılarını, hislerini ve düşüncelerini sembolleştirerek aktarır ve bu anlamda terapistin çocukla ilişkisi de oyunlara yansır (Punnett, 2015). Oyundaki sembolleştirme sürecinde terapist herhangi bir yönlendirmede bulunmadığı için herhangi eğitsel bir amaç taşımaz. Çocuk, terapistle aktarım ilişkisi kurdukça kendisini daha rahat ifade edebilmeye başlar ve bu şekilde daha çok bilinçdışı materyal ortaya çıkar. Çocuk öncesinde kendisini imajiner bir seviyede semptomuyla ifade ederken, sembolik bir çerçevede oynadığı oyunlarla kendisini konuşarak ifade etmeye başlar ve bir süre sonra semptomun bir işlevi kalmaz (Owens ve Quinn, 2017). A.'nın görüşmeler boyunca oynadığı oyunlarda, söyleminde ve şikâyetlerindeki değişimlerin gözlemlenmesi ise bu çalışmanın yapılma nedenini oluşturmaktadır.



## Refleksivite

Niteliksel araştırmalarda üzerinde durulması gereken önemli bir konu olan refleksivite, araştırmacının araştırma ile olan ilişkisidir. Araştırmacılar çalıştıkları konu dahilinde sosyal dünyanın bir parçasıdır ve araştırmacının araştırma üzerinde bir etkisi olmamasının beklenmesi mümkün değildir (Aull Davies, 1999). Bu bağlamda, araştırmacının hem araştırma verileri oluşturulurken bulunduğu rolü hem de araştırma sonucunda üretilen bilgiye öznel olarak nasıl bir etki ettiğini göz önünde bulundurması oldukça önemlidir. Niteliksel araştırmalarda araştırmacının objektif olma ya da pasif bir konumda bulunarak kendisini araştırmadan uzaklaştırma gibi çabaları sahte bir duruştur (Given, 2008). Araştırmadaki etkisinin ve konuyla nasıl ilişkilendiğinin farkında olan araştırmacı, araştırma konusuyla ilgili daha geniş bir bakış açısına sahip olur. Bu anlamda araştırmacının sadece araştırma konusuna olan yatırımı ve araştırma konusu doğrultusundaki ilgisi değil teorik ve kurumdaki pozisyonlanışı da önem taşımaktadır (Baltacı ve Gençöz, 2019). Araştırmada yapılan seçimlerin teorik, kuramsal ve metodolojik duruşla alakalı olduğu kadar araştırmacının sosyal, toplumsal ve politik duruşuyla da ilişkili olduğu yadsınamaz (Mauthner ve Doucet, 2003). Söylem analizi katılımcıların söylemleri dâhilinde nasıl konumlandığını incelediği gibi, araştırmacının da bu söyleme nasıl bir etkisi olduğunu gösterir. Söylemin bu şekilde incelenmesiyle varsayımlar yıkılarak yeniden incelenme şansı bulur ve bu konumların sembolik bir sistem içinde nasıl oluştuğunu anlamamızı sağlar. Bu anlamda araştırmacının çalışmaya etkisini değerlendirmesinde şeffaf olması araştırmanın güvenilirliğini arttırarak verilerin okuyucu tarafından daha kolay anlaşılmasını sağlar (Ritchie ve Lewis, 2003). Bu çalışmada araştırmacı aynı zamanda görüşmeleri yürüten terapist konumundadır ve bu sebeple birden fazla konumun etkisinin incelenmesi söz konusudur.

Doktora eğitimim süresince Lacanyen psikanalizle ilgilendim ve eğitimim kapsamında çocuklarla yürütülen klinik çalışmalarla ilgili farklı dersler aldım. Bu ilgilim doğrultusunda Ayna Klinik Psikoloji Ünitesi'nde süpervizyon altında çocuk görüşmeleri yapmaya başladım. A. benim bu alanda ilk görüştüğüm ve bu alanda deneyim kazandığım çocuklardan biri oldu. Çocuk ve aile ile yapılan görüşmeleri teorik yaklaşımım ile da destekleyerek, A. ile yönlendirmesiz analitik yönelimli oyun terapisi çalışması yürüttük. B.'nin hayati bir tehlikesi olduğu için ailenin ilgisinin ve duygusal yatırımının B. üzerinde olması ilk görüşmeden beri ailenin gündeminde olan bir konuydu. Bu koşullar içinde ihmal edilen bir çocuk olarak gözlemediğim A.'ya karşı özellikle ilk görüşmelerde daha empatik bir yaklaşımda olduğumu ve bu sebeple ebeveynler ile yaptığım görüşmelerde A.'nın durumuyla ilgili daha savunucu bir pozisyonda olabildiğimi gördüm. Ailenin de farkında olduklarını söyledikleri ama yine de

ellerinden bir şey gelmediğini ifade ettikleri bu örüntüde ebeveynlere A.'nın aile içindeki konumunu B. ile eşitlemeye yönelik önerilerim oldu. Fakat zaman içinde A. ile B.'nin konumlarını eşitlemenin yanlış olduğunu çünkü bu farklı iki çocuğun ayrı ayrı ve öznel olarak var olabilmelerinin mümkün olduğunu gördüm. A.'da gözlemlediğim değişimlerin ailenin A.'ya öznel konumunu vermesi kadar, A.'nın da o konumu zamanla kendisinin kazanmasıyla alakalı olduğunu ve bunda kendisini bütün özneliğiyle ifade edebildiği bir ortam olmasının etkisi olduğunu düşünüyorum. İhtiyaçlarını önceden dolaylı yollardan, öfkeyle ve ağlayarak, gösteren A. zaman içinde aile ile açık bir iletişim kurabilmeye başlamıştır. Örneğin, ailesinin kardeşinin hastalığı sebebiyle hastanede olduğu zamanlarda birlikte olamadıkları için üzgün olduğunu, sıkıldığını ve onları özlediğini annesine söyleyebilir bir hale gelmiştir. Terapist olarak gözlemlediğim bu gibi değişimler ilgimi çekerek beni bu araştırmayı yapmaya yöneltmiştir.

Bu araştırmada hem terapist ve hem araştırmacı olarak farklı konumlarda bulunabilmem bu iki konumun birbirlerine olabilecek etkilerini araştırmaya başlamadan önce değerlendirmemle mümkün olmuştur. Araştırma sürecinin terapötik ilişkiyi etkilememesi ve gelecek görüşmelerde araştırma içeriğine uygun olacak içeriklere dikkat edip görüşmelerin doğal akışını bozmaması için araştırma içeriğine dâhil edilebilecek görüşmeler belli bir noktada sınırlandırılmış ve o noktadan sonra yeni bir görüşme araştırmaya dâhil edilmemiştir. Diğer taraftan klinik görüşlerimi bu araştırmaya dâhil etmem çalışmayı zenginleştirse de kendi konuşmalarımı analiz etmem zaman zaman zorlayıcı olabilmıştır. Bu anlamda araştırma grubunun yorum ve önerileri araştırmanın geliştirilmesinde büyük katkı sağlamıştır. Terapötik süreçte A.'da gözlemlediğim değişimlerin analitik kuram açısından nasıl değerlendirileceğiyle ilgili merakım teorik konumlanışımla alakalıdır. Görünmez olan bir çocuğun kendisini zamanla nasıl görünür kıldığının yazılı bir döküm haline getirilmesi fikri ise benim bu araştırmayla ilgili motivasyonumu sağlayan şey olmuştur.

## **Prosedür**

Görüşmeler başlamadan kişinin velisi olan ebeveyninden görüşmelerde elde edilen verilerin bilgi kaynağı (isim, adres ve kurum) gizli kalmak üzere bilimsel kaynaklarda kullanılabileceğiyle ilgili yazılı onay alınarak, bu bilgilerin yer aldığı Bilgi Paylaşımı Mutabakat Formu imzalatılmış ve A.'nın kendisinden de sözlü onay alınmıştır. Bu sebeple A.'nın kimliğini belli edebilecek bilgiler araştırma içinde değiştirilerek sunulmuştur. A. ile Ayna Klinik Psikoloji Ünitesi'nde doktora eğitiminin bir parçası olan klinik stajı dâhilinde 50 görüşme gerçekleştirilmiştir ve görüşmeler halen devam etmektedir. Sonrasında araştırma için gerekli olan etik izin Orta Doğu Teknik Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu (İAEK)'den

alınmıştır. Araştırma kapsamında kullanılan ses kayıtları A. ile yapılan 50 görüşme içinden seçilmiştir. Her görüşmenin ses kaydı dinlenerek çalışma amacına uygun olacak şekilde altı görüşme tespit edilmiştir. A. ile yapılan ilk üç görüşme ve 42. 45. ve 46. görüşmeler söylemdeki farklılıkların ve ilişkinin değerlendirilebilmesi için araştırma kapsamına uygun görülmüştür. Seçilen görüşmelerin yazıya dökümleri yapılmış ve araştırmacı tarafından birçok defa okunmuştur. Bu okumaların araştırmacı tarafından doygunluğa geldiği düşünüldüğünde söylemdeki değişimle ilgili ilk analizler araştırma grubuyla paylaşılmıştır. Araştırma grubu terapistin süpervizörü ve doktora eğitimine devam eden iki terapistten oluşmaktadır. Araştırma grubuyla birlikte yapılan yorumlamalar araştırmacı tarafından tekrar incelenmiştir. Geliştirilen analizler iki ay boyunca haftalık olarak araştırma grubuyla paylaşılmış ve grubun geri bildirimleri doğrultusunda yorumlamalar son haline ulaşmıştır.

## **Bulgular**

### **Analiz**

Analizin ilk aşamasında yapılan 50 görüşmenin ses kaydı dinlenmiştir. Bu görüşmeler arasından ilk üç görüşme ve 42. 45. ve 46. seanslar araştırmada kullanılmak üzere seçilmiştir. İkinci aşamada görüşmelerin yazı dökümleri Jefferson'un (2004) geliştirdiği deşifreleme sistemi temel alınarak işaretlenmiştir. Bu işaretlemelerde Tablo 1'de görüldüğü gibi konuşmanın duraksama anlarına, sessizlik oluşan anlara, gülme, ağlama ve sesli nefes alma gibi anlara odaklanılmıştır. Yazı dökümlerinde önemli olan kısımlar koyu renkli olarak işaretlenmiştir. Oluşturulan yazı dökümleri araştırmacı tarafından birçok defa okunduktan sonra üçüncü aşama olan metin üzerindeki yorumlamalar ve A.'nın söylemiyle ilgili hipotezler oluşturulmaya başlamıştır. Bu yorumlamalar araştırma grubuyla paylaşıldıktan sonra tekrar değerlendirilerek metin üzerinde dördüncü aşama olan kodlamalar yapılmaya başlanmıştır. Bu aşamada A.'nın söylemindeki değişimin ve bilinçdışı materyallerin olduğu birçok kısım kodlanmıştır ve söylemle ilgili oldukça geniş bir bilgi kaynağı oluşturulmuştur. Beşinci aşamada birbirine benzeyen ve birbirinden farklı olan kodlamalar derlenerek ilk üç görüşme ve son üç görüşme arasındaki değişimler belirlenmiştir. Bu aşamada psikanalitik açıdan değerlendirmek için elverişli olan ama gruplanamayan yazı dökümü bölümleri de analizlere dahil edilmiştir. Son aşamada ise gruplanan kodlamalar isimlendirilmiş ve bu genel gruplamalar Lacanyen psikanaliz kuramı temel alınarak analiz edilmiştir. A. ile semptomu gidermenin asıl amaç olmadığı bir terapi yöntemi uygulanmış ve A.'nın ilk görüşmelerde semptom olarak getirdiği "sinek korkusu" nun bir süre sonra söyleminde yer tutmamaya başladığı görülmüştür. Bu değişimin A.'nın terapistle kurduğu aktarım ilişkisi ve özne konumlanması açısından incelendiği analiz sonuçları aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1.

*Yazı Dökümünde Kullanılan İşaretlerin Anlamları*

İşaretleme	Anlamı
(.)	Duraksama
(o.o)	Durma süresi
(Ø)	Sessizlik
(h)	Gülme, ağlama, aşırı nefes alma gibi vurgular
(( ))	Araştırmacı notları

**Analiz Sonuçları**

İlk görüşmelerde A., terapist odada yokmuşçasına oyun oynarken ve terapistle minimum düzeyde etkileşime geçerken, son görüşmelerde A.'nın terapist ile bir iletişim halinde oyunları sürdürdüğü gözlemlenmektedir. Ayrıca bu süreç boyunca A.'nın “sinek korkusu” olarak adlandırılan, böceklerle ilgili korkularının azaldığı hem görüşmeler içinde gözlemlenmiş hem de aileyle yapılan görüşmelerde bir gündem haline gelmekten çıkmıştır. Yapılan analiz sonucunda A.'nın yapılan görüşmeler süresince söylemindeki değişim iki ana başlık altında toplanmıştır. Bu değişimler “ihmal, rekabet ve öfke” ve “terapistle kurulan benzerlik ve öznellik” başlıkları altında incelenmiştir.

**1) İhmal, Rekabet ve Öfke*****Alıntı 1, Seans 1:***

- 1 A: ay ay çok seviyorum (Ø) şimdi de anne yiyecek şimdi bunu okşamaya devam et (.)en
- 2 sevdiğim yemeğim şimdi hoppa döndür dönelim
- 3 T: sırada anne var
- 4 A: evet kimin yemeği gelirse ona sıra getiriyor
- 5 T: sırayla yiyorlar yemeği
- 6 A: evet (o.2) ben de sevdim
- 7 T: o da yedi
- 8 A: yedikleri yemekleri buraya koyayım ki (.) e minnacık yiyorlar ondan sonra bir daha
- 9 yiyelim paramız bitmesin
- 10 T: bir daha bir daha yiyorlar

- 11 A: evet şimdi abla sırasında ben de biraz dinleneyim gel kızım senin yemek saatin  
 12 tamam anne geliyorum  
 13 T: şimdi de mutfığa mı çıkıyorsun yemeğe  
 14 A: **hayır daha çıkmıyorum (.) çok severim ama benim yiyeceğim yok**  
 15 T: **a yemek koymayı mı unutmuş**  
 16 A: **evet annesi unutmuş unuttum yemekleri koymayı unuttum en sevdiği**  
 17 **yemeği unuttum (0.3) hadi kızım yemeği ye**  
 18 T: şimdi koydu havucu  
 19 A: hayır anne benim yiyeceğim yok (.) bak şimdi koydum tamam anne geliyorum.

Bu alıntıda A. ile yapılan ilk görüşmeden A.'nın ihmal edilmesiyle ilgili bir bölüm eklenmiştir. İlk görüşmede tanışmadan sonra oyun odası tanıtılıp kuralları açıklanmıştır. Sonrasında A. oyuncak evin odalarını tanıtarak eşyaları odalara yerleştirmiştir. Sonrasında oyuncak bebekleri sırasıyla baba, anne, B. ve kendisiyle eşleştirir. Minyatür oyuncaklarda kendisini ve kardeşi B.'yi temsil eden bebekler ve oyun hamurlarıyla oynamaya başlar. Bir süre sonra kendi oyuncuğunu eve sokar ve kardeşini evin dışında bırakır. Kardeşinin bir süre sonra üşüyeceğini ve hastalanacağını söyler. Sonrasında aile üyeleri sırayla yemek yer. Bu alıntıda yemek sırası A.'ya geldiğinde anneyi temsil eden minyatür bebek A.'yı temsil eden minyatür bebeğe en sevdiği yemeği koymayı unuttur. Fakat bu unutma sonradan telafi edilerek yemek getirilir.

Bu anlamda, annenin A.'yı temsil eden oyuncuğa yemeğini koymayı unutması ve bir bakıma A.'nın ihmal edilmesi ve unutulması söz konusudur. A. yiyeceğinin olmadığını söylediğinde terapist bunu unutmak olarak adlandırmıştır. Bu görüşme içinde A. terapistle ilişkisi içerisinde oldukça az iletişime geçmiş ve bir bakıma terapisti de görmezden gelerek ihmal etmiştir. Bu bağlamda kendisinin ihmal edilmesi ve terapisti ihmal etmesi arasında bir benzerlik gözlemlenmektedir. Fakat; daha sonra anne A.'yı temsil eden bebeğe yemeği getirerek bir bakıma ihmali telafi etmiştir.

### **Alıntı 2, Seans 1:**

- 1 A: ay herkes nerede (.) **yemeğimi atayım kutuya yemediği için yalan söylüyor**  
 2 hadi biraz oynayayım ama evde oynayacağım ben sen evde oyna dışarıda oynayacağım  
 3 ben (.) az sonra gidiyoruz (.) **keşke bunları yapmasaydın bunlar başıma**  
 4 **gelmeyecekti (.) gördün mü hep evde olmak da önemlidir hırsız git oğlum**  
 5 T: hırsız götürmüş  
 6 A: **evet götürmüş ama onu hiç kimse söyleyemiyor çünkü bilmiyor kimse**  
 7 **(0.4) hadi çocuklar şimdi senin sıran**  
 8 T: baya zıpladı

9 A: evet (0.2) çünkü tavşan **babası hırsız gibi davrandığı için kızı da hırsız gibi**  
10 **davranıyor**

Bu alıntıda B.'yi temsil eden minyatür bebek yemeğini yemeyip kutuya atarak yalan söyler ve başına geleceklere dolay ablası A. onu suçlar. Sonrasında oyuncak tavşanı hırsız baba ve hırsız oğlu çalar; ama kimse bu durumun farkında değildir. İlerleyen kısımda babasının hırsız gibi davrandığı için oğlunun da hırsız gibi davrandığını söyleyecekken “kızı” ifadesini kullanmıştır. Bu alıntıda B.'yi temsil eden oyuncak yemeği kabul etmemesi söz konusudur. Bu anlamda bir önceki alıntıda A.'ya yemek verilmesi unutulurken B.'ye yemek verilmesine rağmen; yaptığı bir manipülasyonla yemeği yemiş gibi yapıp yememesi söz konusudur. Sonrasında B.'yi temsil eden bebeğe suçlayıcı bir şekilde yaptıklarından kendisinin sorumlu olduğunu söylemiştir. A., hırsızların çaldığı ama kimsenin çalındığından haberinin olmadığı bir şeyden bahsetmektedir. Bu şeyi oyun içinde oyuncak bir tavşan temsil etmektedir. Hırsızlardan bahsedecekken bir dil sürçmesiyle oğul hırsızdan “kızı” olarak bahsetmesi, A.'nın aile örüntüsünü anımsatmış ve önce babasının sonra kardeşinin çaldığı ama kimsenin bu durumun farkında olmadığı şeyin de anne olduğunu düşündürmüştür.

### **Alıntı 3, Seans 2:**

1 A: evet ben hazırım (.) hadi sıra sende tamam tamam geliyorum (.) fincanı da aldık biraz  
2 şunu da koyalım (.) ay buna yer kalmadı ikisini de aynı yere koyalım ben tavşanla şeyi  
3 aldım yemeğimiz nerede **ablamların yemekleri var bizim yok** ühühü ((ağlama  
4 taklidi yapıyor)) bak üzülme orada var hepsi a çok eğlenceli **hadi çamurlara gidelim**  
5 **ama çamur yemiş oluruz ama biz çamur severiz (0.2) a doğru ya ben çamur**  
6 **severim ben** sana ayırdım zaten şunu içeyim  
7 T: içtiler  
8 A: ya şu evi alsak mı hep çamurlar vakit geçiriyoruz ben çamuru sevmiyorum kendi  
9 evime gitmek istiyorum baba salonda ne yapıyorsun (.) ben salonda değilim burası  
10 bizim evimiz anne neden yemek yerinde uğraşıyorsun ben yemek yerinde değilim bu da  
11 benim yemeğim mutfakta eşyalar nerede  
12 T: eşyalar yok  
13 A: **tavşanımız niye yaşamıyoruz (.) beni çamura getirdiler keşke bunu**  
14 **yapmasaydım başıma bunlar gelmeyecekti (.) abla** seninle yemek paylaşalım mı  
15 hayır git buradan eğlence yapıyoruz ne yapıyorsun ya ama ben burada tabak var baksana  
16 sandalyeler orada bir tane de tabak var bir tane de oyuncak alırız ama üstünü başını  
17 buraya bulaştırma  
18 T: onlar da istemedi

A. bu oyunda ilk oyununun devamını oynamak istediğini söylemiştir. Bu alıntıda tavşanla birlikte ayrı eve çıkan A., kardeşiyle eşyaları paylaşır. Daha sonra A. tavşan ile yemek yemeye başlar. Bunun sonucunda kardeşi B. “Ablamların yemekleri var, bizim yok” diyerek ağlar ve domuzla çamur yemeye başlar. Bu arada B. çamur yemeyi çok sevdiğini söyler ve eşyaların yerinde olmadığını fark eder. Sonrasında B. yaşayamadıklarını, çamura getirildiğini söyleyerek başına gelenlerden kendisini sorumlu tutar. Hiçbir aile üyesi B. ile eşyaları paylaşmak istemez ve kendilerine bulaştıracığını söyleyerek onu dışlarlar.

Bu alıntıda evden ayrılan A. ve kardeşi eşyaları paylaşır. Bu paylaşımında A.’nın yemeği varken B.’ye yemek kalmaz ve bir anlamda A., B.’nin sahip olamadığı şeylere sahip olur. Sonrasında B. arkadaşı domuzla birlikte çamuru çok sevdiğini söyleyerek çamur yer. Çamur kelimesi bölündüğünde “-ur”, kardeşi B.’nin hastalığına bilinçdışı bir gönderme olarak değerlendirilebilir. Beslenemeyen B.’nin bedeninde ur varlığını gösterir ve bunun arkasından “niye yaşayamıyoruz, beni çamura getirdiler” ifadesi de yine yaşamak ve ur arasındaki bağlantıyı göstermektedir. B.’nin başına bunların gelmesinin sebebi ise 13. ve 14. Satırlara bakıldığında yine kendisi olarak gösterilmektedir. Aile ise A.’nın söyleminde bu urun kendisine bulaşmaması için B.’yi dışlamaktadır.

#### **Alıntı 4, Seans 3:**

- 1 A: evet (.) **çocukları da birer hayvan olsun** (Ø) şu çocukları olsun bu çocukları
- 2 olsun ((oyuncakları seçiyor))
- 3 T: oo iki tane
- 4 A: bunların da çocukları olsun bu olsun üç tane olsun bunların
- 5 T: onların üç tane (.) onların iki tane
- 6 A: ama **ablası olduğu için en tatlıları ondaymış** (.) bunlar da onlarınmış önce bunu
- 7 doğuracak önce ya da bunu doğursun ya da bu olsun
- 8 T: karar veremedin hangisi olsun
- 9 A: evet şimdi karar veriyorum (0.3) şimdi (.) uyandıktan sonra karnının şiştiğini
- 10 görecek ((parmak kuklayı oyuncak bebeğin karnından çıkarıyor))
- 11 T: baya doğuruyor o
- 12 A: evet iki çocuk doğuracak ama ikiz olmayacak
- 13 T: ikiz olmayacak
- 14 A: **bu büyük olacak bu küçük olacak küçükle daha çok ilgilenecek bak**

Bu oyunda A., kardeşi ve kardeşiyle evlenen küçük hırsıza ayrı küçük bir ev yapar. Kendisine ve kendisiyle evlenen büyük hırsıza ise daha büyük bir ev yapar. Çocukları da hayvanlar olsun der. Kendisine üç kardeşine iki çocuk ayırır. Bebekleri anneler doğuracak der

ve kardeşi B.'nin karnına bir parmak kuklası yerleştirir. Bu sırada B.'nin iki çocuğu olacağını, bu çocukların ikiz olmayacağını ve küçükle daha çok ilgileceğini söyler. Kendi oyuncak bebeğinin karnına da bir kukla koyar ve yatağa yatırır.

Bu alıntıda birer hayvanla temsil edilen yeni doğmuş çocukların, A.'nin böceklerle karşı olan korkusuyla bir bağlantısı olduğu düşünülmektedir. A.'nın üç çocuğu olurken B.'nin iki çocuğu vardır. Oyunda B.'nin A.'dan daha az şeye sahip olarak simgeselleştirilmesi, A.'nın rekabette geride kaldığı bir tablo çizmektedir. Aynı şekilde abla olduğu için daha tatlılarına sahip olması, rekabette daha iyi bir yerde olduğuyla ilgili bir fantazmi düşündürmektedir. Sonrasında doğan iki çocuğun farklı yaşta olması ve küçük olanla daha çok ilgilenilecek olması A.'nın rekabeti yine oyun içinde sembolleştirdiği ama bu sefer kendisinin geride kaldığı farklı bir alanı temsil etmektedir.

## 2) Terapistle Kurulan Benzerlikler ve Öznellik

### *Alıntı 5, Seans 42:*

- 1 A: dışıye gittik yine yaptırdım (0.2) **ama yine hiç korkmadım** hatta iki tane iğne
- 2 gibi su sıktı hani şu birazcık acıttandan iki tane yaptı midemi bulandırdı midem
- 3 bulandığı halde hiç ağlamadan durdum
- 4 T: **sen çok cesursun ya**
- 5 A: **kardeşim daha cesur**
- 6 T: kardeşin daha cesur (0.2) niye öyle dedin
- 7 A: **o ilaç alıyor serum falan o çok cesur o kadar cesur ki şuradan damar yolu**
- 8 **bile açtırabiliyor hatta ağlamadan taktırabiliyor (.) serum iğne taktırabiliyor**
- 9 **inanmıyorum ben ben bile olsam ağlarım**
- 10 T: hmm hiç ağlamadan yapabiliyor (.) **demek ki B.'de çok cesur**
- 11 A: şuradan da serum taktırdı (.) evet şimdi bunlarla şeyler yapacağız kule yapacağız
- 12 şu
- 13 kadar senin boyun kadar senin ismini koyacağız o kuleye o kule senin kulen olacak
- 14 hadi yapalım
- 15 T: nasıl yapacağız
- 16 A: dizerek yapacağız (0.2) senin boyuna kadar ya da benim boyuma kadar

Bu alıntıda A. dışıye gittiğini ve iğne yapıp midesinin bulanmasına rağmen hiç korkmadığını söylemiştir. Terapistin A.'ya cesur olduğunu söylemesi üzerine kardeşi B.'nin kendisinden daha cesur olduğunu çünkü damar yolu açtırıp ağlamadan serum ve iğne taktırabildiğini söylemiştir. Yani A. kendisini kardeşi B. ile kıyaslayarak onun kendisinden daha cesur olduğunu söylemiştir ve bir bakıma kendisinin rekabette geride olduğunu



söylemiştir. Onun daha cesur olmasını ise yapılan medikal müdahalelere daha dayanıklı olmasıyla örneklendirmiştir Terapistin, onun da A.'nın da cesur olduğunu söylemesi üzerine konuyu değiştirerek kule yapılacağını ve bu kulenin terapistin boyu kadar olacağını söyleyerek terapisti oyuna dâhil etmiştir. Terapistin B.'nin de cesur olduğunu söylemesi A. ve B.'nin konularını eşitlemeye yönelik bir müdahale olarak değerlendirilmiştir. Bu yorumdan sonra A. konuyu değiştirerek terapistin de dâhil olduğu bir oyun kurmuştur.

### **Alıntı 6, Seans 42**

- 1 A: oldu A. kulesi bitmiştir (0.5) **şimdi sana farklı bir kule yapacağız çünkü**
- 2 **aynısından olması için** bir daha şunlardan gerekir başka onlardan olmadığı için farklı
- 3 bir kule yapacağız (.) G. kulesi için bütün maviler buraya (.) hadi sen de koy koyu
- 4 maviler de olsun mu
- 5 T: Olsun mu
- 6 A: Olsun

Bu alıntıda A. kendi kulesini yaptıktan sonra terapist için de bir kule yapacaklarını ve bu kulenin renginin de daha önce görüşme içinde terapistle sorup öğrendiği kadarıyla terapistin en sevdiği renk olan mavi renkte olacağını söylemiştir. A.'nın kendisi için yaptığı kule kendi sevdiği renklerle, terapistin kulesi ise terapistin sevdiği renklerle yapılacaktır. Bu alıntıda terapistin ve A.'nın öznellikleri göz önünde bulundurularak iki farklı kule inşa edilmiştir. Bu kulelerin A. tarafından yapılan yönergelerle oluşturulması A.'nın terapisti kendisinden farklı bir konuma koyduğunu düşündürmektedir.

### **Alıntı 7, Seans 45**

- 1 T: oo neler getirdin (0.3) iki çanta getirmişsin bebek getirmişsin
- 2 A: evet yerleşmek uzun sürebilir
- 3 T: hı yerleşmek uzun sürebilir
- 4 A: evet (.) **aa ikimiz de bu sefer aynı giymişiz**
- 5 T: ikimiz de spor ayakkabı mı giymişiz
- 6 A: ama ben kazandım (gülme)

Bu alıntıda A. terapistle kıyafetler üzerinden benzerlik kurulmuştur. Daha sonrasında ayakkabıyı çıkarırken yarışı kendisinin kazandığını söylemiştir. Terapistle kurulan benzerlikte kimin kime benzediği ilk başta belirsiz bırakılsa da A.'nın bu durumdan hoşnut olduğu gözlemlenmiştir. Benzerlikten sonra kullanılan “ama ben kazandım” ifadesi ise “benziyoruz

ama ben kazandım” olarak düşünüldüğünde A.’nın hem terapistle özdeşim kurduğu hem de rekabet içinde olduğu bir konum aldığını düşündürmüştür

### **Alıntı 8, Seans 46**

- 1 A: evet şimdi **doktora gelmişsin elin böyle olduğu için**
- 2 T: evet elim yaralı benim (0.2) sen doktor mu oluyorsun
- 3 A: evet ben doktorum (.) sen kusuyormuşsun çok kötü şeyler var
- 4 T: kusuyorum
- 5 A: kusuyorsun öksürüyorsun ishalsin ondan sonra (.) ateşin çok var sonra böyle **çok**
- 6 **abur cubur yiyorsun onun için çok kötü bir hastalığa kapılmışsın**
- 7 T: aa abur cubur yediğin için mi kalbimi mi dinliyorsun
- 8 A: hı (0.3) senin kalbin çok az atıyor
- 9 T: çok az atıyor (.) nasıl bir tedavi önerirsin bana
- 10 A: şimdi gözlüğü takarsam daha çok
- 11 T: **ah çok yakıştı**
- 12 H: **senin gibi gözlüğüm oldu**
- 13 T: **evet benim gibi gözlük taktın**

Bu oyun içinde terapistin eli yaralandığı için A. doktor olmuş, terapist ise tedavi için doktora giden hasta olmuştur. Yani bir bakıma konumlar değişmiştir. Terapist, elinin yaralı olmasının yanı sıra kusma, ishal, ateşinin çok olması gibi birçok semptom göstermektedir ve abur cubur yediği için çok kötü bir hastalığa kapılmıştır. Yani bu semptomların sebebi sağlıklı beslenmektir. Hasta konumunda olan terapist hastalığı için tedavi önerisi istemiştir. Sonrasında A. oyuncak gözlüğü takmıştır ve terapist bu gözlüğün ona yakıştığını söylemiştir. Buna cevaben A., “terapist gibi” gözlük taktığını ifade etmiştir.

Bu alıntıda konumlar değişerek tedaviye gelen kişi terapist, uzman olan kişi ise A. olmuştur. Hasta konumundaki terapistin fiziksel olarak birçok semptom gösterdiğinin söylenmesi terapist tarafından bir tedavi önerisi isteğiyle yanıtlanmıştır. Bu da terapistte göre hastalıklar için bir tedavi önerilmesinin gerektiği gibi bir anlam taşıdığı düşünülebilir. A. ya göre bu semptomların sebebi sağlıklı beslenmek ve en nihayetinde beslenememektir. Buradaki sağlıklı beslenme somut anlamından çıkarılarak aileyle ilişkiler bağlamında bir beslenememe olarak düşünülmüştür. Gözlük takarsa bu semptomların sebeplerini daha iyi görebileceğini söyleyen A., terapist tarafından gözlüğün ona çok yakıştığı gibi öznel bir yorumla yanıtlanır. Bu da hastalığı daha iyi görebilmenin değil, doktorluğun ona yakıştığı üzerinden bir anlam içermektedir. A. ise bu yorumdan sonra terapist gibi gözlük taktığını söylemiştir. Bu da unutulmaktan ve ailenin gözünden kaçmaktan, daha iyi görmeye ve görülmeye gittiği bir yer

olarak değerlendirilmiştir. Gözlük olunca daha iyi görmenin ve gözden kaçırmamanın, imaj üzerinden terapistle kurulan bir özdeşim olduğu düşünülmektedir.

### **Alıntı 9, Seans 46**

- 1 A: bir dakika **benim buranın başkanıyla doktorların ustasıyla konuşmam**
- 2 **lazım** vırıvırvırı ((fısıldıyor)) şimdi konuşmuşum (.) **sen dur onun adı neydi (.)**
- 3 **kanser olabilirsin**
- 4 T: aa
- 5 A: bunlar çöpten geldi mikroplu yiyecekler bunlar çöpten geldi hem sağlıksız
- 6 yiyecekler kolayı niye içiyorsun kurabiyeyi niye yiyorsun niye her şeyi hamur
- 7 yiyorsun (0.2) senin brokoli yemen lazım sen böyle sağlıklı sebzeleri sevmiyormuşsun
- 8 brokoli yemen lazım (.) ını diyorsun
- 9 T: ını hiç sevmem
- 10 A: muz yemen lazım havuç yemen lazım olamaz çabuk ye bunu sevmediğin bir şeyi
- 11 zorla yiyormuşsun

Bu alıntıda A. kendisinden daha üst konumda bir doktorla konuşması gerektiğini söyleyerek terapistin hastalığını isimlendiriyor ve kanser olduğunu söylüyor. Sonrasında sağlıksız yiyecekler yediği için hasta konumundaki terapisti kızarak sağlıklı şeyler yemesi gerektiğini söylüyor. Fakat sağlıklı şeyleri de terapistin sevmediğini ama bunları zorla da olsa yemesi gerektiğini ifade ediyor. Bu alıntıda A. ilk defa hastalığa isim vererek hiç konuşulmayan kanser konusunu görüşme içinde dile dökmüştür. Bu ifadelerle göre A. için kanserin sebebi kirli şeyler yemektir. İlk görüşmelerinde kardeşini temsil eden oyuncağın domuzla birlikte çam”ur” yediği düşünüldüğünde; artık kirli şeyler yiyen ve kanser olan kişinin oyuncaktan terapiste dönüşmesi ve hastalığın isimlendirilebilmesi, A.’nın bazı şeyleri eskisine göre daha dolaysız bir şekilde anlatabildiğini düşündürmektedir. İyileşmek için ise sağlıklı şeyler yemek gereklidir ama sağlıklı beslenmek sağlıksız beslenmek kadar zevkli değildir.

### **Tartışma**

Bu çalışma, A. ile yürütülen analitik yönelimli yönlendirilmemiş oyun terapisi süreci boyunca A.’nın söylemindeki değişimlerin öznellik ve konumlanma bakımından ele alınması amacını taşımaktadır. Bu kapsamda yapılan görüşmeler söylem analizi yöntemiyle incelenmiş ve A.’nın söyleminde “ihmal, rekabet ve öfke”den “terapistle kurulan benzerlikler ve öznellik”e doğru bir değişim olduğu gözlemlenmiştir. Oyun, çocuğun yaşadığı çatışmaları sembolik bir arenaya sokmasına izin verir (Irwin, 1983). Bu sayede çocuk; yaşantıları içinde güçlük yaşadığı konuları oyun alanına getirerek yaşantının aksine aktif bir rol alır ve yaşadığı zorlukların etkisi

azdır. İlk görüşmelerde A.'nın oyuncaklar üzerinden aktardığı rekabet ve ihmal içerikli temaların oyun içinde farklı yerlerde kurgulanması, A.'nın kendisini bu alanlarda ifade etme ihtiyacı olduğunu göstermektedir. Bu kurguların oyun terapisi ortamında gerçekleşmesi, yaşantıların simgeselleştirilmesi için bir imkân tanımaktadır. Simgesel ortamı belirleyen sınırlar içinde çocuğun kendine, terapistine veya ofisine zarar vermemesi gibi kurallar vardır. Çocuğa bu şekilde bir sınır çizmek, onu korkutacak ve kendi öfkесinin tehlikesinde bırakacak davranışların engellenmesini sağlar. Bu tür davranışlara sınırlar koymak, terapistin çocuğun dürtülerini sembolik eyleme yönlendirmesini sağlar. Çocuk hayal dünyasındaki kişileri temsil eden bütün oyuncakları, zarar vermemek koşuluyla özgürce kötüye kullanabilir ve böylece taciz, terk etme ve sevgi gibi yaşantılar oyunda tekrar yaratılabilir (Ginott, 1959). Bu tür sınırların belirlenmesiyle, kendini ifade etme alanını genişletip derinleştirilen çocuk için güvenli bir ortam yaratılmış olur. Çocuk, oyuncak bebeklerle duygularını ortaya çıkarır ve hatta oyun içinde korkmadan intikam alabilir. Ayrıca çocuk, kendisiyle ilgili dayanılmaz duyguları dışa aktarabilir ve kendisini daha rahat bir şekilde ifade edebileceği için düşüncelerini somut bir gerçeklik haline getirebilir (Jacobson, 1954). A. ile yapılan ilk görüşmelerde öfkenin oyuncaklar üzerinden aktarılması da bu yolla mümkün olabilmıştır. Üçüncü alıntıda A.'nın kardeşini temsil eden minyatür bebekle yemeğini paylaşmak istememesi ve onu dışlaması buna bir örnek olabilir. A. yaşantısı içinde pasif rolde kaldığı yerleri bu kez oyuncaklar aracılığıyla çekinmeden ifade etmektedir. Klein (1975), çocuğun terapi içindeki oyunlarının değerlendirilmesini serbest çağrışımlarının yorumlanması gibi bilinçdışına dair bir çalışma olarak görür. A.'nın ise görüşmeler içinde kardeşine çam“ur” yedirmesi ya da hırsız babanın hırsız “kızı” olduğunu söylemesi A.'nın bilinçdışına ait gösterenlerin oyun içinde ortaya çıktığını göstermektedir.

Küçük Hans vakasında atın çok yönlü anlamlar içeren ve yer değiştiren bir gösteren olarak işlev görmesi gibi A. için de sineğin bir gösteren olduğu söylenebilir. A., sinek olarak adlandırılan uçan böceklere karşı aşırı korku ve kaçınma göstermekte aynı odada bile bulunmak istememektedir. Bu sinek olarak adlandırılan gruba kelebek, güve ve arı gibi böcekler de dahildir. Kardeşinin hastalığı ortaya çıkmadan önce A.'nın böyle bir korkusu bulunmamaktadır. O halde bu korkunun kardeşinin hastalık dönemiyle bir ilişkisi olduğu düşünülebilir. B. tedavi sürecinde kan vermek için kelebek olarak adlandırılan bir cihaz kullanmaktadır. A. ise kardeşinin tedavisi için hastaneye gidilen zamanlarda çoğunlukla evde kalmaktadır. Hastaneye gittiği zamanlarda ise kan alma, serum taktırma gibi herhangi bir medikal müdahalede odada bulunmak istemez. Bir bakıma kelebeğin odada bulunduğu zamanlarda A. odada bulunmak istemez. Bu durumun gösteren olarak işlev gören sinek korkusunu bir açıdan açıkladığı düşünülmektedir.

A. kardeşinin hastalığını ve sebeplerini tam olarak kavrayabilecek bir yaşta değildir. Her ne kadar ebeveynler A.'ya B.'nin hastalığıyla ilgili kısaca bilgiler vermeye çalışsalar da bu bilgiler A.'nın kendi yorumlamasından bir kez daha geçer. Oyunlarda yemek yeme ve sağlıklı beslenmeyle ilgili temalar (bkz. Alıntı 1 Seans 1, Alıntı 2 Seans 1, Alıntı 3 Seans 2, Alıntı 8 Seans 46, Alıntı 9 Seans 46) sıklıkla geçmektedir. Üçüncü alıntıda kardeşi B.'yi temsil eden bebeğin bir domuzla birlikte çamur yemeye gitmesi ve sonrasında aileden dışlanarak yaptığından pişman olması söz konusudur. Sağlıklı beslenme ve hastalık kapmamanın ilişkilendirdiği düşünüldüğünde, B.'nin bir domuz ile çamur yemeye gitmesi B.'nin sağlığı açısından risklidir. Ayrıca domuz ve çamur temasının sinek ile bağdaştırılması muhtemeldir. Kardeşinin sağlıklı beslenmediği için bu hastalığı kapmış olabileceği teması ilk görüşmelerde minyatür oyuncaklar üzerinden aktarılmıştır. Son görüşmelerde A. bu konudan bu kadar mesafelenme ihtiyacı hissetmeyerek hasta konumundaki terapistin kanser olduğunu ve öncesinde terapistin çöpten gelen mikroplu yiyecekler yediğini söylemiştir. Sineğin görülmesinin muhtemel olduğu “pis yiyecekler, çöp, çamur” içeren oyunlar düşünüldüğünde A.'nın bu konuları kardeşinin hastalığının sebebiyle bağdaştırdığı ve kendisinin de bu hastalığı kapmamak için sinekten kaçınmaya başlamasıyla sonuçlandığı düşünülebilir. İlk başta mantığı çok anlaşılmayan bir korkuymuş gibi görülen sinek korkusunun, aslında A.'nın kendisini hastalıklardan korumaya yönelik bir savunma olarak geliştiği değerlendirilmiştir. Bu savunma imajiner boyutta olduğu için başlarda semptom uçan böceklerden kaçınma olarak ortaya çıkarken, bu korkuların sembolik bir çerçevede oynanan oyunlarla ifade edilmeye başlamasıyla bir süre sonra semptomun bir işlevi kalmamıştır. A. kendisini terapistle ilişkisi içinde dolaysız olarak ifade edebildiği için imajiner bir gösteren olan “sinek korkusu”nun bir işlevinin kalmadığı ve bu semptomun ortadan kalktığı gözlemlenmiştir. Lacan semptomun, sadece sembollerin yorumlanması ve yer değiştirmelerin fark edilmesiyle değil bu idrak etme durumunun hasta ile ilişkide de görüldükçe ve paylaşıldıkça kaybolduğunu söyler (1938). Söz konusu vakada görülen “sinek korkusu” semptomunun ortadan kalktığı gözlemlendiği iki yer vardır. Aile ilk görüşmelerde sıklıkla bu korkunun hem A.'nın hem de ailenin hayatını çeşitli ortamlarda kısıtladığını ifade ederken bir süre sonra bu konuyu hiç dile getirmemeye başlamışlardır. İkinci olarak bir görüşme esnasında A. odada karınca bulunduğunu fark etmiştir ve rahatsız olduğunu terapistle paylaşmıştır. Terapistin “Belki dışarıda üşüdükleri için içeriye girmişlerdir” yorumu üstünde A., karınca ile ilgilenmeyi bırakmış ve sonrasında herhangi bir böcek ile ilgili bir konuyu görüşmelere getirmemiştir.

Anksiyete ve korkunun farkına bir kere daha bakacak olursak korku daha çok bir nesneye karşı verilen tepkidir, anksiyetenin ise nesnesi eksiktir ve kendisini sinyal olarak sunar (Lacan, 1962-1963). Aslında kaygı ve korku birbirlerinden o kadar da farklı duygular değildir.

Korkunun bir nesnesi olduğu söylene de kişinin korktuğu şey, o nesnenin varlığı değil o nesneye yüklediği anlamlardır. A. bir sinekle karşılaştığında ise onu korkutan sineğin kendisi değil, sineğin kendisine dokunma ihtimali ve bunun sonucunda ona taşıyabileceği hastalıklar olmasıdır. Bu sebeple sineğin zararsız bir şey olduğunu A.'ya açıklamaya çalışmak anlamsızdır, çünkü asıl korkulan şey nesneye yüklenen anlamlardır. Korkunun nesnesine yüklenen anlamlar sembolik bir ortamda çalışıldığında, bu korkunun nesneyle bağlantısını sürdürmesine gerek kalmaz. A.'nın sineğe yüklediği anlamlar ise terapistle kurduğu ilişkiyle beraber oyunlar içinde yinelenmiştir. A.'nın kendisini terapistle gittikçe daha çok anlatmaya hevesli olduğu ve terapistle karşılıklı bir ilişkide olduğu gözlemlenmiştir. Ebeveynlerle yapılan ilk görüşmelerdeki ifadelerle göre A.'nın kardeşinin hastalığından dolayı ebeveynlerin yaptıkları yatırımın ister istemez daha çok B. üzerinde olması ve A.'ya çok vakit ayıramamaları söz konudur. Çocuğun semptomu ailenin semptomuna karşı olan bir tepkidir ve bu semptom ailedeki ilişkiyle ilgili bilgi verir (Lacan, 1969). Aile içindeki dinamiklerin çocuğa yansması sonucunda, çocuğun kişiliğinin ve yaşantılarının bundan etkilenmemesi imkansızdır. A.'nın terapistle karşı tutumu ise bu ilişki türünün bir benzerini yansıtmaktadır. İlk görüşmelerde A. terapistin odadaki varlığını yok sayarak sadece oyuna odaklanıp terapistin söyledikleriyle ilgili bir yorumda bulunmazken ilerleyen görüşmelerde terapistin de odadaki varlığını kabul etmiş ve oyunlar terapistle de öznellik verilen bir duruma dönüşmüştür. Terapist, A. tarafından oyunlara dahil edildikçe ve A. terapistin öznelliğine dikkat ettikçe kendisi için de öznelliğini oluşturabildiği bir alan oluşmaya başlamıştır.

Psikanalitik oyun terapisi, çocuğa esneklik ve adaptasyon sağlamasında yardımcı olur (Bromfield, 2003). Yaşantılarını belirli kurallar içinde oyunla ifade eden A., korkularını zamanla daha dolaysız bir şekilde ifade etmeye başlamıştır. Örneğin, ilk görüşmelerde hastalıkları hayvan figürleri üzerinden anlatan A. 46. görüşmede hastalığı terapist üzerinden anlatmış ve hastalığı isimlendirerek terapistin kanser olduğunu söylemiştir. Bu da A.'nın kendisini daha rahat ve direkt olarak ifade ederek yaşantılarıyla ilgili sorumluluk alıp zorluk yaşadığı alanlarla daha iyi başa çıkabildiğini düşündürmektedir. Bu bağlamda A.'nın kendisini özgürce ifade edebildiği, terapistle ilişki kurduğu güvenli bir alan sayesinde ilk görüşmelerde semptom olarak getirilen “sinek korkusu” zaman içinde gündem olmaktan çıkmıştır.

Çocukluk döneminde sıklıkla karşılaşılan korkuların bir kategoriye dahil edilmeksizin öznellik olarak derin bir şekilde incelenmesi korkunun sebepleri hakkında çok geniş bir bilgi kaynağı oluşturmaktadır. Yine de bu araştırma tek bir çocukla yapılmıştır ve sonuç kısmındaki bulguları diğer örneklerle genellemek mümkün değildir. Bu anlamda farklı korkular (Örn, karanlık korkusu, okula gitme korkusu vb.) yaşayan çocukların psikoterapi süreciyle nasıl bir değişim gösterdiği gelecekteki çalışmalarda nitel yöntemlerle incelenebilir. Söz konusu

araştırma sinek korkusu sebebiyle kliniğe getirilen bir çocukla yapılan psikoterapi sürecini söylem analizi yöntemiyle incelemiştir ve bu anlamda Türkçe literatürdeki ilk örneği teşkil etmektedir. Bu araştırmanın, çocuklarla yapılan terapilerin nitel yöntemler kullanılarak analiz edilmesinde gelecekteki çalışmalara katkı sağlayacağı ön görülmektedir.

### Kaynakça

- Aldred, P., & Burman, E. (2005). Analysing children's accounts using discourse analysis. In S.M. Greene & D.M. Hogan (Eds.) *Researching children's experience: Approaches and methods*, 175-198. London: Sage.
- Aull Davies, C. (1999). *Reflexive ethnography: A guide to researching selves and others*. London: Routledge.
- Avdi, E., & Georgaca, E. (2007). Discourse analysis and psychotherapy: A critical review. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 9(2), 157-176.
- Baltacı, S. ve Gençöz, F. (2019). Psikolojide Lacanyen söylem analizi yaklaşımı: Madde bağımlılığı ve yasa ilişkisinin terapi sürecinde incelenmesi örneği. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 6(1), 38-62. doi: 10.31682/ayna.482168
- Bromfield, R.N. (2003). Psychoanalytic play therapy. In C.E. Schaefer (Eds.), *Foundations of play therapy* (pp. 1-13). Hoboken, N.J.: John Wiley & Sons.
- Burck, C., Frosh, S., Strickland-Clark, L., & Morgan, K. (1998). The process of enabling change: A study of therapist interventions in family therapy. *Journal of Family Therapy*, 20(3), 253–67.
- Drewes, A. A., & Schaefer, C. E. (2018). *Play-Based approaches for treating childhood anxieties*. New York: The Guilford Press.
- Edley, N., & Wetherell, M. (1995). *Men in perspective: Practice, power and identity*. London: Prentice Hall/Harvester Wheatsheaf.
- Freud, S. (1909) Analysis of a phobia of a five year old boy. *The Pelican Freud Library*, 8(1), 169-306.
- Georgaca, E., & Avdi, E. (2012). Discourse analysis. In A. Thompson, & D. J. Harper (Eds.), *Qualitative research methods in mental health and psychotherapy: A guide for students and practitioners* (pp. 147-161). Chichester UK: Wiley,.
- Ginott, H. (1959). The theory and practice of therapeutic intervention in child treatment. *Journal of Consulting Psychology*, 23(2), 160-166.
- Given, L. M. (2008) *The SAGE encyclopedia of qualitative research methods*. Los Angeles, London, New Delhi, Singapore: SAGE.
- Irwin, E. (1983). The diagnostic and therapeutic use of pretend play. In C. E. Schaefer, & K. L. O'Conner (Eds.), *Handbook of play therapy* (pp. 148-173). New York: Wiley.
- Jacobson, E. (1954). The self and object world. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 9(1), 75-127.
- Jefferson, G. (2004). Glossary of transcript symbols with an introduction. In G.H. Lerner (Ed), *Conversation analysis: Studies from the first generation* (pp. 13-31). Amsterdam: John Benjamins.
- Kogan, S. M., & Gale, J. E. (1997). Decentering therapy: Textual analysis of a narrative therapy session. *Family Process*, 36(2), 26-101.
- Klein, M. (1975). *The psycho-analysis of children*. New York: Delacorte, 1932.
- Lacan, J. (1938). *La Famille: Les complexes familiaux dans la formation de l'individu*. C. Gallagher (Çev.). Family Complexes in the Formation of the Individual. Available at: [www.lacanireland.com](http://www.lacanireland.com)



- Lacan, J. (2017). *The seminars of Jacques Lacan book IV: The object relation*. J.A. Miller (Ed.), R.V.A Roche (Çev.). Cambridge: Polity Press, 1956-1957.
- Lacan, J. (2015). *The seminar of Jacques Lacan Book VIII: Transference*. J.A. Miller (Ed.), B. Fink (Çev.). MA: Polity, 1960–1961.
- Lacan, J. (2004). *The seminar of Jacques Lacan Book X: Anxiety*, J.A. Miller (Ed.), A.R. Price (Çev.). MA: Polity, 1962-1963.
- Lacan, J. (2006). *The seminar of Jacques Lacan Book XVI: D'un Autre à l'autre*. J.A. Miller (Ed.). Paris: Seuil, 1968–1969.
- Lacan, J. (2001). *Note sur l'Enfant*. In: *Autres Écrits*. Paris: du Seuil, 1969.
- Lipka, J., Hoffmann, M., Miltner W. H. R., & Straube T. (2014). Effects of cognitive-behavioral therapy on brain responses to subliminal and supraliminal threat and their functional significance in specific phobia. *Society of Biological Psychiatry*, 76(11), (pp. 77-869). University Hospital Muenster, Muenster, Germany.
- Madill, A., & Barkham, M. (1997). Discourse analysis of a theme in one successful case of brief psychodynamic-interpersonal psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 44(2), 232–44.
- Mauthner, N., & Doucet, A. (2003). Reflexive accounts and accounts of reflexivity in qualitative data analysis. *Sociology*, 37(3), 413–431.
- Mishler, E. G. (1986). *Research interviewing: context and narrative*. London: Harvard University Press.
- Owens, C., & Quinn S. F. (2017). Lacanian psychoanalysis with children: framing challenges and inventions. In C. Owens, & S. Farrelly (Eds.), *Further notes on the child: lacanian psychoanalysis with babies, children and teenagers* (pp. 3-15). London: Karnac.
- Parker, I., & The Bolton Discourse Network. (1999). *Critical textwork*. Buckingham: Open University Press.
- Parker, I. (2015). *Psychology after discourse analysis: Concepts, methods, critique*. London: Routledge.
- Punnett, A. F. (2015). Psychoanalytic and Jungian Play Therapy. In K.J. O'Connor, C.E. Schaefer, & L.D. Braverman (Eds.), *Handbook of play therapy*, (pp. 61-92). Haboken, N.J.: John Wiley & Sons.
- Ritchie, J., & Lewis, J. (2003). *Generalising from Qualitative Research. Qualitative research practice: A guide for social science students and researchers* (pp. 263-287). London: Sage.

## **A Case Report on The Fear of Houseflies in Childhood**

### **Summary**

This study aims to address the changes in A.'s discourse in terms of subjectivity and positioning during the analytical-oriented non-directed play therapy. The interviews were conducted in this context and examined with the discourse analysis method. It was observed that there was a change in A.'s discourse from neglect, competition, and anger to the similarities established with the therapist and subjectivity. In play therapy, there is an environment that allows the emergence of underlying causes of phobias and the symbolization of them in the play. The game allows the child to put his/her conflicts to a symbolic arena (Irwin, 1983). In this way, the child takes an active role in contrast to what he/she experienced in his/her life in the past and can reduce the impact of these past difficulties. The realization of these fictions in the play therapy environment provides an opportunity for the symbolization of experiences. Thus, A.'s "fear of houseflies", which was one of the reasons for applying to the clinic, was assessed subjectively. Six interviews were chosen for exploring the research question. These interviews were analyzed with discourse analysis, a qualitative research method, and the results were discussed within the scope of psychoanalytic theory. The discourse analysis excludes certain categories previously defined in diagnostic manuals. With the help of this method, we can focus on the subjective expression of the subject's experience, which constitutes a rich source of information.

Psychoanalytic play therapies do not provide any guidance; therefore, the therapist does not propose a play activity or equipment. In such non-directive therapies; games, equipment, and instructions are always chosen and played by the child. However, this does not mean that there is an environment where the limits are eliminated. There are rules within the boundaries that determine the symbolic environment, such as not harming the child, the therapist, or the office. Drawing such a line for the child prevents any behavior that may frighten her or leave her in danger of her anger. By setting such boundaries, a safe environment is created for the child, which expands and deepens the field of self-expression. Also, the child can express unbearable feelings about herself and make her thoughts a concrete reality since she can express herself more comfortably (Jacobson, 1954). In the first interviews, it was also enabled A. to transfer her anger over toys. A. placed her passive role in her life without hesitation. Klein (1975) sees the evaluation of child's plays in therapy as a way to study the unconscious, similar to the interpretation of free associations. The games A. played showed that A. brought unconscious material like saying "his daughter" instead of saying "his son".

It was observed that A.'s relationship with the therapist changed in the process and became a mutual relationship in which A. was more eager to explain herself to the therapist. The first interviews with the parents revealed that the parents' investment to A. was inevitably dependent on B. and they could not devote much time to A. because of her sister's illness. A.'s attitude towards the therapist reflects a similar type of relationship. She ignored the therapist's presence in the room and focused solely on the game at the earlier play sessions. As the therapist was included in the games by the invitation of A. and attention was paid to the subjectivity of the therapist, a subjective area began to emerge for her. A.'s expression of her fears by the way of the play, nourished based on her daily life, transformed into more direct expressions in time. This way A. could express herself more comfortably and directly, take responsibility for her life, and cope better in areas where she had difficulty. In this context, as A. can express herself freely and connect with the therapist, the fear of houseflies decreased in the discourse of A. and her family. The current study may contribute to understanding the fears that emerge during childhood.

Nitel Araştırma

**İsim Ne Söyler: Nitel Bir Araştırma**Yağmur Saklı Demirbaş<sup>1\*</sup>, Faruk Gençöz<sup>1</sup><sup>1</sup>Orta Doğu Teknik Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar kelimeler:**isim,  
çağırışım,  
gösteren,  
Lacan,  
nitel araştırma,  
ayna evresi**Öz**

İsim, kişiyi tanımlayan ve ona doğumundan ölümüne kadar eşlik eden temel kavramlardan biridir. İsim üzerine pek çok alanda çalışmalar yapılmıştır. Bunların arasında psikanalitik çalışmaların yeri klinik anlamda önem arz etmektedir. Lacan'ın teorisine göre, isim kişiyi tanımlamanın yanında kişiye bağlı da olan bir gösterendir. Bununla birlikte, isim ismi veren kişinin kendi bilinçdışı süreçlerini de üzerinde taşır. Bu çalışmada isim olgusu; katılımcıların isimlendirilme süreçleri, çağırışmaları ve aile ilişkileri çerçevesinde incelenerek elde edilen bulgular Lacan'ın bakış açısıyla yorumlanmıştır. Bunun için 22 ve 27 yaş aralığında, kendisine isim koyulma süreçlerini bilen altı üniversite öğrencisi ile yaklaşık bir saat süren görüşmeler yapılmıştır. Araştırmanın veri analizi Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz ile yapılmıştır ve sonucunda da dört tema elde edilmiştir: "İsmim Ben'im", "Hayal Edileni Yansıtmam", "Duruşunu İsimle Gösterme" ve "İsimle Değer Kazanma". "Duruşunu İsimle Gösterme" teması hariç bütün temalar ayna evresinde çocuğun isimlendirilerek Başka'nın onayını alması, kendi imgesiyle özdeşleşmesi ve Başka'nın alanında yer edinmesi ile açıklanmıştır. Duruşunu isimle gösterme teması ise kişinin ayrışma çabasını isim göstereni üzerinden sahnelemesi ile bağlantılı olarak yorumlanmıştır. Sonuç olarak, isim kişinin kendi imgesiyle birlikte etiket olarak taşıdığı ve gelişimindeki temel kavramları yaşantısında tekrarlamasına aracı olan bir gösteren olarak değerlendirilmiştir.

**Abstract****Keywords:**Proper name,  
association,  
signifier,  
Lacan,  
qualitative study,  
the mirror stage

A proper name is one of the main concepts that defines a person and accompanies him/her from birth to death. The concept of the proper name has been the subject of several fields. Psychoanalytic studies related to this topic have an important place among others in a clinical manner. According to Lacanian theory, a proper name is a signifier that defines a person and is bonded to him/her. In addition, it carries the name-giver's own unconscious processes. In the current study, the concept of the proper name was examined in terms of participants' naming processes, associations, and family relations. The results were discussed based on Lacanian theory. For this study, approximately one hour interviews were conducted with six university students whose ages ranged between 22 and 27, who have knowledge about their naming processes. Data were analyzed through Interpretative Phenomenological Analysis. Four main themes came up at the end of the analysis: "Me Name", "Projecting What was Dreamed of", "Showing One's Position by Name", and "Gaining Worth by Name". All the themes except "Showing One's Position by Name" were explained by the mirror stage, at which the child gets approval from Other, identifies with his/her own image and has a place in Other's area. The theme of "Showing One's Position by Name" was interpreted as enacting one's effort to be separated via name as a signifier. To conclude, a proper name was considered as a signifier that a person carries like a label with his/her own image, and it functions as a means of repeating one's main developmental concepts in his/her life.

\*Sorumlu Yazar, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, 06800, Çankaya, Ankara.

e-posta: [yağmursaklidemirbas@gmail.com](mailto:yağmursaklidemirbas@gmail.com)

DOI: 10.31682/ayna.714959

Gönderim Tarihi (Received): 05.04.2020; Kabul Tarihi (Accepted): 18.05.2020  
2148-4376/ All rights reserved.

## Giriş

İsim, kişiyi tanımlayan en önemli öğelerden biridir. Bir isim, sahibini tanımlamakla kalmaz; aynı zamanda onu diğer insanlardan da ayırır. İnsan, istisnalar haricinde ölümüne kadar sosyal dünyada bu isimle var olur. Bir insan fiziksel olarak bir yerde bulunabilir fakat tanınmadığı sürece onun “birey” olarak varlığı ortada yoktur. Himes (2016) ismimizin hayata geçiş işareti olduğunu söylemiştir. Verilen isim ve soy isim, bize has yaşamımızı başlatan sembolik tılsımlardır. Literatürde isim konusunu ele alan birçok araştırma mevcuttur. Bu araştırmalar sosyal, dilbilimsel ve kültürel gibi farklı alanların kapsamında yapılmıştır. Dilbiliminde isim verme, kişiyi dilsel bir işarete bağlayan dilsel veya dil dışı bir işlemdir (Kisel ve ark., 2017). Kisel ve arkadaşlarına (2017) göre, isminin anlamı kişide olumlu veya olumsuz çağrışıma sebep olabilir. Mehrabian (1997) yaptığı sosyal çalışmalara dayanarak isimlerin aynı fiziksel görünüşler gibi farklı intibalar bırakabileceğinden bahsetmiştir. Buna örnek olarak; yaygın isimlerin sıra dışı isimlere göre insanlar üzerinde daha olumlu etki bıraktığını söylemiştir.

Çiftler henüz çocukları doğmadan hayallerinde ona verecekleri ismi belirlerler. İsim verme pek çok farklı unsura dayandırılabilir ve pek çok farklı işleve sahip olabilir. Nadav ve arkadaşları (2011) isim vermenin kültüre dayandığını ifade etmiştir fakat yeni dönemde geleneksel olmayan toplumlarda ebeveynlerin çocukları için istedikleri ismi özgürce seçebileceğinden de bahsetmişlerdir. Yalçınkaya (2015) makalesinde isim verme kriterlerini üç başlıkta inceleyerek bunları sosyokültürel, dini ve sosyal kriterler olarak belirlemiştir. Bunun yanı sıra Sakallı (2016) yaptığı alanyazın analizinde Türklerdeki isim verme geleneklerinin özelliklerini altı kategoride toplamıştır: İslami peygamber ve yoldaşlarının isimleri, büyükanne/büyükbaba isimleri, ebeveyn isimleri, büyükanne/büyükbaba dışındaki aile büyüklerinin isimleri, totemistik isimler, arzuya dayalı isimler ve rastlantısal isimler. Seeman (1976) ise makalesinde isimlerin gösteren, çağrımsal, büyülü ve anma işlevlerinden bahsetmiştir. Gösteren işlevi, kişiyi tek ve biricik olarak belirlemedir. Bu işlev kişiyi diğerlerinden ayırma görevi görür. İsimlerin çağrımsal oluşları kişilerin kimlikleri hakkında ipuçları taşıdıklarına işaret eder. Örneğin göçmen bir aile, çocuklarına kendi köklerine dayalı bir isim verdiğinde bu isim çocuğun kökeni hakkında da bilgi içermiş olur. Asimile olmak isteyen göçmenler buldukları ülkenin/kültürün içinden bir isim alarak kendi isimlerini değiştirirler (Coulmont, 2014). Benzer şekilde, dini referanslı isimler de kişileri tanımlamaya yönelik ipuçlarına sahiptir. Bununla birlikte, Fransa’da yapılan bir araştırmada isimle sosyal sınıf arasında da bir ilişki olduğu bulunmuştur (Desplanques, 1986). Popüler isimlerin ilk olarak daha üst sınıflarda olan ebeveynler tarafından çocuklarına verildiği gözlemlenmiştir.

Üst sınıftan olan ebeveynlerin nadir kullanılan isimleri seçmeleri, alt sınıflardan daha farklı olma amacıyla yapılmış olabilir. Alt sınıfların ise sonradan bu isimleri kullanmaya başladığı gözlemlenmiştir. Bu nedenle, Coulmont (2014) ismin sadece etnik kökeni değil, aynı zamanda cinsiyet, yaş ve sosyal kökeni de temsil ettiğini ifade etmiştir. Çocuğa konulan isimde, ismi seçen kişinin uğraşlarına, sosyal arzularına, kendi cinsiyetiyle olan uyumuna, orijinalliğine, ideallerine ve kendi ailesiyle olan bağlarına yönelik izler vardır. İsmi seçen kişi de genelde ebeveynidir.

Seeman'a göre (1976), ismin büyüğü işlevi ise bir isim konulduğunda kişinin o ismin özelliklerini taşımasına olan inançla ilgilidir. Bununla bağlantılı olarak, isim çalışmaları arasında önemli yere sahip olan Jahoda'nın (1954) Ashanti halkı ile yaptığı araştırmada, belli günlerde doğan çocukların belli kişilik özelliklerine sahip olduğuna dair bilgiler edinilmiştir. Ashanti halkındaki inanca göre, bir çocuk çarşamba günü doğduysa daha agresif özelliklere sahip oluyorken pazartesi doğan çocuk daha uysal olur. Ashanti halkı arasındaki bu inançta önemli bir etken dikkat çekmektedir. Çocuk hangi gün doğduysa ona o güne denk gelen bir isim verilmektedir. Jahoda (1954) makalesinde bu konuya değinirken çarşamba günü doğan çocuklara verilen Kwaku isminin kökenine hece bazında bakıldığında "ölmek, öldürmek" gibi anlamlar olduğunun da altını çizmiştir. Nitekim yapılan araştırmada çarşamba günü doğan çocukların suç oranları diğerlerine göre daha fazla çıkmıştır. Fakat burada etkili olan faktörün gün mü isim mi yoksa başka bir dış etken mi olduğu bilinmemektedir. Burada dikkat edilmesi gereken nokta, çocuğun koyulan isimden ve doğduğu günden dolayı belli kişilik özelliklerine sahip olmasından ziyade o özellikleri taşıyacağına dair olan sosyal beklentilerdir. Tüm bu beklentiler, isim vasıtasıyla belirlenmiş olarak çocuğa sunulmuş vaziyettedir. Çocuk da bu beklentilere uyum sağlayarak ona yönelik özelliklerini ortaya çıkarır. Fakat ebeveynler çocuğa hayran oldukları, yüksek nitelikli birinin ismini verdiğinde bu çocukta baskı oluşturur (Himes, 2016). Seeman (1976) ismin anma işlevini, çocuğa ölen bir kişinin ismini koyma şeklinde açıklamıştır. Böylelikle hem ölen kişinin ölümsüz hale geldiğinden hem de onun ismi başkasına verilerek onun onurlandırıldığından bahsetmiştir. Fakat ölen kişinin isminin yeni doğana verilmesine olan bakış açısı bununla sınırlı değildir. Bush (2019) isimlerin tekrar kullanılması üzerine yazdığı makalede, ölen bir kişinin isminin yeni doğan çocuğa verilmesinin o kişiyle olan bağı sürdürme aracı olduğundan bahsetmiştir. Adaş olan, örtük bir şekilde aile anısını canlı tutar ve böylece ölen kişi sembolik olarak hala onların arasında bulunur. Bu, fiziksel yaşamın ötesinde sosyal yaşama bir katkıdır. Aynı zamanda, isimlerin ölüme bir cevap olarak veya ölümü aşma aracı olarak nitelenebileceğinden bahsetmiştir. Örnek olarak, Aşkenaz Yahudi geleneğinde ölen bir yakının ardından yeni doğana onun isminin verilmesinin aile içinde nesiller arası bir devamlılık sağlamayı ifade ettiğini söylemiştir. Bazı toplumlarda,

çocuklara büyükannenin/büyükbabalarının ismini vermek sembolikten ziyade gerçek bir anlam taşımaktadır. Çocuğa büyükannenin/büyükbabanın ismini vermek ebeveynlerin kendi ebeveynlerine yönelik hürmetin bir sembolüken; ismin, ölen büyükanne/büyükbabanın reenkarnasyonla hayata geri dönmelerinin aracı olarak kullanılması yaşamın gerçekliğine atfedilen bir anlam barındırır. Örneğin; Batı Afrika’da ailesel bir reenkarnasyona inanış vardır ve büyükanne veya büyükbabası ölen çocuğa onun isminin verilmesi o kişinin geri dönüşünü ifade etmektedir (Okehie-Offoha ve Sadiku 1995). Bazı aileler ölen çocuklarının da ismini yeni doğan çocuklarına verebilmektedir. Kralov (2015)’a göre, ölen kişinin henüz birey olmayı tamamlayamadığına dair bir inanç ile ismi, onun yaşantısını tamamlamak üzere ikinci çocuğa verilmektedir. Bu şekilde ikinci çocuk, ölenin yaşantısını üstlenir. Bu bir çeşit reenkarnasyon inancıdır. Himes’a göre (2016), ölen çocuğun isminin kardeşine verilmesi çocuğun kaybındaki boşluğun yeni çocukla doldurulmasına tekabül eder. Yeri dolduran çocuk, ciddi kısıtlamalar olmadan bu ismi kabul edemez ve dolayısıyla ruhsal bozukluk yaşayabilir. Bununla birlikte birçok toplumda isim verme bebek ölümlerine karşı bir koruma yöntemi olarak da kullanılmaktadır. Bebeklerin zarar görmesini engellemek için onlara, onları koruyacağı düşünülen isimler verilebilmektedir. Hindistan’da hasta edebilecek veya öldürebilecek kötü ruhlardan korumak için erkeklere Kuriya (çöp yığını) ismi verildiği görülmüştür. Kötü ruhu yanıltma amacıyla bu ismin verildiği ifade edilmiştir (Ogden ve Richard, 1946). Kültürümüzde de bebeği ölümden korumak için benzer bir yol izlenmektedir. Bir ya da daha fazla bebek kaybı yaşamış ebeveynlerin yeni doğan bebeklerine “Satılmış” ismini vermesi buna örnektir. Seeman (1972) çocukların, onlar için bilinçdışı beklentileri olan ebeveynler tarafından isimlendirildiğini yazmıştır. Bu beklentiler sembolik ifadelerini isim şeklinde bulurlar. Bu, aynı zamanda bir yaratıma ve hükmetmeye işaret eder (Himes, 2016).

Psikanalitik kuramın temeli olan bilinçdışı başta Sigmund Freud olmak üzere birçok bilim insanının üzerinde çalıştığı bir kavram olmuştur. Freud (1912-1913), “Totem ve Tabu” isimli kitabında isimlerin bilinçdışı düşünsel etkinliklerde yer aldığından bahsetmiştir. İsim veren kişilerin bilinçdışı faaliyetlerinin isim verme sürecinde aktif şekilde rol aldığından bahsetmiştir. Nadav ve arkadaşlarının (2011) yaptığı araştırmaya göre, ebeveynler isim seçerken çocuklara dil üzerinden kendi narsisistik kişilik özelliklerini de aktarırlar. İsim vermede, zalimce bir değersizleştirme veya süblimasyonu bölen bir isim ebeveynin patolojik narsisizmini yansıtabilir. Bir başka deyişle, ebeveyn çocuğuna isim seçerken kendi patolojisini ne şekilde yönlendireceğini de seçmiş olur. Kendi içsel mekanizmasını isimle iyi bir yöne çekebilecekken çocuğa bu yolun önünü tıkayacak bir isim verebilir. O halde, isimler ebeveynlerin patolojilerini yer değiştirme ile yeni doğana aktardıkları bir araç olarak algılanabilir. Bazı örneklerde, ebeveynler çocuklarının önemini azaltmak için onlardaki gücü

almak isterler. Onlara olumsuz veya özel isimler verirler. Örneğin bir vakada, erkek çocuk sahibi olmak isteyen baba, doğan sekizinci kızına Rahab ismini vermiştir. Rahab, İncil’de adı geçen ilk hayat kadınına işaret etmektedir. Baba, kızına bu ismi vererek eşini ve kızlarını değersizleştirmiştir (Nadav ve ark., 2011).

Bununla birlikte, Freud isimden bahsederken dile vurgu yapmıştır. İsmi kültürün içindeki genel isimlerle bağlantılı olarak, anlam taşıyan ve seslerden oluşan dil şekline bürünmüş bir semptom olduğunu söylemiştir. (akt. Nadav ve ark., 2011). Freud (1900), “Rüyaların Yorumu” kitabında rüya materyallerinin bir yoğunlaştırmaya maruz kaldığından bahsederken ismin de bu yoğunlaştırmaya ürünü olduğunu anlatmıştır. İsim, aynı anda birçok unsuru içinde barındırır. Rüyalardaki yoğunlaştırma ve yer değiştirme de en bariz şekilde kelimelerde ve isimlerde görünür. Her ebeveyn veya çift, içsel ve dışsal bir süreçten geçerek ismin ilk fikrini veya semptomunu yoğunlaştırarak o ismi taşıyacak çocuğa yerleştirir (Nadav ve ark., 2011). Jacques Lacan da tıpkı Freud gibi dilin öneminin altını çizmiştir. Lacan, 11. Seminer’inde (1964) “Bilinçdışı dil gibi yapılanmıştır.” diyerek bilinçdışı süreçlerle dil arasındaki bağın kuvvetini vurgulamıştır. İsimlerin de dilin alanına ait olduğu bilgisi göz önünde bulundurulduğunda, Lacan’ın teorisinin isim incelemelerine ışık tutan bir yanı olduğu açıktır. Bu bağlamda, Lacan’ın kuramının temel kavramlarından olan simgesel düzen, dili ve sosyal düzeni temsil etmesi açısından isimle ilişkilidir. Lacan’a göre kişinin ilişkilendiği üç düzen vardır: Gerçek, İmgesel ve Simgesel (Evans, 2003). Simgesel düzen, ensest yasağı ile kişinin imgesel düzleminin üzerine yazılmaya başlar (Fink, 2007). Lacan’a göre ensest yasağını işleten, “Baba-nın-adı” diye adlandırdığı annenin arzusunun nedenidir. Bu noktada, çocuk annenin eksikliği ile karşılaşır. Annenin eksikliğinin isimlendirilmesi ile çocuk simgesel düzene girerek yasaya tabi hale gelir. Lacan, simgesel düzenin kurulmasını dil ile de ilişkilendirerek çocuğun dili yaratıcı şekilde kullanabilmesinin altını çizmiştir. Bu şekilde, çocuk dilin içinde var olan ve bilinçdışı olan bir özne haline gelir. Simgesel düzenin temel unsurlarından bazıları da gösteren ve gösterilendir. Gösterenler bir başka gösterene işaret eden unsurlardır. Örneğin; “kitap” denildiğinde akla “ders” gelebilir. “Ders” denildiğinde de “sınıf” gelebilir. Her bir kelime başka bir kelimeye işaret eder. Gösterenleri göstergelerden ayıran en önemli özellik gösterenlerin “diğerlerinden ayrı olma” fonksiyonudur. Göstereni, gösterilene ya da anlama bağlayan şey onun diğer gösterenlerden farkıdır (Pluth, 2007). Yani; bir sözcüğün işaret ettiği anlama başka bir sözcük işaret etmediğinde, o diğer sözcüklerden ayrılmış bir gösteren olur. Bu da gösterenin gösterilen etkisi olarak Lacan’ın teorisinde yer bulur. Gösterenler tek başına anlamsızken bağlandıkları gösterilenler -ki onlar da başka gösterilenlerin gösterenleridir- ile bir zincir oluşturarak anlam kazanırlar. Bu zincire “gösterenler zinciri” denir. Gösterenler zinciri, gösterenlerin serbest çağrışımla birbirleriyle olan bağlantıyı ifade eder (Evans, 2003).



Örneğin; “ağaç” denildiğinde kişinin aklına yaşadığı evin yanındaki söğüt ağacı gelebilir. Bu “söğüt ağacı” ona çocukluğunda abisiyle birlikte onun dalında salıncakla sallandıkları anısını getirebilir. Sonrasında salıncaktan düşüp ağladığını anımsayabilir. Zincir bu şekilde devam eder. Bu da kişinin sembolik dünyasını oluşturur. Gösterenler kişiseldirler ve hep aynı anlama işaret etmezler (Himes, 2016). Gösterenlerde de olduğu gibi, her kişinin ismini anlamlandırması da kendisine özgüdür. Pluth (2007), gösterenleri konu alan kitabında Lacan’a göre öznenin gösterenlerden oluştuğundan bahseder. Özneyi temsil eden şey gösterenlerdir. Temsil edilenin “arzulanan” özne olduğu ve bu nedenle de temsil etme ve özdeşleşme arasında yakın bir ilişki olduğunu söyler. Kimlik, her zaman diğerleri tarafından arzulananı içerir. Bu arzu Başka tarafından dil aracılığıyla çocuğa aktarılır (Homer, 2013). Lacan, Başka’yı simgesel düzen; yani içine doğduğumuz dil olarak tanımlar. Bu dil; kültürü, yasayı ve düzeni temsil eder. İçinde bulunduğumuz dil de doğal olarak ebeveynlerimizin dili olur. Çocuk doğduğunda bu dilin içinde var olur ve onu öğrenip Başka’nın alanında yer edinmeye, kendisini ifade etmeye çalışır. O halde, Başka en başta ebeveyindir. Çoğunlukla ilk bakımı veren kişi olarak annedir (*mOther*). Lacan’a göre, özne Başka’nın alanında bir gösteren olduğunda doğar. O nedenle, özne çocuğa isim verildiğinde; yani çocuğa, ona işaret eden bir *gösteren* verildiğinde doğmuş olur. Burada ailenin beklentileri, istekleri veya pişmanlıkları yer alabilir. Çocuğun var olacağı bir gösteren ortaya çıktığında, çocuk o gösterene bağlanır. Himes (2005), ismin çocuktaki temel gösteren olmasına vurgu yaparak onun çocuğun kaderini belirlediğini ve geçmişini yönlendirdiğini söyler. Aynı zamanda, isim ile isimlendirilen arasındaki boşluktan da bahseder. İsim hiçbir zaman özneyi “tamamen” karşılamaz. Geride her zaman özneye dair bilinçdışı bir hakikat kalır. Gösteren ile gösterilen arasındaki boşluk, isimle özne arasında da yer alır. Bu boşluk öznedeki kastrasyonun, yani Baba-nın-Adının gelişiminin yol açtığı eksikliğe işaret eder. Lacan (1964-1965) 12. Seminer’inde ismin anlamdan çok, bütün bir bildiriler toplamı taşıdığını söyler. Bu araştırmada, kişilerin isimlerinin hayatlarında nasıl bir karşılık bulunduğu Lacanyen bakış açısıyla çalışılmıştır.

Bu çalışmada katılımcılardan detaylı bilgi almak ve öznelliğe odaklanabilmek amacıyla nitel araştırma yapılmıştır. Nitel araştırma, incelenen olgu hakkında zengin bir tanımlama sağlamakla birlikte bir deneyimin niteliğine odaklanır (Pietkiewicz ve Smith, 2012). Araştırma, Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (YFA) deseninde düzenlenmiştir. YFA, olaylara ve sonuçlarına odaklanmak yerine kişinin attığı anlama odaklanır (Larkin ve Thompson, 2012). Önemli olan bir deneyimin katılımcı için ne anlama geldiğidir. Bununla birlikte, YFA bireysel farklılıkları araştırmaya yardımcı bir yöntemdir (Larkin ve Thompson, 2012). Klinik psikoloji çalışmalarında, özellikle de psikanalitik odaklı çalışmalarda öznelğin önemi oldukça büyüktür. Katılımcının öz değerlendirmesinin ve kendi deneyimlerinin araştırılan olgu

hakkında daha hakiki bilgi vereceğini düşündüğümden bu deseni tercih ettim. Burada bahsettiğim hakikat, öznel bir hakikattir. YFA, kişinin bir konuyu/olayı nasıl algıladığını, nasıl deneyimlediğini kendisinin ve araştırmacının yorumuyla detaylı bir şekilde inceleme imkânı sunar (Smith ve Osborn, 2007). YFA’da araştırmacı, katılımcının ne söylediğine veya yazdığına bakarken ne düşündüğünü ve ne hissettiğini de anlamaya çalışır (Smith ve Osborn, 2007). Böylelikle, YFA araştırmacının öznelliğini de dikkate alır ve çalışmaya dahil eder (Larkin ve Thompson, 2012). Klinik psikoloji alanında kişinin kendisini süreçleri üzerinde çalışması büyük bir önem arz etmektedir. YFA ile araştırmacı kendi öznel deneyimlerini de inceleme fırsatı bulur.

## Örneklem

Bu araştırmada YFA kriterleri çerçevesinde amaca uygun örneklem yapılmıştır. Bunun için katılımcılar kendilerine isim verilme hikayelerini bilen, üniversitede lisans veya lisansüstü eğitim aşamasında olan, 22-27 yaş aralığındaki 4 kadın ve 2 erkekten oluşmaktadır. Katılımcıların demografik bilgileri Tablo 1’de gösterilmiştir. Katılımcılar sosyal medyada yapılan duyuru vasıtasıyla araştırmaya gönüllü olarak katılmışlardır. YFA’da örneklem boyutu küçüktür (Smith ve Osborn, 2007). Bu araştırmada da YFA’ya uygun olarak küçük boyutlu bir örneklem oluşturulmuştur. YFA’da önemli olan heterojen ve büyük bir grubu temsil eden bir katılımcı grubu değildir. Aksine, katılımcıların daha homojen ve o özellikte olan bir grubu temsil etmesi önemlidir. Katılımcı grubunun eğitim düzeyi sınırlandırılarak belli bir sosyoekonomik ve entelektüel kesimi belirtmesi hedeflenmiştir. Aynı zamanda, katılımcıların yaş skalasının sınırlı tutulması da belli jenerasyon özelliklerine sahip olmaları için yapılmıştır. Bu şekilde daha homojen bir grup oluşturulması amaçlanmıştır. Kendilerine isim koyulma hikayelerini bilmeleri katılımcıların çalışmaya dahil edilme kriteri olarak belirlenmiştir. Böylece katılımcıların isim koyulma süreçleriyle ilgili oldukları ve bu süreçlerin kişisel yaşantılarında belli bir yeri olduğu varsayılmıştır.

Tablo 1.

### Demografik Bilgiler

Katılımcı	Yiğit	Nehir	Adile Şirin	Ferhat Kaan	Feride Nisa	Ezgi Ece
Yaş	27	24	22	25	23	22
Eğitim	Yüksek Lisans	Yüksek Lisans	Lisans	Yüksek Lisans	Lisans	Lisans
Cinsiyet	Erkek	Kadın	Kadın	Erkek	Kadın	Kadın

## **Prosedür**

Araştırmanın gerçekleştirilmesi için Orta Doğu Teknik Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'ndan etik izin alınmıştır. Katılımcılardan gönüllü katılım formu imzalanmış bir şekilde alınıp çalışma sonrasında katılımcılara katılım sonrası bilgi formu verilmiştir. Veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Görüşme soruları açık uçlu olacak şekilde oluşturulmuştur. Görüşmede "İsminizin anlamı nedir?" "Size neden bu isim verildi?" ve "Siz isminizi nasıl değerlendiriyorsunuz?" gibi sorular sorulmuştur. Görüşme esnasında katılımcıların serbestçe konuşmaları desteklenmiştir. Aynı zamanda, katılımcılara rahatsızlık hissettikleri anda görüşmeyi yarıda bırakabilecekleri bilgisi verilmiştir. Görüşmeler Orta Doğu Teknik Üniversitesi AYNA Klinik Psikoloji Destek Ünitesi görüşme odalarında yapılmıştır. Her görüşme yaklaşık bir saat sürmüştür. İlk görüşme pilot görüşme olarak değerlendirilmiştir. Pilot görüşme sonrası alınan geri bildirimlerle görüşme yapısı düzenlenmiştir. Görüşmeler ses kayıt cihazı ile kaydedilerek sonrasında yazıya dökülmüştür. Veri toplama süreci yaklaşık bir ayda tamamlanmıştır.

## **Veri Analizi**

Veri analizi için YFA yönergeleri izlenmiştir. YFA'ya göre, öncelikle ilk transkript üzerinde çalışılarak katılımcının anlatımındaki anlamlar yorumlarla birlikte çıkartılır. Sonrasında aradaki bağlantılara bakılarak alt temalar oluşturulur. Bir katılımcının analizi bittikten sonra diğer katılımcıya geçilir ve aynı yöntem tekrar edilir. Katılımcıların anlatımlarındaki alt temalar çıkarıldıktan sonra birbirleriyle karşılaştırılarak üst temalar oluşturulur (Smith ve Osborn, 2007). Bu süreçte, transkriptler tekrar tekrar okunarak yeniden değerlendirilir.

## **Araştırmanın Güvenirliği**

Morrow (2005) nitel araştırmalarda öznellik, refleksivite, verinin uygunluğu ve yorumun uygunluğu şeklindeki temel standartlardan bahseder. Nitel araştırmalarda, nicel araştırmalardaki nesnelliğin aksine öznellik olduğunu söyler. Araştırmacının kendi deneyimleri ve görüşü araştırmada etkindir. Bir diğer standart olan refleksivite, araştırmacının bir akran grubunun veya araştırma ekibinin araştırmacının süreçteki reaksiyonlarına ayna tutmasıyla olur. Böylelikle araştırmacı kendi deneyimlerini anlamlandırmış olur. Benim bu araştırma konusuna olan ilgim, kendi kişisel tarihemden gelmektedir. İsim konusu ve kendi ismimin hikayesi yaşantım süresince odak noktam olmakla birlikte gerek ailemde gerek sosyal çevremde konuşulan bir konu haline gelmiştir. İsmimle ilgili yaşadığım zorluklardan dolayı

ismimi değiştirdim ve yeni bir ada adapte olmaya çalıştım. İsmimden ötürü yaşadığım sosyal zorluklar bir yana, bunun aile içindeki yansımalarının ve bana olan etkisinin farkındalığıyla bu konuyu çalışmaya yöneldim. İsmimin ve ismimi değiştirmemin psikolojik süreçlerimde yer edindiğini ve bilinçdışımda sandığımdan daha farklı bir yerde olduğunu fark ettim. Araştırma sürecinde de yaşadığım çeşitli zorluklar/aksaklıklar gerek kendi kişisel analiz sürecimde gerek akran grubumda ele alınan konular oldu.

### **Bulgular**

Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz sonucunda dört üst tema ortaya çıkmıştır. Bu temalar “İsmim Ben'im”, “Hayal Edileni Yansıtma”, “Duruşunu İsimle Gösterme” ve “İsimle Değer Kazanma” şeklindedir. Aktarılan sonuçlarda katılımcılar için takma isimler kullanılmıştır. Tek ismi olanlar için tek takma isim, iki ismi olanlar için iki takma isim seçilmiştir. Takma isimler, katılımcıların söylemleriyle örtüştüğü düşünülen isimler arasından seçilmiştir.

### **İsmim Ben'im**

“İsmim Ben'im” üst teması katılımcıların isimlerine yönelik olumlu tutumlarıyla birlikte, isimleriyle karakter özellikleri ve görünüşleri gibi kimliklerine yönelik eşleştirmelerini kapsamaktadır. Üst temanın “İsmim Ben'im” şeklinde oluşturulmasının sebebi de budur. Katılımcılar isimlerinin kendilerini tanıttığını anlatarak isimlerinin benlikleriyle özdeş olduğunu belirtmişlerdir. Yani ismin karşılığı “ben” olmuştur. Aynı zamanda, isimlerini sahiplenici bir tutum da sergilemişlerdir. Bu sebeple, “benim ismim” diye yorumlanan söylemleri de bu temaya uygun görülmüştür. Bu temada, kişi ismini sahiplendiğinde onu kendi hayali ile eşleştiriyor olabileceği düşünülmüştür. Başka özellikler düşünmek yerine, kendine ait olan ve benimsediği bir açıdan konuşuyor olabileceği yönünde değerlendirme yapılmıştır.

Nehir'e ismi hakkındaki düşüncesi sorulduğunda “Bana orijinal geliyor. Gerçekten anlamına uygun olduğumu düşünüyorum aslında. Bir şeyleri böyle önceden hissetmek konusunda filan. Buna inanıyorum yani. Böyle sanki bir bütün gibi hissediyorum. Böyle ismime tam olarak uygunum gibi. Bana da güzel geliyor. Orijinal geliyor yani.” demiştir.

Ferhat Kaan isminin kendisiyle uyumunu şu şekilde aktarmıştır:

Ben uzun zaman kendi ismimin anlamına baktıktan sonra hep böyle benim kişiliğime oturduğunu düşündüm. Gerçekten öyle bir şey var mı diyordum hani çünkü bana çok uyuyordu. Kendimle ilgili özellikle lise zamanlarında üniversitenin başında çok klişedir, kendinizi beş şeyle tanıttın söyleyin. Beni anlatacak en iyi şeyler böyle adımın anlamıydı. Gerçekten öyle düşündüm. Çok iyi anlatıyordu beni.

Ezgi Ece, ismini fiziksel özellikleriyle bütünleştiren bir katılımcıdır. İsmi düşünüşünde aklına neler geldiği sorulduğunda “Aslında kendime benzer bir silüet çıkıyor düşününce. Belki başka birinin adı da Ezgi Ece olsaydı ve ben onu görmeden tarif etseydim derdim ki ‘herhalde kıvrıktır’. Öyle bir şey geliyor direkt. Kendime benzetiyorum. Belki bütünleştiğim için.” cevabını vermiştir.

Yine Ezgi Ece ismine yönelik beğenisini “Yani bilmiyorum. Bence çok güzel. Ya kendi adım olmasaydı ben de kızıma böyle bir isim koymak isterdim. Ya hem anlamlı hem kulağa hoş geliyor hem orijinal gerçekten. Kombin yapan insan sayısı çok azdır eminim ki.” ifadesiyle açıklamıştır.

### **Hayal Edileni Yansıtma**

İkinci üst tema “Hayal Edileni Yansıtma” üst temasıdır. Bu tema katılımcılara ismi veren kişinin ismi neden seçtiği, isme nasıl bir anlam atfettiği ile katılımcıların özelliklerinin benzerlik göstermesini içermektedir.

Nehir, anne babasının geleneği kırmak istedikleri için ona anneanne/babaanne isimlerini vermediklerini söylemiştir. Orijinal bir kimlik kazanması için ona orijinal bir isim verdiklerini anlatmıştır. Kendisini tanıtırken “Mesela orijinallik. İşte farklı olmayı sevmem gibi ya da farklı olanı sevmem. Bunların yine farklı bir şey yaratacağını düşünüyorum. Hep böyle yapılan şeyler değil de benim kendi farklı özelliklerimle ya da düşüncelerimle oluşacak başka bir şeyler.” demiştir.

Görüşme esnasında Nehir’in ismini annesinin belirlediği ve annesinin bu isme sahip kişilerin belli özellikleri olduğuna inandığı üzerine konuşulmuştur. Nehir, bu kişiliği “Duygusal, yaratıcı ve bir şeyleri önceden tahmin edebilen” şeklinde aktarmıştır. İsmi koyan kişinin isme yaptığı atıf çocuktan nasıl biri olmasını istediğine işaret ediyor olabilir.

“Ben de duygusal yönü çok ağır basan biriyim ama aynı zamanda da tedbirli de birisiyim...bazen böyle içime doğuyor bir konuyla ilgili...Mesela bir yere gideceğim. Birden ‘gitmeyeyim’ diyorum...Böyle bir his geliyor...Çoğu zaman haklı çıkıyorum.

Adile Şirin, ilk ismini babaannesinden aldığını, ikinci isminin ise abisinin ismiyle uyumlu olduğu için ona verildiğini söylemiştir. Kendisini nasıl tanımladığı sorulduğunda söylediği ilk şey “Uyumlu insan olduğumu düşünüyorum.” olmuştur. Aynı zamanda, babaannesini anlatırken onun otorite sahibi olduğunu, bir şeyleri tatlılıkla kontrol altına aldığını ve evi çekip çevirenin, evin direğinin o olduğunu söylemiştir. Bununla birlikte, ismini anlatırken de pek çok kez “naif silüetin altındaki güç” diye nitilemede bulunmuştur. Görüşme esnasında da bu niteliği kendisiyle bağdaştırmıştır. Babaannesinin otorite modelinin de bu yönde olduğu

düşünülerek Adile Şirin'in babaannesiyile bir benzerlik kurduğu şeklinde değerlendirme yapılmıştır.

### **Duruşunu İsimle Gösterme**

Bu üst tema hem isim verenlerin hem de ismi kullananların isim üzerinden gösterdikleri pozisyonları içermektedir. İsmi verenler geleneğe göre bir pozisyon belirlerken isim sahipleri “birey olma” çabaları içinde bir pozisyon almışlardır. Bununla birlikte, iki isimli katılımcıların hangi ismi kullanacağını buldukları ortamda nasıl bir pozisyon sergileyecekleri ile bağlantılı olarak seçildiği anlaşılmıştır.

Feride Nisa, ilk isminin babaannesinin ismi olduğunu söylemiştir. Babaanesi öldükten sonra doğan ilk kız çocuğu olduğu için ona bu ismin verildiğini anlatmıştır. İkinci isminin ise ailede fazlasıyla dede/babaanne ismi olduğundan dolayı nüfusta karışıklık çıkmaması için verildiğini söylemiştir. Nüfus karışıklığı olmaması için ikinci ismin verilmesinin ailesinde gelenek haline geldiğini de belirtmiştir. Feride Nisa, ilk ismin onun için aileyi temsil ettiğini ve Nisa'nın ailesinden farklı olduğu belirterek ikinci ismini kullandığını söylemiştir. İsim koyulurken hedeflenen amaç, çocuğun yaşantısında isteği/hayali haline gelebilir. Feride Nisa'nın ikinci isminin ayrırcı bir amaçla koyulmuş olması o ismi ailesinden ayrı tuttuğu alanlarda kullanması ile bağlantılı olabilir.

Ben biraz kendi kimliğimi kazanma aşamasında...yani ailemden biraz da farklı bir görüşüm var ve farklı yaşam tarzım var. Ve bu noktada, kendi kimliğimi kazanma aşamasında 'Nisa'yı kullanmayı tercih ettim...Çünkü ailemden biraz uzaklaşmaya başladığımda ve kendi çevremi oluşturmaya başladığımda Nisa'yı kullanmaya başladım.

Feride Nisa, ikinci adının anlamının birçok dilde “kadın” cinsiyetiyle ilgili olduğunu belirtmiştir. Kendisini tanımlarken de iki yönü olduğunu ve bunların çatışma içinde olduğunu söylemiştir. Feride'nin daha ailenin görmek istediği, muhafazakâr tarafı olduğunu; Nisa'nın ise daha kendisini tanımlayan bir tarafı olduğundan bahsetmiştir. İki ismi, iki farklı karakter olarak anlatırken “Nisa” için “Kendi istediğini yapan daha böyle, biraz daha feminist bir tarafı olan; yani kendini gerçekten ‘kadınım’ dediği; yani kız çocuğu kavramından kadın kavramına geçmiş bir karakter olarak nitelendiriyorum.” ifadesinde bulunmuştur.

Ezgi Ece ailesinin ona “Ece” diye seslendiğini fakat kendisinin okul ve arkadaş ortamında “Ezgi”yi kullandığını söylemiştir. İki ismi arasındaki farkı şu sözlerle ifade etmiştir:

Eve geldiğim zaman hani ailede Ece, bütün sülalede aslında beni Ece diye çağırıyorlar. Ece diye biliyorlar. Orada daha böyle tanımlar şeydi. Sakin, sessiz, işte yardım ediyor.

Mutfaktaki işe yardım eder. Ece, misafirler geldi, onlara yardım eder. İşte çok uyumludur. Çalışkandır kızımız, öyledir böyledir. Onların biraz da tanımlamasıyla bağdaştırdığım şey oldu. Ece ismini belki onunla bağdaştırdım. Ama küçükken mesela kendi kendime konuşurken şey yapardım Ezgi daha böyle çılgın yönüm, Ece daha böyle sakin yönüm.

Daha sonra şunları eklemiştir:

Ailede falan beni biraz daha beni şey biliyorlar. Çekimser biliyorlar. Ağırbaşlı falan biliyorlar. Ama biz küçüklüğümüzde yani ben küçükken çok fazla taşınırdık... Hani böyle 2-3 senede falan okul değiştirdim. Bu sefer sürekli yeni ortamlara girmem gerekiyor. Tamamen o çekimser kızdan çıkıp hani Ezgi olmam gerekiyor ki insanlarla tanışayım, gideyim arkadaş olayım. 'Aa merhaba ben de sizinle oynayabilir miyim?' diyecek kişi mesela benim için Ezgi'dir.

Sıradaki alıntı isim verenlerin geleneğe karşı sergiledikleri duruşa örnek teşkil etmektedir. Nehir ailesinin, memleketinin geleneklerine yönelik tavrını "Orada genelde böyle geleneksel eskilerin isimlerini koyuyorlar çocuklara ya da anneannelerinin/babaannelerinin isimlerini. Annemle babam da bu geleneği kırmak istemiş biraz da." şeklinde anlatmıştır.

### **İsimle Değer Kazanma**

Son üst tema "İsimle Değer Kazanma" temasıdır. Bu tema katılımcıların isimleri vasıtasıyla sosyalleşmelerini, tanınmalarını, hatırlanmalarını ve kendilerini daha özel hissetmelerini içermektedir.

Yiğit isminin bir akrabalarının adı olduğunu ve onun ölümünden sonra kendisine verildiğini söylemiştir. Ölen kişinin iyi bir insan olduğunu ve konuştuğu insanların onu sevdiğini söylemiştir. Dedesinin de o kişiye değer verdiğini ve ismi kendisine dedesinin verdiğini söylemiştir. Yiğit, isminden memnun olduğunu ve değer verilen kişinin ismini taşımamanın hoş olduğunu söylemiştir. İsme atfedilen duygu ismin sahibinde yer bulabilir. "Onunla bir tutuluyormuş gibi...Böyle düşünülmesi hoşuma gidiyor gibi bir şey yani. En azından oluşturduğu his o yani, itiraf etmek gerekirse...Sevilen bir kişiydi."

Ezgi Ece şu ifadeyi kullandı:

Gerçekten bir ortama girdiğimde ya da dediğim gibi bir sürü okul değiştirdim, her okul değiştirdiğim insanlar ismimi ilk sorduğunda ya da okuduğunda 'Aa çok güzel bir isim gerçekten' şöyle böyle konuşuyorlar üstünde. İsmime dayalı hep bir geri dönüş alıyorum. Bunun üzerine sohbetler geçiyor genelde...Sonuçta beni anlatan, beni tanımlayan bir kelime ve bunun üzerinde biz de konuşmuş oluyoruz. İnsanların daha böyle ismimle beni bağdaştırması artıyor gibi diyebilirim. İnsanların aklına bir sürü Merve girmiş olabilir. Merve deyince ilk 'hangi

Merve?’ diye sorabiliyor insanlar ama Ece deyince o kadar olduğunu hissetmiyorum. Direkt insanlar tanıyabilir... Ezgi Ece deyince direkt beni hatırlayacakları bir anı oluyor.

Feride Nisa ise “Tanıdığım insanlarla çok fazla iletişimim olmasa bile isimden dolayı yani karşılaştığımda daha rahat iletişim kurabiliyorum. Çünkü en basit şekilde ismimi açıklarken biraz daha iletişim kurmuş oluyoruz. O bir anekdotta bulunuyor.” şeklinde örneklendirdi.

### **Tartışma**

Bu çalışmada, kişilerin isimlerinin hayatlarında nasıl bir simge olduğunu anlamak için kendi isim hikâyelerini bilen 22-27 yaş arası üniversite öğrencileri ile görüşmeler yapılmıştır. Veri, Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz ile analiz edilmiştir ve sonucunda dört üst tema bulunmuştur. Katılımcıların isimlerine yönelik tutumları, isimlerini nasıl algıladıkları ve kendileriyle nasıl ilişkilendirdikleri önemli bulgulardan olmuştur. Bu bulgular sonucunda, katılımcıların isimlerini kendi etiketleri olarak gördükleri düşünülmüştür. Bu etiketler; sadece onlara özgü, onlara ayrılmaz şekilde bağlanmış ve onları bir veya iki kelimeyle tamamen anlatan niteliktedirler. Bununla birlikte, isim verenlerin hayalleriyle isim sahiplerinin özelliklerinin benzeşmesi de yine altı çizilecek bir sonuç olarak araştırmada yer edinmiştir. Katılımcıların sosyal ilişkilerini ve bu ilişkilerdeki pozisyonlarını isimlerine atfetmeleri de kayda değer bulunmuştur. Çalışmanın sonuçları Lacanyen bakış açısına göre değerlendirilmiştir.

Çalışmanın ilk teması “İsmim Ben'im” olmuştur. Bu temada katılımcılar isimlerinin kendileriyle nasıl güçlü bir bağ içinde olduğunu ve isimlerini nasıl sahiplendiklerini anlatmışlardır. İsimle bu şekilde bir özdeşleşmek Lacan'ın “Ayna Evresi” olarak adlandırdığı dönemle bağlantılı bulunmuştur. Evans (2003), Lacan'a göre ayna evresinin öznellik yapısının temeli olduğunu söyler. Bu evre çocuğun 6 -18 aylık gelişim sürecinde yer alır. Ayna evresi, çocuğun aynada yansıyan görüntüsüyle identifikasyon kurması ile egosunun oluşmasını belirtir. Çocuk altı aylıkken kendi bedenindeki koordinasyon becerisi tam olarak gelişmemiştir. Aynadaki yansımasına baktığında oradaki görüntüsünü bir bütün olarak görür. Kendi hareketlerini tam anlamıyla kontrol edemiyorken karşısında gördüğü bütünlük çocukta çelişkiye yol açar ve agresif bir gerilmeye neden olur. Bu gerilme, çocuk aynadaki yansımasıyla identifikasyon kurduğunda çözülmüş olur. Buradaki olaylar imgesel boyutta yer alır. Ayna evresinin simgesel yanı da vardır. Çocuk aynada kendi yansımasını gördükten sonra dönüp onun bakımını sağlayan kişiye; yani Başka'ya bakar. Başka'nın ona “Bu sensin, X (ismi)!” demesiyle çocuğun aynadaki görüntüsü ona sunulmuş olur. Pluth (2007) burada iki gösteren



olduğunu söyler: İsim ve Başka'nın onayı. Elde edilen “İsmim Ben'im” temasında da katılımcıların ayna evresinde görüntüleriyle ve gösteren olarak isimleriyle identifikasyon kurdukları söylenebilir. Böylece, aynadaki yansımayı içselleştirmişlerdir. Bu durum, hem isimleriyle benliklerinin (*ego*) birbirlerine bağlanmasını hem de bunu kabul ederek Başka'nın gösterdiği tanımanın alanına girdiklerini gösterir. Nehir'in “Böyle ismime tam olarak uygunum gibi” demesinin buna güzel bir örnek oluşturduğu düşünülmüştür. İsimle olan uyumunu anlatırken kendisinin isme uygunluğuna vurgu yaparak ismin Başka'dan geldiğini ve onun da o ismin altını doldurduğunu anlatmış olmuştur. Bu durum, aslında ikinci tema olan “Hayal Edileni Yansıtırma” ile de oldukça bağlantılıdır. İsmi verenlerin çocuklardan beklentileri vardır ve bu beklentiler isme aktarılmıştır (Seeman, 1972). Tıpkı Freud'un (1900) yoğunlaştırma ve yer değiştirme olarak anlattığı kavramlardaki gibi isim, ebeveynlerin çocuk için -bununla bağlantılı olarak kendileri için de- hayal ettiklerini onlara yansıtmalarına ve hatta onlara ne olmalarını istediklerini söylemelerine imkân sunan bir gösterge olmuştur. Katılımcıların isimlerinin nasıl ve neden seçildiğine dair verdikleri bilgilerin onların kişilik özellikleriyle ve yaşam tarzlarıyla örtüşmesi Himes'in (2005) ismin kaderi belirlediği yönündeki fikrini destekler niteliktedir. Ayna evresinde çocuğun benliğiyle birlikte benlik ideali de oluşur (Fink, 1997). Çocuk ebeveynlerinin ideallerini özümseyerek onlara uygun şekilde yaşamaya çalışır. O idealleri referans noktası olarak kendisini değerlendirir. Bu noktada, Lacan'ın “İnsanın arzusu Başka'nın arzusudur (*Man's desire is the desire of Other*)” sözü önemlidir (Lacan, 1964). Öznenin arzusu, Başka'nın arzusunun düzleminde inşa edilir. İnsanın arzusunun oluşma sebebi Başka'nın arzusudur (Fink, 1997). Kendimize ait olduğunu düşündüğümüz isteklerimiz, duygularımız, yargılarımız aslında bize bir başkasından gelmiş olabilir. Buradaki Başka, en temelde de ebeveynlerimizdir. Çocuk hep ebeveynlerinin ne istediğini anlamaya çalışır. Böylelikle isteklerine karşılık vererek onların onay ve sevgisine talip olur. Bu şekilde, onların arzusu aslında kendisinin arzusuymuş gibi bir yapılanma baş gösterir. Bu doğal bir süreçtir. Arzularımız, Başka'nın arzusundan doğar ve daha sonra arzuda ayrışmaya gidilir. Fakat özne hayatı boyunca bu arzu karmaşasını yaşar. Ebeveynler arzularını çocuklarına verdikleri isimde açığa çıkarırlar. Bu bir çeşit projeksiyon olarak da düşünülebilir. Çocuk, ebeveynin arzusunu isimde ve isimlendirme hikayesinde keşfederek ona göre kendi şeklini oluşturur.

Üçüncü üst tema “Duruşunu İsimle Gösterme” teması olarak değerlendirilmiştir. Bu tema isim verenlerle isim sahiplerinin, isim aracılığıyla belli bir pozisyon göstermelerini kapsamaktadır. Ebeveynlerin isim verirken aldıkları tavır yine kendi ebeveynlerine yönelik bir duruşa işaret ediyor olabilir. Onların ismini veya geleneğe dahil olan bir isim vermek mi yoksa tamamen geleneğin dışında kalan farklı bir isim vermek mi? Ebeveynler bu seçime göre kendi pozisyonlarını belli ediyor olabilirler. Bu, onların Başka ile olan ilişkisine dair bir ipucu niteliği

taşıyor olabilir. Araştırmaya dahil olan katılımcılar ebeveynler değil de isim sahipleri olduğu için değerlendirmenin, onların kendileriyle ilgili söyledikleri üzerinden yapılmasının daha doğru olacağı düşünülmüştür. İki isimli katılımcıların bir kısmı aile ve arkadaş/okul alanlarında bir ayrıma giderek isim kullanımlarını buna göre düzenlemişlerdir. Ailede kullanılan isim, ailede daha kabul gören ve ailenin takdir ettiği karakteri yansıtan niteliğe sahipken arkadaşların yanında veya okulda kullanılan isim kişinin daha sosyalleşmesine elveren, daha kendisine özgü bir niteliktedir. Bu ayrımın yapılması Lacan'ın ayrışma kavramıyla bağlantılı görülmüştür. Başka'nın arzusundan yaratıldığımdan onun arzusuna takılı kalırız (Fink, 1997). İzleyeceğimiz yol, onun arzusundan ayrışıp kendi arzumuzun yönünde hareket etmektir. Çünkü ancak bu şekilde öznelleşebiliriz. Aksi takdirde, bizim sandığımız isteklerimiz, hayallerimiz, duygu ve düşüncelerimiz Başka'nın alanında kalmaya devam eder. Kişi hayatında ayrışma(ma)yı pek çok kez sahneleyebilir. Bu bir romantik ilişkide, bir kurumla ilişkide veya bir öğretmenle ilişkide de görülebilir. Çocuk, doğduğunda kendisini anne ile bir bütün olarak algılar. Bu ben-merkezli algı annenin arzusunun çocuktan başka bir yere yönelmesiyle dağılır. Yani, anne ve çocuk arasında bir üçüncü kavram girer. Lacan bu kavrama "Baba-nın-Adı" der ve onu annenin arzusunun göstereni olarak tanımlar (Fink, 1995). Böylelikle çocuk annenin arzusundan sıyrılarak kendi arzusuna yönelebilir. Bu ayrışma çocuğun öznelleşmesi açısından çok büyük bir önem taşır. Kendi öznel yaşantısını kurabilmek için çocuk da anneden ayrılmaya çalışır. Örneğin; 2 yaşlarında bir çocuk annesinin eteğine yapışmakla özgürce dolaşabilmek arasında tereddüt yaşayabilir. Bu üst temadaki örnekler de bu tereddütle bağlantılı olarak yorumlanabilir. Bu, Başka olan ailenin arzusunda kalmakla kendi arzusunun peşinden gitmek arasında yaşanan bir tereddüttür. Seçilen isimler bu tereddüttün gösterenleri olarak var oluyor olabilirler. Bireyselleşmeye yöneldikleri alanlarda ailenin kullanmadığı ismi seçerek kendilerine ait bir alan yaratıyor olabilirler.

Son olarak, "İsimle Değer Kazanma" üst teması tartışılacaktır. Katılımcıların hepsi bir şekilde sosyal kazançlarını isimlerine atfetmiş görünmektedirler. Kimisi farklı bir isme sahip olduğu için daha kolay sosyalleştiğini, kimisi nadir bir isme sahip olduğu için daha özel hissettiğini, kimisi ise ismi farklı olduğu için daha akılda kalıcı olduğunu anlatmıştır. Bunlardan bahsederken karşılardaki kişilerin rollerini vurguladıkları fark edilmiştir. Fakat bu meselede katılımcıların isim üzerindeki kazançları aslında kendilerinin isimleriyle ilişkileriyle bağlantılı olabilir. Katılımcıların isimlerinin kullanımından dolayı deneyimledikleri, aynada kendilerini nasıl gördükleriyle veya görmek istedikleriyle bağlantılı olabilir. Ayna evresinde üzerimize yapıştırılan isim bizi hem oluşturan hem de tanımlayan bir gösterendir. Ayna ise hem kendimizi gördüğümüz hem de bize bakını (*Başka*) gördüğümüz; yani onun gözünde kendimizi gördüğümüz bir araçtır. Ayna evresinde onaylanma ve takdir

edilme ile birlikte kişinin kendine dair bir imgesi oluşur (Fink, 1997). Kişinin kendisini nasıl gördüğü de tamamen aynada ne gördüğüyle ilgilidir. Katılımcıların ortaya koyduğu değer kavramı, aynada gördükleri veya görmek istedikleri olabilir. Bu da tanımlandıkları kelimeyi kullanmaktan daha kuvvetli bir biçimde gösterilemezdi: isimleri.

Araştırmanın klinik psikoloji ve terapi alanına katkı sağladığı düşünülmektedir. İsimler, insanları tanımlayan, geçmiş hakkında bilgi içeren ve ebeveynin çocuğa yönelik arzusunu sembolize eden gösterenlerdir. Terapötik çalışmada, isim üzerine yapılacak detaylandırma hastanın patolojisine ışık tutabileceği gibi içinde bulunduğu psikolojik duruma da işaret edebilir. Nitekim Lacan 9. Seminerinde (*Özdeşleşme*) analitik çalışmada ismin ne kadar önemli olduğundan ve bir analistin hastaya nasıl seslenildiğini bilmesi gerekliliğinden bahsederek ismin çalışılmasının başka diğer konuları da gündeme getireceğini vurgulamıştır.

Bu araştırma, nitel araştırmanın doğası gereği küçük bir örneklem üzerinde yapılmıştır. Dolayısıyla araştırma sonucu sadece 22-27 yaş arasındaki kendi isim hikayelerini bilen üniversite öğrencilerini kapsamaktadır. Bu nedenle genellenebilirliği yoktur. Araştırmanın bir sınırlılığı, katılımcıların hepsinin Orta Doğu Teknik Üniversitesi öğrencilerinden oluşmasıdır. Bu nedenle ODTÜ kültürünün, yapısının içinde bulunan kişilerdirler. Bir diğer sınırlama ismin sadece sahibiyle görüşülerek incelenmesidir. İsmi veren kişinin etkisi görülmüş olsa da onun kendi motivasyonunun daha net anlaşılması için kendisiyle görüşülmesi faydalı olabilir. Gelecek araştırmalar için isim verenlerle çalışılması bu açıdan fayda sağlayabilir. Aynı zamanda, iki isimli olan, ismini beğenmeyen ve ismini değiştiren kişilerle çalışmanın da isim konulu analitik çalışmalara katkıda bulunacağı düşünülmüştür.

### Kaynakça

- Bush, S. J. (2019). Re-using the names of newborns: Symbolic reincarnation in an age of infant mortality. *Names*, 67(2), 100-112. doi: 10.1080/00277738.2018.1536186
- Coulmont, B. (2014). Changing one's first name in France: A fountain of youth? *Names*, 62(3), 137-146. doi: 10.1179/0027773814Z.00000000080
- Evans, D. (2003). *An introductory dictionary of Lacanian psychoanalysis*. Hove: Brunner-Routledge.
- Desplanques, G. (1986). Les enfants de michel et martine dupont s'appellent nicolas et céline. *Économie et Statistique*, 18, 63–83.
- Fink, B. (1995). *The Lacanian subject: Between language and jouissance*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Fink, B. (1997). *A clinical introduction to Lacanian psychoanalysis: Theory and technique*. Cambridge: Harvard University.
- Fink, B. (2007). *Fundamentals of psychoanalytic technique: A Lacanian approach for practitioners*. New York: W W Norton.
- Freud, S. (1900). *Interpretations of dreams. The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud, Vol. XIII*. London, UK: Vintage, The Hogarth Press, 2001.
- Freud, S. (1912-1913) *Totem and taboo. The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud, vol. XIII*. London, UK: Vintage, The Hogarth Press, (2001).
- Himes, M. (2005). What is in a name? Reflections on Lacanian perspective. *Journal for Lacanian Studies*. 3(2), 209-221.
- Himes, M. (2016). *The power of names: Uncovering the mystery of what we are called*. Lanham: Rowman & Littlefield.
- Homer, S. (2013). *Jacques Lacan* (A. Aydın, Çev.). Ankara: Phoenix. (2004)
- Jahoda, G. (1954). A note on Ashanti names and their relationship to personality. *British Journal of Psychology. General Section*, 45(3), 192–195. doi: 10.1111/j.2044-8295.1954.tb01244.x
- Joubert, C. E. (1991). Relationship of liking of one's given names to self-esteem and social desirability. *Psychological Reports*, 69(3), 821-822.
- Kisel, O. V., Zerkine, N. N., Savinova, Y. A., Zalavina, T. Y., Kozhushkova, N. V. ve Mikhaylov, V. V. (2017). Linguistic and social aspects of name giving motivation. *Espaço Plural*, 18(36), 297-316.
- Kralova, J. (2015). “What is social death?” *Contemporary Social Science*, 10(3), 235–248.
- Lacan, J. (1961–1962). *The seminar of Jacques Lacan. Book IX: Identification* (C. Gallagher, Çev.). Yayınlanmamış.
- Lacan, J. (1964). *The seminar of Jacques Lacan: The four fundamental concepts of psychoanalysis* (A. Sheridan, Çev.), A. New York: W. W. Norton & Company.
- Lacan, J. (1964–1965). *The seminar of Jacques Lacan. Book XII: Crucial problems in psychoanalysis* (C. Gallagher, Çev.). Yayınlanmamış.

- Larkin, M ve Thompson, A. (2012). In *Qualitative research methods in mental health and psychotherapy: a guide for students and practitioners* (pp. 99- 116). Oxford: Wiley & Sons. doi: 10.1002/9781119973249
- Mehrabian A. (1997). Impressions created by given names, *Names*, 45(1), 19-33. doi: 10.1179/nam.1997.45.1.19
- Nadav, M., Ephratt, M., Rabin, S. ve Shiber A. (2011). Names and narcissism: A clinical perspective on how parents choose names for their newborn. *Names*, 59(2), 90-103. doi: 10.1179/002777311X12976826704082
- Ogden, C. K. ve Richards, I. A. (1946). *The meaning of meaning*. San Diego, USA: Harvest Book.
- Okehie-Offoha, M. U. ve Sadiku, M. N. O. (1995). *Ethnic and cultural diversity in Nigeria*. Trenton, NJ: Africa World Press.
- Pietkiewicz, I. ve Smith, J. A. (2012). Praktyczny przewodnik interpretacyjnej analizy fenomenologicznej w badaniach jakościowych w psychologii. *Czasopismo Psychologiczne*, 18(2), 361-369.
- Pluth, E. (2007). *Signifiers and acts: Freedom in Lacan's theory of the subject*. New York: SUNY Press.
- Sakallı, E. (2016). New trends in name-giving in Turkey. *Voprosy Onomastiki*, 13 (1), 171-177. doi: 10.15826/vopr\_onom.2016.13.1.010
- Seeman, M. V. (1972). Psycho-cultural aspects of naming children. *Canadian Psychiatric Association Journal*, 17(2), 149-151.
- Seeman, M. V. (1976). The psychopathology of everyday names. *British Journal of Medical Psychology*, 49(1), 89-95. doi: 10.1111/j.20448341.1976.tb02356
- Yalçınkaya, B. (2015). Almanca ve Türkçe ad verme gelenekleri. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 55 (1), 363-379.

## **What Does a Name Say: A Qualitative Research**

### **Summary**

The proper name is one of the important concepts that defines a person. In the literature, there are some studies investigating names and naming process from different perspectives. One of these perspectives has a focus on the name-giving process. Naming process is perceived as important as the names themselves. According to Freud (1912-1913), names have a relation with unconscious processes, concerning the person who gives the name. Seeman (1972) reported that individual(s) giving the name, which are usually parents, had some unconscious expectations regarding the child who was named. According to Lacan, the name of a child is one of the signifiers that has a place in the signifying chain, and it is linked to the child, which makes him or her a subject (Pluth, 2007). Current research known as “What Does a Name Say: A Qualitative Research” aimed to examine the concept of name with 22-27-year-old university students who had knowledge about their naming process, in light of Lacanian Theory. Data was gathered through approximately one hour long interviews. The interviews were semi-structured. Open-ended questions were asked to participants. Throughout the interviews, the focus was on the naming process and associations of participants concerning their names and their familial relationships. For data analysis, the Interpretational Phenomenological Analysis was used. First, audio records of interviews were written down as transcripts. Then, themes were formed throughout several analyses of every transcription. In the end, four main themes became evident: “Me Name”, “Projecting What was Dreamed of”, “Showing One’s Position by Name”, and “Gaining Worth by Name”. The participants seemed to identify themselves with their names. They mentioned that their ego revealed itself via their names. Also, they interiorized their names by showing positive attitudes towards their names. It was inferred that participants was trying to actualize their parents dreams who, in fact, nominated the name. There was a parallel line between what their parents dreamt of when choosing their names and what our participants have become. Their characteristic features- as they defined themselves- were quite similar to their parents’ wishes. The participants thought about their names as facilitators for their social relations and for being recognized/remembered. They were feeling very special about this function. Moreover, it was understood that participants used their names in a manner of being an individual. They positioned themselves by their names. Especially, participants with two names mentioned that they used different ones when they were with their families and when they were with their friends or at school. They tried to separate from their family, and become an independent person, an individual by their own. The first three themes were found as related to the mirror

stage from Lacanian theory. The ego of a person is formed in front of the eye of the Other, and naming a child is labeling him/her by the name with all the images coming from Other. The child identifies with this specular image under the roof of his/her name. Choosing their names by their positions were found as related to the separation concept. The participants use their names like a tool to separate themselves from their parents. They re-act their separation related scenes in their lives by their names as signifiers.

## Vaka Çalışması

**Beslenme ve Yeme Bozukluğu Eş Tanılı Bir Obsesif Kompulsif Bozukluğun Bilişsel Davranışçı Tedavisi: Bir Olgu Sunumu**Özkan SARISAKAL<sup>1\*</sup>, Özden YALÇINKAYA-ALKAR<sup>1</sup><sup>1</sup> Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, İnsan Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar kelimeler:***Yeme bozukluğu, obsesif kompulsif bozukluk, eş tanı, tanısal değerlendirme, olgu sunumu***Keywords:***Eating disorder, obsessive-compulsive disorder, comorbidity, diagnostic evaluation, case study***Öz**

Bu vaka çalışmasında G. isimli danışanın 10 seans süren psikoterapi ve süpervizyon süreci ele alınmıştır. Vaka çalışmasının ilk bölümünde danışanın demografik bilgileri, yakınmaları, genel durumu, kişisel ve sosyal tarihçesi ele alınmıştır. Elde edilen bilgiler ışığında tanısal değerlendirme amacıyla psikolojik testler uygulanmıştır. Değerlendirme sonrasında olası tanıları ele alınarak ayrıntılı tanıya ulaşılmıştır. Danışanın tanısal değerlendirilmesinde Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) ve Beslenme ve Yeme Bozukluğu (BYB) tanıları ele alınmıştır. Terapist ile danışan arasında terapötik ittifakın kurulması sonrasında danışanın problemlerinin ortaya çıkışı ile ilgili olarak hipotezler oluşturulmuştur. Bilişsel davranışçı terapi teknikleri ile müdahaleler gerçekleştirilmiştir. Bu müdahaleler ayrıntılı olarak ele alınmış ve müdahalelerin tedaviye katkısı psikolojik testler ile değerlendirilmiştir. Son olarak danışanın terapi sürecindeki kazanımları ve olası prognozu açıklanmıştır. Bu çalışma ile tanısal değerlendirmenin ve psikolojik testlerin tedavi sürecine olan doğrudan etkisi incelenmiştir. Böylece danışanın yakınmaları, psikolojik testler ve tanısal değerlendirmeyi içeren formülasyonun psikoterapi sürecine katkısı incelenerek alanyazına katkı sağlaması amaçlanmıştır.

**Abstract**

In this case study, the psychotherapy and supervision process of the patient named G., which lasted 10 sessions, was discussed. In the first part of the case study, the patient's demographic information, complaints, condition, personal and social history were examined. In light of the information obtained, psychological tests were applied for diagnostic evaluation. After the evaluation, possible diagnoses were addressed and the differential diagnosis was achieved. The diagnoses of Obsessive-Compulsive Disorder (OCD) and Eating Disorder (ED) were discussed in the differential diagnostic evaluation of the patient. After establishing the therapeutic alliance between the therapist and the patient, hypotheses were formulated regarding the emergence of the patient's problems. Interventions were performed with cognitive behavioral therapy techniques. These interventions were discussed in detail, and the contribution of interventions to treatment was evaluated with psychological tests. Finally, the patient's gains and possible prognosis in the therapy process are explained. The direct effect of diagnostic evaluation and psychological tests on the treatment process was investigated with this study. Thus, it was aimed to provide a different perspective in the literature by examining the contribution of the patient's complaints, psychological tests, diagnostic evaluation, and the formulation reached in the light of these in the psychotherapy process as a whole.

\*Sorumlu Yazar, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Esenboğa Merkez Külliyesi, İnsan Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Dumlupınar Mah. Çubuk, Ankara/TÜRKİYE, Tel: 0 (312) 906 20 00  
e-posta: [ozkansarisakal@gmail.com](mailto:ozkansarisakal@gmail.com)

DOI: 10.31682/ayna.560620

Gönderim Tarihi (Received): 06.05.2019; Kabul Tarihi (Accepted): 08.04.2020  
2148-4376/ All rights reserved.



## Giriş

Bu çalışma obsesif kompulsif bozukluk örüntüleri taşıyan beslenme ve yeme bozukluğu olgusunun 10 seans süren bilişsel davranışçı terapisini içermektedir. Olgu öyküsü sunumu ile danışanın yakınmaları, genel durumu, aile ve sosyal ilişkileri ve cinsel gelişimi ele alınmıştır. Tanısal değerlendirme kısmı elde edilen bu bilgilerden yola çıkarak olası tanıların ele alındığı ve tanısal hipotezlerin kurulduğu, bu hipotezlerden bir tanıya ulaşıldığı bölümdür. Bu bölümde beslenme ve yeme bozukluğu ile obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkinin alanyazındaki yeri incelenmiştir. Alanyazındaki bu bilgiler ışığında vakanın tedavisi planlanmıştır. Tedavi sürecinde bilişsel davranışçı terapi teknikleri kullanılmıştır. Bu teknikler ayrıntılı bir biçimde ele alınmış ve tedavi sürecine katkısı değerlendirilmiştir. Tanısal değerlendirmeye katkı sunan aynı zamanda danışanın kişilik özelliklerini incelemeye kullanılan klinik değerlendirme testleri ve sonuçları ele alınmıştır. Bu süreçte bütün test sonuçları yorumlanarak bir bütünlük içinde değerlendirilmiş olup danışanın yakınma ve problem alanlarına yönelik kapsayıcı formülasyona ulaşılmıştır. Son olarak terapi sürecinde gözlemlenen gelişmeler ele alınmış, sonuç alınamayan problem alanları belirlenmiş ve gelecek seanslara yönelik planlamalar değerlendirilmiştir.

## Olgu Öyküsü

### Demografik Bilgiler

G. 1998 yılında büyükşehirde doğmuş olup 21 yaşında bekâr, Türk kökenli bir kadındır. Danışan şu anda Ankara’da bir öğrenci yurdunda ikamet etmektedir. Şu an okuduğu üniversitede ikinci yıldır ve 1. sınıf öğrencisidir. Danışanın ebeveynlerinin her ikisi de sağ ve birlikte dirler. Babası memur olarak çalışmakta, annesi ise daha önce çalışmazken yeni bir işe girmiş olup bir yıldır aktif olarak çalışmaktadır. Lise öğrenimi gören 15 yaşında bir kardeşi bulunmaktadır.

### Danışanın Geliş Nedeni

Danışanın devam eden psikiyatrik bir tedavisi mevcuttur. Bu süreçte ilaç tedavisi sürecinde yaşanan danışanın durumundaki bazı gerilemeler ve yeni problem alanlarının oluşması üzerine psikiyatristi tarafından psikoterapi desteği alması önerilmesi ve konsültasyon yönlendirmesi ile Psikolojik Tedavi Ünitesi’ne başvuruda bulunmuştur.

**Danışanın geliş yakınmaları.** Danışan Psikolojik Tedavi Ünitesi’ne “yeme bozukluğu” şikâyeti ile gelmiştir. Bu yeme bozukluğu şikâyetini “bazen çok aşırı yerken, bazen

hiç yemek yememek” olarak açıklamıştır. Yemek yerken kendini durduramadığını, tok olduğu halde yemek istediğini, “tokluk hissinin kaybolduğunu”, “tıkanırcasına” yemek yediğini bu süreçte aşırı suçluluk duyduğunu ifade etmiştir. Bu yeme atakları sonrasında yaşadığı suçluluk duygusundan dolayı laktasif etkili ilaçlar kullandığını, bazen kendini kusturmaya çalıştığını, dört aydır menstrüasyon olmadığını, bir ilaç yardımı ile menstrüasyon olabildiğini ve aşırı egzersiz yaptığını eklemiştir. Bu problemler genellikle birinin ona çok zayıf olduğunu ya da kilo aldığını söylemesi üzerine başlamaktadır. Bu yakınmalarının ilk olarak 2018 Haziran ayında başlamış olup önceden 1-2 gün sürerken; Ankara’ya üniversiteye başlamak için geldiğinden bu yana 5-6 gün süren ve günde 1-2 kez ortaya çıkan yeme atakları şeklinde olduğunu ifade etmiştir. Bu problemlere eşlik eden stres kaynakları bölüm derslerinin yoğunluğu, yeni bir odaya taşınması ve oda arkadaşlarını tanımamasıdır. Danışan bu yüzden kendini yalnız ve mutsuz hissettiğini, insanlara tahammülünün kalmadığını, sürekli uyumak istediğini eklemiştir.

**Danışanın tedaviden beklentileri.** Danışan yeme davranışı üzerine kontrol hissini artırmak istediğini, bedenini sevmemesini aşmak ve sürekli olarak birilerine kilo alıp vermediğini sormamak olarak belirtmiştir.

## Genel Durum

Danışan iki yıl öncesinde üniversiteye hazırlık döneminde yaklaşık 122 kiloyken laksatif kimyasallar içermeyen bir diyet ile 56 kiloya düşmüştür. 122 kilo olduğu dönemde arkadaşları ve çevresi tarafından zorbalığa maruz kaldığını ifade etmiştir. Kilo vermiş olmasının danışan için özgüvenini artırıp tatmin edici bir olaya dönüştüğünü ancak danışan hala aynaya baktığında kendini beğenmediğini ifade etmektedir. Şu an “tekrar kilo alıp eskisi gibi olmaktan korktuğunu” ifade etmiştir. Yeme bozukluğu şikâyeti güncel bir sorun olup daha öncesinde herhangi bir tedavi arayışı bulunmamaktadır. Buna ek olarak danışanın 2 yıl önce bir sosyal medya platformunda üyelik oluşturması sonucunda “hesabının ve bazı banka şifrelerini birine mesajla gönderme, tanıdığı insanlara küfürlü mesaj atma, otostop çektiği arabanın şoförüyle cinsel ilişkiye girme, hamile kalma, terörle ilgili kurumlara üye olma, adam öldürme” konularını içeren düşünce ve imajlar şeklinde obsesyonları ortaya çıkmıştır. Bu sürecin sonunda Şubat 2018’de başlayıp halen devam eden psikiyatrik tedavi ve ardından Şubat 2018’de başlayıp 2 ay süren psikoterapi desteği almıştır. Danışan obsesif kompulsif bozukluk tanısı almış ve Fluoksetin 20 mg ilaç başlanarak ayaktan tedavi sürecine başlanmıştır. İlaç kullanımı devam etmektedir. Üç seans psikolojik tedavi hizmeti almış ve bundan yarar gördüğünü, bu düşüncelerin ortadan kalktığını söylemiştir. Danışan şu an “yeme atakları” yaşadığını ifade etmiştir. Bu yeme atakları onu çok suçlu hissettirdiği ve kilo almaktan korktuğu için aşırı katı diyet ile birkaç gün içinde kilo vermeye çalışarak ve aşırı egzersiz

yaparak yeme atağını telafi eden girişimlerde bulunmaktadır. Bunlara ek olarak gün içerisinde yediği yemeklerin kalorilerini saymaya yarayan bir program ile kalori miktarını hesapladığını söylemiştir. “Yemek yemeyi durduramadığını, tokluk dürtüsünün kaybolduğunu, tıkanırcasına yemek yediğini, bunun kendisini çok suçlu hissettirdiğini” eklemiştir. Bunun sonrasında kendini kusturmaya çalıştığı bu yüzden boğazında tahriş olduğunu söylemiştir. Bu sorunların danışanın işlevselliğinde bozulmalara sebep olduğu gözlenmiştir. Ders dinlemekte zorlandığını, kendisini eleştiren kız arkadaşları ile zaman geçirmediğini, her gün iki sefer yüzünün fotoğrafını arkadaşlarına yollayarak kilo alıp almadığını sorduğu için bazı yakın ilişkilerinin bittiğini, çok yoğun koşturmalı bir yaşamı olduğu için “zamana sığmakta zorlandığını” ifade etmiştir. Danışanın bu belirtileri ve ifadeleri ele alındığında (tıkanırcasına yemek yeme, tokluk dürtüsünün kaybolması, yemek atakları yaşama gibi belirtileri, kullanmış olduğu ilaçları “laksatif ilaç” olarak tanımlaması) psikolog tarafından psikolojik terminolojiyle ilgili (örneğin; Beslenme ve Yeme Bozukluğu Tanı Kriterleri) araştırmalar yaptığı ve bu konuda bilgi sahibi olduğu düşünülmüştür.

### **Aile İlişkileri ve Yaşam Öyküsü**

Danışan iki çocuklu orta gelirli bir ailenin ilk çocuğu olarak 1998 yılında bir büyükşehirde dünyaya gelmiştir. Şu an ailesinden uzakta yaşamaktadır. Bu durumun etkisi ile aile ilişkileri genellikle sorunsuz olmaktadır. Ailesini ziyaret ettiği tatiller sonrasında yeme atağı şikâyetinde artış gözlenmiştir. Görüşme sırasında danışandan alınan bilgilere göre aile üyeleri ile ilişkileri şu şekildedir:

Baba memur olarak çalışmaktadır. 42 yaşındadır. Danışan ile şu an problemsiz ilişkileri olmasına rağmen çocukluk ve ergenlik dönemlerinde problemleri olmuştur. Babasının kendisini sürekli eleştirdiğini, beğenmediğini, onu suçladığını, “sınırının olmadığını” ifade etmiştir. Danışan babasının annesini birkaç kez aldattığını telefon mesajlarından öğrenmiştir. Bu olay üniversite sınavına hazırlandığı dönemde yani yaklaşık 2 yıl önce gerçekleşmiştir. Bu durumu annesine söylediğinde annesinin bu duruma beklediği tepkiyi vermemesi üzerine babası ile ilişkisinin bozulduğunu ifade etmiştir. “Telefonu karıştırmayı” içeren bazı takıntılarının bu olay sonrasında denk gelen dönemde başladığını düşünmektedir. Babasının annesini ikinci kez aldattığını 2018’in haziran ayında yine telefon mesajlarından öğrendiğini söylemiştir. Ona “kırgın, kızgın ve tepkili” olduğunu ifade etmiştir. Bu durum sonrasında yeme atakları olarak ifade ettiği problemleri ortaya çıkmaya başlamıştır. Şu an ilişkilerinin daha iyi olduğunu bu sorunları aştıklarını söylemiştir. Ancak danışanın babasına yönelik kızgınlığı, kırgınlığı, güvensizlik ile ilgili ifadeler devam ettiğinden ile çözülmemiş problemlerinin var olduğu düşünülmektedir.

Anne danışanın çocukluğu döneminde ev hanımı iken yakın zamanlarda çalışmaya başlamış bir kadındır. Danışanın çocukluk döneminde, annesi tacize uğramış, psikolojik ve psikiyatrik tedaviler almış, bunun sonucunda yataktan çıkmadığı dönemler olmuştur. Çocukluk döneminde annesi tarafından istenen bir çocuk olduğunu hissetmiştir. Anne ile çocukluk döneminde yakın ilişki kuramamasına rağmen şu an sık sık telefonla konuştuklarını, iletişimlerinin iyi olduğunu ifade etmiştir. Şu an için sosyal destek olarak annesini görmektedir. Ancak babasının telefon mesajlarından annesini aldatmış olduğunu söylemesine rağmen annesinin inanmamış olması sonrasında onun için üzüldüğünü ama “ne yapsa ne söylese etkisinin olmadığı” için kendisini çaresiz hissettiğini söylemiştir.

Danışan erkek arkadaşları ile ilişkilerinin genelde onların talep ve istekleri sonrasında ortaya çıkan problemlerin çözülmemesi ile bittiğini ifade etmiştir. Danışan karşı cins ile cinsel ve duygusal yakınlık konusunda bazı sorunlar yaşadığını söylemiştir. Birkaç kez fiziksel tacize maruz kaldığı olaylar yaşamıştır. Bu olaylar ulaşım için otostop çektiği sırada onu arabasına alan kişinin arabadan inmesine belli süre izin vermemesi, zorla kendi telefon numarasını vermesi ve danışanın telefon numarasını alması, saçlarına elleri ile temas etmesi gibi davranışları içermektedir. Ek olarak bu olayın olduğu günün akşamında flört aşamasında olduğu kişi tarafından zorla öpülüp, öpüşmeyi istemediğini ifade etmesi ardından hakarete maruz kalmıştır.

Çocukluğuna ilişkin anılarında genellikle annesinin uyduğunu ve kendisinin bakımı ile babasının ilgilendiği hatırlamaktadır. Aile apartmanında oldukları için geniş bir aile tarafından yetiştirildiğini ifade etmiştir. Danışan çocukluk ve ergenlik döneminde kilo fazlalığı ile mücadele etmiştir. Kilosu yüzünden insanlar tarafından aşağılandığını, kimse tarafından beğenilmediğini ve bunun kiloları yüzünden olduğunu düşünmüştür. Aile bireyleri tarafından sıklıkla kiloları ile dalga geçildiği yaşantıları mevcuttur. Bu durum onun özgüvenini düşürmüştür ve bu durumun kendi bedeni ile uğraşlarının temelini oluşturduğu düşünülmüştür. Sosyal aktivitesi çocukluk ve ergenlik döneminde azdır. Bu dönemde geniş bir ailenin birbirine komşu olduğu apartmanda yetişmiştir.

Danışan ilk menstrüasyonunu 14 yaşında görmüştür. Bu dönemde cinsellik ile ilgili bilgileri annesi ve komşuları olan kuzenlerinden öğrenmiştir. Danışanın masturbasyon deneyimleri sorgulandığında ilk masturbasyon deneyimini tam olarak hatırlamadığını, şu an masturbasyon davranışları olmadığını ifade etmiştir. Cinselliğe olan mesafeli tutumunun bu davranışlarını etkilediği düşünülmüştür. Danışan yeme atakları yaşadığı dönem olan 2018 Temmuz ayından itibaren Ağustos, Eylül ve Ekim ayı olmak üzere dört ay amenore dönemi yaşamıştır. Tedavi arayışında vücudunun yağ oranının %10'un altına düşmesinden dolayı amenore dönemi yaşadığını öğrenmiştir. İlaç yardımı ile menstrüasyon gerçekleşmiştir. Ayrıca

danışan erkekleri cinsel olarak çekici bulduğunu ifade etmektedir. Ergenlik döneminde herhangi bir duygusal ve cinsel bir yakınlık yaşamamıştır. Üniversite döneminde flört ettiği kişiler olmaktadır. Danışanın cinsellik üzerine var olan düşüncelerinin cinsel hayatı üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir. Danışan “cinselliğe karşı mesafeli olduğunu” ve “kendini hazır hissetmediğini” belirtmiştir.

Danışan zaman zaman intihara yönelik düşünceleri olduğunu “Eğer canımın acımayacağını bilseydim yapardım” diyerek ifade etmiştir. Ne zaman yemek atığı yaşasa, bir problemi olsa “çekip gitmek” istediğini söylemiştir. Bunun üzerine danışana Beck Depresyon Envanteri uygulanmasına karar verilmiştir. Görüşmelerde danışanın intihar düşünceleri ele alınırken aktif bir planının olup olmadığı sorgulanmıştır. Danışanın aktif bir planının bulunmaması ve bir intihar girişimi öyküsünün olmaması gibi bilgiler ışığında danışan ile bir intihar sözleşmesi yapılmasına ihtiyaç duyulmamıştır. Ancak yapılan görüşmeler öncesinde danışanın depresif duygudurumunu ölçmek için Beck Depresyon Envanteri uygulanmıştır. Böylelikle danışanın depresif duygudurumu ile birlikte intihar düşüncelerinin düzeyi üzerinde düzenli bilgiler elde edilmiştir.

Danışan yaşamı boyunca herhangi bir yasal problem yaşamamıştır. Ancak suç işleyip işlemediğine ilişkin obsesif düşünceleri sebebiyle bir kez karakola gitmiştir. Daha sonra danışan bu konuda bilgi almak için avukat olan bir tanıdığı ile iletişime geçerek suç işleme, terör örgütü ile irtibata geçme üzerine olan obsesyonlarını ona sorup onay alarak bu konuda kaygısını azaltma yöntemini geliştirmiştir.

### **DSM-5 Tanı Ölçütlerinin Sorgulanması**

#### **Ayrırcı Tanı**

Danışanın tedaviye geliş sürecinde ilk yakınması “yeme bozukluğu yaşaması” olmuştur. “Yeme atakları yaşadığı, yemek yemeyi durduramadığı, tokluk dürtüsünün kaybolduğu, kendisini hep şişman olarak gördüğü, aynaya baktığında sanki kendisini diğer insanlar gibi görmediği, sürekli kilo vermesi gerektiğini hissettiği, bunun için sürekli diyet yaptığı, kalorileri saydığı, aşırı egzersiz yaptığı ve bazı dönemlerde ise tıkanırcasına yemek yediği” gibi ifadeleri olmuştur. Olası tanıların değerlendirilmesi sürecinde ilk olarak Beslenme ve Yeme Bozuklukları (BYB) tanılarından Anoreksiya Nervosa (AN), Bulimiya Nervosa (BN) ve Tıkanırcasına Yeme Bozukluğu (TYB) tanıları üzerinde hipotezler oluşturulmuştur. Bu hipotezlerin test edilmesi için ödevler verilmiş, danışanın yemek yeme alışkanlığını incelemek için yaşadığını ifade ettiği yeme ataklarında ne kadar yemek tükettiğini, günlük beslenme düzenini not etmesi istenmiştir. Bunun amacı DSM-5 BN ve TYB tanısının koyulmasında

görülmesi şart olan iki belirtiden ilki olan “Benzer koşullarda, benzer sürede, çoğu kişinin yiyebileceğinden açıkça daha çok yiyeceği, ayrı bir zaman biriminde (örn. Herhangi bir iki saatlik sürede) yeme” belirtisini gözden geçirmektir (American Psychiatric Association [APA], 2013). Danışanın ilk görüşmeye getirdiği ödevler yeme atağı olarak ifade ettiği, tıkanırçasına yemek yediğini söylediği ve kendini durdurmakta zorlandığı yemelerinin çoğu kişinin yiyebileceğinden açıkça daha çok yiyecek olmadığı kanaati oluşmuştur.

AN tanısında “Gereksinimlere göre enerji alımını kısıtlama tutumu, kişinin yaşı, cinsiyeti, gelişimsel olarak izlediği yol ve beden sağlığı bağlamında belirgin biçimde düşük bir vücut ağırlığının olmasına yol açar. Belirgin bir biçimde düşük vücut ağırlığı, olağan en düşüğün altında ya da çocuklar ve gençler için beklenen en düşüğün altında olarak tanımlanır.” belirtisi ele alındığında danışanın 170 cm boyu ve tedaviye geliş sırasında 54 kilo olduğu göz önüne bulundurulduğunda vücut kitle göstergesi (VKG) 18.7 olmaktadır (APA, 2013). Bu göstergedeki yola çıkıldığında danışanın DSM-5 kriterlerine göre ağır olmayan zayıflık düzeyine ( $VKG \geq 17 \text{ kg/m}^2$ ) sahip olduğu bulunmuştur. Danışanın şu an için vücut kitle göstergesi bu belirtiyi karşılamamasına rağmen kilo vermeye devam edebileceği göz önünde bulundurularak bu tanı tam olarak dışlanmamıştır. Danışan bu süreçte olası kilo verme hızını ve miktarını ölçebilmek hem de kilo alma sürecinde beslenme yardımı alabilmesi adına bir diyetisyen ile görüşmesi için yönlendirilmiştir.

Danışanın güncel durumu incelendiğinde ele alınan beslenme ve yeme ile ilgili belirtileri spesifik bir BYB tanısına uygun olmadığı değerlendirilmiştir. Ancak DSM-5’te yer alan “Klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olan, beslenme ve yeme bozukluğunun belirti özelliklerinin baskın olduğu, ancak bunların beslenme ve yeme bozuklukları tanı kümesindeki herhangi birinin tanısı için tanı ölçütlerini tam karşılamadığı ve herhangi özgül biri için tanı ölçütlerini karşılamamanın özel nedeni klinisyenlerce belirlenmek istenmediğinde ve daha özgül bir tanı koymak için yeterli bilgi olmadığı durumlarda (örn. acil servis koşullarında)” kullanılan Tanımlanmamış Beslenme ve Yeme Bozukluğu tanısı incelenmiştir (APA, 2013). Danışanın güncel durumu, şikâyetleri, tedavi beklentileri ve yaşam öyküsü ele alındığında Tanımlanmamış Beslenme ve Yeme Bozukluğu (TBYB) tanısı için uygun olduğu değerlendirilmiştir.

Danışan önceki tedavi geçmişinde almış olduğu tanısı olan Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) kriterleri açısından değerlendirilmiştir. Danışanın sürekli olarak zihnini meşgul eden, yemek yeme davranışını ve sosyal ilişkilerinin bozulmasına sebep olan obsesyonu kilolu olduğu imajdır. Eski kilosuna döndüğü imgesi danışan için dayanılmaz olarak görülmektedir. Bu imaj kendisini daha kilolu olarak değerlendirmesine sebep olmakta ve danışanın bu düşünceyi

zihninden uzaklaştırmak için kompulsif davranış örüntüleri oluşturmaktadır. Bu davranış örüntüleri gün içerisinde sabah ve akşam olmak üzere iki kere yüzünün fotoğrafını çekip arkadaş ve yakınlarına göndererek kilo alıp almadığını sorması, arkadaşları ve aile bireylerine zayıf gördüğü kişileri göstererek onun mu yoksa kendisinin mi daha zayıf olduğunu öğrenmeye çalışması, her gün yurttan çıkmadan bütün elbiseleri çıkararak ritüel şeklinde gerçekleşen tartılmalarıdır. Danışanın bu obsesif düşünceleri, kompulsif davranışları, mükemmeliyetçi ve katı düşünme tutumu ele alındığında danışanın beslenme ve yeme bozukluğuna ek olarak obsesif kompulsif belirti kümesine sahip olduğu kanaati oluşmuştur.

BYB ile OKB arasındaki ilişkiyi incelemek tanı koyulma sürecinde gözlemlenen zorlukların anlaşılmasında yararlı olacaktır. BYB ile obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkiler alanyazında uzun zamandır bilinmektedir. Palmer ve Jones (1939), AN'yi OKB'nin tezahürü olarak nitelendiren ilk kişidir. Aynı şekilde, Rothenberg (1986) BYB'leri “modern obsesif kompulsif bozukluk” olarak adlandırmıştır. Alanyazında BYB'nin obsesif kompulsif spektrum bozukluklarından birisi olarak ele alınabileceğini ifade eden güncel çalışmalar bulunmaktadır (akt; Culbert ve Klump, 2007).

BYB'nin bir OKB olarak sayılabileceğini tartışan araştırmalar üç noktadaki benzerlikleri kanıt olarak değerlendirmişlerdir. Bunlar: 1) Benzer bilişsel, davranışsal ve kişilik özelliklerine sahip olmaları (Buree, Papageorgis ve Hare, 1997), 2) Yüksek eş tanı oranları (Godart ve ark., 2002), 3) Nörobiyolojik etioloji paylaşımı (Jarry ve Vaccarino, 1996) benzerlikleridir.

BYB ve OKB arasındaki bilişsel, davranışsal ve kişilik özellikleri benzerlikleri inceleyen Pigott ve arkadaşları (1991) genel yetersizlik duygusu, yoğun kişisel beklenti, yabancılaşma endişesi ve yoğun bağımlılık korkularının hem OKB hem de BYB hasta popülasyonunda var olan psikolojik sorunları oluşturan duygu ve davranışlar olduğunu bildirmişlerdir. Hall ve arkadaşları (1993) tarafından yapılan bir araştırmada BN tanısı konulmuş 500 hastayı olgu öyküsü ve psikolojik özellikleri açısından incelediklerinde tüm grubun yaklaşık %2'sinde klinik özelliği BN tablosuna öncülük eden ya da tıkanırcasına yeme/çıkarma tablosunun bir parçası olarak bulunan kompulsif ritüellerin olduğu, travmatik öyküsü bulunan ve tekrar travmatik bir incinme yaşamamak için kişiler arası ilişkilerden kaçınma davranışı gösteren, umutsuzluk ve değersizlik duygularına sahip olan ve obsesif-ritüelistik bulimiya adı verdikleri bir alt grup saptamışlardır. Danışanın öyküsü incelendiğinde benzer bir biçimde obezite geçmişine sahip olduğu, sıklıkla eleştirilmesinin oluşturduğu travmatik etkilerin şu an sosyal ve duygusal ilişkilerindeki kaçınmaya sebep olduğu, beslenme ve yeme düzeninde yoğun korkularla mücadele edebilmek için arkadaşlarına yüzünün fotoğrafını çekip yollamak, zayıf olduğunu

düşündüğü birini gördüğünde kimin zayıf olduğunu karşılaştırmalarını istemek gibi kompulsif örüntüleri olan davranışlar ortaya koyduğu gözlemlenmiştir.

BYB ile OKB eş tanısını araştıran çalışmalar klinik popülasyonda anlamlı komorbidite varlığını doğrulamıştır. Yakın zamanda yapılan bir araştırma AN'li bireylerin % 10-60'ının ve BN'li kişilerin % 40'ının bir arada OKB tanısı olduğunu bildirmiştir (Godart ve ark., 2002). Ayrıca yapılan başka bir çalışmada OKB ve BYB semptomlarının komorbid grupta hemen hemen aynı yaşlarda gözüktüğü ve bu sonuçların geç ergenlik döneminde OKB gelişiminin AN'nin gelişme ihtimalini arttırdığı yazarlar tarafından yorumlandığı görülmüştür (Fahy, Osacar ve Marks, 1993).

BYB ve OKB arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmaların gözlemledikleri ortak noktalardan biri de nörobiyolojik etioloji paylaşımıdır. Jarry ve Vaccarino (1996) serotonin (5-HT) sistemindeki işlev bozukluğunun hem OKB hem de yeme bozukluklarındaki düşünce çizgisinin iki ucundaki tipik davranış biçimlerini açıklayabileceğini ileri sürmüşlerdir. Bu çalışmada AN hastalarla klasik OKB hastalarında gözlemlenen yüksek serotonin (5-HT) düzeyleri kontrol etme ve yıkama davranışları ile BN hastalar ile bazı OKB'li hastalarda bulunan düşük serotonin (5-HT) düzeyleri de eyleme vuruk davranışlar ve kendini yapmaktan alıkoymama davranışları ile ilişkili olduğunu ileri sürmüştür.

Rothenberg (1986) birçok araştırmacının AN olgularında yiyeceklere ilişkin sürekli, ısrarlı ve sabit bir endişe ve aşırı zihinsel uğraş olduğunu kabul ettiğini ancak hiçbirinin bu zihinsel uğraşların içsel obsesyonel doğası üzerinde durmadığını ifade etmiştir. Aynı şekilde hem AN hem de BN'deki bu gerçek açlığın ve yiyeceklere karşı zihinsel odaklanmanın tanısal önemi değerlendirilmediği için yüzeydeki belirtiler egoya yabancı olarak görünmediğini ve bilinçli ve ısrarlı zayıf olma düşüncesinden dolayı yiyecek reddi amaca yönelik istemli girişimler olarak değerlendirildiğini söylemiştir. Ancak bu zihinsel uğraşlar bir süre sonra amacı aştığında, bireyin kontrolünün dışına çıkmakta ve sonuçta yeme bozukluğu olan hasta duygulanım ve düşüncelerinin yalıtımı için obsesyonel savunmaları kullanmaya başladığını belirtmiştir. Bu noktadan hareketle danışanın "Obsesif Kompulsif Davranış Örüntülü Beslenme ve Yeme Bozukluğu" tanılması ile ele alınması zihinsel uğraşların obsesyonel doğasını gözden kaçırmama çabasının bir yansımasıdır. BYB vakalarında tedavi sürecinde obsesif kompulsif davranış örüntülerinin ele alınmasının tedavi sürecindeki etkililiği arttıracığı düşünülmektedir.

Özet olarak tanılama sürecinde gözlemlenen zorluklar BYB ve OKB arasındaki ilişkiden kaynaklanmaktadır. Alanyazında devam eden BYB'nin obsesif kompulsif spektrum bozukluklarından birisi olduğu tartışması açısından bu olgunun değerli bir katkı olduğu



düşünülmektedir. Bu tartışmanın ele alınmasının olgunun kavramsallaştırılmasında aynı zamanda tedavi planı oluşturulmasında kapsamlı bir etkisi olmuştur.

### **Ruhsal Durum Muayenesi**

**Dışa vuran davranışlar.** Görüşme sırasında danışan tam göz temasını sağlamıştır. Göz temasından kaçınma gözlenmemiştir. Konuşmaya isteklidir. Genellikle ifade ettiği sorununu anlatmak için uzun bir süre ve çaba sarf etmektedir. Görüşmelerin genelinde görüşme saatinin öncesinde gelmiştir. Dakik olduğu ve görüşme kurallarına riayet ettiği gözlemlenmiştir. İlk görüşmede kaygılı görünen danışan daha sonraki görüşmelerde daha rahat ve sakin olarak gözlenmiştir. Görüşme sırasında konuşulmakta zorlanılan bir konu gözlenmemiştir. Duygulanımı anlattığı olayların içeriği ile uygundur.

**Konuşma özellikleri.** Sorulan sorulara istekli olarak cevap verdiği gözlemlenmiştir. Ancak görüşme sırasında gergin ve kontrollü konuştuğu gözlemlenmiştir. Konuşma hızı ortalamadır. Görüşme sırasında sorulan soruların içeriğinden daha uzun cevaplar vermiştir. Görüşmeyi toparlamak adına sık sık araya girip müdahalelerde bulunulmuştur. Danışanın sorulan sorulara verdiği cevaplar açık ve anlaşılır bulunmuştur. Geliş yakınmalarından olan “yeme dürtüsünün kaybolması, tıkanırcasına yemesi, yeme bozukluğu yaşaması, laksatif etkili ilaçlar kullandığını belirtmesi” gibi sorunlarını ifade etmesi sonrasında psikolojik terminolojiye hâkim olduğu düşünülmüştür.

**Duygudurum.** Genellikle kaygılı, gergin bir duygulanım göstermiştir.

**Bilişsel durum.** Danışanın görüşme içindeki bilişsel yeterliliği, kavraması, yorumlaması ve algılamasının ortalamanın üzerinde olduğu düşünülmüştür. Yönelimi incelendiğinde ismini, yaşadığı yeri, nereye geldiğini ve randevu saatine uyumundan yola çıkarak zamana dair bilgilerin tam ve doğru olduğu gözlenmiştir. Ancak vaka öyküsü alınırken ilk yardım arayışına girmiş olduğu problemler ile yeni sorunları anlatılması sırasında kronolojik sırasının oluşturulmasında zorlanmıştır. Bu durumun temel sebebi iki ayrı dönem olarak danışan tarafından anlatılıyor olsa da problemler içerik ve duygulanım açısından birbirinin devamı niteliğinde olduğu düşüncesi oluşmuştur. Dikkat ve konsantrasyon incelemesinde seçici dikkat, spontane dikkat ve aralarındaki iş birliğinin normal olduğu gözlenmiştir. Ancak zihni sürekli olarak yeme davranışı, kilo alma korkusu ve düşüncesi ile meşgul olduğu için bazen konsantrasyon problemleri gözlenmiştir.

**Bellek.** Danışan geçmiş yaşantısı ile ilgili bilgileri duraksamadan ayrıntılı bir biçimde anlatmıştır. Bu yüzden uzun süreli bellek problemi olamadığı hipotezi kurulmuştur. Yakın geçmiş ile ilgili bilgilerin aktarılmasında herhangi bir problem gözlenmemiştir. Randevu tarihini hatırlaması buna örnektir. Anlık bellek işlevleri normaldir. Ancak danışan bazı

zamanlar randevunun saatini belirlenmiş olmasına rağmen son kez teyit ettirme ihtiyacı duymuş, birkaç kez onay arayıcı davranış örüntüleri gözlenmiştir.

**Zekâ.** Kişisel tarihçede elde edilen okul başarısının yüksek olması, başarılı bir üniversitenin başarı sıralamasında üstlerde olan bir bölümü kazanmış olması ve görüşme içerisindeki uyumu, kavrayışı, yorumlamaları göz önüne alındığında zekâsının iyi düzeyde olduğu düşünülmektedir. Soyut düşünme becerisinin var olduğu ve iyi derecede olduğu gözlenmiştir.

**İçgörü.** Danışanın içgörüsü kısmi olarak değerlendirilmiştir. Tedaviye ihtiyaç duyduğu bir problemi olduğunu kabul etmektedir. Ancak önceki tedavi sürecinde gözlenen kendi isteği ile ilaç kullanımının bırakılması ve yeme bozukluğu yaşadığına yönelik vurgu içgörü konusunda bazı noktalarda problem yaşanabileceği düşüncesi oluşmuştur. Ancak görüşmeler içerisinde danışanın yeni fikirlere açık olduğu ve bunları içselleştirdiği gözlemlenmiştir.

### **Danışanın Zayıf ve Güçlü Yönleri**

Danışan başkalarının düşüncelerinden çok çabuk etkilenmesini, bedenini sevmiyor oluşunu zayıf yönleri olarak görmektedir. Görüşmelerde belirlenen diğer bir zayıf yönün ise insanlara hayır diyememek ile ilgili olduğu gözlemlenmiştir. Bu sorun danışanın hayatında ciddi problemlere sebep olmuştur. Güçlü yönleri sorulan danışan kendisinde güçlü olarak gördüğü yönlerini bulmakta zorlanmıştır. Problemlerine çözüm araması ve sorunları olduğunu kabul etmesi, hırslı ve çaba gösteren yapısı, yeni şeyleri deneyimlemeye açık oluşu ve kavrama, yorumlamayı içeren zekâ işlevlerindeki başarısı terapi sürecindeki güçlü yönleri olarak belirlenmiştir.

### **Değerlendirmede Karar Araçları**

#### **Tedavi Süreci**

Danışanın tedavi sürecinde Beck'in Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) kuramından yararlanılmıştır (Beck, 2001). Danışanın tedavi süreci 10 seanstır. Tedavi süreci üç ana bölümde değerlendirilebilir. Danışanın ilk üç (1. 2. ve 3. seans) görüşmesi terapötik ittifakın oluşturulduğu, vaka öyküsünün alındığı, terapi hedeflerinin belirlendiği, testlerin uygulandığı ve tanısal açıdan hipotezlerin değerlendirildiği birinci ana bölümdür. Bu sürecin başında danışanın yakınmaları ve terapiden beklentileri ele alındığında BYB ile ilişkili tanılar üzerinde durulmuştur. Bu tanıları netleştirmek ve yeme davranışı üzerinde daha fazla bilgi sahibi olabilmek adına danışandan yeme ataklarını kaydetmesi ve tükettiği yemek miktarını yazması

istenmiştir. Danışan günlük kalori miktarını hesapladığı için bu ödevden hoşlandığını bunu kolaylıkla yapabileceğini belirtmiştir. İlerleyen görüşmelerde yeme atağı olarak ifade edilen yeme davranışında danışanın tükettiği yemek miktarının tıkanırcasına yemek yemeyi karşılamadığı gözlemlenmiştir. Danışanın yeme atağı içeriklerinin genellikle tatlı türü yiyeceklerden oluştuğu değerlendirilmiştir. Danışan yeme atakları yaşadığı günlerde günün yoğunluğu ve koşuşturması içinde bir öğünü atladığını ifade etmiştir. Bu noktada daha önceden kullanmış olduğu aldığı kalori miktarını belirleyen programın verileri danışan ile birlikte incelenmiştir. Bu programa göre danışanın günlük tüketmesi gereken kalori miktarının ancak yarısı kadar kalori aldığı gözlemlenmiştir. Bu noktada danışanla bir diyetisyenden beslenme ile ilgili konularda destek alması konusunda anlaşılmıştır. Danışanın gittiği diyetisyen vücut kilo endeksinin normal sınırlar içinde olduğunu, ancak yağ oranının ortalamaya göre düşük olduğu bilgisini verip bir beslenme programı oluşturmuştur. Danışanın öyküsünde de görüleceği üzere danışanın şikâyetlerini ifade ediş biçiminin psikolojik terminoloji ile uygun oluşu sorgulandığında yeme bozukluğu olduğunu ona hemşire olan yengesinin söylediğini ifade etmiştir. Geçmiş dönemde yaşamış olduğunu ifade ettiği yakınmalar incelendiğinde “Tanımlanmamış Beslenme ve Yeme Bozukluğu” tanısı alabileceği düşünülmüştür. Bu yüzden daha önce olası tanıların değerlendirildiği bölümde ele alındığı gibi danışandan alınan öykünün, test sonuçlarının, alanyazın bilgilerinin ışığında danışanın Obsesif Kompulsif Bozukluk Örüntülü Tanımlanmamış Beslenme ve Yeme Bozukluğu tanısı üzerinden formülasyonu ve tedavisine karar verilmiştir. Bu değerlendirme ilerleyen görüşmelerde danışan ile paylaşılmıştır.

Terapinin ikinci bölümü 4., 5., 6., 7., 8., 9. ve 10. seansları içermektedir. Bu bölüm seanslarda danışana uygulanan testlerin verilerinden yola çıkarak yaşamış olduğu yoğun mutsuzluk, üzüntü, kaygı, endişe gibi olumsuz duyguların oluşturduğu sıkıntı düzeyinin düşürülmesi ve yeme atakları olarak nitelendirdiği deneyimlerin sıklığının azaltılması için davranışsal müdahalelerin yapıldığı, otomatik düşüncelerin, temel inançların ve koşullu inançların değerlendirildiği bölümdür. Bu davranışsal müdahale tekniklerinden psikoeğitim ile yeme tutumunun katılığı, yeme atakları olarak ifade ettiği yeme örüntülerinin gün içerisinde öğün atlamasından kaynaklanıyor oluşu, yeme bozukluğu olduğu düşüncesi ve obsesif örüntülü olan şişman imajını kontrol etmedeki yoğun çaba üzerinde durulmuştur. Danışanın problemlerine yönelik bilgi sahibi olması amaçlanmıştır. Danışana otomatik düşünceler, duygular, ara inançlar ve temel inançların belirlenmesini içeren bilişsel kavramsallaştırma sürecinde bilişsel model üzerine gerekli eğitimler ile birlikte örnekler verilmiştir. Gün içerisinde yaşamış olduğu olumsuz duygu ve düşünceleri kayıt etme ödevi ile otomatik düşüncelerin, inançların, tutumların belirlenmesi ve sokratik sorgulama yöntemleri ile

belirlenen otomatik düşüncelerin değerlendirilmesi çalışılmıştır. Ortaya çıkan temel inançları “Ben yetersizim, başarısızım, beğenilmeyen biriyim, sevilmeyen biriyim” olarak ortaya çıkmaktadır. Bu otomatik düşüncelerinin etkilediği “eğer kilo alırsam bu başarısız olduğum anlamına gelir, kendimi sürekli kontrol altında tutmazsam eskisi gibi kilolu olurum, özgüvenimin yüksek olması için diğer insanların beni sevmesi gerekir, kilo alırsam her şey eskisi gibi olur, insanlar (en çok aile bireylerinden baba ve hala) benim ile dalga geçer, her şeyin eskisi gibi olmaması için kilomu kontrol altında tutmalıyım, kilom artarsa bu dayanılmaz bir durumdur, kilom artarsa özgüvenim düşer, diğer insanlar tarafından sevilirsem bu benim beğenildiğim anlamına gelir, diğer insanların söyledikleri her şeyi yaparsam bu beni sevmelerini sağlar” koşullu varsayımları ve inançları bulunmaktadır.

Bu düşüncelerle baş etmede kontrollü olma çabası, mükemmel olmaya yönelik vurgu, diğer insanları memnun etmeye yönelik olarak ortaya çıkan kimseye hayır dememe örüntüsü, sosyal ilişkilerinde yaşadığı problemlerin sebebini kilolu ve çirkin olması olarak görme, herkese kilo alıp almadığını sorma daha sonra ona kilo aldığını söyleyebilecek insanlardan ve ilişkilerden kaçınma, hayatındaki stres verici kaygılı konulardan kaçınmak için yeme davranışı üzerinde kontrol sağlama gibi mekanizmaları kullanmaktadır. Bu süreçte bu hatalı bilişleri kronik hale getiren bilişsel hatalar ele alınmıştır. Danışanın belirlediği miktardan daha fazla yemek tüketmesinin kendisinin ifade ettiği “zincirleri kırmış olduğu ve bunu artık durdurmasının imkânsız olduğuna” ya hep ya hiç düşünme örüntüsüne ilişkin siyah-beyaz düşünme hatası; sürekli olarak diğer insanların onun hakkında ne düşündüğü ile ortaya çıkan ve bu düşüncelerin genelde olumsuz olduğu zihin okuma hataları; planladığından daha fazla yemek yemenin kilo almasına sebep olup her şeyin eskisi gibi olacağı ve kilo almayı durduramayacağına ilişkin felaketleştirme hatası yaptığı gözlemlenmiş ve danışana bu konuda psikoeğitim verilmiştir. Danışan ilerleyen terapi sürecinde kendi bilişsel hatalarını değerlendirebilecek duruma gelmiştir.

Danışan görüşmeler esnasında yeme ile ilgili kaygılı düşüncelerden dolayı gününün çoğu bölümünün kaygı ve endişe ile geçtiğini, bunun ders dinlemedeki konsantrasyonunu azalttığı şikâyetleri sonrasında kaygının ertelenmesini sağlaması amacı ile “Buzdolabı” tekniği kullanılmıştır. Bu teknik ile gün içerisinde çoğunlukla yemek yeme ile ortaya çıkan, sosyal ilişkilerinde ve beden algısı üzerinde gözlenen kaygı, endişe ve tedirginliğin gün içerisinde belirlenen bir saat aralığında kadar ertelenip ayrılan süre içerisinde bu düşüncelere odaklanması örnekler ile anlatılmıştır. Bu uygulama ile danışanın okul, sosyal ilişkiler ve yeme davranışı üzerinde işlevselliğini yeniden kazanmasını kaygısının azalmasına etki ettiği gözlemlenmiştir. Ele alınan otomatik düşünceler sonrasında ortaya çıkan kaygı gündem maddeleri üzerinde kaygı kartları kullanılmıştır. Bu sorun başlıklarında işlevsel alternatif

cevaplar belirlenmiştir. Örnek olarak yeme atağı yaşadığı deneyimleri sonrasında kullanılan kaygı kartında “Bunlar yeme atağı değil, yediğim yemek miktarı beslenmem için gerekli miktardadır.”, kilo aldığına “Kilo değişen bir durumdur, kilo alabilirim de verebilirim de.”, sosyal ilişkilerinde sorunlar yaşadığında “İnsanlar ile sorun yaşıyor olmamın sebebi her zaman ben değilim, insanlar beni tanımadan yargılıyor olabilir.”, bedeni ile ilgili kaygılar yaşadığında “Ben sadece bedenimden ibaret değilim, bu sadece bir yönüm.”, insanlar tarafından eleştirildiği durumlarda “İnsanların istediği gibi olmam mümkün değil, ben kendim gibiyim.” yalnız kaldığı için kaygılandığında “Yalnız kalmam kendime zaman ayırmam için bir fırsat.” gibi kendi oluşturduğu alternatif cevaplar ile kaygı kartları oluşturulmuştur.

Danışan yalnız olarak bir şeyler yapmaktan çok çekindiğini ifade ettiği için “Davranışsal Etkinleştirme” yöntemi ile kendi başına kahve içtiği, alışverişe gittiği, yemek yediği ödevler verilmiştir. Bu süreç ile danışanın ilişkisel bağımlılık örüntüsünün bağımsızlaşması amaçlanmıştır.

Danışanın görüşmeler sırasında yaşamış olduğu taciz olarak nitelendirdiği olaylar sonrasında bu olayların oluşum aşaması, kendini savunma stratejisinin belirlenmesi, olayda hissetmiş olduğu suçluluk duygusunun belirlenmesi amacı ile “rol yapma” çalışması yapılmıştır. Bu çalışmada danışanın olaylara yönelik kontrol hissini artırılması, savunma stratejilerinin etkililiğinin değerlendirilmesi ve uygulanması becerisinin geliştirilmesi amaçlanmıştır. Bu uygulama sırasında başkalarını reddetmeye yönelik duyarlılığının ve zorlanmanın görülmesi üzerine hayır diyebilme, problem çözme ve beceri eğitimi verilmiştir.

Görüşmeler sırasında ortaya çıkan evlenme korkusu ele alınırken danışanın evlilikle ilgili ile temel imajlarını belirlemek için imgelem tekniği kullanılmıştır. Danışandan nasıl bir evliliğe sahip olabileceğini hayal etmesi istense de danışan konuyu sıklıkla anne ve babasının evliliğindeki problemlere yöneltmiştir.

Tedavisinin üçüncü aşaması 8.,9. ve 10. seanslardan oluşmaktadır. Üçüncü aşamada danışanın sorunlarına yönelik olarak problemlerinin doğası, tetikleyicileri, tetikleyicilerin oluşturduğu duyguların, duyguların sebep olduğu davranışsal tepkilerin, bu tepkilerin oluşturduğu ritüellerin kısır döngüsü, mükemmeliyetçilik duygusunun kökeni ve problemlerinin kavramsallaştırılmasına ilişkin hipotezlerin paylaşıldığı bölümdür. Danışanın beslenme ve yeme ile ilişkili korku ve kaygılarının kökeni çocuklukla ilgili verilerden gelmektedir. Babası dâhil olmak üzere çoğu yakın akrabası tarafından sıklıkla eleştirilmiştir. Fazla kilolu olmanın yanlış olduğunu, başarılı ve yeterli bir insan olabilmenin kilosunu kontrol etmekten geçtiğini, insan tarafından sevilmiyor oluşunun beden imgesi ile ilişkili olduğunu ve kilo almanın asıl suçlusunun kendisi olduğunu öğrenerek büyümüştür. İlk çocuklukta yoğun olarak yetersizlik, değersizlik ve suçluluk duyguları yaşamıştır. Bu noktada temel inanç olarak

“ben yetersizim ve değersizim” inançları oluşmuştur. Üniversiteye hazırlık döneminde yaklaşık 60 kilo veren danışan insanlar tarafından eleştirilmeme hatta övülme, erkekler tarafından güzel bulunma gibi pekiştirici olayları deneyimlemiştir. Bu onu dönemselsel olarak tatmin etmiş olsa da özellikle sosyal ilişkilerde gözlemlenen bir kişi ile yarıştırlmasını içeren eleştiri içerikli yorumlar ile karşılaştığı bu durumla baş edebilmek için beslenme ve yeme davranışlarında değişimler olmuştur. Baş etme mekanizmasına ek olarak sık sık kilosu üzerine düşünmüş, bu durum daha sık tartılmasına sebep olmuştur. Bu noktada gözlemlediği ufak kilo değişimleri eskiden kilolu olduğu bedeni zihnine yabancı olan imajını oluşturmuştur. Bu imajın oluşturduğu korkudan dolayı yeme davranışlarını kısıtlamış, egzersiz saatlerini uzatmış, kalori saymaya başlamış, arkadaşına yüzünün fotoğrafını çekerek kilolu alıp almadığını içeren güvenlik davranışları ortaya çıkmıştır. Bu dönemde sosyal ilişkilerden uzak durma, uzun saatler boyunca uyuma gibi kaçınma davranışları sergilemiştir. Bu kaçınma davranışları onu daha yalnız, mutsuz ve umutsuz hissetmesine sebep olmuş, bu hisler bedeni ve kilosuna yönelik olan kaygılarına daha fazla odaklanmasına sebep olup telafi edici davranışların sıklığını arttırmıştır. Bu telafi edici davranışlar kilolu olma korkusunu bir süre azaltmış olsa da atladığı öğünler sonrasında kısıtlanmış yeme miktarından daha fazla bir yemek tüketimi ile sonuçlanmıştır. Bu gelişmeler tekrar baş etme ve güvenlik davranışlarına dönmesine sebep olup kaçınma davranışlarının ortaya çıkmasını tetiklemiştir. Bu durumun oluşturduğu kısır döngü danışanın beslenme ve yeme ile ilgili aşırı zihinsel aktivitesi işlevselliğinin bozulmasına sebep olmuştur. Kişiler arası ilişkilerdeki hassasiyeti, babası ile iletişim problemlerinin devam etmesi, üniversitede hazırlık dönemi sonrasında bölüme yeni başlaması, hassas olduğu kilosu hakkında sık sık diğer insanlara sorular sorması onların onu eleştirmesine fırsat sağlamış ve bu durum beslenme ve yeme sorunları üzerinde sürdürücü bir etkisi olduğu düşünülmüştür. Kısır döngünün görüşmede görsel olarak ele alınmasının problemin algılanma biçimini değiştirdiği gözlenmiştir. Bu bilişsel kavramsallaştırma ile danışanın farkındalık seviyesi arttırılmış ve çözüm odaklı davranışları uygulamasında motivasyon oluşturulmuştur.

### **Kişilik Değerlendirmesi Sürecinde İlgili Test Sonuçları ve Hipotezler**

Danışan ile yapılan görüşme sonucunda şikayetleri ve görüşme ele alındığında danışanın mutsuz ve depresif durumunu değerlendirmek için Beck Depresyon Envanteri (BDE) (Beck, Ward, Mendelson, Mock ve Erbaugh, 1961), danışanın kişilik örüntülerini ve hastalığın gidişatını belirlemek amacıyla Mckinley ve Hathavay (1940) tarafından oluşturulan; Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Savaşır ve Erol (1990) tarafından yapılan Minnesota Çokyönlü Kişilik Envanteri (Minnesota Multiphasic Personality Inventory; MMPI),

danışanın açıkça ifade edemediği duygu ve düşüncelerini ve imgeleri öğrenmek için Beier Cümle Tamamlama Testi (CTT) (Weiner ve Greene, 2008), kaygı ve endişelerini değerlendirmek için Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ) (Beck ve Steer, 1990), yaşamış olduğu yakınmaların daha önceden tanılanmış olan obsesyon ve kompulsiyonların devamı niteliğinde olup olmadığını ve bu obsesyon ve kompulsiyonların süresini, bunlara yönelik kişisel direnci, kontrol altına alma derecesini ve bunlara eşlik eden sıkıntıları değerlendirmek için Yale-Brown Obsesif Kompulsif Derecelendirme Ölçeği (Y-BOKÖ) (Goodman ve ark., 1989) testlerinin uygulanması uygun görülmüştür. İlerleyen görüşmelerde danışanın duygu durumundaki değişimleri ve tedavi sürecinin gidişatını belirlemek adına BDE, BAÖ ve Y-BOKÖ bazı görüşmeler öncesinde danışana uygulanmıştır.

Danışana uygulanan BDE sonucuna göre 32 puan almıştır. Buna göre danışanın ciddi düzeyde depresif belirtilerinin olduğu düşünülmüştür (Hisli, 1989). Benzer bir şekilde CTT uygulamasında “gelecek bana belirsiz ve karanlık görünüyor” cevabında bu depresif örüntü gözlenebilmektedir. Ayrıca danışanın uzun süre uyumak istemesi, yataktan çıkmama, geleceği ile ilgili düşünceleri ele alındığında ifade etmiş olduğu “puslu görünmesi” depresif, mutsuz duygudurumun bir göstergesidir. Ek olarak MMPI testinde yer alan klinik alt testlerden “Depresyon” alt ölçeğinden yüksek puan almış olması benlik, dünya ve gelecek ile ilgili karamsarlığa, düşük enerji düzeyine, artmış uyku ihtiyacına ve yalıtılmış duygusuna kanıt niteliktedir (Graham, 1998).

Uygulanan BAÖ sonucuna göre danışan 33 puan almıştır. Bu sonuca göre danışanın ciddi düzeyde kaygısı olduğu düşünülmüştür. CTT cevaplarında genellikle vücudu ve kilo almak ile ilgili kaygıları gözlemlenmiştir. “İçin için korktuğum şey kilo almaktır, vücudum sağlıksızdır, keşke kendimi kontrol etmekte güçlük çekmesem” gibi verdiği cevaplar bunlara örnektir. Benzer bir şekilde danışanın MMPI testinde klinik alt testlerden “Hipokondria” alt ölçeğindeki yükselme danışanın kaygı, endişe gibi duyguları sağlık kaygıları üzerinden ifade ettiğini göstermektedir (Graham, 1998).

Uygulanan MMPI sonucu incelendiğinde testin geçerli olduğu, danışanın sorunlarını paylaşmakta açık bir tutum sergilediği görülmüştür. Klinik alt testler değerlendirildiğinde danışanın daha çok bedensel işlevler ile meşgul olduğu, bu uğraşların daha çok stres dönemlerinde belirginleştiği hipotezine ulaşılmıştır. Görüşmelerde danışanın aile veya arkadaş ilişkilerindeki bir problemin var olması onun yeme atakları olarak ifade edilen şikâyetlerin arttığı gözlemlenmiştir. MMPI sonucuna göre danışanın belirgin organik bir patolojisi olmadığı, ancak az da olsa var olan fiziksel sorunlarını abartma eğilimi gösterdiği düşünülmüştür. Danışanın “hastaneye kaldırılma” öyküsü olarak anlattığı olay incelendiğinde olayın yemek yedikten sonra oluşan mide rahatsızlığı sonrasında kendi isteği ile yürüyerek

hastaneye gitmiş olması, serum takılarak tekrar eve yollanması örnek olarak verilebilir. MMPI sonucuna göre “Hipokondria” ve “Depresyon” klinik alt testlerindeki yükselmenin görüldüğü profile sahip olan hastaların sundukları çok sayıda somatik yakınma arasında baş ağrısı, mide ağrısı ve sırt ağrısı gibi ağrılar; kardiyak yakınmalar ya da yemek yememe, bulantı, kusma ya da ülser gibi, gastrointestinal zorluklar odak noktasını oluşturur. Danışanın bu somatik yakınmalardan en çok mide ağrısı, yemek yememe, gastrointestinal sorunlar yaşadığı gözlenmiştir. Danışanın bir yeme atağı olarak ifade ettiği davranışı sonrasında hazımsızlık yaşadığı için acil servise başvurması bu yakınmalara örnek olabilir. Danışan da sinirlilik, huzursuzluk ve depresyonun eşlik ettiği yorgunluk şikâyetleri bu profilin temel özelliği olarak karşımıza çıkmaktadır (Lancar, 1974).

Uygulanan Y-BOKÖ testi sonucuna göre 26 puan almıştır. Bu sonuca göre danışanın BYB’ye eşlik eden OKB örüntülerinden kaynaklanan problemleri ciddi düzeyde yaşadığı düşünülmüştür. CTT’de “Keşke kendimi kontrol etmekte bu kadar zorlanmasam” ve “Beni en çok kaygılandıran şey ya şişmanlarsam” ifadelerinin varlığı, görüşmede yemek yeme ve kilo alma üzerine yineleyen korkular yaşadığını ifade etmesi bu kanaati güçlendirmektedir.

Danışanın problemlerinin ortaya çıkmasında ailevi problemlerin etkisi hakkında konuşulduğunda babasının annesini aldattığını telefon mesajları üzerinden öğrenmesi, annesine bunu söyledikten sonra bu durumu önemsememesi sonrasında bir başkasının telefonunu kurcalamayı içeren bazı takıntılı düşüncelere sahip olduğunu ifade etmesine rağmen güncel yakınmalarına yönelik etkisi hakkında düşünce sahibi değildir. Danışanın babası ve annesine güncel olarak bir kırgınlık ifadesi ilk görüşmelerde gözlenmemesine rağmen babasına olan kırgınlığı, kırgınlığı ve güvensizliği CTT’de “Babamı severim fakat güvenmem”, “Babam beni hiç haklı bulmadı”, “Keşke babam annemi aldatmasaydı” cümlelerinde görülmektedir. Ancak danışan görüşmeler içerisinde ailesi ile zaman geçirmekten ne kadar hoşlandığını sıklıkla dile getirmiştir. Bunun yanında CCT’de “Annelerin iyisi benim annemdir”, “Eğer annem Ankara’da yaşasaydı sürekli beraber vakit geçirmek isterdim” ifadesi annesinin çocukluk döneminde genelde onunla ilgilenmediği ifadesi ile bir arada değerlendirildiğinde tezatlık oluşturmaktadır. Buna ek olarak CTT’de “Ailem asla beni yalnız bırakmaz”, “Babam benim için en büyük dayanak ama bazen beni anlamadığını düşünüyorum” ifadeleri ebeveynlerine yönelik duygusal karmaşanın göstergesi olarak değerlendirilebilir. Danışan ailesini ziyaret edeceği hafta sonları öncesinde oldukça gergin olduğunu onların “kilo almışsın/vermişsin” cümlesini duymaktan çok rahatsız olduğunu ifade etmiştir. Aile ziyaretleri sonrasında yeme atakları yaşama, kilo alma korkusundaki artış, diyet yapma ve aşırı egzersiz yapma gibi yeme ve beslenme bozukluğu artışları olduğunu gözlenmiştir. Danışan ile bu durumun paylaşılması ile danışan ailesi hakkında daha fazla bilgi



vermeye ve babasına ve annesine yönelik duyguları daha rahat paylaşmaya başladığı bir dönüm noktası olmuştur.

Danışanın kilo fazlalığı yaşadığı dönemden itibaren başlayan ve güncel olarak devam eden yoğun olarak yetersizlik, başarısızlık, suçluluk duyguları yaşadığı düşünülmektedir. Bu duygular ile mücadelede mükemmel olmaya yönelik ihtiyaç ve çaba söz konusudur. Görüşmelerde “Yemek yersem kontrolümü kaybederim, kilo alırım ve başarısız olurum” şeklindeki ifadesi kilo almaya yönelik korkunun suçluluk, yetersizlik ve başarısızlık temel inançları üzerinde inşa edildiği düşüncesini oluşturmuştur. Bu sorun danışanın özgüvenini düşürmekte bu durum onun onay arama davranışını artırmaktadır. Görüşme içerisinde diyetisyenin normal vücut endeksi olduğunu söylemiş olmasının yarattığı rahatlama duygusunu tekrar yaşamak için sık sık diyetisyen desteğine ihtiyaç duyduğunu ifade etmesi, görüşmelerin iyi gidip gitmediğini sorması bunlara örnek olarak söylenebilir. Danışan bu güvensizlik üzerinden kilo alıp vermediği ile ilişkin kararı diğer insanlara vermektedir. Bu da onu diğer insanlardan sözlerine karşı savunmasız hale getirdiği düşünülmüştür.

Danışanın kilo vermiş olmasının bu problemlerin başlangıcı olduğu düşünülmüştür. Ancak ilerleyen görüşmelerde aile ile ilgili bilgilerin derinleştiği bölümlerde aile sisteminde ve rollerde bazı sorunların olduğu gözlemlenmiştir. Danışanın annesinin psikiyatrik bir tanı ve ilaç kullanımı sonrasında onunla ilgilenmemiş olması, anne ve babasının cinselliğine yönelik bilgi sahibi olması, ebeveyn rol sistemindeki cinsellik probleminin çocuklar rol sistemi arasında sık sık tartışılıyor oluşu, babasının annesini aldatma sürecinde danışanın annesinin göstermediği kızgınlık, kırgınlık, güven kaybı gibi duyguları kendinin yaşamasını içeren bazı sınır problemleri bulunmaktadır. Danışan böyle bir ailede yetişirken bu sınırsızlık durumu ile yemek yiyerek mücadele etmiş olduğu düşünülmektedir. Bu yüzden danışan hayatında stres yaşadığında yeme isteği ortaya çıkmakta, bu isteği karşılamanın oluşturduğu suçluluk ile baş edemeyip bu tüketimi bir “yeme atağı” olarak ifade edip kontrolün kaybolduğu sürece dönüştürme eğilimde olduğu bir öğrenmenin ürünü olabilir. Danışan için “yeme bozukluğu” tanısındaki vurgunun anlamı bu sorunların bir hastalık olduğu, bunun kontrolüne sahip olmadığı ve bu konuda suçlu olmadığına yönelik bir düşüncenin ikincil kazancı olarak görülebilir.

Özet olarak danışan ile yapılan görüşmeler ve uygulanan testler ışığında danışanın genellikle günlük hayatı, kişilerarası ilişkilerindeki değişimler, bu ilişkileri üzerinden gelen bedensel ve kişilik özellikleri ile ilişkili eleştiriler kendisi için ciddi bir stres kaynağıdır. Çocukluk ve ergenlik döneminde kiloluyken yaşamış olduğu zorbalık, eleştiri ve suçlanma kilo verdikten sonra görece olarak azalmış olsa da bu konudaki hassasiyet devam etmektedir. Problemlerin tetikleyicisinin erken çocukluk yaşantısındaki bu dönem olduğu

düşünülmektedir. Bu yüzden danışan için en dayanılmaz olarak görülen durum yeniden kilo alma durumudur. Danışan hayatındaki belirsizlikler ortaya çıktığında aktive olan yetersizlik, başarısızlık, suçluluk otomatik düşünceleri “ben mükemmel olmalıyım”, “kendimi kontrol edersem başarılı olurum” gibi koşullu inançları ile mücadele etmeye çalışmaktadır. Kendinde görmüş olduğu bu güçsüzlük ve yetersizlik üzerine ortaya çıkan mükemmeliyetçilik yüksek oranda kendini kontrol etme davranışı ortaya çıkmasında etkili olmaktadır. Yeme davranışı üzerindeki katı kontrol güçsüzlük ve yetersizlikle aktive olan olumsuz duyguları beslenme davranışındaki kontrol hissi ile kontrolün yeniden kazanımı sağlamaya yönelik amaçtır. Danışan böylece kaotik, belirsiz ve başarısızlık dönemlerinde kontrollü, katı yeme davranışı belirli bir dönemde kilo vererek başarılı hissetmeye devam etmektedir. Bu durum danışanın çocukluk ve ergenlik döneminin bir bölümünü içeren aşırı kilolu yaşantısı sonrasında oluşan kilo vermenin oluşturmuş olduğu özgüven, beğenilme ve yeterlilik duygularını ve eleştirilmediği bunun yerine diğer insanlar tarafından kilo verdiği için övüldüğü durumları tekrar yaşanmasını sağlayacaktır. Ancak yeme atakları olarak ifade edilen dönemlerden sonra bu olumsuz otomatik düşünceler tekrar aktive olmakta danışan bu dönemde sık sık gelgitler yaşamasına sebep olmaktadır. Tekrar ortaya çıkan diyetle girme, egzersiz yapma, kalori sayma davranışları ile kilo verme döneminde öğrendiği en iyi başarısızlık, yetersizlik, beğenilmeme duyguları ile mücadele biçimi olarak ortaya tekrarlayan biçimde oluşmaktadır.

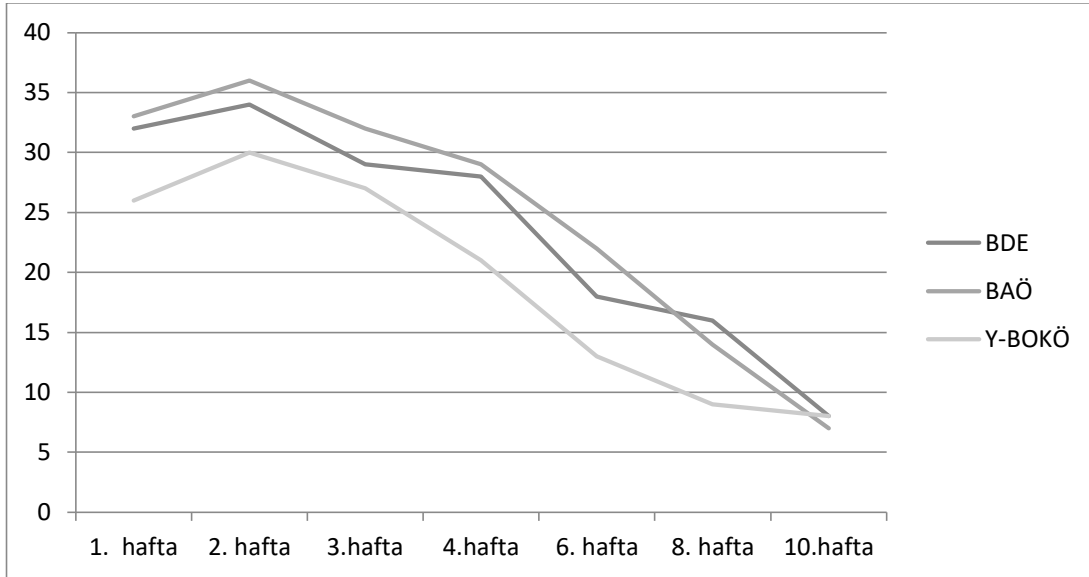
### **Görüşmede İlerleme Sağlanan Problem Alanları**

Danışanda gözlemlenen tek başına bir şey yapamama şikâyeti tek başına kahve içme, alışverişe çıkma, yemek yeme gibi davranışsal etkinleştirme ödevleri ile iyileşme sağlanmıştır.

Danışanın “yeme atakları” olarak ifade ettiği yemeleri verilen psikoeğitim ile artık danışan tarafından yeme atağı olarak görülmemektedir. Danışan sorunlarını “yeme bozukluğu” şikayetiyle açıklamanın yerine “yemeyle ilişkili takıntılı düşüncelere sahip olma” üzerinden ifade etmektedir. Danışanın öz-şefkat kavramını içselleştirmesi ve hayatında uygulamaya başlamıştır. Bu gelişmelerde psikoeğitim uygulaması kullanılmıştır.

Danışan sahip olduğu beslenme ve yeme bozukluğunu oluşturan davranış örüntülerinin içeriği ve aralarındaki kısır döngü hakkında bilgi sahibi olmuştur.

Danışanın üzüntü, mutsuzluk, kaygı, endişe gibi duyguları ve yeme ve beslenme ile ilgili kaygılarının yoğunluğunu haftalık olarak ölçmek için kullandığımız BDE, BDÖ, Y-BOKÖ test sonuçlarında düşüş olmuştur. Bu değişim aşağıdaki grafikte gösterilmektedir.



Şekil 1. Beck Depresyon Envanteri (BDE), Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ), Yale Brown Obsesif Kompulsif Derecelendirme Ölçeği (Y-BOKÖ) haftalık puan değişim grafiği.

Danışanın her gün iki kez arkadaşlarına yüzünün fotoğrafını atıp kilo alıp almadığını sormak, her gün bütün elbiselerini çıkartıp tartılmak, gereksiz egzersiz yapmak gibi telafi edici davranışların sıklığı azalmıştır.

Danışan görüşmenin başlarında 57 kilo iken 10. görüşme sonrasında ideal kilosunu olan 64 kiloya ulaşmıştır ve bunu bir sorun olarak görmediğini ifade etmektedir.

Danışanın yeme tutumu değişmiş, gün içerisinde aldığı kalori miktarı artmıştır. Yemek yeme ile ilgili katı inançları değişmiştir. Bunun yerine danışan daha rahat yemekleri tüketmeye başladığını bildirmiştir.

### Gelecek Seanslara Yönelik Planlamalar

Danışanın çocukluk döneminde kilo alması sürecine ilişkin kaç yaşında başladığı, tetikleyicileri, bu dönemde bu soruna yönelik aile tutumu ve tedavi arayışı ile ilgili konularda daha fazla bilgi alınması planlanmaktadır. Bununla birlikte çocukluk döneminde olabilecek duygusal, fiziksel, cinsel istismarın ilk görüşmede sorgulanmış olmasına rağmen görüşme içerisinde babanın “sınırsız, hep daha fazlasını bekleyen biri” olarak tanımlaması, anne ile babanın cinsel hayatı hakkında bilgi sahibi olması, annenin çocukluk döneminde yaşamış olduğu psikiyatrik problemler dolayısıyla ile hem danışan ile hem de aile ile daha az ilgilenmiş

olması gibi görüşme içerisinde elde edilen bilgiler ışığında tekrar ele alınması düşünülmektedir.

### **Prognozun Ele Alınması**

Danışan görüşmeler içerisinde ilerleme sağlanan problem alanları başlığında ele alınan konularda ilerleme sağlamış, bu ilerlemeleri içselleştirmiş, sorunun anlaşılmasında ortaya çıkan hipotezleri kavramıştır. Görüşmeler içerisinde otomatik düşünceleri belirleme, bunlara alternatif cevaplar belirleme konusunda artık bir yönlendiriciye ihtiyaç duymadan kendiliğinden yapabildiği gözlemlenmiştir. Danışanın kavrama ve anlama becerisi, sorunlarını çözüme ulaştırma çabası ve görüşmelere devamlılığı göz önüne alındığında birçok güçlü yönü bulunmaktadır. Bunlar tedavinin prognozunu iyileştiren yönleridir. Ancak danışanın ilişki örüntüsü bakımında bağımlı türde ilişkilere yönelik yatkınlığı, daha önceki OKB tedavisi sürecinde görülen yeni problem alanlarının oluşumu prognozunu kötüleşmesine sebep olmaktadır. Danışanın görüşmelerin ilerleyen seanslarında ortaya çıkan evlilik, cinsel birliktelik gibi korkularının olumsuz deneyimlere dönüşme ihtimali en büyük yatkınlık olarak ele alınmaktadır. Bununla birlikte danışanın sorunlarındaki başlangıcı, tetikleyicileri gibi temel konularda aile sisteminin etkisi bu problemlerin tam olarak açıklığa kavuşturulması aile görüşmelerine yönelik ihtiyacı ortaya çıkarmaktadır. Aile terapisinin prognozu iyileştireceği düşünülmektedir.

### Kaynakça

- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5<sup>th</sup> ed.). Washington DC: American Psychiatric Publishing.
- Beck, J. S. (2001). *Bilişsel terapi: Temel ilkeler ve ötesi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Buree, B. U., Papageorgis, D., & Hare, R. D. (1990). Eating in anorexia nervosa and bulimia nervosa: An application of the tripartite model of anxiety. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue Canadienne des Sciences du Comportement*, 22(2), 207-218.
- Culbert, K. M., & Klump, K. L. (2007). Should eating disorders be included in the obsessive compulsive Spectrum? In J. Abramowitz, S. Taylor, & D. McKay (Eds.), *Obsessive-Compulsive Disorder: Subtypes and Spectrum Conditions* (pp. 230-245). New York: Elsevier Ltd.
- Fahy, T. A., Osacar, A., & Marks, I. (1993). History of eating disorders in female patients with obsessive-compulsive disorder. *International Journal of Eating Disorders*, 14(4), 439-443.
- Godart, N. T., Flament, M. F., Perdereau, F., & Jeammet, P. (2002). Comorbidity between eating disorders and anxiety disorders: A review. *International Journal of Eating Disorders*, 32(3), 253-270.
- Goodman, W. K., Price, L. H., Rasmussen, S. A., Mazure, C., Fleischmann, R. L., Hill, C. L., Heninger, G. R., ... Charney, D. S. (1989). The Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale: I. Development, use, and reliability. *Archives of General Psychiatry*, 46(11), 1006-1011.
- Graham, J. R. (1998). *MMPI uygulama ve yorumlama rehberi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Hathaway, S. R., & McKinley, J. C. (1940). A multiphasic personality schedule (Minnesota): I. Construction of the schedule. *Journal of Psychology*, 10, 249-254.
- Hisli, N. (1989). Beck depresyon envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliliği, güvenilirliği. (A reliability and validity study of Beck Depression Inventory in a university student sample). *Journal of Psychology*, 7(23), 3-13.
- Karamustafaloğlu, K. O., Üçışık, A. M., Ulusoy, M., ve Erkmen, H. (1993). Yale-Brown obsesyon-kompulsiyon derecelendirme ölçeği'nin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Bursa Savaş Ofset*, 86.
- Lachar, D. (1974). *The MMPI: Clinical assessment and automated interpretation* (Vol. 1). Los Angeles: Western Psychological Services.
- Jarry, J. L., & Vaccarino, F. J. (1996). Eating disorder and obsessive-compulsive disorder: Neurochemical and phenomenological commonalities. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, 21(1), 36-48.
- Pigott, T. A., & Altemus, M. (1991). Symptoms of eating disorders in patients with obsessive compulsive disorder. *The American Journal of Psychiatry*, 148(11), 1552-1557.
- Rothenberg, A. (1986). Eating disorder as a modern obsessive-compulsive syndrome. *Psychiatry*, 49(1), 45-53.
- Savaşır, I., & Erol, N. (1990). The Turkish MMPI: Translation, standardization and validation. In J. N. Butcher, & C. D. Spielberger (Eds.), *Advances in personality assessment. Advances in personality assessment*, Vol. 8 (pp. 49–62). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Ulusoy, M., Şahin, N. H., & Erkmen, H. (1998). The Beck anxiety inventory: Psychometric properties. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 12(2), 163-172.

Weiner, I. V., & Greene, R. (2008). *Handbook of personality assessment*. Hoboken, NJ: John Wiley and Sons.

## **Cognitive-Behavioral Treatment of an Unspecified Feeding and Eating Disorder with Obsessive-Compulsive Disorder Pattern: A Case Report**

### **Summary**

G. is a woman who is a student at the university. She was referred to the psychological treatment unit with her complaints about eating. She had previously been treated for Obsessive-Compulsive Disorder. Currently, she has complaints about "eating and not feeling full". Treatment was planned after the first interview with the patient. Within the framework of cognitive behavioral therapy theory, 10 psychotherapy sessions were conducted. During these sessions, information about family relationships, daily activities, complaints, and history of the problems were obtained.

G. experienced a period of obesity problems during childhood and adolescence. During the preparation for the university exam, her weight decreased from 122 kilos to 56 kilos with a diet. Currently, her excessive diet behaviors continue. G. started to experience symptoms of OCD upon learning that her father was cheating on her mother. Although she has anger towards his father, she has difficulty expressing her feelings.

Diagnostic evaluation was made based on the patient's problems. In this diagnostic evaluation, the Beck Depression Inventory (BDI), Yale-Brown Obsessive-Compulsive Symptom Severity Scale (Y-BOCS), Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI) were applied. The results of the tests are examined in the case formulation and BDI and Y-BOCS were repeated in some weeks to evaluate treatment developments.

In the differential diagnostic evaluation of the patient, the diagnoses of Obsessive-Compulsive Disorder (OCD) and Eating Disorder (ED) were discussed. It was decided that the diagnosis that best explains the patient's current complaints is "An Unspecified Feeding and Eating Disorder with Obsessive Compulsive Pattern". To better explain the dilemmas that arise in this diagnostic evaluation, the studies investigating the relationship between OCD and ED and comorbidity are discussed. It is argued that ED can be considered as one of the Obsessive-Compulsive Spectrum Disorders due to the high comorbidity rate between ED and OCD and similar thought and personality structures.

During the treatment process, the patient was given examples along with the necessary training on the cognitive model in the cognitive conceptualization process, which includes determining automatic thoughts, distorted thinking patterns, emotional responses and behavior reaction, intermediate and core beliefs. With the task of recording negative feelings and thoughts experienced during the day; the evaluation of automatic thoughts, beliefs, attitudes, and assessment of these automatic thoughts determined by Socratic inquiry methods

were studied. Techniques such as refrigerator technique, behavioral activation, imagery have been used in the therapy process.

In this study, the cognitive formulation hypothesis about the patient was examined. In this formulation, discrimination and bullying experienced in her childhood due to her being overweight were considered as early life events. Therefore, the most unbearable situation for the patient is the state of regaining weight. The patient's struggles with his conditional beliefs, such as "I must be perfect" and "I will succeed if I control myself" are automatic thoughts of failure; failure and guilt are activated when uncertainties arise in daily life. Perfectionism, which emerges on the feeling of weakness and inadequacy, is highly effective in the emergence of self-control behavior. Strict control over eating behavior is the goal of regaining control through the sense of control over the amount of eating, with negative feelings activated by weakness and inadequacy. Thus, the patient struggles with controlled solid eating behavior during chaotic, uncertain, and periods of failure. Finally, the problem areas where progress is made in psychotherapy are discussed. Plans for future sessions were evaluated.

In this study, detailed diagnostic evaluation, cognitive behavioral therapy interventions, and case evaluation with cognitive formulation were presented. Thus, it provided an opportunity to examine the relationship between these processes.



## AYNA KLİNİK PSİKOLOJİ DERGİSİ YAZIM KURALLARI VE YAYIN POLİTİKASI

Metin 12 punto, Times New Roman yazı tipi kullanılarak yazılmalı ve çift satır aralığı kullanılmalıdır. Sayfa numarası, başlık sayfası birinci sayfa olmak üzere, sağ üst köşeye eklenmelidir.

Yazılar aşağıdaki bölümlerden oluşmalıdır:

1. Kapak sayfası
2. Tam Metin
  - a. Türkçe özet ve anahtar kelimeler
  - b. İngilizce özet ve anahtar kelimeler
  - c. Ana metin
  - d. Tablo ve şekiller
  - e. Kaynaklar
  - f. Genişletilmiş İngilizce özet

Her bir bölüm yeni sayfadan başlatılarak verilmelidir. Bölümlerin yazılması sırasında uyulması gereken yapı aşağıda belirtilmiştir:

**1. Kapak Sayfası:** Kısa başlık, ana başlık, yazar ve kurum bilgilerini içerir. Yazar(lar)ın isim ve soy isimleri her biri ayrı satırda verildikten sonra, her bir yazarın kurum bilgileri (ör: Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye) isimlerin altında verilmelidir. Ortak kurumlar rakam üst bilgileri (1) şekli verilerek özet biçimde sunulmalıdır. İsim bilgilerinin altında makalenin sorumlu yazarı \* ile belirtilerek aşağıda “sorumlu yazar e-posta: ...” biçiminde verilmelidir. Bütün bu bilgiler, sayfada ortalanmış, kelimelerin ilk harfleri büyük yazılmış olarak sunulmalıdır. Başlık, çalışmanın ana konusunu özetler nitelikte olmalıdır. Kısa başlık ise 50 karakterden az olmalıdır ve her sayfada, sol üst köşede, büyük harflerle yazılı şekilde yer almalıdır.

Kapak Sayfası, Tam Metin Dosyasından AYRI bir Word dosyası olarak verilmelidir.

**2. Tam Metin:** Tam metin Word dosyasında, yazara ait herhangi bir bilgi bulunmamasına özen gösterilmelidir. (Yazar bilgileri yalnızca metin bilgilerinden ayrı olan Kapak Dosyasında sunulmaktadır).

- a. **Türkçe Özet ve Anahtar Kelimeler:** Ortalanarak yazılmış “Öz” başlığının ardından, paragraf başı yapılmadan yazılmalı ve 150-250 kelimedenden oluşan kapsamlı bir özeti içermelidir. Temel olarak çalışmanın amacı, varsa incelenen değişkenler ya da ilişkiler, katılımcılara ilişkin kısa bilgiler, izlenen yöntem ve sonuçlar ana hatlarıyla verilmelidir. Metin içerisinde verilmeyen herhangi bir bilgi, özet içinde bulunmamalı ve başka kaynaklardan alıntılara yer verilmemelidir. Öz kısmının altına, beş sözcüğü ya da sözcük grubunu geçmeyecek şekilde, anahtar sözcükler eklenmelidir.
- b. **İngilizce Özet ve Anahtar Kelimeler:** Öz kısmından ayrı bir sayfada, İngilizce başlık verildikten sonra, ortalanmış ‘Abstract’ başlığının altına İngilizce özet, 150-250 kelime arasında verilmelidir. Anahtar kelimelerin İngilizceleri *keywords* olarak altına eklenmelidir.
- c. **Ana Metin:** Yeni bir sayfada Türkçe başlık ile birlikte yazıya yer verilir. Başlıklar ve Alt Başlıklar, APA Yazım Kurallarınca tanımlanmış olan çeşitli düzeylerden oluşabilir.
- d. **Tablo ve Şekiller:** Varsa, her biri ayrı biçimde, yazı içerisinde aynı numaraların verilmesine özen gösterilerek, APA 6’nın tablo ve şekil kurallarına uygun biçimde verilmelidir.

- e. **Kaynaklar:** Makalenin sonunda, varsa ekler kısmından önce, alıntı/ gönderme yapılan bütün kaynaklar, yazarların soyadına göre alfabetik sırada olmak üzere liste haline getirilmelidir. Kaynaklar 12 punto ile çift satır aralığı bırakarak yazılmalıdır.
- f. **Genişletilmiş İngilizce Özet:** En son kısımda, kaynakçanın bitiminde, yeni bir sayfada, ortalamış “summary” başlığı altında, 500-700 kelime arasında, yazının genişletilmiş İngilizce hali verilmelidir. Profesyonel bir uzman tarafından gözden geçirilmiş olmasına önem verilmelidir. “Summary” başlığının altında makalenin İngilizce başlığı da olmalıdır.

## APA 6 YAZIM KURALLARINA GÖRE ALINTI YAPMA VE KAYNAK BELİRTME

**1. Makale İçinde Yapılan Alıntılar:** APA’ya göre, üç farklı şekilde başka kaynaklardan alıntı yapılabilir: Doğrudan alıntı, alıntı öbeği ve başka sözcüklerle anlatma. Bu üç şekil alıntıda da alıntı yapılan yazar ve kaynağın yılı parantez içerisinde belirtilir.

- Doğrudan Alıntı: Kırk kelimededen az olan alıntılardır. Metnin içine gömülü şekilde ve tırnak işareti içinde yer verilir. Kaynağın yazarı ve tarihi parantez içinde belirtilir.
- Alıntı Öbeği: Kırk kelimededen fazla, tırnak işareti kullanılmadan verilen blok halindeki alıntılardır. Kaynağın yazarı ve tarihi parantez içinde belirtilir.
- Başka Sözcüklerle Anlatma: Makale yazarının, kaynağı ve tarihini parantez içerisinde belirterek, kendi cümlelerini kullanarak açıkladığı alıntılardan oluşur.

**2. Alıntı Yapılan Kaynakların Metin İçerisinde Belirtilmesi:** Alıntı yapılan kaynakların, metin içerisinde belirtilmesi, yazar sayısına, yazar soyadlarına, yayın tarihlerine göre değişiklik gösterebilmektedir. Farklı şekilleri aşağıda örneklenmiştir.

- **Tek yazarlı:** Becker (2013)...;Becker’a (2013) göre...; ...(Becker, 2013).
- **İki yazarlı:** Becker ve Rinck (2013)...;Becker ve Rinck’e (2013) göre; ...(Becker ve Rinck, 2013).
- **Üç-beş yazarlı:** Yazar soyadları, çalışmada belirtilen sıraya göre yazılır. İlk kez gönderme yapılırken, bütün yazar isimleri belirtilir. Aynı kaynak ikinci kez ya da daha fazla kullanıldığında, “ilk yazar ismi ve diğerleri” olarak yazılır. Örneğin; Wiley ve diğerleri (2012)...; ...(Wiley ve diğerleri, 2012).
- **Altı ve Daha Fazla Yazarlı:** İlk gönderme yapıldığı seferden itibaren, “ilk yazar ve diğerleri” olarak belirtilir. Örneğin; Spira ve diğerleri (2011)...; ...(Spira ve diğerleri, 2011).
- **Birden fazla yazarın ortak olduğu çalışmalarda:** Eğer iki farklı kaynağın, yazarlarının çoğu ya da hepsi aynıysa; iki çalışmanın farklı olduğunu belirtmek için yeterli olacak kadar yazarın ismi verilir. Örneğin, alıntı yapılan kaynaklardan birinin yazarları, Becker, Wiley, Spira, Bradley, McDermott ve Green; diğer kaynağın yazarları, Becker, Spira, Wiley, Bradley, Green ve McDermott ise; iki kaynak şu şekilde belirtilir: Becker, Wiley ve diğerleri (2012)...;Becker, Spira ve diğerleri (2012)...
- **Aynı soyadı taşıyan çok yazarlı çalışmalarda:** Eğer yayın yılları farklı olsa da iki yazarın soyadı aynı ise; yazarların ilk isimlerinin baş harfi de yazılır. Örneğin; F. Green (2011)...A. Green (2013)...
- **Aynı yazarın farklı yıllardaki çalışmalarına bir arada gönderme yaparken,** Aynı cümle içinde, yazarın farklı yıllardaki iki çalışmasına gönderme yapıldığında, yazarın isminden sonra her çalışmanın yılı, virgül ile ayrılarak sıralanır. Örneğin; Brown (1999, 2009)...
- **Aynı Yazarın Aynı Tarihli birden fazla çalışmasının bulunması durumunda,** ayırım sağlayabilmek için, çalışmalara alfabetik sıra ile bir harf eklenir. Örneğin; (Spira, 2012a); (Spira, 2012b).
- **Birden fazla yayına aynı anda gönderme yapma:** Eğer aynı cümle içinde, farklı yazarlara ait çalışmalara gönderme yapılıyorsa, yazar soyadları alfabetik sıra ile yazılır. Örneğin; ...(Arow, 2011; Smith, 1998; White, 2001).
- **İkincil kaynaktan alıntı:** Freud, egonun oluşumu öncesindeki dürtüsellikten bahseder (aktaran, Bradley, 2012). Makalenin kaynakça kısmında ise sadece ikincil kaynak listelenir.
- **Aynı anda birden fazla yayına gönderme yapma:** Yazarların soyadı alfabetik sıra ile belirtilir. Örneğin; (Arkın, 2012; Dean, 2011; Green, 2011).

- **Kurum yazarlığı:** Türk Rekabet Kurumu [TRK], 2011). Sonraki göndermelerde sadece kısaltma kullanılır; (TRK, 2011).
- **Kitap başlığına gönderme:** Metin içinde başlığa gönderme yapılırken, basım sayısı parantez içinde verilir: Freud, Uygarlığın Huzursuzluğu (2. basım) adlı eserinde...

**3. Alıntı Yapılan Kaynağın Kaynakça Kısmında Belirtilmesi:** Kişisel konuşmalardan yapılan alıntılar dışında, bütün kaynaklar, makalenin sonundaki kaynakça kısmına alfabetik sıra ile yazılır. Alıntı yapılan kaynağa göre yazım kuralları değişebilmektedir ve aşağıda her biri örneklenmiştir. Büyük-küçük harf kullanımı, eğik-düz yazı ya da sayfa numarası gibi detaylar, kaynağın çeşidine (kitap, dergi vb.) göre değişmektedir. Bu nedenle bu detaylara dikkat ediniz. Kişisel iletişime ise kaynakça kısmında listeye dâhil etmeden, şu şekilde gönderme yapılabilir: Bir araştırmacıya göre (Clark, kişisel iletişim, 12 Mayıs 2009)...

### 3.1. Genel Kurallar:

- Yazarın belirli olmadığı durumlarda, çalışma başlığı yazar isminin yerine konularak, alfabetik sıraya uygun şekilde kaynakça listesine dâhil edilir.
- Yedi veya daha az yazar olduğunda, bütün yazar isimleri belirtilir.
- Sekiz veya daha fazla yazar olduğunda, ilk altı yazarın ismi verildikten sonra, üç nokta konarak son yazarın ismi ile bitirilir (Bradley, A.,Comte, B., Green, D....Dean C. (2010). Başlık...)

### 3.2. Kitaplar:

- Genel yapı: Yazar (Yıl). *Başlık* (Basım sayısı). Yer: Yayıncı.
- Tek Yazarlı:  
Klein, M. (2008). *Sevgi, Suçluluk ve Onarım* (1. Basım). İstanbul: Kanat Kitap.
- İki veya daha çok yazarlı:  
Klein, M. ve Winnicott, C. (1985). *Psikanaliz*. İstanbul: İmge.  
Dean, W., Williams, C. ve Green, K. (2012). *Mantık*. Ankara: Ayrıntı.
- Kurum/ kuruluşa ait:  
Amerikan Psikiyatri Birliği (1994). *Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı*(4. basım). Ankara: Hekim Yayın Birliği.
- Editörlü kitaplar:  
Gülkan, P. ve Canbay, E. (). Deprem nedir? Canbay, E. ve Ersoy, U. (Ed.) içinde, *Binalar için deprem mühendisliği: Temel İlkeler* (ss. 7-21). Ankara: ODTÜ Yayıncılık.
- Çeviri kitaplar: Genel Form: Yazar, A. (Yayın Yılı). Kitap adı (A. Soyadı, Çev.). Yayın yeri: Yayınevi. (Kaynak Yapıtın Yayın Yılı).  
Spitz, E., Black, J. ve Adel, D. (1980). *Adli Psikoloji* (M. Güler ve D. Ulus, Çev.). Ankara: Ödül Yayıncılık (1976).
- Kitapta Bölüm:  
Eisen, M. L., Winograd, E., ve Quin, J. (2002). Individual Differences in Adult's Suggestibility and Memory Performance. In M.L., Quas, J.A., & Goodman, G. S. (Eds.), *Memory & Suggestibility in the Forensic Interview* (pp. 205-233). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

### 3.3. Makaleler ve Diğer Çevrimiçi Kaynaklar:

- Yazılı Formda Makale:  
Robbins, K. (2006). Employers. *Journal of Industrial Psychology*, 20 (3), 50-55.  
Lin, K. K., White, A. , & Sandler, I. N. (2004). Resilience in parentally bereaved children and adolescents seeking preventive services. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 33 (1), 673-683.  
Gary, M., Douglas, L., Loftus, A., Green, D., Day, L., Brown, M.,...White, A. (2012). False Memory Effect. *Journal of Memory Research*, 52, 520-530.
- Magazinden Alınan Makale:  
Green, D., & Brad, W. (6 Nisan 2013). How to get on well with your spouse. *Daily Psychology*. 125 (25), 20-22.
- Yazarı Belirli Olmayan Gazete Makalesi  
Lens: Good Luck and Good Light. (20 Mart 2013). *New York Times*,

- Elektronik Ortamda Yayınlanan Makale  
Genel Form: Yazar. (Yıl). Makale başlığı. *Dergi Adı*, sayı- sayfanumaraları. Doi: xxxxxxxxxxxx.  
Harry, G., & Doors, H. (2012). Depression and Memory. *British Journal of Psychology*, 21, 120-130. doi:10.1080/0803456x.2012.521031.
- Diğer Çevrimiçi Kaynaklar:  
Genel Form: Yazar (Yıl). Çalışma başlığı. ....'dan alınmıştır: <http://www.....>  
Kenny, M. (2010). Grieving children. Yas Çalışmaları Kuruluşu (Grief Foundation) sitesinden alınmıştır: <http://.....>

### 3.4. Filmler

- Yapımcının adı (Yapımcı) & Yönetmenin adı (Yönetmen). (Yayın yılı). *Filmin adı* [Firma]. Ülke: Stüdyo adı.

Bender, L. (Yapımcı), & Tarantino, Q. (Yönetmen). (1994). *Pulp fiction* [Motion Picture]. United States: Miramax.

Alıntı ve kaynakları belirtmeye ilişkin daha fazla bilgiyi <http://www.apastyle.org/adresinden> ulaşabilirsiniz.

APA yazım kuralları ile hazırlanmış İngilizce makale örneğine aşağıdaki linkten ulaşabilirsiniz. <http://supp.apa.org/style/PM6E-Corrected-Sample-Papers.pdf>

## YAYIN POLİTİKASI

AYNA Klinik Psikoloji Dergisi açık erişimli bir dergidir. Geçmiş sayılarına internet aracılığıyla ücret talep edilmeksizin ulaşılabilir. Makale başvurularında, yazar, yayınlama hakkını AYNA Dergisi'ne verdikten sonra makalesi Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 Uluslararası lisansı altında lisanslanır. Bu lisans sayesinde diğer araştırmacılar, makalelerden kaynak göstererek yaptıkları alıntılarda değişiklik yapabilir ve kendileri kullanabilirler. Ancak makalelerin ticari olarak maddi kazanç elde etmek için kullanımı yasaktır. Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 ile ilgili daha fazla bilgi almak için linke tıklayınız. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>