

E-ISSN: 2587-1536



YAŞAM BECERİLERİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

LIFE SKILLS JOURNAL OF PSYCHOLOGY

YIL(YEAR): 2022, CİLT(VOLUME): 6, SAYI(ISSUE): 12, ARALIK (DECEMBER)



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

ISSN 2587-1536

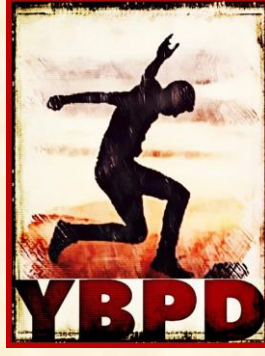


9 772587 153004

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



www.dergipark.org.tr/ybpd



Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi
Life Skills Journal of Psychology

ISSN: 2587-1536

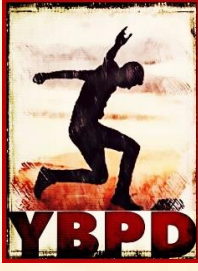
Cilt: 6 • Sayı: 12 • Aralık 2022
Volume: 6 • Issue: 12 • December 2022

Yılda İki Kez Yayınlanan Hakemli Dergi
Biannual Peer-Reviewed Journal

ISSN 2587-1536



9 772587 153004



YAŞAM BECERİLERİ PSİKOLOJİ DERGİSİ

LIFE SKILLS JOURNAL OF PSYCHOLOGY

Yıl: 2022, Cilt: 6, Sayı: 12, Aralık

Year: 2022, Volume: 6, Issue: 12, December

Başlangıç 2017

Founded

ISSN 2587-1536

Yayın Türü Bilimsel, Süreli ve Hakemli
Publication Type Scientific, Periodical and Peer-Reviewed Publication

Periyot Yılda 2 Sayı (Haziran ve Aralık)
Period Biannually (June and December)

Dili Türkçe-İngilizce
Language Turkish-English

Hakemlik Türü Çift Kör Hakemlik
Peer Review Type Double Blind Peer Review

Sahibi ve Sorumlu Yazı İşleri Müdürü Muhammed YILDIZ, İstanbul Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Owner and Legal Representative

Editör Doç. Dr. Sevgi NEHİR, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa-TÜRKİYE
Editor

Yayın Kurulu Prof. Dr. Ayşegül DÖNMEZ, Ege Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE
Editorial Boards Prof. Dr. Esra ENGİN, Ege Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE
Prof. Dr. Hasan YILMAZ, Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi, Bişkek-KIRGIZISTAN
Prof. Dr. Işıl BULUT, Başkent Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Prof. Dr. Mazlum ÇÖPÜR, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Prof. Dr. Mehmet Erdal VARDAR, Trakya Üniversitesi, Edirne-TÜRKİYE
Prof. Dr. Sefa BULUT, İbn Haldun Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Doç. Dr. Aydın ÇİVİLİDAĞ, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE
Doç. Dr. Fikret GÜLAÇTI, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Erzincan-TÜRKİYE
Doç. Dr. Yaşar BARUT, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun-TÜRKİYE
Doç. Dr. Zihniye OKRAY, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC
Dr. Yunus PINAR, Akdeniz Üniversitesi, Antalya-TÜRKİYE

Danışma Kurulu Prof. Dr. Ali Fuat ERSOY, Karabük Üniversitesi, Karabük-TÜRKİYE
Advisory Boards Prof. Dr. Belma TUĞRUL, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Prof. Dr. Emine AHMETOĞLU, Trakya Üniversitesi, Edirne-TÜRKİYE
Prof. Dr. Zekiye ÇETİNKAYA DUMAN, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE
Dr. Belgin PARLAKYILDIZ, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Lefkoşa-KKTC
Dr. Cemaliye DİREKTÖR, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC
Dr. Davut İBRAHİMOĞLU, İstanbul Esenyurt Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Dudu Melek SABUNCUOĞLU, Atılım Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Dr. Güldener ALBAYRAK, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde-TÜRKİYE
Dr. Sevinç PEKER, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE

Hakem Kurulu Prof. Dr. Ayşe SEZEN SERPEN, Ankara Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Referees Boards Prof. Dr. Bedriye ÖNCÜ, Ankara Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Prof. Dr. Binnur YEŞİLYAPRAK, Ankara Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Prof. Dr. Mualla YILMAZ, Mersin Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE
Prof. Dr. Pınar GÜZEL ÖZDEMİR, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van-TÜRKİYE
Doç. Dr. Recep YILDIZ, Bandırma Onyedü Eylül Üniversitesi, Balıkesir-TÜRKİYE
Doç. Dr. Sultan ŞEHİTOĞLU, Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke-KKTC
Dr. Azize ATLI ÖZBAŞ, Hacettepe Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Dr. Banu ELMASTAŞ DİKEÇ, Uludağ Üniversitesi, Bursa-TÜRKİYE
Dr. Buse ŞENCAN, Hacettepe Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Dr. Cahit NURİ, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Lefkoşa-KKTC
Dr. Ceren GÖKDAĞ, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa-TÜRKİYE
Dr. Deniz ŞARLAK, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla-TÜRKİYE
Dr. Duygu DİNÇER, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Elvan KİREMİTÇİ CANIÖZ, Gümüşhane Üniversitesi, Gümüşhane-TÜRKİYE
Dr. Ertuğrul GÖDELEK, Mersin Üniversitesi, Mersin-TÜRKİYE
Dr. Esin TEMELOĞLU ŞEN, İstanbul Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Gün PAKYÜREK, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın-TÜRKİYE
Dr. Halil KAYIKCI, Bingöl Üniversitesi, Bingöl-TÜRKİYE
Dr. Kemal ÖZCAN, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun-TÜRKİYE
Dr. Meliha TEKİN ÇATAL, Milli Eğitim Bakanlığı, Samsun-TÜRKİYE
Dr. Mine EKİNCİ, Atatürk Üniversitesi, Erzurum-TÜRKİYE
Dr. Nur OKUTAN, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van-TÜRKİYE
Dr. Özgür DEMİRCİ SEYREK, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun-TÜRKİYE
Dr. Satı DOĞAN, Ege Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE
Dr. Sayra LOTFİ, İstanbul Medipol Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Şenel ÇITAK, Ordu Üniversitesi, Ordu-TÜRKİYE
Dr. Zöhre KAYA, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van-TÜRKİYE

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

Dizinler DOAJ, Türk Psikiyatri Dizini
Abstracting and Indexing

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

Bu sayının hakemleri Prof. Dr. Çiçek HOCAOĞLU, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Rize-TÜRKİYE
Referees of this issue Prof. Dr. Gülbahar BAŞTUĞ, Ankara Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Prof. Dr. Nuray TAŞTAN AKDEMİR, Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale-TÜRKİYE
Doç. Dr. Ahmet YIKMIŞ, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu-TÜRKİYE
Doç. Dr. Erhan TUNÇ, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep-TÜRKİYE
Doç. Dr. Fatma Selda ÖZ SOYSAL, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir-TÜRKİYE
Doç. Dr. Müge AKBAĞ, Marmara Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Doç. Dr. Şerife Sema KARAKELLE, İstanbul Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Doç. Dr. Yaşar BARUT, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun-TÜRKİYE
Dr. Asiye YILDIRIM, Maltepe Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Ayber ACAR, KTO Karatay Üniversitesi, Konya-TÜRKİYE
Dr. Başak BAĞLAMA, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Lefkoşa-KKTC
Dr. Deniz ŞARLAK, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla-TÜRKİYE
Dr. Elis GÜNGÖR, Atılım Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Dr. Hasan KIZILKAYA, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyonkarahisar-TÜRKİYE
Dr. Kemal ÖZCAN, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun-TÜRKİYE
Dr. Merve ŞEPİTÇİ SARIBAŞ, Gazi Üniversitesi, Ankara-TÜRKİYE
Dr. Seda Gökçe TURAN, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul-TÜRKİYE
Dr. Tefik Fikret KARAHAN, Ardahan Üniversitesi, Ardahan-TÜRKİYE
Dr. Umay Bilge BALTACI, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Kırşehir-TÜRKİYE

YAYIN İLKELERİ

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

daha önce bir yerde yayınlanıp yayınlanmadığı, herhangi bir tezin parçası olup bu durumun dipnot olarak bildirilip bildirilmediği, herhangi bir kongrede sunulmuş olup bu durumun dipnot olarak bildirilip bildirilmediği, sunulduysa tam metninin kongre kitabında yayınlanıp yayınlanmadığı araştırılır. En son ise kaynakça kontrolü yapılır. Tüm kontrollerin sonunda uygun bulunan makaleler, alanlarında uzman hakemlere gönderilir.

10. Editöryal süreci başarıyla geçen makaleler alanında uzman iki hakeme gönderilir. Dergi makale değerlendirmesinde çift kör hakemlik sistemiyle çalışmaktadır. Yazar makalesini değerlendiren hakemin kim olduğunu, hakemse makalesini değerlendirdiği yazarın kim olduğunu bilmez. Bu gizliliğin sağlanmasından editör sorumludur. Her iki hakemin de olumlu görüş bildirmesinden sonra makale yayımlanır. Hakemlerden biri olumsuz diğeri olumlu görüş bildirmişse, makale üçüncü bir hakeme gönderilir. Hakemlik süreci biten makaleler erken görünüm başlığı altında yayınlanır.

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

12. Araştırma ve olgu sunumu makalesi gönderecek yazarların etik kurul izinleriyle ilgili bilgileri mutlaka makale içerisine eklemeleri ve etik kurul onay formunu makalenin son sayfasına eklemeleri gerekmektedir. Yazarların makaleleriyle ilgili benzerlik raporunu, gönderim esnasında sisteme yüklemeleri gerekmektedir. Yazarlar, Turnitin programından alınacak olan benzerlik raporunu şu noktalara dikkat ederek hazırlayacaklardır (Eşleşmeleri çıkart: 4 kelimedenden az işaretlenecek, kaynakça hariç tutulacak, tırnak içi dahil işaretlenecek ve son olarak "depo yok" seçeneği işaretlenecektir.

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

YAYIN ETİĞİ KRİTERLERİ

Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisinde yayın etiği kriterleri olarak *International Committee of Medical Journal Editors* ve *Committee on Publication Ethics* önerileri dikkate alınmıştır.

Editörün Sorumlulukları

1.Editör, dergiye gönderilen makalenin ön incelenmesinden yayın kuruluna sunulmasına, hakemlere gönderilmesinden kabul veya ret aşamasına ve yayına kabul edilen makalelerin baskı süreçlerine kadar tüm aşamalarda sorumluluk taşımaktadır.

2.Editör, gönderilen makalenin içeriğinin gizliliğinden ve kör hakemlik sürecinde hakem isimlerinin gizliliğinden sorumludur.

3.Editör, dergiye gönderilen makalenin ilk aşamasında benzerlik kontrolünü yapar. Derginin standartlarının üzerinde benzerlik oranına sahip ve benzerlik oranı düşük olsa bile intihal yapıldığı tespit edilen makaleleri anında reddeder. Bu anlamda problem bulunmayan makaleleri yayın kuruluna sunar. Yayın kurulu makalenin bilime sunacağı katkı, özgünlüğü, tekrarlanabildiği, bilimsel metodolojiye sahip olması konularında nihai kararını editöre bildirir. Editör uygun bulunan makaleleri alanda en az doktora düzeyinde iki hakeme gönderir.

4.Editör hakemlik sisteminde çift kör hakem metodunu kullanır. Hakemin yazarı görmesine, yazarınsa hakemi görmesine izin vermez. Bu gizliliğin sağlanmasından sorumludur. Makalenin doğru bireylerce değerlendirilmesi için hakemlerin bu alanda spesifik çalışmaları olmalarına dikkat eder. İki hakemin ret verdiği makaleyi yazara iade eder. Bir hakemin kabul bir hakemin ret verdiği makaleyi bir kez olmak koşuluyla üçüncü bir hakeme gönderir. En az iki hakemin yayınlanabilir raporu verdiği makaleleri yayın aşamasına koyar.

5.Editör dergiye makale gönderen yazarları görebildiklerinden onlarla ilgili bir yanlılığa düşmez. Görevini kötüye kullanmaz ve onları herhangi bir özelliklerinden dolayı ayrımcılığa veya ayrıcalığa tabi tutmaz.

6.Dergide yayınlanmış bir makaleyle ilgili ilerleyen süreçte etik bir ihlalin saptanması durumunda editör bu durumla ilgili yaptırımlarını uygular.

Hakemlerin Sorumlulukları

1.Hakemler yazıyı değerlendirme sürecinde adil ve şeffaf olmalıdır. İlgili makalenin konusu uzmanlık alanı nedeniyle kendi yayınlarına benzer olabileceği için herhangi bir yanlı veya olumsuz bir tutum içerisine girmemeli yayını adil bir biçimde değerlendirmelidir.

2.Hakemler makalede bulunan metin içi alıntılarla kaynakçanın örtüşmesini kontrol etmeli bu anlamda gördükleri hataları editöre bildirmelidir.

3.Hakemler, gönderilen makaleyle ilgili alanlarda çalıştıkları için, makalenin özgünlüğü konusunda hassas olmalıdır. Makaleyle ilgili bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenleri yordayıp yordamayacağı veya değişkenler arasında ilişki aranıp aranmayacağı konusunda ilgili literatürü kontrol edip makaleyle ilgili karar vermelidir.

4.Hakemler, gönderilen makalelerin daha önce bir kongrede sunulup sunulmadığı veya bir tezin parçası olup olmadığını kontrol etmeli, böyle bir durumun dipnot olarak verilip verilmediğini incelemelidir.

5.Hakemler, makaleyi değerlendirirken yazarı incitecek kişisel yorumlamalardan kaçınmalı ve tüm eleştirileri bilimsel bir dille yapmalıdır.

6.Hakemler, değerlendirdikleri makalelerin gizliliğinden sorumludur. Bu nedenle makaleyle ilgili duygusal bir tavır takınmaktan uzak olmalıdırlar.

7.Hakemler, çıkar çatışması olduğunu düşündükleri durumları mutlaka editöre bildirmekle sorumludur.

8.Hakemler, kendilerine verilen süre zarfında makaleyi değerlendiremeyeceklerse bu durumu editöre bildirmelidir.

Yazarların Sorumlulukları

1.Yazarların çalışması özgün olmalı, bilime katkıda bulunabilecek yeterlikte olmalı, bilimsel metodolojiyi takip etmeli ve raporlaştırmayı APA 6 kriterlerine göre uygun standartlarda yapmalıdır.

2.Yazarlar dergiye intihal yapılmamış bir makale sunmak zorundadırlar. Makalenin yayımından yıllar sonra bile böyle bir durumun tespiti halinde haklarındaki idari ve adli yaptırımların olabileceğini göz ardı etmeden yayınlarını bilimsel ve ahlaki standartlara göre hazırlamakla sorumludurlar.

3.Yazarlar yayınlarında alıntılama kurallarına uymadan alıntı yapmak, bir başka yazarın ifadelerini kaynakça göstermeden kendi beyanı gibi kullanmak, uydurulmuş verileri kullanmak, verilerle oynamak, yapılmamış bir çalışmayı yapılmış olarak göstermek, daha önce yayınlanmış bir makaleyi tekrar yayın için göndermek, bir datadan birden fazla yayın çıkarmaya çalışmak, hak etmediği halde makaleye hediye yazar eklemek, araştırma esnasında destek aldığı kurumların katkılarını makalesinde yazmamak, deneysel çalışmalarda insan haklarına uymamak ve ileride telafisi güç hatalar yapmak, bir tezden birden fazla makale yayınlamaya çalışmanın etik ihlali olduğunu bilmeli ve bu standartlara göre hareket etmelidir.

4.Yazarlar dergiye gönderdikleri makaleleri yazım kurallarıyla yazmak zorundadırlar. Ayrıca imla ve noktalama konusunda hassasiyet göstermelidirler. Öz, bilimsel açıdan yeterli olsa bile şekil konusunda hassas olunmayan makalelerin reddedileceğini unutmamalıdırlar.

5.Yazarlar, değerlendirme sürecinde editörle devamlı iletişim halinde olmalıdırlar. Editör yazara, hakemin düzeltme tavsiyelerini gönderecek ve bu düzeltmeleri tekrar hakeme gönderebilecektir. Yazar düzeltmeleri zamanında yapmalı ve hakemlerin önerilerini harfiyen yerine getirmelidir. Bu konuda yükümlülüklerini yerine getirmeyen yazarın makalesi reddedilecektir.

6.Yazarlar araştırmalarda elde ettikleri verileri saklamakla yükümlüdür. Dergi editörlüğü makalelerin yayımından yıllar sonra bile yazarlardan bu dataları talep edebilir.

7.Yazarlar makaleye katkısı olmayan kişileri yazar olarak eklememelidir. Ayrıca çok yazarlı makalelerde yazarların sırası, makaleye katkı yoğunluklarına göre yapılmalıdır.

8.Dergiye makale gönderildikten sonra yazar, makaleye yazar eklemek ve yazar çıkartmak için başvuru yapamaz, böyle bir talep oluştuğunda makalesinin reddedileceğini peşinen kabul eder.

9.Yazarlar makaleleriyle ilgili çıkar çatışmasını ve varsa mali destekleri dipnot olarak beyan etmelidir.

YAZIM KURALLARI

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

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

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

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

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

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

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

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

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

9.Yöntem: Bu kısımda araştırmanın türü, örnekleme, ölçme araçları ve kullanılan istatistiksel analize yer verilmelidir. Alt başlıklar numaralandırılmamalıdır. Ölçek isimleri 12 pts ve eğik yazıyla verilmelidir.

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

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

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

Tek Yazarlı Kitap

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

İki Yazarlı Kitap

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

Editörlü Kitap

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

Editörlü Kitaptan Bölüm

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

Yüksek Lisans, Uzmanlık ve Doktora Tezleri

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

Makaleler

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

Bildiriler

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

Web Sitesi Alıntıları

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

ÖNSÖZ

Merhaba,

Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi'nin (YBPD) 12. sayısı ile huzurlarınızdayız. Bu sayıyla birlikte yayıncılık serüvenimizin altıncı yılını tamamlamış bulunuyoruz. Geçen sürede dergimizde yayınlanan makalelerin literatürde doldurduğu boşluğu gururla takip ediyoruz. Ruh sağlığı alanında yayınlanan makaleler, kitaplar ve yayınlarda dergimizde yayınlanan makalelere yapılan atıflar YBPD'nin misyonunu yerine getirdiğini ortaya koymaktadır. Bu seviyeye ulaşmada hakemlerimizin çok büyük katkısı bulunmaktadır. Ülkemizde akademik dergilerin sayısının artması, hakemlerin iş yükünü de doğru orantılı bir biçimde artırmaktadır. Ders yükleri, akademik çalışmaları, kongreler ve diğer idari görevlerinin iş yüküne rağmen dergimiz tarafından gönderilen makaleleri titizlikle değerlendirerek bu noktaya ulaşmamızda bize güç veren kıymetli akademisyen hocalarımıza minnettarız. Ayrıca kıymetli çalışmalarını dergimize gönderen makale sahibi yazarlarımıza da teşekkür ediyoruz. On üçüncü sayıda görüşmek üzere

Hoşçakalın...

Muhammed YILDIZ

Yazı İşleri Müdürü

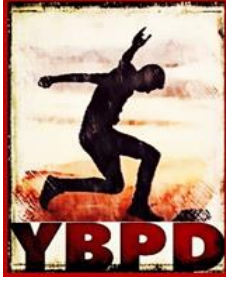
İÇİNDEKİLER / CONTENTS

Olgu Sunumu / Case Report

- 6. Melih Burak ÖZDEMİR.....(93-110)**
Gerçeklik Terapisi Açısından Gelecek Günler Filminin Analizi.
An Analysis of The Movie Things To Come from The Perspective of Reality Therapy.

Araştırma Makalesi / Research Article

- 7. Emir ÜZÜMÇEKER, Serap AKFIRAT.....(111-125)**
Bireysel Karşılıklılık Normu Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması ve Güvenirlik ve Geçerlik Analizi.
The Turkish Adaptation and The Reliability and Validity Analysis of The Personal Norm of Reciprocity Scale.
- 8. Hatice KAFADAR, Selin YILMAZ.....(127-142)**
Impulsive Buying Tendency: The Role of Cognitive Factors, Personality Traits and Affect.
Dürtüsel Satın Alma Eğilimi: Bilişsel Faktörler, Kişilik Özellikleri ve Duygulanımın Rolü.
- 9. Yıldız BİLGE, Esin SEZGİN, Hazal ERSAL.....(143-165)**
Bağlanma Stilleri ve Sosyal Fobi Arasındaki İlişkide Kişilerarası İlişkiler ve Benliğin Ayrışmasının Aracı Rolü.
The Mediating Role of Interpersonal Relationships and Self-Differentiation in The Relationship Between Attachment Styles and Social Phobia.
- 10. Nesibe OLGUN KAVAL, Nimet Serap GÖRGÜ AKÇAY, Gamze KILIÇ.....(167-202)**
Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri, Üstbiliş, İnternet Kullanım Fonksiyonu ve Problemlü İnternet Kullanım Özelliklerinin İncelenmesi.
Examination of Personality Traits, Metacognition, Internet Use Function, and Problematic Internet Use of University Students.



GERÇEKLİK TERAPİSİ AÇISINDAN GELECEK GÜNLER FİLMİNİN ANALİZİ

Melih Burak ÖZDEMİR¹

ÖZ

Bu makalede yönetmenliğini Mia Hansen-Love'ın yaptığı Gelecek Günler filminin, Gerçeklik Terapisinin temel kavramları üzerinden incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada ele alınan ana karakterlerin davranışları Gerçeklik Terapisinin temel kavramları üzerinden değerlendirilmiş ve bu kavramlarla ilintili olduğu düşünülen sahnelerden diyaloglar paylaşarak Gerçeklik Terapisi bağlamında sahneler analiz edilmiştir. Nitel araştırma yöntemlerinden betimsel analiz yöntemi ve doküman incelemesi tekniği kullanılmıştır. Günümüzde sinema filmleri, atasözleri, deyimler, şarkı sözleri psikoloji alanında terapötik bir enstrüman olarak kullanılabilir. Bu anlamda terapötik bir unsur olarak film, Gerçeklik Terapisinin temel kavramları ile ilişkilendirilerek Gerçeklik Terapisinin farklı bir bakış açısıyla ortaya konması hedeflenmiştir. Sinema filmlerinin psikoloji alanında kullanılması ve kuramlar bağlamında analizlerinin yapılması özellikle lisans eğitimleri sırasında aday psikologlara ve psikolojik danışmanlara büyük yararlar sağlayabilir. Farklı bakış açıları kazandırmak, farklı kuramlar çerçevesinden film analizleri yapmak, geleneksel yöntemlerin yanında danışanların yaşamışlıklarıyla bağlantılı terapötik etkisi olan sinema filmlerinden üniversitelerde verilen psikolojik danışma ve kişilik kuramları derslerinin öğretiminde yararlanmak, kuramların daha iyi öğrenilmesi ve içselleştirilmesi adına faydalı olabilir. Filmin, Gerçeklik Terapisinin kuramsal bilgisini desteklediği ve temel kavramlara olan vurgusu noktasında uygun olduğu ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler

Gerçeklik Terapisi, Sinema, Psikoloji

AN ANALYSIS OF THE MOVIE THINGS TO COME FROM THE PERSPECTIVE OF REALITY THERAPY

ABSTRACT

This article aims to analyze the film Things to Come, directed by Mia Hansen-Love, through the basic concepts of Reality Therapy. The behaviors of the main characters in the study were evaluated through the basic concepts of Reality Therapy and the scenes were analyzed in the context of Reality Therapy by sharing dialogues from the scenes thought to be related to these concepts. Descriptive analysis method and document analysis technique, one of the qualitative research methods, were used. Today, movies, proverbs, idioms and song lyrics can be used as a therapeutic instrument in the field of psychology. In this sense, it is aimed to present Reality Therapy from a different perspective by associating the movie as a therapeutic element with the basic concepts of Reality Therapy. Using movies in the field of psychology and analyzing them in the context of theories can provide great benefits to prospective psychologists and psychological counselors, especially during their undergraduate education. It may be useful to gain different perspectives, to make film analyses within the framework of different theories, to make use of movies that have a therapeutic effect related to the experiences of the counselees in the teaching of psychological counseling and personality theories courses at universities in addition to traditional methods, in order to better learn and internalize the theories. It can be concluded that the film supports the theoretical knowledge of Reality Therapy and is appropriate in terms of its emphasis on the basic concepts.

Key Words

Reality Therapy, Cinema, Psychology

¹Dr., Milli Eğitim Bakanlığı, e-mail: mlhbrk52@hotmail.com, ORCID: 0000-0001-7016-0745

Alıntılama: Özdemir, M.B. (2022). Gerçeklik terapisi açısından Gelecek Günler filminin analizi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 6(12), 93-110.

Giriş

Sinema, toplumun tüm kesimini cezbeden görsel ve kültürel bir alan iken (Sönmez ve Bilge, 2014), filmler kültür ve kültürler bağlamında bilgiyi ileten, bireyleri sosyal rolleriyle ilgili aydınlatan ve bu bilgilerle onlara yön veren ciddi bir enstrümandır (Özden, 2004). Birbirlerinden ayrı özellikleri olmalarına rağmen psikoloji ve sinema insan davranışlarına konsantre olmaya çalışan ve birbirlerinden beslenen iki disiplindir (Morsümbül, 2015). Birbirlerinden farklı iki alan olsalar da insan davranışlarına odaklanma bağlamında ortak paydada buluşup, birbirlerinden beslenirler. Sinema, insan davranışlarını çoğunlukla öznel tekniklerle yansıtmaya çalışırken; psikoloji, bilimsel teknikler kullanarak insan davranışlarını izaha çalışmaktadır (Gençöz, 2009). Filmler de diğer sanat dallarında olduğu gibi bir mesaj ve içeriğe sahiptir. Bu mesaj, sinemanın kendine özgü tekniği ve sinema malzemesinin konu ve senaryo haline getirilmesiyle izleyiciye ulaştırılır. Filmlerin içeriği 'görüntüler, ilettiği düşünce, görüş ve bildirilerden oluşmaktadır (Uğurlu, 1992).

Bugüne kadar sinema ve psikoloji pek çok filmde beraber çalışmıştır. Sinema, psikolojiden karakterlerini ve öğelerini yapılandırırken, psikoloji de kendini ifade somutlaştırma ihtiyacı hissettiğinde sinema alanındaki görsellerden destek almıştır. Sinema, psikolojinin unsurlarını ele alırken bazen gerçeğe yakın bazen de bu unsurları olduğundan farklı ve abartılı işlediği olmuştur (Köse, 2007). Bireylerin iç dünyalarını bireylerarası ilişkiler noktasında işlemeyi başaran sinemalar, bu yönleriyle insanları anlama ve birtakım davranışlarına anlam vermede danışmanlara, danışanlarıyla çalışabilmeleri için terapötik bir unsur ortaya koyar (Ülker Tümlü ve Voltan Acar, 2014). Filmler, danışmada süreci hızlandırdıkları kadar tamamen terapi noktası şeklinde de kullanılabilir (Türküler Aka ve Gençöz, 2010) veya danışma sürecinde iyileşme için metaforik bir unsur olarak da değerlendirilebilir (Sharp, Smith ve Cole, 2002) ya da danışmanların eğitimi noktasında enstrüman olarak da kullanılabilir (Alexander ve Waxman, 2000). Literatüre göz attığımızda ise filmlerin terapötik bir öğe ve danışma kuramlarının incelenmesinde bir yöntem olarak kullanıldığı ifade edilebilir (Hudock ve Gallagher Warden, 2001; Wedding ve Niemiec 2003; Shepard ve Brew, 2005; Türküler Aka ve Gençöz, 2010; Orhan, 2010; Ülker Tümlü ve Acar, 2014; Morsümbül, 2015; Yıldız, 2020).

Çalışma temelde ülkemizde bu tarz film analizi çalışmalarının kısıtlı olması sebebiyle yapılan bu film analizi ile Gerçeklik Terapisinin anlaşılması, içselleştirilmesi, terapötik bir unsur olarak kullanılabilmesi ve kuramın ele alınmasında psikolojik danışma alanına katkı koyabilir inancıyla yapılmıştır.

Gerçeklik Terapisi

William Glasser tarafından 1960'lı yıllarda geliştirilmiş olup bilişsel-davranışçı kuram ve müdahale yaklaşımları üzerine temellendirilmiştir. Sonuçtan çok sorumluluğa ve sürece vurgu yapmaktadır (Akpınar ve Öz, 2013). Gerçeklik Terapisine göre insanın ilişkisellik (sevme ve sevilme) ve saygı (kendine ve başkalarına karşı faydasının olduğunu hissetme) olmak üzere iki temel ihtiyacı vardır (Corey, 2001). Davranışlar da bu iki temel ihtiyacı karşılamaya dönük olup; gerçek, sorumluluk duygusu ve doğruyla yanlıştın farkındalığını ortaya koyarlar. Bu

görüşü temel alan Gerçeklik Terapisi, daha doğru seçimler yaparak, bireyin kendi yaşamı üstünde aktif kontrol sağlayabilmesini amaçlar (Seligman, 2001).

1960'ların sonuyla beraber Glasser tarafından uygulanmaya başlayan, giderek gelişen ve birçok araştırmaya konu olan Gerçeklik Terapisi (Litwack, 2007) Glasser'ın, geleneksel psikanalitik terapiye yaptığı eleştirilerden doğmuştur. Gerçeklik Terapisini geliştiren Glasser, kuramıyla ilgili belirli kavramlara dikkat çekmektedir. Örneğin Glasser bireyleri şoför mahalline oturtup, davranış şekillerini insanların yine kendilerinin seçtiklerine inanmaktadır (Murdock, 2012). Psikolojik problemleri olan bireylerin davranışlarından sorumlu tutulamayacaklarına karşı çıkararak kuramını temellendirmiştir. Kontrol altına alabileceğimiz yegâne davranışın yine kendi davranışımızın olduğunu ve çevremizi kontrol altına almanın da davranışlarımızı kontrol etmekle mümkün olabileceğini vurgulamıştır (Kaner, 1993).

Gerçeklik Terapisi, Glasser'ın Seçim Kuramına dayanır. Terapi danışanlara yaşamlarında ihtiyaç duydukları kişiler ile ilişkileriyle ilgili daha etkin tercihler yapmalarını öğretme temellidir. Seçim kuramı, ilişkileri geliştirme noktasında ne tür bir davranış şeklinin seçilmesi gerekliliğini açıkladığından, danışanlara seçim kuramını kavratmak Gerçeklik Terapisinin bir kısmını oluşturur (Glasser, 2000). Seçim kuramı, ferdin hissettiği iyi olmayan ve kişiye mutsuzluk hissettiren duygular dâhil olmakla birlikte her şeyin bireyin seçimi olduğunu ifade eder (Glasser, 1998). Gerçeklik Terapisi, bireylerin bir şeyi yapmaya ancak nadiren zorlanabileceklerini yani yaptıklarını kendilerinin seçtiğini, hayatlarını etkin şekilde kontrol altına alabilmelerini sağlayacak daha iyi seçeneklerinin her daim olduğunu ve bunları uygulamanın gerekliliğini vurgular (Wubbolding, 2010). Yaklaşım bireysel seçimlere odaklanıp (Mason ve Duba, 2009) seçim kuramı üzerine temellendirilir (Akpınar ve Öz, 2013). Seçim kuramına göreyse temelde yaptığımız şeyler kendi seçimimiz olup esasen bir iç kontrol psikolojisidir. Yaşamımıza yön veren tercihlerimizi niçin ve nasıl yaptığımıza netlik kazandırır. Seçimlerimizi beynimiz üretir. Tüm bireyleri eyleme itenin kendi içinde var olduğuna vurgu yapar (Glasser, 1998). Seçim kuramı daha iyi tercihler yapmakla ilgilidir ancak ona doğru tercihler yapmadan önce yaptığımız kötü tercihlerimizin sebeplerini de fark etmek zorundayızdır (Akpınar ve Öz, 2013).

Gerçeklik Terapisine göre insanlar beş temel ihtiyaçla dünyaya gelir. Bu gereksinimler '*hayatta kalmak, sevmek, ait olmak, güç, özgürlük ve eğlence*'dir. Bu gereksinimlerin doğumla ve global olduğu ifade edilmektedir. Yaşamdaki her bir eylemin kişinin bir gereksinimini gidermek maksadıyla yapıldığı söylenir (Glasser, 1998).

Gerçeklik Terapisinin önemli kavramlarından birisi '*Kalite Dünyası*'dır. Kişide doğuştan mevcut olan kalite dünyası, bu dünyanın içinde bireyin sahip olduğu veya olmak istediği ilişkiler ya da nesnelere aracılığıyla anlam bulur. Bu açıdan kişilerin sorumlulukları dâhilinde temel gereksinimlerini karşılama maksadıyla yaptıkları tercihler, bireylerin kalite dünyasında yer edinir. Kişilerin kalite dünyaları onların fenomenolojik alanını oluşturur. Yani kişileri anlamaya çalışmak, fenomenolojik alanlarını anlamaktan geçmektedir (Ülker Tümlü ve Voltan Acar, 2014).

Bir başka kavramsa '*Toplam Davranış*'tır. Kişilerin çok boyutlu olduğuna karşılık gelen bu kavram, kişinin davranışının; harekete geçme, düşünme, hissetme ve fizyolojik olmak üzere 4 bileşenden oluştuğunu söyler (Glasser, 2000). Glasser'a göre toplam davranışı değiştirmenin yolu, bireyin düşünme ve yapma öğelerini değiştirmesinden geçmektedir. Davranışlarımızın yapma öğesi kontrolümüzde olduğuna göre bu değiştirilebildiğinde; düşünce, hissetme ve fizyoloji unsurları da kontrolümüze geçecektir (Kaner, 1993).

Glasser'ın üzerinde durduğu bir diğer kavramsa '*Başarılı ve Başarısız kimlik*' kavramlarıdır. Başarılı kimliğin en önemli göstergesi sorumluluk duygusu olup, başarılı kimlik sorumluluk sahibi olmayı da beraberinde getirir. Başarılı kimlik sahibi bireyler eylemlerinin sorumluluğunu üzerine alabilir ve gerçeği saptırmadan kabul ederek uygun şekilde davranabilirler (Palancı 2004).

Bireylerin doğasının sosyalliğe yatkın olduğu görüşü sebebiyle insanları sosyal ilişkileri içinde anlamaya çalışmak ve davranışlarını anlamlandırmak, gerçeklik yaklaşımı için önemlidir. İnsanları toplumsal ilişkileri çerçevesinde anlamının değişik yolları vardır. Bunlardan birisi de sanat eserleridir. Sanat eserleri toplumsal hayatın gerçekliğini sanatçının düşünsel ve duygusal süzgecinden geçerek yansıtır (Orhan, 2010). Filmlerin terapötik etkisinden esinlenerek ortaya konmuş olan bu çalışmada L'Avenir (Gelecek Günler) filmi Gerçeklik Terapisinin temel kavramları açısından ele alınmaya çalışılmıştır. Filmin künyesi şu şekildedir:

Filmin Adı: L'Avenir (Gelecek Günler)

Yönetmen: Mia Hansen-Love

Oyuncular: Isabelle Huppert (Nathalie), André Marcon, (Heinz), Roman Kolinka (Fabien, Natalie'nin eski öğrencisi), Édith Scob, (Yvette, Nathalie'nin annesi), Sarah Lepicard (Nathalie'nin kızı).

Yapım Yılı: 2016

Filmin Konusu:

Filmin başrol oyuncusu Isabelle Huppert'in oynadığı Nathalie karakteri, Paris'te bir lisede felsefe öğretmenliği yapmakta olup işinde de son derece iyidir. Evli ve iki çocuğu olan Nathalie zamanını ailesi, öğrencileri ve hasta ancak bir o kadar da sahiplenici annesi arasında bölüştürmüştür. Annesinin hastalığı, kariyerindeki yaşadığı sorunlar, evlilik yaşantısındaki problemler aslında orta yaşlarını yaşamakta olan Natalie'nin özgürleşmesine giden yolu da açacaktır. Bir gün Nathalie'nin kocası Heinz, Nathalie'ye başka bir kadınla ilişkisi olduğunu açıklar. Nathalie artık yaşamını tekrardan dizayn etmek durumundadır. Eşiyle evliliklerinde sorunlar yaşayan, annesiyle problemleri olan ve yaşamının tüm sorumluluğunu tek başına üstlenmiş olan Nathalie'nin bu sorumluluklarından sıyrılarak yavaş yavaş özgür oluşuna giden süreç zor ve yalnızlaştıran bir süreç olarak da göze çarpmaktadır.

Yöntem

Bu çalışma, 2016'da Fransız ve Alman ortak yapımı olan, yönetmenliğini ve senaristliğini Mia Hansen-Love'un yaptığı, özgün adı L'Avenir olan 'Gelecek Günler' filminin Gerçeklik Terapisi açısından analizinin yapıldığı betimsel bir çalışmadır.

Çalışmada nitel araştırma tekniklerinden doküman incelemesi yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem, araştırılması hedeflenen olgularla ilgili bilgilendiren yazılı ve görsel materyallerin analiz edilmesidir. Çeşitli aşamalardan oluşan doküman analizi; analiz edilecek dokümanın seçimi, kategorilerin ortaya konması ve analiz biriminin saptanması şeklindedir (Yıldırım ve Şimşek, 2006). Analiz edilecek doküman yönetmenliğini ve senaristliğini Mia Hansen-Love'un yaptığı, özgün adı L'Avenir olan 'Gelecek Günler' filmidir. Analiz, Glasser'in kuramı olan Gerçeklik Terapisine göre yapılmıştır. Filmdeki bazı diyaloglar Gerçeklik Terapisinin temel kavramlarıyla ilişkili olmasına göre analiz edilmeye çalışılmıştır. Filmde geçen bazı diyalogların incelenmesiyle Gerçeklik Terapisinin seçim ve sorumluluk, temel gereksinimler, başarılı ve başarısız kimlik ve kalite dünyası gibi kavramları açıklanmaya çalışılmıştır. Filminden seçilen bu sahne ve diyaloglar Gerçeklik Terapisinin temel kavramlarını daha iyi açıkladığı düşüncesiyle seçilmiştir. Çalışmada analiz birimi olarak filmin başrol oyuncusu olan Nathalie, Nathalie'nin eşi Heinz, Nathalie'nin annesi Yvette, Nathalie'nin öğrencisi Fabien ve Fabien'in kız arkadaşı karakterleri seçilmiştir.

Bulgular

Bu bölümde, L'Avenir 'Gelecek Günler' filmi, film içerisinde geçen diyaloglar üzerinden ve Gerçeklik Terapisinin ortaya koyduğu temel kavramlar temelinde analiz edilmiştir.

A. Nathalie'nin, Yvette ile olan ilişkileri üzerine diyaloglar;

A1. Natalie'nin filmin 3'.50" dakikasında Yvette ile olan diyalogu;

Yvette (Natalie'nin annesi): (Sabah 5.06) Natalie orda mısın? Benim. Acı çekiyorum Natalie. Nefes alamıyorum. İlaç aldım.

Natalie: Ne kadar zaman oldu.

Yvette: 45 dakika. Bir tane daha alabilir miyim?

Natalie: Evet

Yvette: Yardımcı olmuyor.

Natalie: Hayır yeterli.

Yvette: İtfaiyeyi ararım. Böyle duramam.

Natalie: Her panik atağında itfaiyeyi arayamayız.

Yvette: Gelemez misin?

Natalie: Şimdi mi, deli misin? Saate baksana. Uyumalıyım saat 6.00'da kalkıcam.

Gerçeklik Terapisine göre hislerimizi ve fizyolojimizi doğrudan seçmemiz mümkün değilken, eylemlerimizi ve düşünce şeklimizi değiştirerek bunlar üzerindeki kontrolümüzü sağlamamız mümkündür (Cameron, 2010). Haingt ve Shaughnessy (2003) ruhsal hastalıkların bazı zihinsel bozukluklardan kaynaklandığı fikrine karşı çıkarak, problemin kişinin seçimlerinde olduğunu söylerler. Corey'e (2000) göre depresyonda olmak, kızgın ve kaygılı olmak gibi durumlar pasif olmanın ve bireysel sorumluluklarımızı alamamanın işaretleridir. Palancı'ya (2004) göre

Glasser başarılı kimliğin en önemli göstergesi olarak sorumluluk duygusunu işaret eder ve başarılı kimliğin sorumluluk sahibi olmayı getirdiğini söyler.

Yvette'nin, Nathalie ile filmin başındaki dialoglarında '*nefes alamıyorum, acı çekiyorum*' ifadeleri Gerçeklik Terapisine göre duygularını ve fizyolojisini doğrudan seçememesi iken, '*itfaiyeyi ararım, böyle duramam*' ifadeleri pasiflik göstergesi olarak yorumlanabilir. Gerçeklik Terapisine göre Yvette'nin düşünce yapısını değiştirerek bunlar üzerinde kontrol sağlaması mümkündür. Yvette'nin panik atak hastası olması aslında Gerçeklik Terapisine göre onun pasif olmasının, sorumluluklarını alamamasının ve güç ihtiyacını karşılayamadığını göstermekte olup, bu noktada başarısız bir kimlik ortaya koyduğu ifade edilebilir.

Gerçeklik Terapisi, psikolojik problemleri olan insanların davranışlarından sorumlu tutulamayacaklarına da karşı çıkmaktadır. Ruhsal hastalıklar bireylerin gerçekleri reddetme ve sorumluluklarını kabul etmemek için kullandıkları ve gereksinimlerini karşılamayan davranışlardır. Birey gerçekleri ve sorumluluklarını kabul etmeye başladığı andan itibaren gereksinimlerini doğru ve yeterli oranda karşılamaya başlamış olacaktır (Kaner, 1993). Glasser (1998) ruhsal problemleri tarif ederken depresif, kızgın, panik vb. sıfatların yerine, bunların fiil formlarını kullanmayı tercih etmiştir. Bunu yapmasındaki amaç ise eylem ve eylemin içinde gizli olan tercihi vurgulamaktır. Bireyler zavallı veya mutsuz olmazlar, zavallı veya mutsuz olmayı tercih ederler. Yvette de aslında depresif olmayı, üzgün ve yorgun olmayı seçmiştir. Gerçeklik Terapisi yaklaşımına göre de bu onun seçimidir yorumunda bulunulabilir.

Akpınar ve Öz'e (2013) göre kişilere çevrelerindeki diğer insanlara zarar vermeden ihtiyaçları ile uyumlu ve de seçimlerini kendilerinin yapmalarına destek olmak Gerçeklik Terapisinin özünü oluşturur. Yvette, kızı Nathalie üzerinden sevgi, ait olma ve güç gereksinimlerini karşılamaya çalışmaktadır. Bunları yaparken de farkında olmadan Nathalie'ye zarar vermektedir.

Evrensel özelliğe sahip olduğu düşünülen 5 temel ihtiyaç ve davranış bozukluklarının bu 5 temel ihtiyacın karşılanma şekline kaynaklandığı yönündeki açıklamalar (Yorgun ve Voltan Acar, 2014) aslında Yvette'nin içinde bulunduğu ruhsal durumun Nathalie'yi sürekli yaşamının bir yerlerinde tutmaya çalışması, sürekli uyuması ve evden çıkmayarak yaşamının sorumluluğunu almaması, sevgi ve ait olma gereksinimlerinin karşılanmamış olmasından kaynaklandığı yorumu ile açıklanabilir. Yvette'nin sevgi ve ait olma ihtiyacını tam anlamıyla karşılayamadığı ve bundan dolayı da ruhsal sorunlarla uğraşmak zorunda kaldığı yorumunda bulunabilir.

A2. Nathalie'nin, Yvette ile filmin 26'.26" dakikasında aralarında geçen diyalog;

Yvette: Nathalie benim, gazı açtım, ölucem.

Nathalie: Gitmeliyim (ders esnasında), annem. O bir deli, ona bakmalıyım (öğrencilerine).

Glasser, bireylerin mutsuzluklarının sürmesi üzerinde hiç düşünmeden yapılacak doğru hamlenin diğerlerini kontrol altına almak olduğunu söyler (Glasser, 1999). Yvette de aslında Nathalie için bunu yapmaktadır. Nathalie'yi kontrol ederek

aslında yaşamının sorumluluğunu almamakta, başarısız bir kimlik ortaya koymaktadır. Çünkü insanların problemlerini yok saymaları ya da bu problemlerin kaynağı olarak diğerlerini suçlamaları veya problemlerle yüzleşip değişmek için attıkları adımlar hangi oranda başarılı veya başarısız kimliğe sahip oldukları ile ilgilidir. Yvette de sorunları ile yüzleşmek ve değişmek yerine, pasif kalmayı ve kontrol etmeyi tercih etmektedir.

Nelson Jones (1995) başarılı veya başarısız kimliğin kazanılmasında gerçeklerle yüz yüze gelmek ya da gerçeği yadsımak kritik basamaklarının olduğunu söyler. Glasser'e göre başarılı kimliğin göstergesi sorumluluk duygusudur ve başarılı kimliğe sahip olmanın sorumluluk sahibi olmayı getirdiğini söyler (Palancı, 2004). Nathalie filmin ilerleyen sahnelerinde annesini bakımevine yerleştirerek gerçekle yüz yüze gelmiş ve başarılı bir kimlik ortaya koymuşken, annesinin gerçekçi olmayan davranışlarına '*o bir deli, ona bakmalıyım ya da ölmesine izin mi vereyim*' bakış açısıyla da gerçeği inkâr ederek aslında başarısız bir kimlik ortaya koyduğu yorumunda bulunulabilir.

B.Nathalie'nin eşi Heinz ile olan diyalogları;

B1. Nathalie'nin eşi Heinz ile Yvette'nin durumu konusunda filmin 46.08 dakikasındaki diyalogu;

Nathalie: Paris'e geri dönüyorum. Annem üç gündür yemek yememiş.

Heinz: Seni geri getirmek için yapıyor olmasın?

Nathalie: Tabiki öyle. Napim, ölmesine izin mi verim?

Glasser (1998) göre kalite dünyasındaki şeyler bilinçli olarak oraya yerleştirilir fakat anne babalar istisnadır. Ebeveynler zaten kalite dünyasına yerleşmişlerdir. Ona göre kalite dünyasına yerleştirilen ilk birey yiyecek ve sevgi kaynağı olmasından dolayı annedir. Anne babalar da evlatlarını kendi kalite dünyalarına nerdeyse otomatik alırlar. Ebeveynlerin ve çocukların sonsuza kadar birbirlerinin kalite dünyasında kaldıklarını söyler ki baktığımızda da Yvette ve Nathalie birbirlerinin kalite dünyalarındadır. Nathalie'nin, Yvette'nin sevgi ve ait olma ihtiyacını karşıladığı ve böylelikle Yvette'nin kendini iyi hissettiğini yorumunda bulunabiliriz.

Glasser (1985) kişilerin farkında olmadan seçtiği ve kişi için acı veren hislerin ve belirtilerin dört önemli fonksiyonu olduğunu söyler (Sharf, 2012). Diğerlerini kontrol edebilmek bunlardan biridir. Kişi kendisini depresyona soktuğunda veya ruhsal bozukluk geliştirdiğinde etrafındakileri daha etkin bir şekilde kontrol edebilir. Depresyona giren bireyin etrafındaki insanlar çoğu zaman bu bireylere yakınlık göstererek veya onların yapmaları gerekenleri yaparak farkında olmadan onları destekleyen hamleler yaparlar. Nathalie'nin de yaptığını bu perspektiften yorumladığımızda aslında annesinin davranışlarını pekiştirmekte ve annesi her onu çağırduğunda annesinin yanına gitmektedir.

Yvette, içinde bulunduğu ruhsal durumu da kullanarak Nathalie'yi kontrol etmeye başlamıştır. Nathalie de Yvette'ye ilgi, sevgi ve şefkat göstererek aslında Yvette'yi destekleyecek davranışlar sergilemektedir. Panik atak hastası olan ve yaşlanmanın da yarattığı birtakım hastalıklarla boğuşan Yvette'nin sık sık Nathalie'nin yaşamını

sekteye uğratan davranışlarda bulunması, zaman zaman intihara kalkışması veya Nathalie gelmeden yemek yememesi, Nathalie'nin kendi yaşamını tam manasıyla Yvette'nin davranışlarının yıkıcı etkisine bağlı yaşadığının söyleyebiliriz.

Gerçeklik Terapisine göre sorumluluk, bireyin temel ihtiyaçlarını diğerlerine engel olmadan halledebilmesi olarak tanımlanabilir (Glasser, 1975). Yvette'ye ait olma, sevgi gibi en temel gereksinimlerini Nathalie üzerinden giderme yolunu seçmiştir.

B2. Nathalie ile Heinz arasında filmin 30.54 dakikasında geçen diyalog;

Heinz: Natalie, biriyle tanıştığımı söylemek istiyorum.

Nathalie: Nasıl yani, ne demek bu? Kendine saklayamadın mı?

Heinz: Onunla yaşamak istiyorum.

Nathalie: Ne? (Sessizlik) Emin misin?

Heinz: Evet, eminim.

Nathalie: Uzun süredir mi böyle?

Heinz: Evet.

Nathalie: Öğrencilerinden biri mi?

Heinz: Hayır.

Nathalie: Kim o zaman?

Heinz: Tanımıyorsun.

Nathalie: (Sessizlik) Beni hep seveceksin sanmıştım. Ne kadar aptalım.

Heinz: Seni hep seveceğim Nathalie, bunu biliyorsun.

Seçim ve sorumluluk Gerçeklik Terapisinin temel kavramları olup, kişinin içinde bulunduğu durum bireyin kendi seçiminin sonucudur ve birey bunun sorumluluğunu almalıdır (Tanrıkulu, 2011). Gerçeklik Terapisi sonuçtan çok sorumluluğa odaklıdır ve nitekim Heinz da yapmış olduğu seçimin sorumluluğunu almış ve eşinden ayrılarak sevgilisi ile yaşamaya başlamıştır.

Bu yaklaşıma göre insanlar ihtiyaçlarını karşılamak için eyleme geçerler. İnsanın ilişkisellik (sevmek ve sevilme) ve saygı (kendine ve diğerlerine faydalı olduğunu hissetmek) olmak üzere iki temel ihtiyacı vardır (Corey, 2001). Heinz da bu iki temel ihtiyaçtan biri olan ilişkisellik yani sevmek ve sevilme temel ihtiyaçlarını karşılamak için harekete geçmiştir. Heinz, başkasıyla birlikte olmaya başlayarak hem sevmek ve sevilme ihtiyacını karşılamış hem de kalite dünyasına yeni kişiler katmıştır. Heinz'ın davranışı amaçlı olup bu eylemiyle de sevgi ihtiyacına ulaşmak için motive olmuş durumdadır.

Glasser (1998) evlilik ilişkileri üzerinde özellikle durmuş ve en iyi evliliklerin benzer kişiliklere sahip çiftlerin evliliği olduğunu ileri sürmüştür. Seligman (2001) ise evli çiftlerin her ikisinin de güç ve özgürlük gereksinimlerinin düşük, eğlence, sevgi ve ait olma gereksinimlerinin yüksek olmasının evlilikleri daha başarılı hale getireceğine inanmaktadır. Güç elde etme ihtiyacı ise bireyin seçim yaparak bu seçimlerin sorumluluğunu alması şeklinde özetlenebilir (Yorgun ve Voltan Acar, 2014).

Nathalie ile Heinz'ın evliliklerine baktığımızda aslında Nathalie ve Heinz çok da benzer kişiliklere sahip değillerdir. Seligman'ın görüşlerine göre yorumlarsak Nathalie'nin özgürlük ihtiyacı oldukça düşükken, Heinz'ın özgürlük ihtiyacı bir o kadar yüksektir. Heinz bir seçim yapmış ve seçiminin sorumluluğunu alarak bunu Nathalie ile paylaşmıştır. Heinz ayrılmak istediğini söyleyerek güç gereksinimi elde etme noktasında adım atmıştır. Yine Heinz'ın sevgi ihtiyacı ağır basmaktadır. Bu zıtlıklar da Nathalie ve Heinz'ın evliliklerinin bitmesi ile sonuçlanmıştır.

Çoğunlukla insanlar diğerleriyle ilgili problem yaşadığında davranışlarını kontrol altına alıp değiştirmek yerine, karşıdakinin davranışlarını kontrol altına alarak değiştirmek ister ve bu da iletişimde bazı şeylerin yanlış gitmesine sebep olur. Seçim kuramında kişi ancak kendi davranışlarını denetleyebilecek bir güce sahiptir (Özmen, 2004). Nathalie, Heinz'ın ayrılık kararı üzerine ona '*beni hep seveceksin sanmıştım*' diyerek aslında yaşadığı sorun karşısında kendisinin değil de Heinz'ın davranışlarını denetim altına almaya çalıştığı yorumunda bulunabiliriz.

C.Nathalie'nin, Fabien ile olan diyalogları:

C1. Nathalie ile Fabien'in eşi Heinz'den boşanacakları konusunda filmin 39. dakikasında aralarında geçen diyalog;

Nathalie: Benim de haberlerim var sana. Kocamla ayrılıyoruz, boşanacağız.

Fabien: Boşanmak mı? İkiniz çok... bilmiyorum, beraberdiniz.

Nathalie: 25 yıldır beraberdik ama başkasını bulmuş.

Fabien: Rezalet. Ben çok üzüldüm.

Nathalie: Merak etme canım ben çok iyiyim. Zaten bir yaştan sonra kadınlar bir işe yaramaz.

Fabien: Neden öyle söylüyorsunuz? Hem de siz...

Nathalie: Bu doğru ama benim yaşımda kaç kadın kocasından boşanır.

Fabien: Yani çok var.

Nathalie: Filmlerde.

Fabien: Bence başka birini bulursunuz.

Nathalie: Ah tabii...Çok naifsin.

Fabien: Neden olmasın?

Nathalie: Kimle başlayacağım, yaşlı biriyle mi? Olmaz.

Fabien: Genç birini deneyin yaşlı birini istemiyorsanız.

Nathalie: Genç biriyle yaşayabilirmişim gibi, tarzım değil. O kadar önemli değil, hayatım bitmedi daha. Derinde bir yerde buna hazırdım. Acımaya gerek yok yani. Entelektüel olarak tatmin olmak şansım, mutlu olmaya yeter bence...

Fabien: Öyle mi? Bilgelik...

Nathalie: Bu evin anlamı benim için büyüktü (eşinin evini kastederek). Oraya harcadığım emek, her şeyi ben yaptım. Şimdi bırakacağımı bilmek beni üzüyor. Bütün o anılar, yarattığım o bahçe, çocuklarımı büyüttüğüm o kumsal...

Fabien, Nathalie'nin öğrencisidir. Nathalie'ye geçmişi ile olan bağının yenilenmesi noktasında destek olmaktadır. Bunu da farklı şekillerde yapmaya çalışmaktadır. Kitaplar, müzikler vb. bütün bunlar Nathalie'nin hayatını sorgulamasında, gözden geçirmesinde aslına bakılırsa itici bir öğe olarak ifade edilebilir.

Gerçeklik Terapisine göre hayat boyu fotoğraf albümümüze yeni nesnelere, durumlar ve insanlar yerleşir (Glasser, 1984). Nathalie'in kalite dünyasında da eşi Heinz, annesi Yvette, çocukları Johann ve Chloe, kitapları, eşinin yazlık evi, eski öğrencisi Fabien, lisedeki öğrencileri, annesi öldükten kısa bir süre sonra da Pandora adındaki kedisi vardır. Nathalie'nin hayatına Fabien'in girmesiyle beraber kalite dünyası da hareketlenir. Fabien, Nathalie'ye göre daha mütevazı bir hayat sürmektedir. Fabien'in kalite dünyasında ise sevgilisi, arkadaşları ve kitapları vardır. Filmin başlarında Nathalie ve Heinz'ın iyi vakitler geçirdikleri ve bu yolla da sevgi, ait olma, eğlence gereksinimlerini giderdikleri sahneler söz konusuysen, bu durum bir süre sonra monotonluğa dönüşmüştür.

Kalite dünyası dinamiktir. Kalite dünyasının inşası bireyin doğumu ile başlar ve bireyin yaşantısıyla uyumlu olarak sürekli gelişim ve değişim halindedir. Kalite dünyasında kişinin ihtiyaçlarını en güzel karşılayan şeyler korunur. Birlikte olunmak istenen bireyler, sahip olunmak istenen şeyler, arzulanan tecrübeler, bireyin hayatına yol gösteren fikir ve inançlar gibi (Glasser, 1998). Eşinin yazlık evi ve orada geçirdiği zaman, anıları Nathalie'nin kalite dünyasının parçalarıdır. Baktığımızda Nathalie'nin ayrılığa verdiği tepki de aslında oldukça yüzeyseldir ve eşinden ziyade, onunla birlikte hayatına giren nesnelere bağlamında evliliğinin bitmesine tepkide bulunmaktadır. Nathalie'nin ayrılığa verdiği en önemli tepkisi eşinin yazlık evi ile artık ilişkisinin kesilecek olması ve kitaplarının önemli bir kısmını kaybetmesidir. Bunlardan ayrılma ve kalite dünyasından çıkarma fikri Nathalie'yi zorlamaktadır ancak Fabien ile olan diyalogunda '*hayatım bitmedi daha*' sözü ile de yaşamının sorumluluğunu alma gayreti içinde olduğu yorumunda bulunulabilir.

İnsanların ilişki şekillerinden ve kalite dünyalarından memnun olmaları, başarılı kimlikle yakından ilintilidir. Nathalie'nin temel ihtiyaçlarını tam anlamıyla karşılayamadığı, işinde yaşadığı sorunlar, annesi ve Heinz ile olan ilişkilerinde doyum sağlayamamış olması ve kalite dünyasından duyduğu memnuniyetsizlikle ilgili Nathalie'nin başarısız bir kimlik ortaya koyduğu yorumunda bulunulabilir.

C2. Nathalie ile Fabien arasında filmin 75.52 dakikasında geçen diyalog;

Nathalie: Düşününce, çocuklarım gitti, kocam beni bıraktı, annem öldü. Özgürlüğü buldum aslında. Tamamen özgürüm. Hiç tecrübe etmemiştim. Sıra dışı bir şey bu...

Gerçeklik Terapisine göre insan özgürlük ihtiyacını, ancak yaşamının kontrolünü eline aldığına inandığı zaman doyurabilir (Peterson, 2000). Nathalie de '*Çocuklarım gitti, kocam beni bıraktı, annem öldü. Özgürlüğü buldum aslında. Tamamen özgürüm. Hiç tecrübe etmemiştim. Sıra dışı bir şey bu*' diyerek aslında yaşamının kontrolünü tamamen eline aldığına inanmakta ve özgürlük ihtiyacını doyurmaktadır. Bu açıdan mutlak özgürlüğün aslında en kısıtlandığımızı hissettiğimiz anlarda kıymetli olduğu şeklinde yorumda bulunabiliriz.

C3. Nathalie ile Fabien arasında filmin 78.30 dakikasinda geçen diyalog;

Nathalie: Napiyorsun burda (annesinin kedisi Pandora)? Dışarı çıkmamanı söylemiştim. Geri gel hemen. Nereye gidiyorsun...

Fabien: Güzel otorite.

Nathalie: Hiç dışarı çıkmadı ki... Bence dışarda asla yaşayamaz.

Fabien: Yaşar merak etme, sezgileri var.

Nathalie: Annemin ayaklarında 10 yıl geçirdikten sonra kalmamıştır herhalde.

Fabien: Merak etme, acıktığında gelir.

Pandora'yı (Yivette'nin kedisi) Nathalie'nin annesi ile olan ilişkisi ve bu ilişkinin ortaya koyduğu problemlerin yansıması olarak yorumlayabiliriz. Çünkü Nathalie de uzun süre annesinin gölgesindeydi. Ne zaman eşinden ayrıldı ve annesini bakımevine yerleştirdi yavaş yavaş özgür olmanın ne demek olduğunu tekrar yaşamaya başladı. Fabien'in Pandora için '*Merak etme, sezgileri var, acıktığında döner*' demesi de aslında Nathalie'nin kendi yaşamına yön verme açısından önemli bir sahneydi. Yani yaşamının sorumluluğunu alarak kendine yeni bir yaşam kurabilirsin ve bunun sorumluluğunu alabilirsin mesajı olarak yorumlayabiliriz.

Tunç ve Voltan Acar (2017)'a göre Gerçeklik Terapisi, kişilerin yeni ve zor bir durum karşısında fonksiyonel ve etkin tercihler yapabilmesine dayanır. Bu teze göre kişiler gereksinimlerinin farkında olmalı ve gereksinimlerini karşılayabilme doğrultusunda da tercihler yapabilmelidir. Diğer taraftan da kişiden yalnızca tercih yapması değil aynı zamanda tercihlerinin sorumluluğunu alması ve davranışlarının kontrolü beklenir. Böylece kişi yalnızca gereksinimlerini karşılamakla kalmaz diğer yandan başarılı bir kimlik de ortaya koymuş olur. Fabien ile Nathalie'nin diyaloguna göz attığımızda ise Nathalie, yaşamının sorumluluğunu alarak aslında alıştığı kalıpların dışına çıkabilir, daha özgür bir birey olarak temel gereksinimlerini karşılayarak yaşamda başarılı bir kimlik ortaya koyabilir şeklinde yorumda bulunabiliriz.

C4. Nathalie ile Fabien arasında filmin 89.10 dakikasinda geçen diyalog;

Fabien: Ya siz. Biriyle tanıştınız mı?

Nathalie: Biriyle tanışmak mı?

Fabien: Yalnız mısınız, kimse yok mu?

Nathalie: Ah bir de anneanne olmuşken olmaz.

Gerçeklik Terapisinin ana hedefi, kişilerin hayatlarını etkin bir biçimde kontrol etmelerine destek olarak gerçeklerle karşı karşıya kaldıklarında eylemlerinin fonksiyonelliğini görmelerini ve daha etkin tercihler yapmalarını gerçekleştirmektir. Bu noktada Gerçeklik Terapisi kişilerin temel gereksinimlerine, tercihlerine ve bu tercihlerinin sorumluluğunu üzerine almalarına, başarısız kimlikleri ile etkin bir şekilde mücadele ederek daha başarılı kimlikler ortaya koymalarına vurgu yapar (Ülker Tümlü ve Voltan Acar, 2014).

Nathalie uzun zaman annesi ve ailesi ile ait olma gereksinimi karşılamış ancak özellikle annesine karşı olan aidiyet duygusu onun özgür olma gereksiniminin

önünde hep bir engel teşkil etmiştir. Annesi ile olan ilişkilerinde de çoğunlukla başarısız bir kimlik ortaya koymuştur. Yukarıdaki diyalogda da kızının doğumu ile aslında yeni bir aidiyet duygusu geliştirmeye başlamış olan Nathalie, hayatına yeni birini sokma ya da yeni kararlar alma noktasında özgür olmanın önüne set çekerek kendisi için yeni bir yaşamın aslında sorumluluğunu almaktan kaçmakta ve kalite dünyasına yeni birilerini almama yönünde bir eylem içine girdiği şeklinde yorumda bulunulabilir.

D.Heinz'ın kızı ile olan diyalogu,

Chloe (Heinz'ın Kızı): Bir kadınla ilişkin olduğunu biliyorum

Heinz: Bunu annen biliyor mu?

Chloe (Heinz'ın Kızı): Merak etme bir şey demem. Seçimi sana bıraktık.

Gerçeklik Terapisine göre tüm yaptıklarımızı biz seçiyorsak, bunlardan yine biz sorumlu olmalıyız (Corey, 2000; Corey, 2001). Heinz, Nathalie'den ayrılarak sevgilisine gitmiş ve yapmış olduğu seçimin sorumluluğunu da almıştır. Sonuçtan çok sorumluluk vurgusu yapan bu yaklaşıma göre Heinz da sevgi ihtiyacıyla uyumlu bir davranış ortaya koymuş ve bunun da sorumluluğunu almıştır.

Kişilerarası ilişkilerin ilk oluşmaya başladığı zamanlarda ait olma ihtiyacının yerine getirilmesi önceliktir ancak ilişkinin ileriki safhalarında bu ihtiyaç yerini güç kazanma ihtiyacına bırakır. Bu ihtiyaç ne şekilde olursa olsun sorumlu davranışların telafi edilmesi, bireyin benlik değerinin artmasına yardımcı olur (Wubbolding, 1988). Güç ihtiyacı bireyin tercihler yaparak bu tercihlerinin sorumluluğunu alması olarak da ifade edilebilir (Yorgun ve Voltan Acar, 2014). Heinz da seçim yapmış, seçiminin sorumluluğunu almış ve beş temel ihtiyaçtan biri olan güç elde etme yolunda aslında başarılı da olmuştur.

E.Nathalie'nin filmin 70.24 dakikasında Fabien'in kız arkadaşı ile diyalogu.

Fabien'in kız arkadaşı: Ne diyorsunuz?

Nathalie: Ne hakkında?

Fabien'in kız arkadaşı: Otoriteyi sorgulamak.

Nathalie: Ben mi hiçbir şey...

Fabien'in kız arkadaşı: Hadi ama sen bir felsefe öğretmenisin.

Nathalie: Radikal olmak için çok yaşlıyım.

Fabien'in kız arkadaşı: Neden?

Nathalie: Daha önce yaptım. Öyleydim biraz ama değiştim tabi.

Fabien'in kız arkadaşı: Ama dünya aynı, sadece daha kötü.

Glasser, bu kuramla ilgili belirli kavramlara dikkat çeker. Glasser kişileri sürücü koltuğuna oturtup, eylemlerini yine insanların kendilerinin seçtiklerine inanır (Wubbolding, 2007; Murdock, 2012). Fabien'in kız arkadaşının sorusuna Nathalie'nin '*Ben mi? Hiçbir şey*' ve '*Radikal olmak için çok yaşlıyım*' şeklinde verdiği cevaplarını Gerçeklik Terapisine göre yorumladığımızda, Nathalie'nin

davranışlarını yine kendisinin seçtiğini ve yaşını da bahane ederek aslında eylemsizlik içinde olmayı tercih ettiğini söyleyebiliriz.

Tartışma ve Sonuç

Çalışmada Gelecek Günler filmi Gerçeklik Terapisinin temel kavramları üzerinden incelenmiş ve değerlendirmelerde bulunulmuştur. Ülkemizde psikoloji alanında pek de yaygın olmayan ancak az da olsa alanyazında mevcut olan film analizleri üzerinden kuramsal inceleme ve değerlendirmelerde bulunmak bu anlamda oldukça değerli olsa gerek. Bu çalışma ile de bu anlamda alana katkı koymak hedeflenmiştir. Çalışmada öncelikle Gerçeklik Terapisi ile ilgili bilgiler paylaşılmış ve sonrasında temel kavramları üzerinden film analiz edilmeye çalışılmıştır. Film, Gerçeklik Terapisinin temel kavramlarını anlamak adına değerli bir yapıt olarak gösterilebilir. Filmin ana karakteri Nathalie üzerinden genel bir değerlendirmede bulunursak; Gerçeklik Terapisi bireylerin yaşamlarının kontrolünü ele almaları üzerinde durur. Bunu sağlamanın yolu ise gerçekler karşısında fonksiyonel olmayan davranışlarımızın farkına varmak ve bunların yerine daha iyilerini koyabilmektir (Howatt 2001). Nathalie bu fonksiyonel olmayan davranışlarını değiştirmek yerine çoğunlukla eylemsizliği seçmiş, kişisel özgürlüğünü bir türlü eline alamamış ve genel manada başarılı bir kimlik ortaya koyamamıştır. Nathalie'nin aksine eşi Heinz ise boşanma kararı alarak bir seçimde bulunmuş ve bu seçiminin sorumluluğu alma cesaretini gösterebilmiştir. Boşanma kararında bile Nathalie *'beni hep seveceksin sanmıştım'* diyerek kendi davranışlarının kontrolünü ele almak yerine eşinin davranışlarını kontrol altına almaya çalışmıştır. Corey'e (2015) göre birey yaptığı her şeyi kendi seçiyorsa bunların sonuçlarından da sorumlu olmalıdır. Ona göre olumlu duygu içinde olabilmek için fonksiyonel ve gerçekçi seçimler yapmak gerekir. Nathalie'nin filmin genelinde duygudurumuna baktığımızda ise çok da olumlu bir duygudurumu sergileyen bir birey tasviri ortaya koyamamaktadır. Wubbolding'e (2015) göre bireylerin davranışlarının temel kaynağı olarak görülen ihtiyaçların reddedilmesi veya yokmuş gibi davranılması çok da mümkün değildir. Zaman zaman temel ihtiyaçlar noktasında bir takım başarılı adımları olsa da Nathalie'nin genel manada bu ihtiyaçlarını giderme noktasındaki eylemsizliği onu istemediği davranışlara sürüklemiş, yaşamında da mutsuz anlara sebep olarak başarısız bir kimlik sergilemesini tetiklemiştir yorumunda bulunabiliriz. Literatüre baktığımızda farklı yaklaşımlarla ülkemizde Gerçeklik Terapisi kuramının analizinin yapıldığı çalışmalar (Tanrıku, 2011; Ülker Tümlü ve Voltan Acar, 2014; Tunç ve Voltan Acar, 2017; Demirören, 2021) iken, farklı danışma kuramlarının farklı yaklaşımlar yoluyla analiz edildiği yurt içi (Şenol Durak ve Fışıloğlu, 2007; Ormanlı, 2011; Sakızcıoğlu ve Voltan Acar, 2016; Boyacı ve İlhan, 2016; Derin ve Çetinkaya Yıldız, 2018; Bozdağ, 2018; Yavuz ve Dölek, 2019; Becerikli ve Boz, 2019; Yıldız, 2020; Katmer, Demir, Kul ve Özkamalı, 2021; Ersümer, 2022) ve yurt dışı çalışmalar (Wedding ve Niemiec 2003; Shepard ve Brew, 2005; Stinchfield, 2006; Horzum, 2011; Peoples ve Helsel, 2013; Culbreth ve Huber, 2015; Wedding ve Niemic, 2016; Mangot ve Murphy, 2017) mevcuttur. Tüm bu çalışmalar, analiz bulgularıyla ruh sağlığı alanına katkıda bulunmuşlardır. Ayrıca, Yıldız (2020) çalışmasında bireylerin gerçek dünyalarına, kimlik arayışlarına, anlamsızlığa, yabancılaşmaya, ruhsal problemlerine temas eden Sam Mendes, Pedro Almodovar, Nuri Bilge Ceylan, Çağan Irmak, Zeki

Demirkubuz, Ferzan Özpetek, Woody Allen, Kim Ki Duk gibi yönetmenlerin filmlerinin farklı ekoller bağlamında psikolojik analizlerinin yapılmasının alana katkı koyacağını ifade etmiştir.

Gerçeklik Terapisi uzun süredir var olmasına ve kuramla ilgili çeşitli tez ve makalelerin mevcudiyetine rağmen daha derinlemesine yapılmış çalışmaların eksik olduğu ifade edilmektedir (Litwack, 2007). Bugün için de Gerçeklik Terapisi için var olan çalışmaların yetersiz olduğu ifade edilebilir. Filmler, psikolojik danışma eğitiminin bir parçası olarak kullanılabilir. Kuramların temel öğeleri film analizleri ile daha kolay anlaşılabilir. Film ile danışma kuramlarının öğretildiği de olmuştur. Eğitim maksatlı yararlanılan filmler; psikopatolojiyle ilintili filmler; ruh sağlığı alanı ile ilgili eğitim alan öğrencilerin izlemesi gerektiğine inanılan filmler; psikopatoloji ile doğrudan bağlantılı olmayan kışkırtıcı, etkileyici ve çeşitli psikolojik fenomenler için örnek oluşturan, karakter gücünü, direncini ve değişik ruhsal durumları tasvir eden filmler şeklinde tarif edilebilir (Wedding ve Niemiec, 2016). Koch ve Dollarhide (2000) 'Can Dostum' filmini psikolojik danışma kuramları derslerinde bir dönem süresince kullanmışlar ve makale çalışmalarında da bu programı anlatmışlardır. Yıldız'a (2020) göre ruhsal problemlerin çoğunlukla bilişsel süreçlerdeki zorluklardan beslendiği ve duygu, düşünce ve davranışın değişmesi için de bilişsel sürece odaklanması gerektiği görüşü (Arnkoff ve Glass, 1992; Corey, 2008; Dobson ve Block, 1988; Weishaar, 1993) 'Amerikan Güzeli' filminin bazı sahnelerinde ortaya konmuş ancak filmin danışma kuramı açısından analizlerinin yapılmamış olmasını eksiklik olarak görmüştür. Yukarıda eksiklik olarak ifade edilen durumun aksine çalışmamızda Gerçeklik Terapisi noktasında incelediğimiz filmin psikolojik analizi yapılarak alanda çalışanların kuramsal bilgilerini güçlendirmek hedeflenmiştir. Psikolojik danışmanlar, danışanlarının hangi kültür çevrelerinden geldiğini bilmek durumundadır. Çünkü bu kültürel çevreler bireyin davranışına yön veren, bu davranışları şekillendiren unsurlardır. Batı dünyasında şekil alan ve doğal olarak o kültürden etkilenecek oluşan psikolojik danışma kuramlarını kullanırken de danışmanlar bunun farkında olmalıdır. Sinema filmlerinin psikoloji alanında kullanılması ve kuramlar bağlamında analizlerinin yapılması özellikle lisans eğitimleri sırasında aday psikologlara ve psikolojik danışmanlara büyük yararlar sağlayabilir. Farklı bakış açıları kazandırmak, farklı kuramlar çerçevesinde film analizleri yapmak, geleneksel yöntemlerin yanında danışanların yaşamışlıklarıyla bağlantılı terapötik etkisi olan sinema filmlerinden üniversitelerde verilen psikolojik danışma ve kişilik kuramları derslerinde yararlanmak kuramların içselleştirilmesi adına faydalı olabilir. Bu anlamda kuramsal bilgiyi somutlaştırmak adına filmler iyi bir enstrüman olarak kullanılabilir. Her çalışmada olduğu gibi bu çalışmanın da kendi içinde birtakım sınırlılıkları söz konusudur. Çalışma, L'avenir filmindeki sahnelerin ve diyalogların Gerçeklik Terapisinin temel kavramlarını analiz etmeye izin verdiği oranda film analiz edilmeye çalışılmıştır. Bu noktada bireyi pek çok açıdan ele alan Gerçeklik Terapisinin anlaşılması ve içselleştirilmesinin bu ve buna benzer birkaç çalışma ile mümkün olamayacağı, film analizlerine alternatif (şarkı sözleri, atasözleri, kitap incelemesi vb.) yöntemlerin kullanılmasının da danışma kuramlarının öğrenilmesine katkı sağlayabileceği ifade edilebilir.

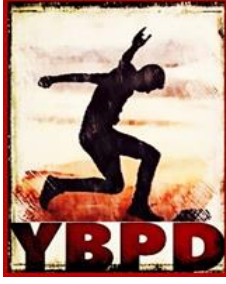
Kaynakça

- Akpınar, O., & Öz, F.S. (2013). Gerçeklik terapisi: Özellikler, temel kavramlar, tedavi, uygulama ve değerlendirme. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(43), 1-22.
- Alexander, M., & Waxman, D. (2000). Cinemeducation: Teaching family systems through the movies. *Families, Systems & Health: The Journal of Collaborative Family Health Care*, 18(4), 455-466.
- Becerikli, R. & Boz, M. (2019). Kelebekler filminin 'Travma' ve 'Yas' bağlamında incelenmesi. *Sinecine*, 10(2), 341-367.
- Boyacı, M. & İlhan, T. (2016). Bilişsel davranışçı terapi yaklaşımının film analizi yöntemiyle incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 734-746.
- Bozdağ, Y. (2018). Film analizi yöntemi ile aile terapileri: Gilbert'in Hayalleri. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 2(3), 87-95.
- Cameron, A. (2010). Utilizing choice theory and reality therapy in therapeutic foster care homes. *International Journal of Choice Theory and Reality Therapy*, 30, 9-16.
- Corey, G. (2000). *Theory and practice of group counseling* (5th ed.). Wadsworth: Brooks Cole, Thompson Learning.
- Corey, G. (2001). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (6th ed.). Wadsworth: Brooks Cole, Thompson Learning.
- Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları*. (Çev. Tuncay Ergene). Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Culbreth, S. & Huber, R. J. (2015). Cars and social interest. *The Journal of Individual Psychology*, 71(3), 327-336.
- Demirören, D. (2021). Ömer Hayyam'ın rubailerinde gerçeklik terapisi. *Journal of Sustainable Educational Studies*, 2(2), 1-8.
- Derin, S. & Çetinkaya Yıldız, S. (2018). Adler yaklaşımı açısından 'İçimdeki Çocuk' filminin analizi. *Eğitim ve Bilim*, 43(193), 317-335.
- Ersümer, O. (2022). Kieslowski'nin Dekalog II filminin varoluşsal kaygı çerçevesinde felsefi eleştirisi. *Sanat, Tasarım ve Bilim Dergisi*, 29,13-26.
- Gençöz, F. (2009). Sinema ve psikoloji. *E-Sekans Dergisi*, 1, 16-22.
- Glasser, W. (1975). *Reality therapy*. New York: Harper and Row Publishers.
- Glasser, W. (1984). *Control theory*. New York: Harper and Row Publishers.
- Glasser, W. (1998). *Kişisel özgürlüğün psikolojisi: Seçim teorisi*. (Çev.Müge İzmirli). İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Glasser, W. (1999). *Kişisel özgürlüğün psikolojisi*. İstanbul: Hayat Yayınları.
- Glasser, W. (2000). *Counseling with choice theory: The new reality therapy*. New York: Harper Collins.

- Glasser, W. (2000). *Reality therapy in the year 2000*. Anaheim, CA. the evolution of psychotherapy conference. Anaheim: CA.
- Haight, M., & Shaughnessy, M. F. (2003). An interview with William Glasser. *North American Journal of Psychology*, 3(5), 407-416.
- Hudock, A.M., & Gallagher Warden, S.A. (2001). Using movies to teach family systems concepts. *The Family Journal*, 9(2), 116-121.
- Horzum, I. (2011). 'Dövüş Kulübü' filminin ruhbilimsel çözümlemesi. *Akademik Bakış Dergisi*, 25, 1-24.
- Howatt, W.A. (2001). The evolution of reality therapy to choice theory. *International Journal of Reality Therapy*, 21(1) 7-12.
- Kaner, S. (1993). Kontrol kuramı ve gerçeklik terapisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 26(2), 569-585.
- Katmer, A.N., Demir, N., Kul, A. & Özkamalı, E. (2021). Marriage Story (Evlilik Hikayesi) filminin Yapısal ve Psikoanalitik Aile Danışmanlığı kuramlarına dayalı incelenmesi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi* 5(9), 21-30.
- Koch, G. & Dollarhide, C. T. (2000). Using a popular film in counselor education: Good will hunting as a teaching tool. *Counselor Education and Supervision*, 39, 203-210.
- Köse, B. (2007). Panel: Sinemada psikoterapistler ve psikoterapi etiği. *Türk Psikoloji Bülteni*, 13(41), 1-15.
- Litwack, L. (2007). Research review dissertations on reality therapy and choice theory 1970-2007. *International of Journal of Reality Therapy* 27(1), 14-16.
- Mangot, A.G. & Murthy, V.S. (2017). Cinema: A multimodal and integrative medium for education and therapy. *Ann Indian Psychiatry*, 1(1), 51-53.
- Mason, C.P., & Duba, J.D. (2009). Using reality therapy in schools: its potential impact on the effectiveness of the ASCA national model. *International Journal of Reality Therapy*, 29(2), 5-12.
- Morsümbül, Ü. (2015). Bal, süt ve yumurta filmlerinin Erikson'un psikososyal gelişim kuramı açısından analizi. *İlköğretim Online*, 14(1), 181-187.
- Murdock, N.C. (2012). *Gerçeklik terapisi*, F. Akkoyun, (Ed.). Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları: Olgu sunumu yaklaşımıyla (2. basım). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Nelson, J.R. (1995). *Danışma psikolojisi kuramları* (F. Akkoyun, V. Duyan, S. Doğan, B. Eylene, F. Korkut, Çev.). Ankara: TDFO.
- Orhan, K. (2010). 'Modern Zamanlar' filmi ve dönemsel bir çalışma ilişkileri yorumlaması. *Çalışma ve Toplum*, 1, 133-152.
- Ormanlı, O. (2011). Başlangıç filminde psikanalitik öğeler ve rüya olgusu, *Yedi*, 6, 55-62.
- Özden, Z. (2004). *Film eleştirisi: Film eleştirisinde temel yaklaşımlar ve tür filmi eleştirisi*. Ankara: İmge Kitabevi.

- Özmen, A. (2004). *Seçim kuramına ve gerçeklik terapisine dayalı öfkeyle başa çıkma eğitim programının ve etkileşim grubu uygulamasının öfkeyle başa çıkma becerileri üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Palancı, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı problemlerini açıklama ve gidermeye yönelik gerçeklik terapisi oryantasyonlu bir yardım modelinin geliştirilmesi*. Doktora Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Peoples, K. & Helsel, S. (2013). Bridging the gap between theory and practice with film: How to use Fight Club to teach existential counseling theory and techniques. *Education and General Studies*, 1(2), 1-7.
- Peterson, A.V. (2000). Choice theory and reality therapy. *TCA Journal*, 28(1), 41-49.
- Sakızcıoğlu, S. & Voltan Acar, N. (2016). Uzak filminin varoluşçu terapinin temel kavramları açısından değerlendirilmesi. *Journal of International Social Research*, 9(43), 1288-1297.
- Seligman, L. (2001). *Systems, strategies, and skills of counseling and psychotherapy*. Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.
- Sharf, R.S. (2012). *Theories of psychotherapy and counseling: Concept and cases* (5th ed.), USA: Cengage Learning Products.
- Sharp, C., Smith, J.V., & Cole, A. (2002). Cinematherapy: Metaphorically promoting therapeutic change. *Counselling Psychology Quarterly*, 15(3), 269- 276.
- Shepard, D.S., & Brew, L. (2005). Teaching theories of couples counseling: The use of popular movies, *The Family Journal* 13(4), 406-415.
- Sönmez, S., & Bilge, G. (2014). Türkiye sinemasında aklın sınırlarını belirlemek: Çıplak Vatandaş ve Gişe Memuru filmlerinde delilik temsilleri. *İletişim*, 20, 34-51.
- Stinchfield, T.A. (2006). Using popular films to teach systems thinking. *The Family Journal* 14(2), 123-128.
- Şenol Durak, E. & Fıfıloğlu H. (2007). Film analizi yöntemi ile Virginia Satir aile terapisi yaklaşımına bir bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 10(20), 43-62.
- Tanrıkulu, T. (2011). Türk atasözlerinde gerçeklik terapisi. *Milli Folklor*, 23(90), 86-92.
- Tunç, E. & Voltan Acar, N. (2017). Bir Ayrılık (A Separation) filminin gerçeklik öğeleri açısından incelenmesi. *Social Sciences Studies Journal*, 3(10), 1257-1264.
- Ülker Tümlü, G. & Voltan, Acar, N. (2014). İssız Adam Filminin Gerçeklik Terapisine Dayalı İncelenmesi. *İnsan & İnsan*, 2, 62-73.
- Türküler Aka, B. & Gençöz F. (2010). Sinematerapinin mükemmeliyetçilik ve mükemmeliyetçilikle ilgili şemalar üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 25(65), 69- 77.
- Uğurlu, F. (1992). Edebiyat ve sinema. *Kurgu Dergisi*, 11, 135-151.

- Yavuz, Y. & Dölek, N. (2019). Ordinary People filminin yas teması açısından incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(62), 884-902.
- Yıldız, Y. (2020). Amerikan Güzeli filminin Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi ve Bilişsel Terapi'nin bazı kavram ve görüşleri açısından incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 219-232.
- Yorgun, A., & Voltan Acar, N. (2014). Gerçeklik terapisinin Türk kültürüne uygulanabilirliği: Kültür açısından eleştirel bakış. *Eğitim ve Bilim*, 39(175), 216-226.
- Wedding, D., & Niemiec, N.M. (2003). The clinical use of films in psychotherapy, *Journal of Clinical Psychology*, 59(2), 207-215.
- Wedding, D. ve Niemiec, R.M. (2016). *Sinema ve akıl sağlığı*. (R. Arvay Aratan, Çev.). İstanbul: Kaknüs.
- Wubbolding, R.E. (1988). *Using reality therapy*. New York: Harper and Row Publishers.
- Wubbolding, R.E. (2007). Glasser quality school. *Group dynamics: Theory, Research, and Practice*, 11(4), 253-261.
- Wubbolding, R.E. (2010). *Reality therapy*. Washington: American Psychological Association.



BİREYSEL KARŞILIKLILIK NORMU ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇE UYARLAMASI VE GÜVENİRLİK VE GEÇERLİK ANALİZİ*

Emir ÜZÜMÇEKER¹, Serap AKFIRAT²

ÖZ

Karşılıklılık, bireylerin diğerlerinin olumlu ve olumsuz davranışlarına aynı şekilde karşılık vermesini salık veren normdur. Bu kavram gerek sosyal psikolojide gerekse diğer sosyal bilimlerde sıkça kullanılmaktadır. Bu çalışmada Bireysel Karşılıklılık Normu Ölçeği Türkçeye çevrilmiş ve bu çevirinin güvenilirlik ve geçerliğine dair bulgular elde edilmiştir. Bu ölçek Pozitif Karşılıklılık Normu (PKN), Negatif Karşılıklılık Normu (NKN) ve Karşılıklılığa İnanç (Kİ) olmak üzere her biri 9 madde içeren 3 alt boyuttan oluşmaktadır. 328 üniversite öğrencisinden anket yoluyla veri toplanmış, ölçeğin yapı geçerliği açılımlı ve doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmiştir. Bulgular toplamda 3 maddenin hem açılımlı hem doğrulayıcı faktör analizinde beklenen şekilde işlemediğini, diğer maddelerin beklenen faktör yüklerine sahip olduğunu ve modelin uyum değerlerinin yeterli olduğunu göstermiştir (PKN ve NKN için $\chi^2(116)=219$, $p<0.001$, $\chi^2/df=1.887$, CFI=0.908, RMSEA=0.051, SRMR=0.060., Kİ için $\chi^2(13)=32.1$, $p=0.002$, $\chi^2/df=2.47$, CFI=.915, RMSEA=.066, SRMR=0.043). Aynı zamanda, beklendiği gibi ölçeğin üç alt boyutu arasında pozitif korelasyon mevcuttur. Ölçeğin alt boyutlarının güvenilirlik katsayıları ise PKN için .71, NKN için .76, Karşılıklılık İnanç için ise .62'dir. İlgili bir değişken olan prososyal yönelim ise yalnızca Negatif Karşılıklılık Normu ile negatif korelasyon göstermiştir. Bulgular ölçeğin tatmin edici güvenilirlik ve geçerlik değerlerine sahip olduğunu ve karşılıklılık normunu içselleştirme düzeyinde bireysel farklılıkların ölçülmesinde kullanılabileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler

Karşılıklılık Normu, Bireysel Farklılıklar, Sosyal Değer Yönelimi

THE TURKISH ADAPTATION AND THE RELIABILITY AND VALIDITY ANALYSIS OF THE PERSONAL NORM OF RECIPROCITY SCALE

ABSTRACT

Reciprocity is a norm which suggests that people should reciprocate the negative and positive behaviors of others. This concept is widely used in both social psychology and other social sciences. In this study, The Personal Norm of Reciprocity Scale is translated into the Turkish language and its reliability and validity values are acquired. This scale consists of 3 sub-factors of 9 items, named Positive Reciprocity Norm (PRN), Negative Reciprocity Norm (NRN), and Belief in Reciprocity (BR). A survey is conducted on 328 college students and the structural validity of the scale is examined via an explanatory and a confirmatory factor analysis. The results indicated that 3 of the items failed to function as expected both in exploratory and confirmatory factor analysis. The rest of the items had expected factor loadings and the fit values of the models are satisfactory ($\chi^2(116)=219$, $p<0.001$, $\chi^2/df=1.887$, CFI=.908, RMSEA=.051, SRMR=.060 for PRN and NRN $\chi^2(13)=32.1$, $p=0.002$, $\chi^2/df=2.47$, CFI=.915, RMSEA=.066, SRMR=0.043 for BR). Moreover, as expected, the three sub-scales of the scales are positively correlated to each other. The reliability coefficient is .71 for PRN, .76 for NRN, and .62 for BR. Prosocial value orientation, a related construct, is only negatively related to the Negative Reciprocity Norm. These results indicate that the scale has satisfactory reliability and validity measures and it can be used to measure the individual differences in the levels of internalization of the norm of reciprocity.

Key Words

The Norm of Reciprocity, Individual Differences, Social Value Orientation

*Bu makale Emir ÜZÜMÇEKER'in Doç. Dr. Serap AKFIRAT danışmanlığında hazırladığı doktora tezinin bir bölümüdür.

¹Arş. Gör., Dokuz Eylül Üniversitesi, emir.uzumceker@deu.edu.tr; ORCID: 0000-0003-0969-9770

²Doç. Dr., Dokuz Eylül Üniversitesi, serap.akfirat@deu.edu.tr; ORCID: 0000-0002-4242-3381

Alıntılama: Üzümçeker, E., Akfirat, S. (2022). Bireysel Karşılıklılık Normu Ölçeğinin Türkçe uyarlaması ve güvenilirlik ve geçerlik analizi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 6(12), 111-125.

Giriş

Karşılıklılık kavramı, sosyal bilimlerin pek çok alt dalında incelenmiş ve toplum yaşamı açısından anahtar bir role sahip olduğu savunulmuştur (Kolm, 2008). Kolm (2008, s.1) karşılıklılığı “*bağlayıcı bir yazılı anlaşmanın sonucu olarak değil, gönüllü olarak, diğerlerinin size davrandığı gibi davranmak*” olarak tanımlamıştır. Bu kavram yalnızca diğer sosyal bilimlerde değil, sosyal etki (Cialdini vd., 1975), sosyal ikilemler (Perugini ve Gallucci, 2001) gibi sosyal psikoloji çalışma alanlarında da kendine yer bulmaktadır.

Bu çalışmada bu kavrama dair temel ölçeklerden biri olan Bireysel Karşılıklılık Normu Ölçeği'nin (Perugini vd., 2003) Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin incelenmesi hedeflenmektedir. Bu amaç doğrultusunda ilk olarak karşılıklılık kavramı kısaca tanıtılmış, daha sonra ölçeğe kaynaklık eden Bireysel Karşılıklılık Normu modeli (Perugini vd., 2003) ve bu modele dayanan çalışmalar sunulmuştur. Daha sonra ölçeğin Türkçe formunun psikometrik bulguları sunulmuş ve bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

Karşılıklılık kavramı, iktisat ve antropoloji gibi pek çok sosyal bilim alt dalında kendine yer bulmuştur. Örneğin Polanyi'ye (2009) göre, paranın kullanılmadığı toplumların ekonomisini yönlendiren karşılıklılıktır. Özellikle topluluklar arasındaki ticaret bu ilkeye dayanmaktadır. Mauss da (2018), dünyanın pek çok bölgesinden farklı kültürlerde ahlaki bir norm olarak armağana karşılık vermenin üzerinde durmuştur.

Karşılıklılığın bir sosyal norm olarak ilk detaylı kavramsallaştırılması ise sosyolog Gouldner (1960) tarafından gerçekleştirilmiştir. Karşılıklılığı norm olarak alan sosyal psikolojik çalışmalara da (örn. Cialdini vd., 1975; Perugini vd., 2003) temel oluşturan bu yaklaşıma göre karşılıklılık normu, bireyin kendine iyilik yapanlara iyilik karşılık vermesini veya en azından zarar vermemesini, kendisine zarar verenlere de aynı şekilde davranmasını veya en azından iyilik yapmamasını salık veren normdur. Gouldner (1960), bu normu işlevsel sosyoloji bakış açısıyla değerlendirmiş ve toplumsal işleyişin temel ilkelerinden biri olduğunu vurgulamıştır.

Burger ve arkadaşları (2009) tarafından gerçekleştirilen çalışma, karşılıklılık normunun içselleştirilerek davranışı etkilediğini göstermiştir. Bu çalışmada, deneyiciler katılımcılara ankete katılım talep etmeden önce bir gruba hediye vermiş, diğer grupta ise böyle bir manipülasyon uygulamamıştır. Bulgular hediye alan grubun, ankete katıldıklarından deneycinin haberinin olmadığını düşündükleri koşulda dahi kontrol grubundan daha fazla katılımda bulduklarını göstermiştir. Başka bir deyişle karşılıklılık normu içselleştirilmekte ve davranışı yönlendirmektedir. Aynı zamanda bireysel karşılıklılık normu, kavramsal olarak prososyal yönelim ve özgecilikten ayrılmaktadır. Pozitif karşılıklılık normunu kabul eden bireylerde diğerinin davranışı onlara sunulacak ödül miktarı için önemliken, özgeciler olumlu davranışı herhangi bir karşılık beklentisi olmadan gerçekleştirirler (Perugini ve Gallucci, 2001). Örneğin birine gelecekte zor durumda kaldığında karşı tarafın da ona borç vereceğini düşünerek gerçekleştiriyorsa pozitif karşılıklılık normuna uymakta, böyle bir beklentisi yoksa özgeci davranmaktadır. Bu nedenle karşılıklılık normu, diğerlerine yönelik yardım davranışını içerse de bu davranışlara dair motivasyonları bakımından özgecilikten farklıdır.

Karşılıklılık normunun davranışsal sonuçlarına dair ilk sosyal psikolojik araştırmalar, sosyal etki ve ikna alanında gerçekleştirilmiştir (Cialdini vd., 1975). Hediye veya iyilik ile karşı tarafı borçlu duruma sokarak karşılıklılık normunu aktif hale getirmek, istenilen davranışın ortaya çıkarılmasında başarılı bir yöntem olarak ortaya çıkmıştır. Yüzüne kapıyı çarpma (door-in-the-face) tekniği olarak adlandırılan yöntemde ikna için ilk önce kabul edilmesi zor bir talep sunulur, bu talep reddedilince kabul edilmesi daha kolay olan ve asıl sergilenmesi istenen davranış talep edilir (Cialdini vd., 1975). Böylece karşı tarafta talebin düşürüldüğü ve taviz verildiği algısı yaratılarak, karşı tarafın da bu tavize karşılık vermesine yönelik norm belirginleştirilmiş olur ve davranışın gerçekleşme ihtimali yükselir.

Özetle, karşılıklılık hem iktisat, sosyoloji gibi alanlarda, hem de sosyal psikolojide önemli kavramlardan biridir. Sıradaki bölümde Perugini ve arkadaşları (2003) tarafından öne sürülen Bireysel Karşılıklılık Normu kuramı aktarılmaktadır.

Bireysel Karşılıklılık Normu

Karşılıklılığı norm olarak kavramsallaştıran ilk sosyal psikolojik kuram (Perugini vd., 2003), Gouldner'ın (1960) yaklaşımına paraleldir. Kuramcılar karşılıklılık normunu benzer biçimde tanımlamışlardır, ayrıca normun psikolojik düzeyde ne şekilde işlediğine yönelik savlar ortaya atmışlardır. Kavramı "bireysel karşılıklılık normu" terimiyle ifade eden kuramcılar, tüm toplumlarda mevcut olan bu normun bireyler tarafından farklı düzeyde içselleştirildiğini savunmaktadırlar ve bireyler arası farklılıkları buna bağlamaktadırlar.

Kuramda karşılıklılık normunun pozitif ve negatif karşılıklılık olmak üzere iki boyutu olduğu öne sürülmektedir (Perugini vd., 2003). Pozitif karşılıklılık, yardım gibi olumlu davranışlara aynı şekilde karşılık vermeyi, negatif karşılıklılık ise olumsuz veya zarar verici davranışa aynı şekilde karşılık vermeyi ifade eder. Kuramcılar karşılıklılığın bu iki boyutunun birbirinden ayrıştırılabileceğini, farklı dinamiklere bağlı olduğunu ve bireylerce farklı düzeylerde içselleştirilebileceğini iddia etmektedirler.

Normun davranışsal yönü baskın olan bu iki boyutu dışında, "karşılıklılık inancı" olarak adlandırılan ve karşılıklılık normuna uymanın toplumsal hayatta avantaj sağlayacağı ve birey için olumlu sonuçlar vereceği inancı ile ilişkili üçüncü bir boyutu olduğu savunulmaktadır.

Perugini ve arkadaşları (2003), karşılıklılık normunun kabul düzeyine dair bireysel farklılıkları ölçme amacıyla "Bireysel Karşılıklılık Normu Ölçeği" adında, pozitif karşılıklılık, negatif karşılıklılık ve karşılıklılık inancı olmak üzere üç faktöre sahip bir ölçek oluşturmuşlardır. Kuramcıların beklediği gibi, pozitif karşılıklılık ve negatif karşılıklılık arasında anlamlı fakat küçük boyutta bir ilişki vardır, ancak her iki faktörün karşılıklılığa dair inanç faktörüyle ilişkisi pozitif yönde ve anlamlıdır. Faktörlerin sosyal ikilem oyunlarındaki seçimlerle olan ilişkileri de kuramla tutarlı biçimdedir. Pozitif karşılıklılık adil davranışı ödüllendiren, negatif karşılıklılık ise adil olmayan davranışı cezalandıran seçimlerle ilişkilidir.

Literatürde karşılıklılık normunu kabul düzeyinin pek çok psikolojik değişkenle ilişkisi kurulmuştur. Eisenberger ve arkadaşları (2004), negatif karşılıklılık normunu kabul etmenin hangi kişilik değişkenleriyle ilişkili olduğunu araştırmışlardır. Bulgular

insanların genelde art niyetli olduğu inancını taşıyan günlük hayatta öfkeli olmaya yatkın insanların, negatif karşılıklılık normunu daha yüksek düzeyde benimsediğini göstermiştir. Bu grup aynı zamanda kendilerine olumsuz bir muamelede bulunan birine karşı öfke ifade etme, alay etme, görüşlerine karşı çıkmaya gibi davranışlar sergilemişlerdir. Başka bir deyişle öfkeli ve diğerlerine az güvenen bireyler negatif karşılıklılık normunu daha fazla içselleştirmekte ve bu normla tutarlı davranışlarda bulunmaktadır.

Negatif karşılıklılık normunun kabul edilme düzeyi, bireylerin siyasi konulardaki tutumlarını da şekillendirebilmektedir. Eder ve arkadaşları (2006), Ebu Garib Hapishanesi'nde mahkûmlara işkence yapan Amerikan askerlerini suçlu bulma ve cezalandırılmalarını ahlaki gereklilik olarak görme arasında bir ilişki olduğunu, ancak bu ilişkinin yalnızca negatif karşılıklılık normunu benimseyenlerde söz konusu olduğunu tespit etmişlerdir. Araştırmacılara göre bu, bireyin siyasi bir olaya karşı tutumunun o konuda izlenmesi gereken politikanın ne olduğuna dair kararları üzerindeki etkisi açısından karşılıklılık normunun belirleyici olabildiğini göstermektedir.

Karşılıklılık normunun kültürel açıdan önemine işaret eden iki çalışma, Terör Yönetimi Kuramıyla bağlantılı olarak gerçekleştirilmiştir (Schindler, Reinhard ve Stahlberg, 2012, 2013). Terör Yönetim Kuramına göre insanlar ölüm tehdidiyle karşı karşıya kaldıklarında kültürel değer ve normlara daha fazla bağlılık gösterirler. Schindler ve arkadaşları (2012) tarafından gerçekleştirilen deneyde, ölümlülüğün hatırlatılmasının negatif karşılıklılık normunu benimseme düzeyini artırdığını göstermiştir. Aynı araştırmacı grubuna ait diğer bir çalışmada ise ölümlülüğün hatırlatılması durumunda pozitif ve negatif karşılıklılığa uygun davranışta artış olup olmadığı incelenmiştir (Schindler vd., 2013). İlk deneyde ölümlülük koşulundaki katılımcıların kendilerine yardım eden bir garsona daha fazla bahşiş verdikleri gözlenmiştir. İkinci deneyde ise katılımcıların kendilerine yardım etmeyen birine para aktarma davranışları incelenmiştir. Negatif karşılıklılık normunu benimseme düzeyi yüksek katılımcıların aktardığı para daha az olmuş, ölümlülük koşulunda bu eğilim güçlenmiştir. Özetle kültürel normlara uyum davranışını artıran ölümlülük belirginliği, pozitif ve negatif karşılıklılık normlarının kabulü ve bu normlara uygun davranışı da artırmaktadır.

Son olarak, çalışma hayatındaki kimi davranışların da karşılıklılık normu ile ilişkisi gözlenmiştir. Mitchell ve Ambrose (2007), istismar edici amir davranışının amirlere yönelik sapkın davranışları yordadığını ve bu ilişkinin negatif karşılıklılık normunu daha yüksek düzeyde içselleştiren kişilerde daha güçlü olarak ortaya çıktığını göstermişlerdir. Umphress, Bingham ve Mitchell (2010) ise çalıştığı örgütte yüksek düzeyde özdeşleşenlerin örgüt yararına etik olmayan davranışlarda bulunma olasılığının daha yüksek olduğunu ve bu ilişkinin pozitif karşılıklılık normunu yüksek düzeyde içselleştiren kişilerde daha güçlü olduğunu bulmuşlardır. Başka bir deyişle, pozitif ve negatif karşılıklılık normunu daha fazla içselleştirenler, çalışma hayatında diğerlerini ödüllendirme ve cezalandırmayla ilişkili davranışları daha fazla göstermektedir.

Özetle, karşılıklılık, bir norm olarak içselleştirilerek çeşitli davranışları etkilemektedir. İçselleştirme düzeyindeki bireyler arası farklılıklar, karşılıklılığa uygun davranışta gözlenen farklılıkları doğurmaktadır. Politik tutumlar, ölüm

tehdidine verilen tepkiler, sosyal ikilemlerde gözlenen davranışlar, kimi örgütsel davranışlar karşılıklılık normunun içselleştirilme düzeyinden etkilenen değişkenlerden bazılarıdır.

Mevcut Çalışma

Bu uyarlama çalışmasının amacı, ölçeğin Türkçeye kazandırılması ve Türkçe formun psikometrik özelliklerinin saptanmasıdır. Bu amaç doğrultusunda Türkçeye çevrilen ölçeğin faktör yapısının doğrulanıp doğrulanmadığı incelenmiş ve ölçeğin güvenirlik ve geçerliğine dair verilerin elde edilmiştir. Bireysel Karşılıklılık Normu Ölçeği (Perugini vd., 2003), giriş bölümünde de özetlendiği gibi, Pozitif Karşılıklılık Normu (PKN), Negatif Karşılıklılık Normu (NKN) ve Karşılıklılığa İnanç (Kİ) olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır.

Kİ, karşılıklılığa uygun davranmanın faydalı olacağına ve genelde insanların bu norma uygun davrandığına dair bir inancı ifade etmektedir, dolayısıyla daha davranışsal olan diğer iki faktörden ayrılmaktadır. Orijinal ölçek çalışmasına da uygun olarak (Perugini vd., 2003), bu faktörün yapı geçerliği diğer iki faktörden bağımsız olarak değerlendirilmiştir.

Hipotez 1: Açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerinde maddeler orijinal ölçekteki faktörlerine yüklenecektir.

Ölçeğin orijinal psikometrik çalışması Britanya ve İtalya örneklemelerinde gerçekleştirilmiş ve bu örneklemeler kısmen farklı sonuçlar vermiştir (Perugini vd., 2003). Her iki örnekte de PKN ve NKN arasında pozitif ancak küçük, Kİ ve diğer iki boyut arasında ise pozitif ve orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgular PKN ve NKN'nin aynı yapının birbirinden farklı alanlardaki normu ölçtüğünü, davranışsal olan bu normlardan farklı olan Kİ boyutunun ise her ikisi ile de pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir, dolayısıyla kuramsal açıdan kritik olan bu bulgunun tekrar edilmesi ölçeğin yapı geçerliği açısından oldukça önemlidir.

Hipotez 2: PKN ve NKN arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 3: Kİ'nin diğer iki boyutla pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi vardır.

Bireysel Karşılıklılık Normu ile teorik açıdan ilişkili olması beklenen bir değişken sosyal değer yönelimidir (Liebrand ve McClintock, 1988). Bu kavram bireyin kendi çıkarının diğerleriyle zıt olduğu durumlarda ne şekilde davrandığını ifade etmektedir. Prososyal bireyler diğerlerini de göz önünde bulunduran kararlar alırken, kendine yanlı bireyler daha bencil kararlar almaktadır. Bu kavram özellikle sosyal ikilem durumlarındaki kararlarla ilişkilidir.

Teorik açıdan prososyal bireylerin yüksek PKN, düşük NKN içselleştirmiş olmaları beklenir. Ancak Perugini ve arkadaşları (2003) tarafından elde edilen bulgular çelişkilidir. Britanya örneğinde yalnız NKN ile negatif, İtalya örneğinde ise yalnız PKN ile pozitif ilişki tespit edilmiştir.

Hipotez 4: Prososyal yönelim ve NKN arasında negatif yönde anlamlı ilişki vardır.

Hipotez 5: Prososyal yönelim ve PKN arasında pozitif yönde anlamlı ilişki vardır.

Örneklem

Araştırmanın örneklemini, çalışmaya gönüllü olarak katılmış üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Toplanabilecek maksimum katılımcı sayısına ulaşmaya çalışılmış, örneklem 250 kadın, 78 erkek, toplam 328 kişiden oluşmuştur. Örneklemin yaş aralığı 18-33, ortalaması 21.2'dir (SS=2.92).

Veri Toplama Araçları

Bireysel Karşılıklılık Normu Ölçeği: Perugini ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilen bu ölçek, Pozitif Karşılıklılık Normu (PKN), Negatif Karşılıklılık Normu (NKN) ve Karşılıklılık İnancı olmak üzere üç faktörden oluşmaktadır. Her bir faktör, 1-7 arasında derecelendirilen dokuz maddeden oluşmaktadır. Ölçek herhangi bir ters maddeye sahip değildir. Bu alt boyutların Cronbach alfa değerleri Büyük Britanya örnekleminde sırasıyla .76, .83 ve .67, İtalya örnekleminde ise .79, .84 ve .65 olarak bulunmuştur.

Sosyal Değer Yönelimleri Çember Ölçeği: Ölçüt-bağıt geçerliği için kullanılan ve Liebrand ve McClintock (1988) tarafından geliştirilen bu ölçek, bireye kendisi ve bir başkası arasında bir kaynak dağıtım görevi olarak sunulan 6 maddeden oluşmaktadır. Bu maddelerde bireyin kendisine (x eksen) ve diğerine (y eksen) aktarmış olduğu kaynakların toplamının koordinat düzleminde temsil ettiği noktanın x eksenine oluşturduğu açı, bireyin prososyal yönelimini ifade etmektedir.

İşlem

İlk olarak ölçeği geliştiren araştırmacıdan ölçeğin Türkçe uyarlamasının gerçekleştirilmesi için e-posta yoluyla izin alınmıştır. Ardından Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'nun 31.12.2020 tarihli ve 10 sayılı kararı ile etik kurul izni alınmıştır.

Daha sonra orijinal ölçek geri-çeviri yöntemiyle her iki dile hâkim iki uzman tarafından çevrilmiştir. Bağımsız çeviride karşılaşılan farklılıklar tüm uzmanların fikir birliği ile son haline getirilmiştir. Çeviri gerçekleştirildikten sonra anket yazarların bulunduğu üniversitenin psikoloji bölümü öğrencilerine gönüllü olarak uygulanmıştır. Veriler Jamovi 2.2.5 yazılımı aracılığı ile analiz edilmiştir (The Jamovi Project, 2021).

Bulgular

Yapı Geçerliği

Açımlayıcı Faktör Analizi

Ölçeğin Türkçe versiyonunun yapısal geçerliğinin sınanması için ilk olarak, orijinal çalışmayla ve araştırmacıların yaklaşımıyla uyumlu olarak (Perugini vd., 2003), önce PKN ve NKN faktörleriyle, daha sonra ise yalnızca Kİ faktörü ile açımlayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir.

Analize dair bulgular Tablo 1'de sunulmuştur. Görüldüğü gibi, NKN faktörü varyansın %15.9'luk, PKN faktörü ise % 12.9'luk bir kısmını açıklamaktadır. Maddeler beklenen faktöre yüklenmişlerdir, ancak NKN boyutunun 2. maddesinin ve PKN faktörünün 3. maddesinin faktör yükünün düşük olduğu görülmektedir.

Tablo 2’de Kİ boyutuna dair açımlayıcı faktör analizi sunulmuştur. Buna göre faktör varyansın %16’lık bir kısmını açıklamaktadır. Ancak bu boyutun 4. ve 7. maddelerinin faktör yükünün düşük olduğu görülmektedir.

Tablo 1. PKN ve NKN boyutlarına dair açımlayıcı faktör analizi

	NKN	PKN
NKN-8	.754	
NKN-5	.733	
NKN-3	.658	
NKN-4	.638	
NKN-1	.487	
NKN-9	.479	
NKN-6	.475	
NKN-7	.254	
NKN-2	.192	
PKN-2		.705
PKN-9		.635
PKN-5		.561
PKN-3		.542
PKN-4		.503
PKN-1		.432
PKN-6		.398
PKN-8		.284
PKN-7		.119
Açıklanan varyans	15.9	12.9
Özdeğer	3.05	1.82

Tablo 2. Kİ boyutuna dair açımlayıcı faktör analizi

	Kİ
Kİ-3	.597
Kİ-8	.534
Kİ-2	.513
Kİ-1	.426
Kİ-9	.386
Kİ-5	.384
Kİ-6	.219
Kİ-4	.076
Kİ-7	.061
Açıklanan varyans	16
Özdeğer	1.44

Doğrulamalı Faktör Analizi

Açımlayıcı faktör analizinden sonra, orijinal çalışmayla uyumlu olarak, önce PKN ve NKN faktörleriyle, daha sonra ise yalnızca Karşılıklılığa İnanç faktörü ile doğrulamalı faktör analizi gerçekleştirilmiştir. İlk olarak iki PKN ve NKN'nin maddelerinin faktörlere uyumu ve bu modelin uyum iyiliği değerleri incelenmiştir. Şekil 1'de her maddenin modele uyumu ve alt boyutlar arası korelasyon sunulmuştur. Görüldüğü gibi, PKN alt boyutunun 7. maddesi hariç tüm maddelerin beta değerleri istatistiksel olarak anlamlıdır. Bu modelin uyum iyiliği değerleri $\chi^2(134)=297$, $p<0.001$, $\chi^2/df=2.216$, CFI=.858, RMSEA=.06, SRMR=.064 şeklindedir. Modeli geliştirmek için beta değeri anlamsız olan madde ölçekten çıkarılmıştır. Ek olarak modifikasyon değerleri (Whittaker, 2012) incelenmiş ve yüksek değere sahip olan ve aynı faktörde yer alan, NKN alt boyutunun 2. ve 3., ayrıca 7. ve 9. maddelerinin hata kovaryansları modele eklenmiştir. Şekil 2'de verilen bu alternatif model daha kabul edilebilir uyum iyiliği değerlerine sahiptir; $\chi^2(116)=219$, $p<0.001$, $\chi^2/df =1.887$, CFI=.908, RMSEA=.051, SRMR=.060.

İkinci olarak Karşılıklılığa İnanç boyutu için doğrulamalı faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Şekil 3'te görüldüğü gibi ölçeğin 4. ve 7. maddelerinin beta değerleri istatistiksel olarak anlamlı değildir. Bu modelin uyum iyiliği değerleri $\chi^2(27)=117$, $p<0.001$, $\chi^2/df=4.333$, CFI=.688, RMSEA=.099, SRMR=.075 şeklindedir. Modeli geliştirmek için beta değeri anlamsız olan iki madde ölçekten çıkarılmıştır. Bunun yanında aynı zamanda modifikasyon değerleri incelenmiş ve yüksek değere sahip olan, 5. ve 9. maddelerin hata kovaryansları modele eklenmiştir. Şekil 4'te verilen bu alternatif modelin uyum iyiliği değerleri kabul edilebilir düzeydedir; $\chi^2(13)=32.1$, $p=0.002$, $\chi^2/df=2.47$, CFI=.915, RMSEA=.066, SRMR=.043. Özetle, ölçeğin gerek açımlayıcı, gerek doğrulamalı faktör analizinde uyumlu olmadığı görülen 3 madde çıkartılmış halinin yapı geçerliğine sahip olduğu söylenebilir.

Güvenirlik Bulguları

Ölçeğin güvenilirliğinin tespit edilmesi için her bir alt boyutun Cronbach alfa katsayısı hesaplanmıştır. Bulgular bu değerlerin PKN alt boyutu için .71, NKN alt boyutu için .76, Karşılıklılığa İnanç alt boyutu için ise .62 olduğunu göstermiştir. Başka bir deyişle ölçeğin iç tutarlık güvenilirliği PKN ve NKN alt boyutları için iyi, Karşılıklılık İnanç alt boyutu için düşük düzeydedir. Bu bulgu orijinal çalışmayla tutarlıdır.

Diğer Geçerlik Bulguları

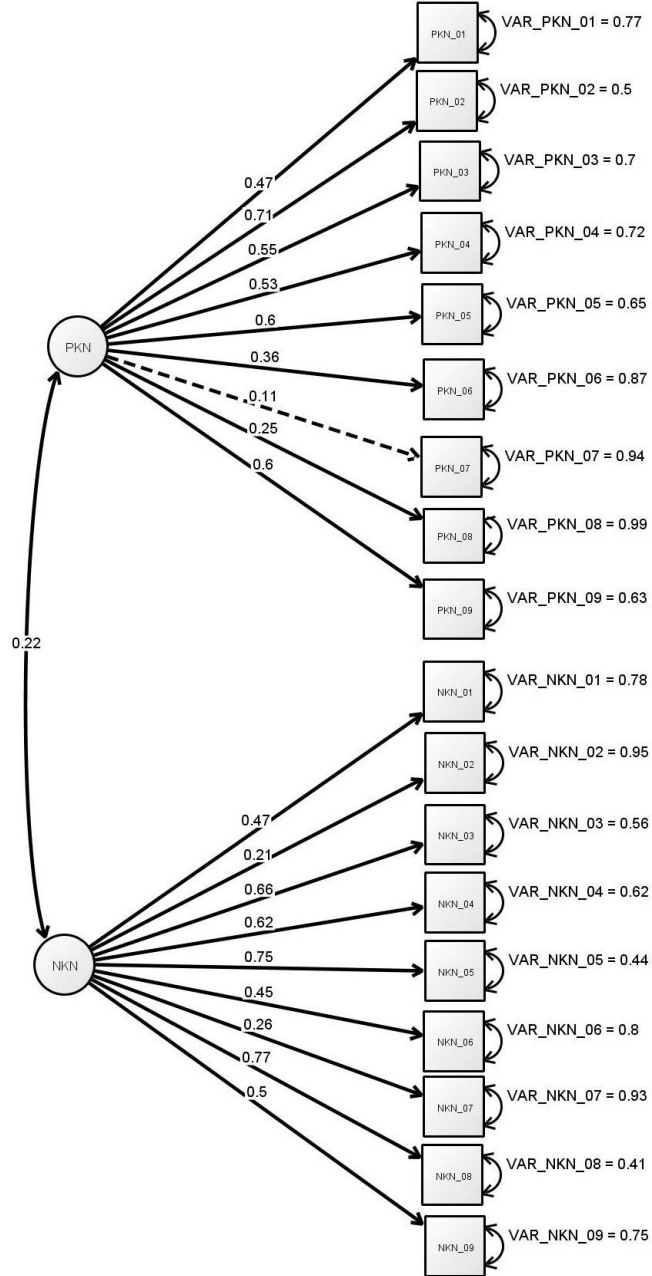
Ölçeğin alt boyutları arasındaki ve diğer ilgili değişkenlerle ilişkisinin tespiti için Pearson Korelasyon Katsayıları hesaplanmıştır. Tablo 3'te görülebileceği gibi, ölçeğin alt faktörleri arasındaki ilişkiler beklenen biçimdedir. PKN ve NKN arasında pozitif bir korelasyon mevcuttur, $r=.184$, $p=0.001$. Benzer biçimde Karşılıklılık İnanç alt boyutu da bu iki alt boyutla pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir, PKN ile $r=.431$, $p<0.001$, NKN ile $r=.343$, $p<0.001$.

Ölçüt-bağıntılı geçerliğin tespiti için yapılan analizde prososyal yönelim ise sadece NKN ile negatif yönde ilişki göstermiştir, $r=-.297$, $p<0.001$. PKN ile olan ilişkisi ise anlamlı değildir, $r=.025$, $p=0.767$. Bu bulgu orijinal çalışmadaki Britanya örneklemeyle benzer görünmektedir.

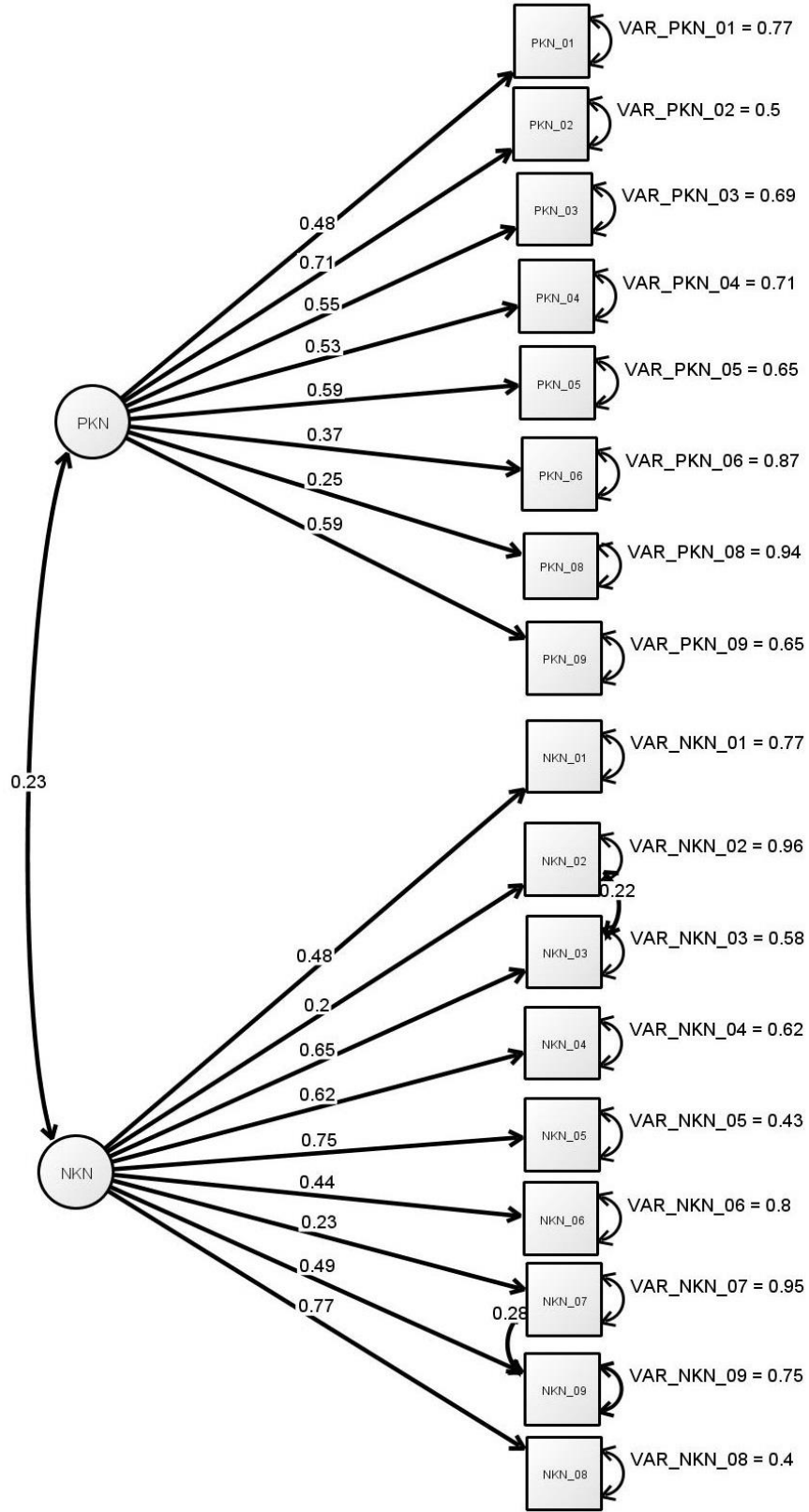
Tablo 3. Ölçek alt boyutları ve prososyal yönelim arasındaki korelasyonlar

	PKN	NKN	Kİ
NKN	.184*		
Kİ	.431*	.343*	
Prososyal yönelim	.025	-.297*	-.116

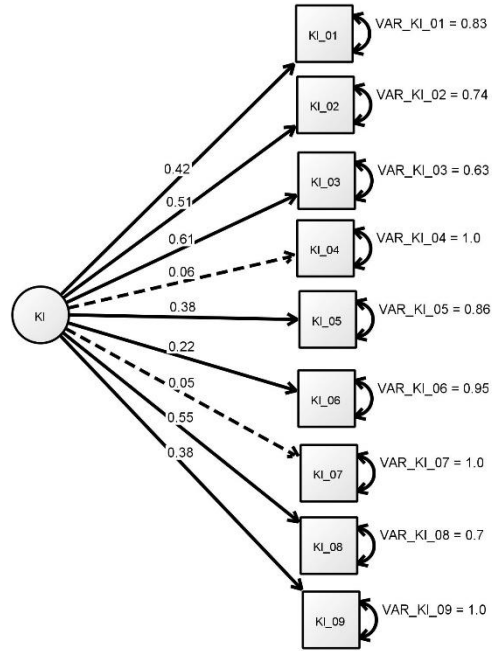
*p<0.001

Şekil 1. PKN ve NKN faktörlerine dair ilk model

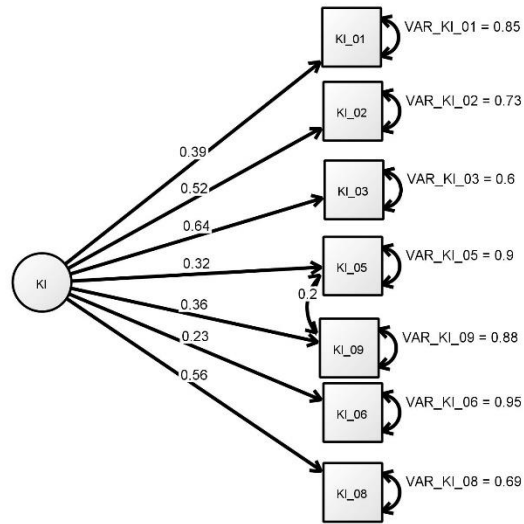
Şekil 2. PKN ve NKN faktörlerine dair ikinci model



Şekil 3. Karşılıklılık inancı faktörüne dair ilk model



Şekil 4. Karşılıklılık inancı faktörüne dair ikinci model



Tartışma

Karşılıklılık gerek ekonomi, sosyoloji, antropoloji gibi alanlarda, gerekse sosyal psikolojide sıklıkla başvurulan kavramlardan biridir. Yukarıda özetlenen sosyal psikolojik literatür karşılıklılığın bir norm olarak içselleştirildiğini göstermektedir (Eisenberger vd., 2004). Bu normun içselleştirilme düzeyindeki bireysel farklılıklar, norma uygun davranışlarda da kimi farklılıklar yaratmaktadır (örneğin Eder vd., 2006). Bu çalışmada bu kavrama dair en çok kullanılan ölçeklerden biri olan Bireysel Karşılıklılık Normu Ölçeği'nin (Perugini vd., 2003) Türkçeye uyarlanması amaçlanmıştır.

Ölçek Türkçe'ye çevrildikten sonra uygulama gerçekleştirilmiştir. Yapı geçerliğinin tespiti için yapılan doğrulayıcı faktör analizi, maddelerden üçünün beklenen uyumu sağlamadığını, bu maddelerin çıkarılmasının ölçeği daha iyi bir yapıya kavuşturduğunu göstermiştir. Özellikle PKN alt boyutundan çıkarılan "*Birisi bana iyilik olarak borç para verirse, ona verdiği miktardan daha fazlasını geri vermem gerektiğini hissederim.*" şeklindeki maddenin Türkiye bağlamıyla daha az ilgili olmasından kaynaklanmış olabilir. Türkiye'de borcun faizle ödenmesine yönelik bir norm olmaması sebebiyle maddenin beklenen etkiyi göstermemiş olması olasıdır. Benzer bir durum Kİ alt boyutunun "*Eğer bir turiste yardım edersem, bana kibarca teşekkür etmesini beklerim.*" şeklindeki 7. maddesi için de geçerli olabilir. "*Eğer sıkı çalışırsam karşılığını almayı beklerim.*" şeklindeki 4. maddesinin ise örneklem için karşılıklılığı değil, çaba sarf etmenin sonuç verip vermemesine dair inancı ifade etmiş olması, dolayısıyla yeterince yük vermemiş olması mümkündür. Ölçeğin geri kalan maddeleri ise ilişkili faktörlere anlamlı bir katkı sağlamaktadırlar. Kalan maddelerle oluşturulan modelleri hem PKN ve NKN, hem de Kİ alt boyutları için tatmin edici uyum değerleri vermiştir.

Bunun yanında, PKN ve NKN alt boyutları arasında pozitif ancak küçük, Karşılıklılığa İnanç ve diğer iki alt faktör arasında ise orta düzeyde anlamlı bir korelasyon bulunmuştur. Bu bulgu da ölçeğin yapı geçerliğini desteklemektedir. Ölçeğin PKN ve NKN alt boyutlarına ait güvenirlilik katsayılarının yeterli düzeyde olarak gözlenmiştir. Kİ alt boyutunun güvenirlilik katsayısı ise düşük düzeydedir, ancak ölçeğin İngilizce ve İtalyanca versiyonlarında da bu değer .60-.70 aralığında ve düşük olduğundan, Türkçe uyarlamaya ait bir problem olmadığı görülmektedir. Dolayısıyla bu alt boyutun da aynı şekilde Türkçede kullanılabileceği düşünülmektedir. Ayrıca toplum yanlısı yönelimin de ölçeğin NKN alt boyutuyla beklendiği gibi negatif yönde bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. İtalyan örnekleminde gözlenen PKN-toplum yanlısı yönelim ilişkisi ise mevcut çalışmada gözlenmemiştir. Özetle, gerçekleştirilen çalışma Bireysel Karşılıklılık Normu Ölçeği'nin Türkçe versiyonunun güvenirlilik ve geçerlik açısından yeterli olduğunu ve bireylerin karşılıklılık normunu içselleştirme düzeylerini ölçmek için kullanılabileceğini göstermektedir.

Bu çalışma her ne kadar söz konusu ölçeğin dilimize kazandırılması ve güvenirlilik ve geçerlik değerlerinin tespiti açısından değerli olsa da, kimi sınırlılıklara sahiptir. İlk olarak, örneklemin tamamen üniversite öğrencilerinden oluşması, ölçeğin diğer örneklerde nasıl bir işlev göstereceğinin tespit edilmesini imkânsız kılmaktadır. Gelecekteki öğrenci dışı örnekleme sahip araştırmaların, doğrulayıcı faktör analizi ile bu araştırmada elde edilen faktör yapısını test etmesi bu açıdan faydalı olacaktır. Ayrıca örnekleme kadınların sayısının daha fazla olması da bir sınırlılık

oluşturmaktadır. Bunun yanında orijinal ölçek çalışması kimi kültürel farklılıkları işaret etmektedir. Bu araştırmanın bulguları da alt boyutlar arası ilişkilerin Britanya örneğine paralel, İtalyan örneğinden farklı olduğuna işaret etmektedir; ancak bunun herhangi bir kültürel faktörle ilişkisinin kurulmasını sağlayabilecek bir ölçüm mevcut değildir. Gelecek çalışmaların kültürel özellikleri de dikkate alması bu konudaki alanyazının zenginleşmesine katkı sağlayacaktır.

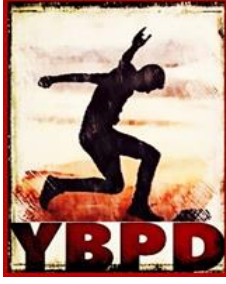
Sonuç olarak, bu çalışmada sosyal bilimlerin önemli bir kavramı olan karşılıklılığın psikoloji alanında çalışılmasını kolaylaştıracağı düşünülen bir ölçeğin Türkçeye kazandırılması hedeflenmiştir. Çevrilen ölçeğe dair elde edilen güvenirlilik ve geçerlik verileri sunulmuş, yorumlanmış ve çalışmanın kısıtlılıkları vurgulanmıştır. Uyarlanan ölçeğin özellikle psikoloji alanında karşılıklılığa dair çalışmalar için faydalı olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Burger, J.M., Sanchez, J., Imberi, J.E. ve Grande, L.R. (2009). The norm of reciprocity as an internalized social norm: Returning favors even when no one finds out. *Social Influence*, 4(1), 11-17.
- Cialdini, R.B., Vincent, J.E., Lewis, S.K., Catalan, J., Wheeler, D., & Darby, B.L. (1975). Reciprocal concessions procedure for inducing compliance: The door-in-the-face technique. *Journal of Personality and Social Psychology*, 31(2), 206-215.
- Eder, P., Aquino, K., Turner, C., Reed, A. (2006). Punishing those responsible for the prison abuses at Abu Ghraib: The influence of the negative reciprocity norm (NRN). *Political Psychology*, 27(6), 807-821.
- Eisenberger, R., Lynch, P., Aselage, J. ve Rohdieck, S. (2004). Who takes the most revenge? Individual differences in negative reciprocity norm endorsement. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(6), 787-799.
- Gouldner, A.W. (1960). The norm of reciprocity: A preliminary statement. *American Sociological Review*, 161-178.
- Kolm, S. C. (2008). *Reciprocity: An economics of social relations*. Cambridge University Press.
- Liebrand, W. B. ve McClintock, C. G. (1988). The ring measure of social values: A computerized procedure for assessing individual differences in information processing and social value orientation. *European Journal of Personality*, 2(3), 217-230.
- Mauss, M. (2018). *Armağan üzerine deneme*. (N. Özyıldırım, çev.). İstanbul: Alfa Yayınları.
- Mitchell, M.S., Ambrose, M.L. (2007). Abusive supervision and workplace deviance and the moderating effects of negative reciprocity beliefs. *Journal of Applied Psychology*, 92(4), 1159-1168.
- Perugini, M., Gallucci, M. (2001). Individual differences and social norms: The distinction between reciprocators and prosocials. *European Journal of Personality*, 15(1), 19-35.
- Perugini, M., Gallucci, M., Presaghi, F. ve Ercolani, A.P. (2003). The personal norm of reciprocity. *European Journal of Personality*, 17(4), 251-283.
- Polanyi, K. (2009). *Büyük dönüşüm: Çağımızın siyasal ve ekonomik kökenleri*. İstanbul: İletişim Yayıncılık.
- Schindler, S., Reinhard, M. A. ve Stahlberg, D. (2012). Mortality salience increases personal relevance of the norm of reciprocity. *Psychological Reports*, 111(2), 565-574.
- Schindler, S., Reinhard, M.A., Stahlberg, D. (2013). Tit for tat in the face of death: The effect of mortality salience on reciprocal behavior. *Journal of Experimental Social Psychology*, 49(1), 87-92.
- The jamovi project (2021). *jamovi*. (Version 2.2) [Computer Software]. Retrieved from jamovi.org.
- Umphress, E.E., Bingham, J.B., & Mitchell, M.S. (2010). Unethical behavior in the name of the company: The moderating effect of organizational identification and positive reciprocity beliefs on unethical pro-organizational behavior. *Journal of Applied Psychology*, 95(4), 769-780.

Ek-1: Ölçek Maddeleri

Pozitif Karşılıklılık Normu
1. Bana önceden yardım etmiş birine yardım edebilmek için kişisel bedel ödemeye hazırım.
2. Biri bana iyilik yaparsa, ona karşılık vermeye hazırım.
3. Eğer birisi benimle işbirliği yapıyorsa, ona yardım etmekten mutluluk duyarım.
4. Birinin yardımına karşılık sıkıcı bir işi yapmaya hazırım.
5. Birisi bana iyilik yaptığında, kendimi ona karşılık vermeye yükümlü hissederim.
6. Eğer birisi benden kibarca bilgi isterse ona yardım etmekten mutluluk duyarım.
7. Birisi bana iyilik olarak borç para verirse, ona verdiği miktardan daha fazlasını geri vermem gerektiğini hissederim.
8. Eğer birisi bana kazanacak atın hangisi olduğunu söylerse, kazandığım ikramiyenin bir kısmını kesinlikle onunla paylaşırım.
9. Daha önceden bana kibar davranan birisine yardım etme zahmetine girerim.
Negatif Karşılıklılık Normu
1. Eğer ciddi bir haksızlığa maruz kalırsam, bedeli ne olursa olsun, bir an önce intikam alırım.
2. Yapılan bir haksızlığa karşılık vermek için zaman harcamaya ve çaba sarf etmeye razıyım.
3. Eğer karşımdaki kişi bana iyi davranıyorsa nazik ve iyi birisiyimdir, aksi takdirde aynı şekilde karşılık veririm.
4. Eğer birisi benim alenen başımı belaya sokuyorsa, ben de ona aynısını yaparım.
5. Eğer birisi beni kırarsa ben de kırıcı olurum.
6. Eğer birisi bana haksızlık yaparsa, özrünü kabul etmektense hak ettiği karşılığı vermeyi tercih ederim.
7. Bana kötü davranmış birisine, para teklif etse bile iyilik yapmam.
8. Birisi bana kaba davranırsa ben de kabalaşırım.
9. Başkalarına davranma biçimim onların bana nasıl davrandığına bağlıdır.
Karşılıklılık İnancı
1. Birisine yardım etmek, o kişinin gelecekte size yardım edeceğinden emin olmak için en iyi politikadır.
2. Başkalarına kötü davranmamalıyım ki onların bana kötü davranmasını önleyebileyim.
3. Önceden kötü muamele ettiğim insanların tepkilerinden korkarım.
4. Eğer sıkı çalışırsam karşılığını almayı beklerim.
5. Birisine iltifat ettiğimde, bana karşılık vermesini beklerim.
6. Kaba olmaktan kaçınırım, çünkü başkalarının da bana karşı kaba olmasını istemem.
7. Eğer bir turiste yardım edersem, bana kibarca teşekkür etmesini beklerim.
8. Birisine kötü davranırsam, benden intikam almak için fırsat kollayacağı aşikardır.
9. Eğer bir restoranda bahşiş bırakmazsam, gelecekte iyi bir hizmet almayı bekleyemem



IMPULSIVE BUYING TENDENCY: THE ROLE OF COGNITIVE FACTORS, PERSONALITY TRAITS AND AFFECT

Hatice KAFADAR¹, Selin YILMAZ²

ABSTRACT

Impulsive buying is considered to be an emotional and unplanned decision-making behaviour. Because this type of purchasing rate has fairly increased in recent years, examining the determinants of impulsive buying is important to understand which intervention programs should be designed. In the current study, it was aimed to develop a model in which impulsive buying tendency is predicted by variables such as personality traits, affect and cognitive factors (problem solving skills and cognitive flexibility). Overall, 300 young adults (198 female and 102 male), took part in the study. The mean age of the participants for the current study was as 21.29 years (SD=2.95). Impulsive buying tendency, personality traits, affect, problem solving skills and cognitive flexibility variables were measured via Consumer Buying Impulsivity Scale (CBI), Behavioural Inhibition/Activation System Scales (BIS/BAS), Positive and Negative Affect Scale (PANAS), Problem Solving Inventory (PSI) and Cognitive Flexibility Scale (CFI), respectively. The results indicated that personality traits in the behavioral activation system (reward system) could be an important determinant of impulsive buying tendency when examined together with other variables. In sum, high reward responsiveness may result in impulsive buying. Furthermore, affective factors (both negative and positive affect) rather than cognitive factors may be a triggering factor for impulsive buying.

Key Words

Impulsive Buying, Problem Solving, Personality, Behavioural Activation, Behavioural Inhibition

DÜRTÜSEL SATIN ALMA EĞİLİMİ: BİLİŞSEL FAKTÖRLER, KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE DUYGULANIMIN ROLÜ

ÖZ

Dürtüsel satın alma duygusal ve planlanmamış karar verme davranışı olarak kabul edilmektedir. Bu tür satın alma oranı son yıllarda oldukça arttığından, dürtüsel satın almanın belirleyicilerinin incelenmesi, hangi müdahale programlarının tasarlanması gerektiğini anlamak açısından önemlidir. Bu çalışma ile dürtüsel satın alma eğiliminin bireyin kişilik özellikleri, duygulanım ve bilişsel faktörleri (problem çözme becerileri ve bilişsel esneklik) gibi değişkenler tarafından yordandığı bir model geliştirmek amaçlanmıştır. Toplam 300 genç yetişkin (198 kadın ve 102 erkek) çalışmaya katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 21.29'dur (SS=2.95). Dürtüsel satın alma eğilimi, kişilik özellikleri, duygulanım, problem çözme becerileri ve bilişsel esneklik değişkenleri sırasıyla Dürtüsel Satın Alma Ölçeği, Davranışsal İnhibisyon/Aktivasyon Sistemi Ölçeği, Pozitif ve Negatif Duygulanım Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve Bilişsel Esneklik Ölçeği ile ölçülmüştür. Sonuçlar özellikle davranışsal aktivasyon sisteminde (ödül sistemi) yer alan kişilik özelliklerinin diğer değişkenlerle bir arada incelendiğinde dürtüsel satın alma eğiliminde önemli bir belirleyici olabileceğine işaret etmektedir. Özetle, yüksek ödül tepkisi dürtüsel satın almayla sonuçlanabilmektedir. Ayrıca, sonuçlar bilişsel faktörlerden ziyade duygusal faktörlerin (pozitif ve negatif duygulanım) dürtüsel satın alma için tetikleyici faktör olabileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler

Dürtüsel Satın Alma, Problem Çözme, Kişilik, Davranışsal Aktivasyon, Davranışsal İnhibisyon

¹Assoc. Professor, Bolu Abant İzzet Baysal University, E-mail: haticekafadar@yahoo.com, ORCID: 0000-0002-0802-6550

²Asst. Professor, Adana Alparslan Türkeş Science and Technology University, E-mail: yilmaz-selin@outlook.com, ORCID: 0000-0001-9960-1321

Citation: Kafadar, H., Yılmaz, S. (2022). Impulsive buying tendency: The role of cognitive factors, personality traits and affect. *Life Skills Journal of Psychology*, 6(12), 127-142.

Introduction

Impulsive buying is generally seen as being synonymous with unplanned buying (Stern, 1962). Therefore, both terms are used in the same sense throughout this article. According to Rook (1987), impulsive buying is characterized by strong and persistent impulses that are often emotionally rather than rationally driven, and can result in the buyers overlooking the potential negative consequences of their decisions.

Impulsive buying is considered to be relatively common worldwide. For instance, Hausman (2000) argues that about 90% of people buy goods impulsively. Ünal (2008) suggested that 70% to 80% of the consumers make impulse buying. Recently, Dawson and Kim (2010) showed that 50% of consumers buy products impulsively. Another study conducted by Wu et al. (2016) reported that 82% of the survey participants engaged in impulse purchasing. Despite these high rates, there is lack of models including which psychological mechanisms may be more crucial for this buying behavior. The present study aimed to make up deficiency in the literature in terms of understanding which process may be more important in impulsive buying, by presenting a model that deals with emotion, cognitive processes and personality traits together.

Particularly, on account of an increase in credit card misuse (Norvilitis et al., 2006) and internet shopping, financial problems are observed among university students (Jariah et al., 2004). Hence, these results led researchers to investigate various psychological factors affecting impulsive buying in this sample group in order to understand how these factors influence their impulsive buying behavior (Lai, 2010; Pirog and Roberts, 2007). Some researchers reported credit card misuse and financial problems related to impulsive buying tendency among university students (Jariah et al., 2004; Norvilitis et al., 2006). More researches are needed to understand the mechanisms underlying impulsive buying tendencies of university students. For this reason, the sample group of the current study consisted of only university students in order to understand different factors influencing the impulsive buying in these participants.

Impulsive buying involves a faster decision-making process than planned buying (Amiri et al., 2012), and an individual's inability to make rational decisions while purchasing a product or service has been observed to lead to this behaviour. According to Rook & Hoch (1985), there are five main factors that distinguish consumers who demonstrate impulsive or unplanned buying behaviour from those who engage in planned buying behaviour: (1) a sudden, unexpected desire to buy, (2) psychological imbalance (a temporarily failure of self-control or willpower), (3) psychological conflicts, (4) automatic decision-making with lack of cognitive assessments, and (5) failure to consider the possible consequences of buying. Moreover, it is assumed that the impulsive buying tendency consists of two dimensions: affective and cognitive (Youn & Faber, 2002). Accordingly, affect and cognition are thought to influence purchasing decisions, and affect corresponds to feelings, senses and moods, while cognition corresponds to interpreting information and thinking. Affective dimension involves positive buying emotions, irresistible urge to buy and mood management. Cognitive dimension includes unplanned to buying, disregard to future and cognitive deliberation. Rook & Fisher

(1995) suggested that making decisions based on impulsive buying raise probability of adverse outcomes, such as in areas of post-purchase satisfaction, personal finance, social reactions and overall self esteem. Thus, it seems important to understand the psychological factors underlying the poor decision-making mechanism in impulsive buyers.

Firstly, gender is a sociodemographic factor influencing an individual to engage in impulsive buying. In terms of gender, recent studies have emphasized the influence of the intrinsic factor of impulsive buying on behaviour as a tendency more often seen in females than in males (Akturan, 2009; Coley & Burgess, 2003; Pentecost & Andrews, 2010; Tifferet & Herstein, 2012). These studies generally suggested that females are more impulsive than males in terms of emotional dimension of impulsive buying. These studies generally explain the increased impulsive buying tendency in women to the fact that women are more likely than men to always buy a product they really like. In addition, women were more likely than men to report feeling excitement when making a purchase. In the parallel with these studies, Girişken (2015) suggested that women have positive attitudes towards buying and they make a purchase to relax and have thrill. On the contrary, it is stated that men have negative attitudes towards shopping and define shopping as an action necessary to meet their needs. Moreover, it was argued that women mostly shop for clothing, books and cosmetics, while men buy transportation services, food and technology products. Additionally, it was determined that men rarely prefer online shopping, while women shop more online (TC Ticaret Bakanlığı, 2018). On the other hand, some studies did not report a relationship between gender and impulsive buying (Foroughi et al., 2013; Rana & Tirthani, 2012). These contradictory results may be resolved by the present study. As a result, the following hypothesis is proposed:

H1: Gender differences are expected in terms of only the affective dimension of impulsive buying tendency.

Secondly, it is mentioned that impulsive buying has emotional and cognitive dimensions (Verplanken & Herabadi, 2001; Virvalaite, Saladiene & Bagdonaite, 2009; Youn & Faber, 2002). From the perspective of the emotional dimension, the effects of positive and negative moods on impulsive buying have been described in several studies. Mood and emotion regulation in particular were directly or indirectly associated with impulsive buying by Rook (1987) and Weinberg and Gottwald (1982). Individuals who had a higher expectation of positive emotions after shopping were observed to spend more by using credit cards (Wiener et al., 2007). According to the impulsive buying model of Beatty & Ferrell (1998), the positive mood state plays an incentive role for impulsive purchasers. Rook & Gardner (1993) claimed that people buy impulsively while in both the negative and positive moods; however, the positive mood is more commonly associated with impulsive buying. The role of buying behavior in creating positive emotions is particularly evident in impulsive buying. It is also thought that shopping can strongly motivate people to maintain a positive mood or repair a negative mood (Altuğ, 2022; Fenton-O'Creevy et al., 2018). Moreover, Thompson & Prendergast (2015) also suggested that positive and negative affect predict impulsive buying.

On the other hand, there is a lack of evidence on which cognitive brain function may be included in the cognitive dimension of the impulsive buying in the literature. Korniotis & Kumar (2011) emphasized that effective cognitive abilities are crucial in the quality for financial decisions. Shivapour et al. (2012) indicated that problem solving and mental flexibility might have a supporting role in financial decisions. Decision making studies based on the gambling tasks also revealed that impaired planning and problem solving skills as well as mental flexibility are associated with risky decision-making (Brand et al., 2005; Brand, et al., 2007; Buelow, 2015). These are frontal lobe functions and anterior frontal cortex seems to be important for financial decision (Koenigs & Tranel, 2007; Wischnewski et al., 2018). Therefore, we can deduce that frontal lobe functions such as problem solving and mental flexibility may also be related to impulsive buying decisions.

Lastly, individual personality traits may also be associated with impulsive buying behaviour. A study depend on the five-factor personality theory revealed that extraversion, conscientiousness and neuroticism personality traits predict impulsive buying (Thompson & Prendergast, 2015). Another study conducted by Badgaiyan and Verma (2014) found that impulsive buying was positively correlated with the personality trait of extraversion and negatively correlated with that of conscientiousness. Gray's biopsychological personality theory, known as the reinforcement sensitivity theory (RST), involving the prefrontal cortex, amygdala, septo hippocampal system and relevant structures, emphasized that punishment and reward systems are determinants of human behaviours such as anxiety, fear and impulsiveness (Pickering & Gray, 2001). According to Gray's theory, the behavioural activation system (BAS) motivates individuals to seek rewarding situations and/or avoid punishment, and the behavioural inhibition system (BIS) influences final decision-making via inhibition, attention, and arousal while in a state of anxiety (McNaughton & Corr, 2004). The BAS is associated with impulsivity and sensitivity to rewards. The mechanism of BAS is believed to involve the release of dopamine neurotransmitters from the mesolimbic dopaminergic pathways (Pickering & Gray, 2001). Gray's theory therefore suggests that an individual's lack of inhibition is mediated by high BAS activation and low BIS activation (Corr, 2004). Gray's biopsychological personality theory also suggests that the prefrontal cortex and dopamine projection to the mesolimbic pathway responsible for the reward system are important factors in impulsive behaviours (Pickering & Gray, 2001). One study found a correlation between high BAS activation and addictive behaviours, and noted in particular that the drug-addicted participants had more drive and fun-seeking traits than the study's control group (Franken et al., 2006). Low BIS activation and high BAS activation have also been associated with alcohol abuse and dysfunctional eating (Loxton & Dawe, 2001; Pardo et al., 2007). There were few studies investigating the relationship between impulsive buying tendency and Gray's personality theory in the literature. In that, Ramanathan & Menon (2006) used the BAS scale to demonstrate that impulsive buying tendency and reward seeking lead individuals to impulsive behaviours and high reward seeking score is associated with impulsive buying; however, Vohs & Faber (2007) found that low BIS score is associated with impulsive buying.

This study mainly aimed to develop an impulsive buying tendency model which included personality traits, affect and cognitive factors. The most important contribution of the present study to the literature is that it is the first study to examine mentioned these three important factors predicting impulsive buying tendency within the framework of a model. Thus, this model can enable us to find out the association between impulsive buying and other processes and which variables contribute more than other variables to the impulsive buying in university students. For this reason, the hypotheses below were tested in the current study:

H2: There is a significant model explaining the relationship between impulsive buying tendency, personality traits, affect and cognitive factors.

H3: Personality traits are a significant predictor of impulsive buying tendency.

H4: Affect is a significant predictor of impulsive buying tendency.

H5: Cognitive factors are a significant predictor of impulsive buying tendency.

Method

Participants

A total of 300 healthy university students (198 female and 102 male) took part in this study. It is stated that the minimum sample size for SEM-based research should be at least ten times the number of parameters ($N > P * 10$) to be estimated (Meade & Lautenschlager, 2004). Therefore, the number of samples was considered to be relatively sufficient for the current research analysis. The mean age of the participants for the present study was as 21.29 years ($SD = 2.95$, age range = 18-30 years). The demographic variables of the participants are presented in Table 1.

Measures

Standard Information Form

This form includes knowledge about gender, age, and state of health (whether they have any illness neurologic or psychiatric disorders, they are on psychiatric medication) of the all participants. As the target population of the current study is healthy young adults, all participants who did not report neurological or disease history were included in the study.

Consumer Buying Impulsivity (CBI) Scale: The original Consumer Buying Impulsivity (CBI) scale was developed by Youn & Faber (2002) to measure impulsive buying tendency. The CBI was adapted into a Turkish version by Unal (2008) and Dursun & Yener (2014). The scale included two dimensions: affective and cognitive. The cognitive dimension consisted of the two subscales of cognitive deliberation and disregarding the future /impulsive buying, with Cronbach's alpha coefficients determined as .82 and .80. In the current study, these values were reported as .81 and .73 The internal consistent coefficient for the whole scale was .88. In the present study internal consistency coefficients were calculated as .90 for the overall scale. Factor analysis showed that all factors explained 62.56% of the total variance (Dursun & Yener, 2014).

Cognitive Flexibility Scale (CFS): This scale was developed by Martin & Rubin (1995) so as to evaluate an individual's ability to shift the thought process between multiple concepts. It was adapted into a Turkish version by Altunkol (2011). The scale is one dimensional and consists of 12 items. Internal consistency for the adapted Turkish CFS was found as .81. In the current study, this value was calculated as .78. The test-retest correlation was .73. The scale showed correlation with the Dysfunctional Attitudes Scale ($r=-.23$, $p<0.01$) and the Irrational Belief test ($r=.14$, $p<0.01$). Higher scores indicated greater cognitive flexibility, while lower scores indicated poor cognitive flexibility.

Problem Solving Inventory (PSI): The original version of this test was developed by Heppner & Petersen (1982) and adjusted to a Turkish version by Sahin et al. (1993). The scale consisted of 35 items scored on a 6-point Likert-type scale. Six factors were obtained from the Turkish reliability and validity study. The total Cronbach's alpha coefficient value for reliability study was .88. This score was found to be .90 in the present study.

Positive and Negative Affect Scale (PANAS): This test was developed by Watson et al. (1988) and adjusted into Turkish by Gencoz (2000). The scale contains of 20 items scored on 5-point Likert-type scale. The scale items are divided between 10 positive and 10 negative affective states. The Cronbach's alpha coefficients for positive affect ($r=.86$) and negative affect ($r=.83$) were high. In the current study, for both of them these internal reliability coefficients were found as .85 (Gencoz, 2000).

Behavioural Inhibition/Activation System Scales (BIS/BAS): Personality traits were measured using the 24-item Behavioural Inhibition System/Behavioural Activation System (BIS/BAS) scales. This scale was developed by Carver & White (1994) and the Turkish version of the scale was adapted by Sisman (2012). The scale consisted of behavioural activation and behavioural inhibition subscales. The total BAS scale included three subscales: drive, fun seeking, and reward responsiveness. Internal consistency coefficients were obtained for the behavioural inhibition, reward responsiveness, fun seeking, and drive subscales with scores of .69, .57, .63, and .69, respectively, and with test-retest reliability coefficients of .69, .59, .58, and .80, respectively (Sisman, 2012). In the current study the Cronbach's alpha coefficient values for behavioural inhibition, reward responsiveness, fun seeking, and drive were found as .74, .73, .63 and .70, respectively. According to the widely accepted approach regarding the interpretation of the internal consistency coefficient, a Cronbach's alpha of .70 and above is good and a value within .60 and .70 is acceptable (George & Mallery, 2003). Also, values within .60 and .80 indicated that the reliability of scale was at medium level (Ozdamar, 2002).

Procedure

Participants were selected from various departments of Bolu Abant Izzet Baysal University via a convenience sampling method. All information in this study obtained in accordance with Bolu Abant Izzet Baysal University Humanities and Social Sciences Research Ethics Committee (Protocol No: 2017/66, 08.03.2017). The current research was conducted between 2017-2019. Participants were not paid any money related to the study. Participants were approached in their classes

and they were given approximately 20 minutes to complete all aforementioned questionnaires. After being informed about the study, their consents were obtained and they voluntarily participated in the study. Participants completed printed questionnaires with randomized test questions. Initially 300 participants (18-30 years of age) completed these questionnaires and because there were no participant reporting any psychiatric or neurological illness and any psychiatric medication use, all of them were included in study. Finally, the data was analyzed using independent sample t-test and SEM. The SEM analysis was conducted via the AMOS 23.0 program. The findings were evaluated at .05 significant levels.

Results and Discussion

Table 1. Demographic characteristics of participants

Variable	n	%
Gender		
Female	198	66.0
Male	102	34.0
Payment method		
Credit card	98	32.7
Cash	202	67.3
Number of credit cards owned		
0	92	30.7
1	160	53.3
2	40	13.3
More than 2	8	2.7
Shopping frequency		
Every day	6	2.0
More than once a week	44	14.7
Every week	29	9.7
Beweekly	70	23.3
More than once a month	115	38.3
Every few months or rarer	36	12.0
Shopping environment		
Online	40	13.3
Conventional (physical store)	260	86.7
	M	SD
Age	21.3	2.95
Monthly spending (₺)	367.18	420.72
Monthly credit card spending(₺)	211.01	418.56

Initially, the differences between the men's and women's impulsive buying tendencies were investigated. As seen in Table 2, the independent samples t-test analysis indicates that the women reported a significantly greater impulsive buying tendency than men in the affective dimension, based on data from the following subscales: irresistible urge to buy, emotional conflict, positive buying emotions, and mood management. On the other hand, the men and women scored equally in the cognitive dimension of impulsive buying. Thus, the findings supported the first hypothesis. These results are consistent with those found in studies conducted by Akturan (2009) and Chavosh et al. (2011). These results suggested that women are more susceptible than men to make emotional buying decisions. This result can be associated with the differentiation of the reasons for shopping between genders. This may be due to the fact that women see shopping as a symbol in meeting their emotional needs compared to men. Based on these

results, the gender factor should not be ignored in studies investigating impulsive buying.

Table 2. Mean scores and Independent Samples t-test results regarding gender differences and impulsive buying tendency

	Gender				t	p	Cohen's d
	Males (N=102)		Females (N=198)				
	M	SD	M	SD			
Affective dimension							
Irresistible urge to buy	17.82	6.08	19.81	6.38	2.60	0.010**	0.02
Emotional conflict	12.38	4.94	13.74	4.94	2.33	0.020*	0.02
Positive buying emotions	10.05	3.80	11.10	4.02	2.17	0.030*	0.02
Mood management	11.60	4.75	14.49	5.18	4.70	0.000***	0.07
Cognitive dimension							
Cognitive deliberation	15.45	3.14	14.83	2.93	-1.69	0.090	0.00
Disregarding the future and impulsive buying	4.90	2.27	5.20	2.32	1.05	0.290	0.00

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001.

Structural Equation Model

In the present study, a set of fit indices were used based on the literature. Accordingly, when testing whether the hypothetical model has been verified, these indices are considered: RMSEA<10, (Browne & Cudeck, 1993); CFI \geq .90 (Hu & Bentler, 1999); $\chi^2/df < 5$ (Kline, 2005). Some studies suggested that since some index values including GFI, AGFI and NFI are sensitive to the parameter values and sample size in the model, they have produced biased values (Brown, 2006; Hu & Bentler, 1999; Kline, 2005). So, these values do not need to be used.

Firstly, the measurement models with eighteen observed variables and four latent variables were tested, before describing a proposed structural model. The first measurement model was evaluated using the maximum likelihood method, which did not produced a reasonable fit to the data and behavioural inhibition seemed to be a nonsignificant indicator of personality traits latent variable [$\chi^2(44, N=300)=397.56$, $p < 0.001$; $\chi^2/df=3.130$; RMSEA=0.08; CFI=0.86]. Therefore, the second measurement model was tested by removing this observed variable and all loadings were statistically significant (Figure 1). The factor loadings of the final model ranged from .38 to .88 ($p < 0.001$). Thus, this final measurement model indicated that the latent variables were estimated successfully from the observed variables [$\chi^2(42, N=300)=278.16$, $p < 0.001$; $\chi^2/df=2.506$; RMSEA=0.07; CFI=0.90].

The reliability and convergent validity were assessed by calculating the composite reliability (CR) and Average Variance Extracted (AVE) (Fornell & Larckner, 1981). The studies recommended that CR should exceed 0.70 and AVE for each construct

should exceed 0.50 (Bagozzi & Yi, 1988; Fornell & Larckner, 1981). In the current study AVE values for impulsive buying tendency, personality traits, affect and cognitive factors latent variables were computed as 0.40, 0.42, 0.37 and 0.55, respectively. In addition, CR values for impulsive buying tendency, personality traits, affect and cognitive factors latent variables were calculated as 0.87, 0.76, 0.71 and 0.81, respectively. According to these results, cognitive factors latent variable has acceptable AVE value. However, the low AVE values for impulsive buying tendency, personality traits and affect are acceptable due to condition that if AVE value is less than 0.5, but composite reliability is higher than 0.6, the convergent validity of the construct is acceptable (Fornell & David, 1981). In sum, measurement model in this research relatively shows good reliability and convergent validity.

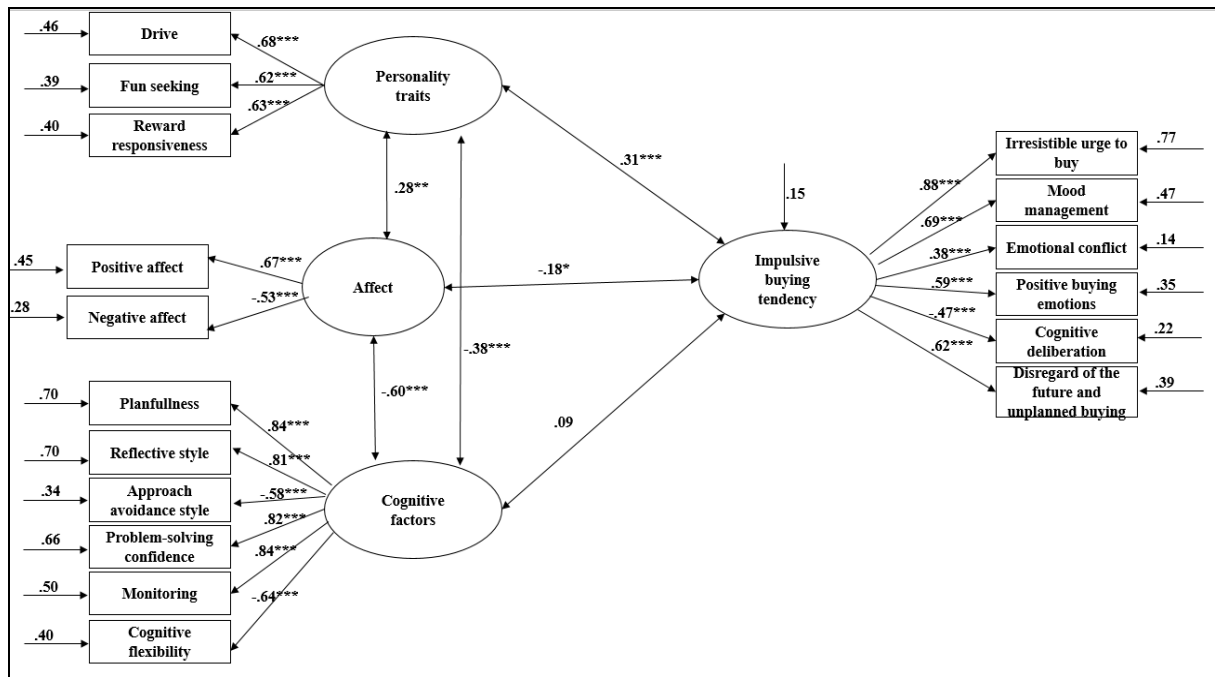


Figure 1. The measurement model for Impulsive buying tendency.

(* $p \leq 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$)

The present study's structural equation model was presented in figure 2. Structural coefficients regarding the three latent independent variables predicted the latent dependent variables as follows: personality traits=0.42, affect=-0.23, cognitive factors=0.11. According to these results, personality traits ($\beta=0.40$, $p < 0.001$) and affect ($\beta=-0.23$, $p \leq 0.05$) directly and significantly predicted impulsive buying tendency; however, the impacts of cognitive factors ($\beta=0.11$, $p > 0.05$) on impulsive buying tendency were not significant. Gender was not used as a multi-group moderator because it did not create a difference in the model. Thus, the results relatively revealed the compatibility of data to the sample: [χ^2_{43} , $N=300$]=255.75, $p < 0.001$; $\chi^2/df=2.325$; $RMSEA=0.067$; $CFI=0.92$]. The second hypothesis was also supported.

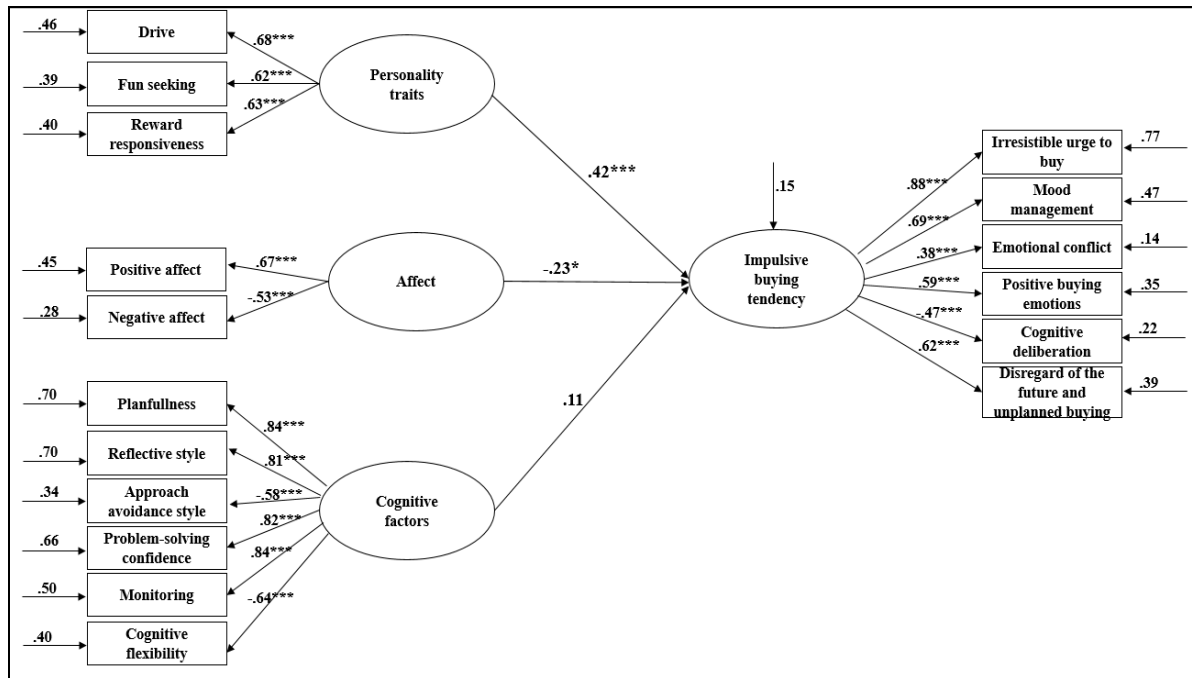


Figure 2. The Impulsive buying tendency model. (* $p \leq 0.05$, * $p < 0.001$)**

In parallel with the third hypothesis, personality traits significantly predict impulsive buying. The model indicates several personality traits that contribute more than other variables to the impulsive buying tendency, including drive, reward responsiveness, fun seeking, and behavioural inhibition. Particularly, the current research findings on the link between BAS scale and impulsive buying tendency are consistent with prior research conducted by Ramanathan and Menon (2006). Consequently, the present study supports these previous studies by reinforcing the importance of personality traits on impulsive buying.

The model presented by the study shows that the reward and punishment system together with an individual's emotions closely relate to the impulsive buying tendency. According to Knutson et al. (2007), expectations while making a purchase activate the nucleus accumbens, while high product prices deactivate the mesial prefrontal cortex. Thus, the activation of the nucleus accumbens and mesial prefrontal while purchasing indicates a relationship between the reward and punishment system and the impulsive buying tendency. In summary, high reward responsiveness may result in impulsive buying.

Within the scope of the fourth hypothesis, the contribution of affect on impulsive buying was analyzed and the hypothesis was accepted. Thus, the present study indicated that affect is an important component of impulsive buying. This finding is consistent with previous studies dealing with buying behaviour (Silvera et al. 2008; Youn & Faber, 2002). The brain study conducted by Hubert et al. (2013) supports findings that VmPFC, considered an important region for emotions, is also related to impulse buying. As a result, both negative and positive affect may be a triggering factor for impulsive buying.

Finally, in the context of the fifth hypothesis, the contribution of the cognitive factors on impulsive buying was examined and it was seen that it does not

significantly predict impulsive buying and so the hypothesis was rejected. This result referred that problem solving and cognitive flexibility cognitive processes are not sufficient to explain impulsive buying. Hence, future studies in which other cognitive processes such as intelligence, and executive functions are also investigated may contribute to literature. According to literature, even though individuals making impulsive buying use their cognitive skills at a certain level, emotional processes can overcome their cognitive processes at certain points in the decision-making process. That is, cognitive skills are seen as part of impulsive buying, but emotional factors have been suggested to play a much larger role (Rook & Fisher, 1995; Weinberg & Gottwald, 1982). Similarly, the current research reveals that mood has a stronger effect on predicting impulsive buying than cognitive skills such as cognitive flexibility and problem solving. Eventually, the current study important to understand the mechanisms underlying impulsive buying, because it may lead to compulsive buying indirectly which is an impulse disorder (Darrat et al., 2016). Eventually, the current study important to understand the mechanisms underlying impulsive buying that may lead to compulsive buying indirectly which is an impulse disorder (Darrat et al., 2016).

Conclusion

The purpose of the current study was to examine the link between impulsive buying tendency and the psychological process, such as, personality traits, affect and cognitive factors, and to clarify the relations with one another by means of SEM. The most important originality of the current study is that it is the first study to scrutinize these variables together within the framework of a model. This modeling technique enabled us to comprehend the association between impulsive buying and other processes, and which process predict more than other processes to the impulsive buying behaviour in young adults. For this reason, this research aimed to contribute to the impulsive buying field by determining its potential risk factors in college students. The potentiation of student's ability to cope with and regulate the negative emotions, would contribute to decreasing the risk of young adults becoming impulsive buyers. Therefore, it is recommended that prevention and intervention guidelines be comprised concentrated on alleviating the symptoms of psychological distress. Especially, because having some personality traits can create a risk factor for impulsive buying, these guidelines should not neglect to focus on these groups. In addition all these, it is also suggested that financial management courses should be organized at universities.

Limitations

The current study has some limitations. Particularly, this study was conducted with university students, which limits the generalizability of the results. This study should be supported by studies conducted on various age and educational level groups. Finally, a limited number of variables were examined in the present study. Future studies with different variables especially in healthy individuals, will contribute to the body of literature.

References

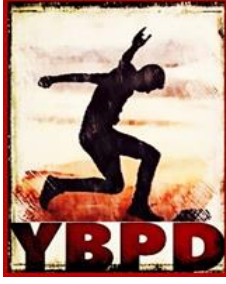
- Akturan, U. (2009). Identifying gender differences in relation with impulsive buying tendencies: A pilot research concerning university students. *Istanbul University Institute of Business Administration-Management Journal*, 64, 62-77.
- Altuğ, O. (2022). Online alışverişte kıtlık pazarlamasi ile dürtüsel satın alma arasındaki ilişki ve alışverişten keyif almanın aracılık rolü. *Erciyes Akademi*, 36(2), 723-738.
- Altunkol, F. (2011). *The analysis of the relation between cognitive flexibility and perceived stress levels of college students* (Unpublished Master's Thesis). Adana: Çukurova University.
- Amiri, F., Jasour, J., Shirpour, M., & Alizadeh, T. (2012). Evaluation of effective fashionism involvement factors effects on impulse buying of customers and condition of interrelation between these factors. *Journal of Basic and Applied Scientific Research*, 2(9), 9413-9419.
- Badgaiyan, A.J., & Verma, A. (2014). Intrinsic factors affecting impulsive buying behaviour-Evidence from India. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 21(4), 537-549.
- Beatty, S. E., & Ferrell, M. E. (1998). Impulse buying: Modeling its precursors. *Journal of Retailing*, 74(2), 169-191.
- Brand, M., Fujiwara, E., Borsutzky, S., Kalbe, E., Kessler, J., & Markowitsch, H.J. (2005). Decision-making deficits of korsakoff patients in a new gambling task with explicit rules: Associations with executive functions. *Neuropsychology*, 19(3), 267-277.
- Brand, M., Recknor, E. C., Grabenhorst, F., & Bechara, A. (2007). Decisions under ambiguity and decisions under risk: correlations with executive functions and comparisons of two different gambling tasks with implicit and explicit rules. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 29(1), 86-99.
- Browne, M.W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. *SAGE Focus Editions*, 154, 136-136.
- Buelow, M. T. (2015). Predicting performance on the Columbia Card Task: Effects of personality characteristics, mood, and executive functions. *Assessment*, 22(2), 178-187.
- Carver, C.S., & White, T.L. (1994). Behavioural inhibition, behavioural activation, and affective responses to impending reward and punishment: the BIS/BAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(2), 319-333.
- Chavosh, A., Halimi, A.B., Namdar, J., Choshaly, S.H., & Abbaspour, B. (2011). *The contribution of product and consumer characteristics to consumer's impulse purchasing behaviour in Singapore*. In: Proceedings of 2011 International Conference on Social Science and Humanity, 1, 248-252.
- Coley, A., & Burgess, B. (2003). Gender differences in cognitive and affective impulse buying. *Journal of Fashion Marketing and Management: An International Journal*, 7(3), 282-295.

- Corr, P.J. (2004). Reinforcement sensitivity theory and personality. *Neuroscience & Biobehavioural Reviews*, 28(3), 317-332.
- Darrat, A.A., Darrat, M.A., & Amyx, D. (2016). How impulse buying influences compulsive buying: The central role of consumer anxiety and escapism. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 31, 103-108.
- Dawson, S. & Kim, M. (2010). Cues on apparel web sites that trigger impulse purchases. *Journal of Fashion Marketing and Management*, 14(2), 230-246.
- Dursun, T., & Yener, D. (2014). An attempt towards the adaptation of impulse buying scales for Turkish consumer in apparel industry. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 4(1), 22-31.
- Fenton-O'Creavy, M., Dibb, S., & Furnham, A. (2018). Antecedents and consequences of chronic impulsive buying: Can impulsive buying be understood as dysfunctional self-regulation?. *Psychology & Marketing*, 35(3), 175-188.
- Fornell, C. & Lacker D.F. (1981). Evaluating structural equations with unobservable variables and measurement error. *Journal of marketing Research*, 18(1), 39-50.
- Foroughi, A., Buang, N.A., Senik, Z.C., & Hajmisadeghi, R.S. (2013). Impulse buying behavior and moderating role of gender among Iranian shoppers. *Journal of Basic and Applied Scientific Research*, 3(4), 760-769.
- Franken, I.H., Muris, P., & Georgieva, I. (2006). Gray's model of personality and addiction. *Addictive Behaviours*, 31(3), 399-403.
- Gencoz, T. (2000). Positive and Negative Affect Schedule: A study of validity and reliability. *Turkish Journal of Psychology*, 15(46), 19-28.
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. 11.0 update (4th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Girişken, Y. (2015). Kadın ve erkeklerin alışveriş deneyimi sırasındaki tutum ve davranışlarına ilişkin keşfedici bir araştırma. *İstanbul Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi*, 53, 123-136.
- Hausman, A. (2000). A multi-method investigation of consumer motivations in impulse buying behavior. *Journal of Consumer Marketing*, 17(5), 403-426.
- Heppner, P.P., & Petersen, C.H. (1982). The development and implications of a personal problem-solving inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29(1), 66-75.
- Hu, L.T., & Bentler, P.M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods*, 3, 424-453.
- Hubert, M., Hubert, M., Florack, A., Linzmajer, M., & Kenning, P. (2013). Neural correlates of impulsive buying tendencies during perception of product packaging. *Psychology & Marketing*, 30(10), 861-873.

- Jariah, M., Husniyah, A.R., Laily, P., & Britt, S. (2004). Financial behavior and problems among university students: Need for financial education. *Journal of Personal Finance*, 3(1), 82-96.
- Kline, R.B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford Press.
- Knutson, B., Rick, S., Wimmer, G.E., Prelec, D., & Loewenstein, G. (2007). Neural predictors of purchases. *Neuron*, 53(1), 147-156.
- Koenigs, M., & Tranel, D. (2007). Irrational economic decision-making after ventromedial prefrontal damage: evidence from the Ultimatum Game. *Journal of Neuroscience*, 27(4), 951-956.
- Korniotis, G.M., and Kumar, A. (2011). Do older investors make better investment decisions?. *The Review of Economics and Statistics*, 93(1), 244-265.
- Lai, C.W. (2010). How financial attitudes and practices influence the impulsive buying behavior of college and university students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 38(3), 373-380.
- Loxton, N.J., & Dawe, S. (2001). Alcohol abuse and dysfunctional eating in adolescent girls: The influence of individual differences in sensitivity to reward and punishment. *International Journal of Eating Disorders*, 29(4), 455-462.
- Martin, M.M. & Rubin, R.B. (1995). A new measure of cognitive flexibility. *Psychological Reports*, 76, 623-626.
- Meade, A. W., & Lautenschlager, G. J. (2004). A comparison of item response theory and confirmatory factor analytic methodologies for establishing measurement equivalence/invariance. *Organizational Research Methods*, 7(4), 361-388.
- McNaughton, N., & Corr, P.J. (2004). A two-dimensional neuropsychology of defense: Fear/anxiety and defensive distance. *Neuroscience & Biobehavioural Reviews*, 28(3), 285-305.
- Norvilitis, J.M., Merwin, M.M., Osberg, T.M., Roehling, P.V., Young, P., & Kamas, M.M. (2006). Personality factors, money attitudes, financial knowledge, and credit-card debt in college students 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 36(6), 1395-1413.
- Özdamar, K. (2002). *Paket programlarla istatistiksel veri analizi-1*. 4. Baskı. Eskisehir: Kaan Kitabevi.
- Pardo, Y., Aguilar, R., Molinuevo, B., & Torrubia, R. (2007). Alcohol use as a behavioural sign of disinhibition: Evidence from JA Gray's model of personality. *Addictive Behaviours*, 32(10), 2398-2403.
- Pentecost, R., & Andrews, L. (2010). Fashion retailing and the bottom line: The effects of generational cohorts, gender, fashion fanship, attitudes and impulse buying on fashion expenditure. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 17(1), 43-52.

- Pickering, A., & Gray, J.A. (2001). Dopamine, appetitive reinforcement, and the neuropsychology of human learning: An individual differences approach. *Advances in Individual Differences Research*, 113-149.
- Pirog, S.F., & Roberts, J.A. (2007). Personality and credit card misuse among college students: The mediating role of impulsiveness. *Journal of Marketing Theory and Practice*, 15(1), 65-77.
- Ramanathan, S., & Menon, G. (2006). Time-varying effects of chronic hedonic goals on impulsive behaviour. *Journal of Marketing Research*, 43(4), 628-641.
- Rana, S., & Tirthani, J. (2012). Effect of education, income and gender on impulsive buying among Indian consumer an empirical study of readymade garment customers. *Management*, 1(12), 145-146.
- Rook, D.W. (1987). The buying impulse. *Journal of Consumer Research*, 14(2), 189-199.
- Rook, D.W., & Fisher, R.J. (1995). Normative influences on impulsive buying behaviour. *Journal of Consumer Research*, 22(3), 305-313.
- Rook, D.W., & Gardner, M.P. (1993). In the mood: Impulse buying's affective antecedents. *Research in Consumer Behaviour*, 6(7), 1-28.
- Rook, D.W., & Hoch, S.J. (1985). Consuming impulses. *Advances in Consumer Research*, 12, 23-27.
- Sahin, N., Sahin, N. H., & Heppner, P. P. (1993). Psychometric properties of the problem solving inventory in a group of Turkish university students. *Cognitive Therapy and Research*, 17(4), 379-396.
- Shivapour, S.K., Nguyen, C.M., Cole, C.A., & Denburg, N.L. (2012). Effects of age, sex, and neuropsychological performance on financial decision-making. *Frontiers in Neuroscience*, 6, 82.
- Silvera, D.H., Lavack, A.M., & Kropp, F. (2008). Impulse buying: the role of affect, social influence, and subjective wellbeing. *Journal of Consumer Marketing*, 25(1), 23-33.
- Sisman, S. (2012). Turkish adaptation of behavioural inhibition system/behavioural activation system scales (BIS/BAS Scales): Validity and reliability studies. *Studies in Psychology*, 2(2), 1-22.
- Stern, H. (1962). The significance of impulse buying today. *Journal of Marketing*, 26(2), 59-62.
- Unal, S. (2008). *İçgüdüsel alışveriş*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- T.C. Ticaret Bakanlığı. (2018). *Tüketici profili ve bilinç düzeyi araştırma raporu*. ticaret.gov.tr/data/5cca9f5c13b8760c08096092/17-12-2018%20tuketici%20baski.pdf adrsinden edinilmiştir.
- Thompson, E.R., & Prendergast, G.P. (2015). The influence of trait affect and the five-factor personality model on impulse buying. *Personality and Individual Differences*, 76, 216-221.

- Tifferet, S., & Herstein, R. (2012). Gender differences in brand commitment, impulse buying, and hedonic consumption. *Journal of Product & Brand Management*, 21(3), 176-182.
- Verplanken, B., & Herabadi, A. (2001). Individual differences in impulse buying tendency: Feeling and no thinking. *European Journal of Personality*, 15(1_suppl), 71-83.
- Virvalaite, R., Saladiene, V., & Bagdonaite, R. (2009). Peculiarities of impulsive purchasing in the market of consumer goods. *Engineering Economics*, 62(2), 101-109.
- Vohs, K.D., & Faber, R.J. (2007). Spent resources: Self-regulatory resource availability affects impulse buying. *Journal of Consumer Research*, 33(4), 537-547.
- Watson, D., Clark, A.L., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- Weinberg, P., & Gottwald, W. (1982). Impulsive consumer buying as a result of emotions. *Journal of Business Research*, 10(1), 43-57.
- Wiener, R.L., Holtje, M., Winter, R.J., Cantone, J.A., Gross, K., & Block-Lieb, S. (2007). Consumer credit card use: The roles of creditor disclosure and anticipated emotion. *Journal of Experimental Psychology: Applied*, 13(1), 32-46.
- Wischnewski, M., Bekkering, H., & Schutter, D.J. (2018). Frontal cortex electrophysiology in reward-and punishment-related feedback processing during advice-guided decision making: An interleaved EEG-DC stimulation study. *Cognitive, Affective, & Behavioural Neuroscience*, 18(2), 249-262.
- Wu, L., Chen, K.W. & Chiu, M.L. (2016). Defining key drivers of online impulse purchasing: A perspective of both impulse shoppers and system users. *International Journal of Information Management*, 36(3), 284-296.
- Youn, S., & Faber, R.J. (2002). The dimensional structure of consumer buying impulsivity: measurement and validation. *Advances in Consumer Research*, 29, 280.



BAĞLANMA STİLLERİ VE SOSYAL FOBİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE KİŞİLERARASI İLİŞKİLER VE BENLİĞİN AYRIMLAŞMASININ ARACI ROLÜ

Yıldız BİLGE¹, Esin SEZGİN², Hazal ERSAL³

ÖZ

Bu çalışmanın amacı sosyal fobi, bağlanma stilleri, kişilerarası ilişkiler ve benliğin ayrışması arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve bağlanma stilleri ile sosyal fobi arasındaki ilişkide kişilerarası ilişkiler ve benliğin ayrışmasının aracı rolünün belirlenmesidir. İstanbul ilinde yapılan araştırmaya, 18-70 yaş aralığında (30.60±11.66) olan 197 (%62.7) kadın ve 117 (%37.3) erkek olmak üzere toplam 314 kişi dâhil edilmiştir. Veri toplama aracı olarak Liebowitz Sosyal Fobi Ölçeği, Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi ve Benliğin Ayrışması Ölçeği kullanılmıştır. Paralel aracılık rolleri Hayes'in PROCESS makro eklentisiyle Bootstrap yöntemi temel alınarak test edilmiştir. Korelasyon analizi sonuçlarına göre değişkenler arasında zayıf ve orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Aracılık analizi bulguları ise güvenli bağlanma ve sosyal fobi-kayı ve kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisinin olduğu; güvenli bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisi olduğu; korkulu bağlanma ve sosyal fobi-kayı ve kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisinin olduğu; saplantılı bağlanma ve sosyal fobi-kayı arasındaki ilişkide onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi, saplantılı bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide ise onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Toplam 8 anlamlı modelin, varyansın %4 ila %19'unu açıkladığı görülmüştür. Çalışmanın bulgularının bağlanma ve sosyal fobi arasındaki ilişkiye aracılık eden değişkenlerin belirlenmesi ve bu değişkenlere yönelik klinik müdahalelerin geliştirilmesi konularında çıkarımlar yapılmasına katkı sağlayabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler

Sosyal Fobi, Bağlanma Stilleri, Benliğin Ayrışması, Kişilerarası İlişki Boyutları

THE MEDIATING ROLE OF INTERPERSONAL RELATIONSHIPS AND SELF-DIFFERENTIATION IN THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTACHMENT STYLES AND SOCIAL PHOBIA

ABSTRACT

The aim of this study was to examine the relationships between social phobia, attachment styles, interpersonal relationships, and self-differentiation and to determine the mediating role of interpersonal relationships and self-differentiation in the relationship between attachment styles and social phobia. A total of 314 people, 197 (62.7%) women, and 117 (37.3%) men, aged between 18 and 70 years (30.60±11.66), were included in the study conducted in Istanbul. They were used as data collection tools Liebowitz Social Phobia Scale, Scale of Dimensions Interpersonal Relationship, Relationship Scales Questionnaire, and Self-Differentiation Scale. Parallel mediation analyzes were performed using Hayes's PROCESS macro plug-in based on the Bootstrap method. According to the results of the correlation analysis, weak and moderately significant relationships were found between the variables. The mediation analysis findings revealed, that approval dependence, trusting others, and emotional reactivity have parallel mediation effects in the relationship between secure attachment and social phobia-anxiety; that approval dependence and trusting others have parallel mediation effects in the relationship between secure attachment and social phobia-avoidance; that trusting others and emotional reactivity have parallel mediation effects in the relationship between dismissing attachment and social phobia-anxiety and avoidance; that approval dependence and trusting others had parallel mediation effect in the relationship between fearful attachment and social phobia-anxiety and avoidance; that approval dependence, trusting others and emotional reactivity had parallel mediation effect in the relationship between obsessive attachment and social phobia-anxiety; and that approval dependence and trusting others had parallel mediation effect in the relationship between preoccupied attachment and social phobia-avoidance. A total of 8 significant models explained between 4% and 19% of the variance. It can be said that the findings of the study can contribute to the determination of the variables mediating the relationship between attachment and social phobia and the development of clinical interventions for these variables.

Key Words

Social Phobia, Attachment Styles, Self-Differentiation, Dimensions of Interpersonal Relationships

¹Doç. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, e-mail: yildiz.bilge@sbu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-2315-0055

²Doç. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, e-mail: esin.sezgin@sbu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9772-9855

³Y.L. Öğrencisi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, e-mail: hazalersal1@gmail.com, ORCID: 0000-0002-4368-3003

Alıntı: Bilge, Y., Sezgin, E., Ersal, H. (2022). Bağlanma stilleri ve sosyal fobi arasındaki ilişkide kişilerarası ilişkiler ve benliğin ayrışmasının aracı rolü. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 6(12), 143-165.

Giriş

Sosyal bir varlık olan insan, varlığını sürdürdüğü değişen ve gelişen dünyada, diğer insanlarla iletişim ve etkileşim halindedir. Bireyin sosyal ilişkilerini sürdürmede karşılaştığı sorunların başında sosyal fobi gelmektedir (Bandelow ve Michaelis, 2015). Sosyal fobinin DSM-5'te (Mental bozuklukların tanısall ve istatistiksel el kitabı) yer alan tanı kriterleri arasında altı ay ya da daha uzun süre devam eden, sosyal alanlarda izlenildiğini düşünme, diğer insanlarla ilişki kurmada korku duyma ve kaçınma durumu yer almaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği [APA], 2013). Bireylerin sosyal durumlar sırasında, öncesinde ya da sonrasında diğer kişilerin tehdit olarak algılanan değerlendirmelerine karşı geliştirilen bir tepki (Wong ve Rapee, 2015) ve sosyal ortamlarda utanma, eleştirilme ya da aşağılanma korkusu şeklinde ortaya çıkan ve hastanın korkulan uyarandan kaçınmasına neden olan kronik ve sıkıntılı bir kaygı bozukluğu (Gelder vd., 2006) olarak tanımlanan sosyal fobi, en sık görülen kaygı bozukluklarından biridir (Bandelow ve Michaelis, 2015). Tipik olarak, sosyal fobisi olan kişiler, yanlış bir şey söylemekten, dilinin tutulmasından, alay edilmekten, eleştirilmekten ya da fark edilir derecede endişeli olmaktan korkmanın yanı sıra eğitimde başarısızlık, artan finansal bağımlılık, mesleki ve sosyal bozulma, azalan iş verimliliği ve işyerinde sosyal temas taleplerinden kaçınma ve daha düşük yaşam kalitesi (Lipsitz ve Schneier, 2000) gibi sorunlarla da karşı karşıya kalmaktadır.

Sosyal fobi batı toplumlarında yaşamları boyunca bireylerin %7 ila %13'ünü etkileyen nispeten yaygın bir hastalıktır (Furmark, 2002). Sosyal fobinin temelinde mizaç, yetiştirilme şekilleri, akran ilişkileri ve olumsuz yaşam olayları gibi çeşitli değişkenlerin rol oynadığı, bu değişkenlerin bireylerde başarısızlık, karamsarlık, yetersizlik, bağımlılık gibi olumsuz temel inançlar oluşturduğu ve bu nedenle sosyal fobi belirtilerinin ortaya çıktığına dair bulgular bulunmaktadır (Rapee ve Spence, 2004; Pinto-Gouveia vd., 2006). İş arkadaşları ve hatta yakın akrabalar, sosyal fobisi olan bireyin önemli bir sıkıntı içinde olduğundan çoğu zaman habersizdir (Lipsitz ve Schneier, 2000). Alanyazın incelendiğinde, üniversite öğrencileri arasında sosyal fobinin yaygın olduğuna ve yaşam kalitesi üzerinde olumsuz bir etkiye neden olduğuna ve bu bireylere acil teşhis ve tedavi verilmesi gerektiğine (Hajure, Tariku ve Abdu, 2020), sosyal fobi ile zorbalık mağduriyeti arasında çift yönlü bir ilişki olduğuna (Ranta vd., 2013), zorbalık mağduriyetinin, her türlü çocuk istismarı, internet bağımlılığı, sosyal korku ve kaçınma gibi belirli faktörlerle ilişkili olabileceğine (Malaeb vd., 2020) ve sosyal fobinin yüksek düzeyde kişilerarası problemlerle ilişkili olduğuna (Davila ve Beck, 2002; Cuming ve Rapee, 2010) ilişkin çalışmalar bulunmaktadır. Ayrıca sosyal fobinin tedavisine yönelik yaklaşımlar incelendiğinde sanal gerçekliğe maruz bırakma terapisi, bilişsel davranış terapisi, maruz bırakma terapisi, robotla konuşma gibi (Anderson vd., 2013; Bilge vd., 2020; Bouchard vd., 2017; Kampmann vd., 2016; Salehi vd., 2020) yaklaşımların olduğu çalışmaların alanyazında yer aldığı görülmektedir.

Anne ve bebek arasındaki etkileşimler bağlanmanın oluşmasında ve sürdürülmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Bowlby, May ve Solomon, 1989). Bebeklik döneminde başlayan bağlanma, benliğin ayrışmasına yol açan süreçlere katkıda bulunmakta, bu süreçlerde aile üyelerinden yani kişilerarası

ilişkilerden etkilenmekte ve bireyin bebeklik dönemindeki bakım verenleriyle olan ilişkilerini içermektedir (Franz ve White, 1985). Yetişkin bağlanma ise bebek bağlanma örüntülerine karşılık gelen dört bağlanma stili ile tanımlanmaktadır. Bu bağlanma stilleri güvenli, endişeli-kaygılı, kayıtsız-kaçınan ve korkulu-kaçınan bağlanma olarak isimlendirilmektedir (Fraley ve Shaver, 2000; Sibley, Fischer ve Liu, 2005). Bağlanma stillerinin yetişkinliğe kadar sabit kaldığı (Fraley, 2002; Pinquart vd., 2013) ve duygu düzenleme, zihinsel sağlık ve kişilerarası ilişkiler gibi çok çeşitli psikososyal sonuçlarla bağlantılı olduğu (Mikulincer ve Shaver, 2012; Shaver ve Mikulincer, 2014) ileri sürülmektedir. Alanyazındaki çalışmalarda güvenli bağlanma ile psikolojik dayanıklılık arasında bir ilişki olduğunun (Bender ve Ingram, 2018), benlik gelişiminin yüksek düzeyde güvenli bağlanma ile ilişkili olduğunun ve endişeli kaçınan bağlanma ile daha az ilişkili olduğunun (Skowron ve Dendy, 2004; Thorberg ve Lyvers, 2006; Timm ve Keiley, 2011) tespit edildiği görülmektedir. Yapılan birçok çalışmada güvensiz bağlanma ile sosyal fobi arasında pozitif bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (Eng vd., 2001; Bifulco vd., 2006; Parade vd., 2010; Notzon vd., 2016).

Kişinin başkalarıyla ilişki kurma yeteneğini bozduğu için sosyal fobi kişilerarası bir bozukluk olarak da tanımlanabilir (Alden ve Taylor, 2004). Kişilerarası ilişkiler, bireyler arasında gelişen, anlamlı, kişisel olmayandan kişisele dönük ilerleyen ve devamlı değişim gösteren etkileşimlerdir (Siyez, 2010). Erden İmamoğlu ve Aydın'a (2009) göre ise iki veya daha çok bireyin arasında gerçekleşen bireylerin farklı gereksinimlerinden kaynaklanan, tanışmadan başlayıp samimi ilişkilere dek farklı biçimlerde oluşan, interaktif duygusal etkileşimler olarak nitelendirilmektedir. Çalışmada kullanılan ölçekte yer alan ve kişilerarası ilişkilerin boyutlarından biri olan başkalarına güven Rotter'a (1980) göre, "*bir kişinin bir başkasının sözüne güvenmeye dair genelleştirilmiş olumlu bir beklenti*" olarak tanımlanabilecek bir kişilik özelliğidir. Bir başka alt boyut ise onay bağımlılığıdır. Önemli ve güçlü diğeri tarafından onaylanma, kişilerarası etkileşimde insan davranışlarının büyük bir kısmını belirlemektedir (Larsen ve ark., 1976). Kişinin onayı ne kadar arzuladığı ve davranışının o amaca ulaşmasının ne kadar olası görüldüğü kendisini istenen şekilde sunması açısından belirleyicidir (Arkin, 1981). Ayrıca dikkat ve onay alma ihtiyacı genellikle bağımlı davranışlarda görülmektedir (Ainsworth, 1969). Bu özellikleriyle bağlanma stilinin onay bağımlılığı ile bağlantılı bir kavram olduğu söylenebilir. Bir diğer boyut olan empati, gözlem, hafıza, bilgi ve muhakemenin bir araya gelmesiyle kişinin başkalarının düşünce ve duygularına dair içgörü kazandığı karmaşık bir kişilerarası olgu olarak tanımlanmaktadır (Ickes, 1997). Son olarak duygu farkındalığı ise bir duygunun var olduğunun bilinmesini veya tanınmasını içermektedir (Croyl ve Waltz, 2002). Genel olarak insanların yaşamlarında önemli olan diğer kişilerle ilişki kurma biçimlerinde büyük bireysel farklılıklar olduğunu söylemek mümkündür. Bazı bireyler güvenli yakın ilişkiler kurmakta, başkalarına bağımlı olmaktan rahatsız olmamakta ve dünyayı keşfetmek için başkalarını güvenli bir üs olarak kullanabilmekte iken bazı bireyler ise yakın ilişkilerinde güvensizlik yaşamakta, başkalarına açılmaktan rahatsız olmakta ve gerektiğinde başkalarının yanlarında olmayacağına yönelik endişe duymaktadırlar. Bu tür bireysel farklılıklar, yetişkin bağlanma stilleri kavramıyla ilişkili olarak tanımlanmaktadır (Fraley ve Roisman, 2019). Yaşamın ilk yıllarında

bakımverenle yaşanan deneyimlerin yansımaları olarak kabul edilen bağlanma teorisine göre insanların bağlanma stilleri, başkalarının davranış ve niyetlerinin nasıl yorumlandığına, duygu ve davranışların nasıl düzenlendiğine ve yakın ilişkilerin nasıl deneyimlendiğine ilişkin konularda önemli bir rol oynamaktadır (Collins vd., 2006). Örneğin geniş bir literatürün gözden geçirildiği bir metaanaliz çalışmasında güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin daha az ilişki doyumu yaşadığı saptanmıştır (Hadden, Smith ve Webster, 2014).

Bağlanma biçimi ve kişilerarası ilişkilerin her ikisi de içinde bulunulan ailenin özelliklerine göre şekillenmekte ve aile dinamiğinden köken almaktadır. Benzer şekilde kendini farklılaştırma derecesi demek olan benliğin ayrışması kavramı da Bowen'a (1978) göre bireylere ailelerinden aktarılmaktadır. Benliğin ayrışması bir kişinin psikolojik olarak sahip olduğu duygusal ve entelektüel sistemlerden ayrılabilmesi ve bu yolla köken ailesinden ve bağlı olduğu sosyal sistemlerdeki bireylerden kendini ayırabilmesi ve bağımsızlaştırabilmesidir (Sexton, Weeks ve Robbins, 2003; Lampis vd., 2019). Başka bir tanımda ise kaygı ve stres yaratan durumlarla başa çıkarken bireylerin başkalarıyla olan ilişkilerinde yakınlık-özerklik dengesini kurabilmesi ve kişilerarası alanda mantık ve duyguları arasında ayırım yapabilmesi kapasitesinden bahsedilmektedir (Bridge, 2019; Dolz-del-Castellar ve Oliver, 2021; Peleg ve Zoabi, 2014). Ayrıca Bowen, her bireyin kendindeki farklılaşma düzeyinin çocukluk döneminde geliştiğini, ergenlik boyunca pekiştirildiğini ve daha sonraki yaşam deneyimlerine ya da bir yapının farklılaşma düzeyinde değişiklik yaratabilmesine rağmen, bireyin yaşamı boyunca nispeten sabit kaldığını varsaymakta (Dolz-del-Castellar ve Oliver, 2021) ve bir kişinin benlik ayrışma düzeyinin, stresli durumlar altında duygu ve düşünceleri ayırt etme kapasitesiyle anlaşılabilirliğini belirtmektedir (Skowron ve Dendy, 2004). Yakın ilişkiler açısından benliğin farklılaşması, benlik duygusunu sürdürmek ve ben pozisyonlarını alabilmek olarak ortaya çıkmaktadır (Skowron, 2000). Benliği ayrılmış bireylerin, yakın ilişkilerde ben konumlarını koruyabildikleri ve reddedilme, ayrılık gibi çatışmalı ilişkilerde sakin kalabildikleri, ilişki sorunlarını etkili bir şekilde çözerek uzlaşmaya varabildikleri (Lampis vd., 2019; Haefner, 2014) ve benliği farklılaşmamış insanlara kıyasla önemli ölçüde daha az ilişki sorunu yaşadıkları (Skowron vd., 2009) ve ilişkilerinde duygusal kopukluk, duygusal tepkisellik gibi strese karşı tepkiler geliştirdikleri (Lampis vd., 2019) bildirilmektedir. Ayrıca yüksek düzeyde benlik ayrışması olan kişilerin fiziksel rahatsızlıklara (örneğin, kalp hastalığı, kanser ya da kan hastalıkları) ve psikolojik semptomlara (örneğin, depresyon veya kaygı) daha az eğilimli olduğu (Rodriguez vd., 2019) ve benzer stresli durumlar altında, iyi farklılaşmış bireylerin daha az psikolojik işlev bozukluğu gösterdiği (Murdock ve Gore, 2004) görülmektedir. Bir araştırmada madde kötüye kullanımı tedavisi gören bireylerde düşük düzeyde benlik ayrışması ve daha yüksek düzeyde bağlanmadan kaçınma ve kaygının gözlemlendiği (Thorberg ve Lyvers, 2006) saptanmıştır.

Yetişkinlerde yapılan araştırmalarda bağlanma ve benliğin farklılaşması arasında önemli bir ilişkinin olduğu bulunmuştur (Skowron ve Dendy, 2004). Kaygılı bağlanmanın, endişelerin abartılması, stres altında olma ve yakın ilişkilerde destek bulamama aracılığıyla benliğin daha düşük ayrışma seviyelerine neden olabildiği (Xue vd., 2018) ileri sürülmüştür. Miller'e (2004) göre, düşük düzeyde

benlik ayrışması sonucunda, aile üyelerinde kronik kaygı görülebilmektedir. Aynı zamanda sosyal fobi ve benliğin ayrışması arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu çeşitli çalışmalarda tespit edilmiştir (Peleg- Popko, 2002; Peleg ve Zoabi, 201). Kaygı ile ilgili bozuklukları olan yetişkinlerde benliğin ayrışma düzeyleri incelendiğinde, bu bireylerin önemli ölçüde daha yüksek düzeyde kaygı ve kaçınmacı bağlanma sergiledikleri (Xue vd., 2018) görülmüştür. Ayrıca, algılanan çift uyumunun benliğin farklılaşmasından etkilenip etkilenmediği (Lampis, 2016; Lampis vd., 2019), yetişkin bağlanma ve benlik yapılarının farklılaşması arasındaki ilişki ve romantik bağlanma stillerinin ebeveynlerle bağlanma bağına ya da benlik süreçlerinin farklılaşmasına bağlı olup olmadığı (Lampis vd., 2019) konuları da incelenmiştir. Bunların yanı sıra benliğin ayrışması ile stresli yaşam olayları ve fiziksel ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkilerin (Rodriguez vd., 2019), aile işlevleri, benliğin ayrışması ve sürekli kaygı arasındaki ilişkilerin (Dolz-del-Castellar ve Oliver, 2021) incelendiği çalışmalar da alanyazında yer almıştır.

Yetişkin bağlanma stili özellikle de güvensiz bağlanma sosyal fobinin başlaması ve devam etmesi sürecini etkileyen bir bireysel farklılık değişkeni olarak değerlendirilebilir. Ancak bilindiği üzere psikopatolojinin oluşmasında çoklu değişkenlerin etkisi söz konusudur. Bu bağlamda yukarıda bahsi geçtiği üzere benliğin ayrışması ve kişilerarası ilişkiler aslında ilk ilişki olarak nitelendirilebilecek bağlanma stiliyle ilişkili iki değişkendir. Bu özellikleriyle de güvensiz bağlanma ve sosyal fobi arasındaki ilişkiye etki etmeleri muhtemel değişkenlerdir. Bu bakış açısından hareketle ve yukarıda sunulan literatür çerçevesinde bu çalışmada sosyal fobi, bağlanma stilleri, kişilerarası ilişkiler ve benliğin ayrışması arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve bağlanma stilleri ve sosyal fobi ilişkisinde, benliğin ayrışması ve kişilerarası ilişkilerin paralel aracılığının belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Bu araştırma kesitsel bir çalışma olup ilişkisel tarama yöntemi kullanılmış ve bağlanma stili ile sosyal fobi arasındaki ilişkide kişilerarası ilişkilerin ve benliğin ayrışmasının aracılık etkilerinin incelenmesi için oluşturulan modeller test edilmiştir.

Örneklem

Çalışma İstanbul ilinde ikamet eden ve yaş aralığı 18-77 (30.60 ± 11.66) olan 197 (%62.7) kadın ve 117 (%37.3) erkek olmak üzere toplam 314 kişilik toplum örnekleminde oluşmuştur. Katılımcıların %6'sı ilkokul, %1'i ortaokul, %16.2'si lise, %8'i yüksekokul ve %74.2'si üniversite ve üzeri düzeyinde eğitim görmüşlerdir. 209 (%66.6) kişi evli olduğunu, 105 (%33.4) kişi ise bekâr olduğunu bildirmiştir. Ayrıca katılımcıların %14.6'sı düşük, %80.3'ü orta ve %5.1'i yüksek gelir düzeyinde olduklarını belirtmişlerdir.

Veri Toplama Araçları

Sosyodemografik Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan formda katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim ve gelir durumuna ilişkin bilgilere ait sorular yer almaktadır.

Liebowitz Sosyal Fobi Ölçeği (LSKÖ): Liebowitz (1987) tarafından geliştirilmiştir. Soykan, Özgüven ve Gençöz (2003) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Bireylerin sosyal ilişkilerinde ve performans durumlarında yaşadıkları kaygı ve kaçınma düzeylerini belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Ölçek 4'lü likert tipinde hazırlanmıştır ve toplam 24 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte bulunan her madde kaygı ve kaçınma başlıkları altında ayrı değerlendirilmektedir. 15 ile 54 yaş aralığında toplam 168 katılımcının yer aldığı çalışmada ölçeğin güvenilirliği için yapılan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.96 olarak bulunmuştur.

Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği (KİBÖ): Erden İmamoğlu ve Aydın (2009) tarafından bireylerin algıladıkları kişilerarası ilişkilerini ve ilişki boyutlarını tespit etmek amacıyla geliştirilmiştir. 20-44 yaşları arasındaki bireylere uygulanabilmektedir. 5'li likert tipindedir. 53 maddeden ve dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayılarının .78 ile .85 aralığında yer aldığı tespit edilmiştir.

İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA): Griffin ve Bartholomew tarafından (1994) geliştirilmiştir. Sümer ve Güngör (1999) tarafından ülkemize uyarlama çalışmaları yapılmıştır. Yetişkinlerin bağlanma stillerinin değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. 7'li likert tipidir. 30 maddeden ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin madde sayısı 17'ye indirilmiştir. Alt boyutları; güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, kayıtsız bağlanma ve saplantılı bağlanmadır. 18 yaş üstü yetişkin bireylere uygulanmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları .41 ile .71 arasındadır.

Benliğin Ayrışması Ölçeği (BAÖ): Skowron ve Friedlander (1998) tarafından geliştirilmiştir. Skowron ve Schmitt (2003) tarafından tekrar düzenlenmiştir ve son halini almıştır. Işık ve Bulduk (2015) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. 25 yaş üstü yetişkin bireylere uygulanmaktadır. 6'lı likert tipidir. 20 madde ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutları, duygusal tepkisellik, ben pozisyonu alma, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılıktır. Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .81 bulunmuştur.

İşlem

Etik İzin

Araştırmadan önce Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulundan 04.02.2022 tarih ve 2022/5 sayılı kararı ile etik kurul onayı alınmıştır. Veri toplama araçları olarak belirlenen; sosyodemografik bilgi formu ve diğer ölçeklerin yanı sıra katılımcıların onamlarının sorulduğu form, Google form aracılığıyla araştırmacılar tarafından hazırlanarak katılımcıların mail adreslerine ya da telefonlarına gönderilmiştir. Katılımcıların onam formunu onayladıktan sonra soru formlarına ulaşmaları sağlanmıştır. Ölçeklerin doldurulması 15 ila 20 dakika aralığında sürmüştür.

Verilerin Analizi

Verilerin normal dağılıp dağılmadığının belirlenmesi amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmıştır. Sürekli değişkenler arasındaki ilişkiler için Pearson Çarpımlar Momenti Katsayısı ve aracılık analizleri için Hayes'in (2013) Process

Makro v.3 uygulaması kullanılmıştır. Analizler SPSS v.23 programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Veri setinde yer alan bütün sürekli değişkenlerin normal dağılıp dağılmadığının tespit edilebilmesi amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri bulunmuştur ve bütün değişkenlerin kabul edilebilir düzey olan +1.5 ve -1.5 aralığında yer aldığı (George ve Mallery, 2016) tespit edilmiştir (Tablo 1). Ölçeklere ait ortalama ve standart sapma puanları ile ölçeklerin bu çalışmadaki Cronbach Alfa katsayıları Tablo 1’de sunulmuştur.

Korelasyon Bulguları

Veri setine uygulanan Pearson Korelasyon Analizi sonucunda KİBÖ-Onay Bağımlılığı ile KİBÖ-Empati arasında, KİBÖ-Empati ile İÖA-Kayıtsız arasında, İÖA-Korkulu ile İÖA-Saplantılı arasında, KİBÖ-Başkalarına Güven ile BAÖ-Ben Pozisyonu arasında KİBÖ-Empati ile BAÖ-Başkalarına Bağımlık ve İÖA-Kayıtsız Bağlanma arasında anlamlı ilişkiler tespit edilememiştir. Diğer bütün değişkenler arasında zayıf ve orta düzeyde anlamlı ilişkiler saptanmıştır (Tablo 1).

Tablo 1. Sosyal fobi-kaygı, sosyal fobi-kaçınma, kişilerarası ilişki boyutları, bağlanma stilleri ve benliğin ayrışması arasındaki ilişkiler

	Ort.±SS	α	Çar. Bas.	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1	19.95±12.44	.93	.91	.48	.82**	.56**	-.19**	-.47**	-.35**	-.53**	.24**	.41**	.26**	-.48**	-.24**	-.34**	-.42**
2	14.69±10.43	.91	1.01	.93	1	.48**	-.21**	-.42**	-.33**	-.46**	.28**	.40**	.21**	-.38**	-.19**	-.35**	-.38**
3	42.10±10.03	.86	.11	-.47		1	-.06	-.39**	-.46**	-.77**	.12*	.32**	.48**	-.62**	-.48**	-.40**	-.65**
4	35.93±4.76	.72	-.56	.72			1	.27**	.33**	.18**	.01	-.20**	.14*	-.18**	.28**	.29**	.10
5	46.57±10.56	.87	-.26	-.11				1	.52**	.51**	-.52**	-.77**	-.18**	.43**	.11	.53**	.35**
6	48.73±8.76	.82	-.48	.24					1	.55**	-.22**	-.38**	-.14*	.41**	.22**	.47**	.42**
7	21.43±5.35	.30	-.55	-.28						1	-.23**	-.47**	-.37**	.34**	.34**	.37**	.42**
8	24.16±5.12	.62	.05	-.25							1	.62**	-.12*	-.28**	.23**	-.47**	-.10
9	16.11±5.24	.72	-.02	-.53								1	.10	-.43**	.01	-.56**	-.31**
10	15.94±3.87	.20	.13	.09									1	-.45**	-.23**	-.07	-.30**
11	15.11±4.72	.65	.17	-.26										1	.18**	.37**	.49**
12	12.85±4.82	.74	-.12	-.68											1	.12*	.30**
13	21.16±5.11	.71	-.43	-.24												1	.45**
14	12.43±5.35	.79	-.55	-.28													1

*p<0.05, **p<0.01

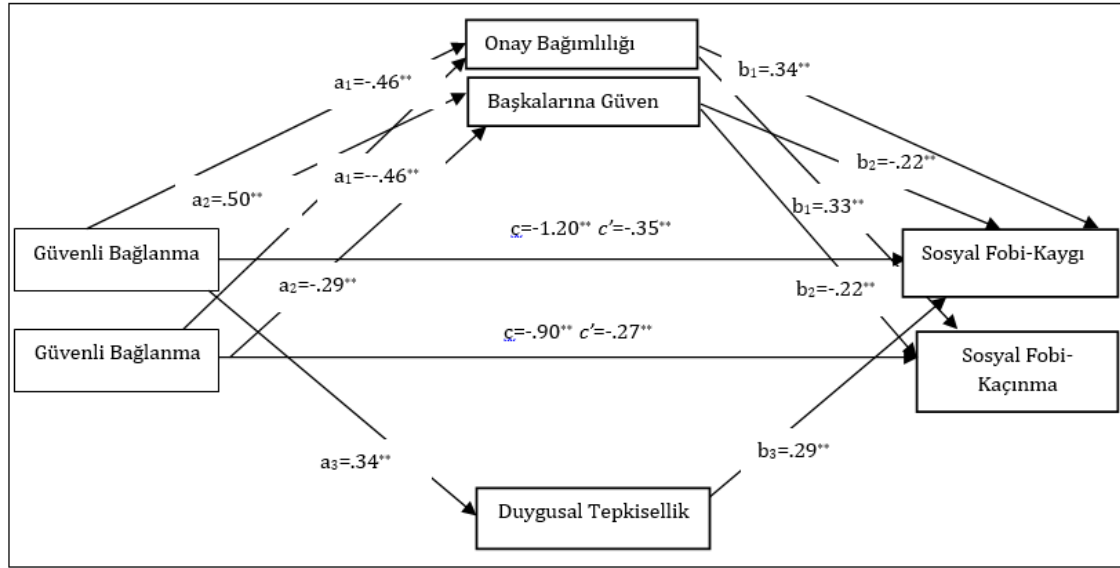
1. LSKÖ-Kaygı, 2. LSKÖ-Kaçınma, 3. KİBÖ-Onay Bağımlılığı, 4. KİBÖ-Empati, 5. KİBÖ-Başkalarına Güven, 6. KİBÖ-Duygu Farkındalığı, 7. İÖA-Güvenli, 8. İÖA-Kayıtsız, 9. İÖA-Korkulu, 10. İÖA-Saplantılı, 11. BAÖ-Duygusal Tepkisellik, 12. BAÖ-Ben Pozisyonu Alma, 13. BAÖ-Duygusal Kopma, 14. BAÖ-Başkalarına Bağımlılık

Aracılık Analizi Bulguları

Çalışmada nedensel olarak birbiriyle ilişkili olmayan iki ya da daha fazla aracı değişkenin ele alındığı bir basit aracılık modeli olan ve bir modelde aynı anda farklı

aracı etkilerin incelenmesini sağlayan paralel aracılık analizi (Hayes, 2013) kullanılmıştır. İlk modelde bağımsız değişken olan güvenli bağlanma stiline onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=-.46$, $SH=.11$, $t=-9.23$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.23--.80]), başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_2) ($B=.50$, $SH=.11$, $t=10.25$, $p<0.001$ ve %95 GA [.94-1.38]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (a_3) ($B=.34$, $SH=.06$, $t=6.37$, $p<0.001$ ve %95 GA [.24-.46]) ile modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaygının onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=.34$, $SH=.07$, $t=5.70$, $p<0.001$ ve %95 GA [.27-.46]), başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.22$, $SH=.06$, $t=-4.21$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.39--.14]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (b_3) ($B=-.34$, $SH=.15$, $t=-2.22$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.63--.04]) olarak hesaplanmıştır. Bağımsız değişken olan güvenli bağlanmanın sosyal fobi-kaygı üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=-1.20$, $SH=.14$, $t=-8.63$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.47--.92]) ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olduğu ($B=-.35$, $SH=.15$, $t=-2.37$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.63--.07]) görülmüştür. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaygı üzerindeki -.85 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=-.85$, $SH=.12$ ve %95 GA [-1.10--.62]) saptanmıştır (Şekil 1). Ayrıca, varyansın %19'unu açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)=74.55$, $p<0.05$).

İkinci modelde bağımsız değişken olan güvenli bağlanma stiline onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=-.46$, $SH=.11$, $t=-9.23$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.23--.80]) ve başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_2) ($B=.50$, $SH=.11$, $t=10.25$, $p<0.001$ ve %95 GA [.94-1.38]) ile modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaçınmanın onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=.33$, $SH=.06$, $t=6.03$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.2994--.2171]) ve başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.22$, $SH=.06$, $t=-4.14$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.34--.12]) olarak saptanmıştır. Bağımsız değişken olan güvenli bağlanmanın sosyal fobi-kaçınma üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=-.90$, $SH=.12$, $t=-7.61$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.14--.67]) ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olduğu ($B=-.27$, $SH=.13$, $t=-2.18$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.55--.03]) bulunmuştur. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaçınma üzerindeki -.61 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=-.61$, $SH=.10$ ve %95 GA [-.80--.42]) tespit edilmiştir (Şekil 1). Ayrıca, varyansın %16'sını açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)= 57.86$, $p<0.05$).



Şekil 1.

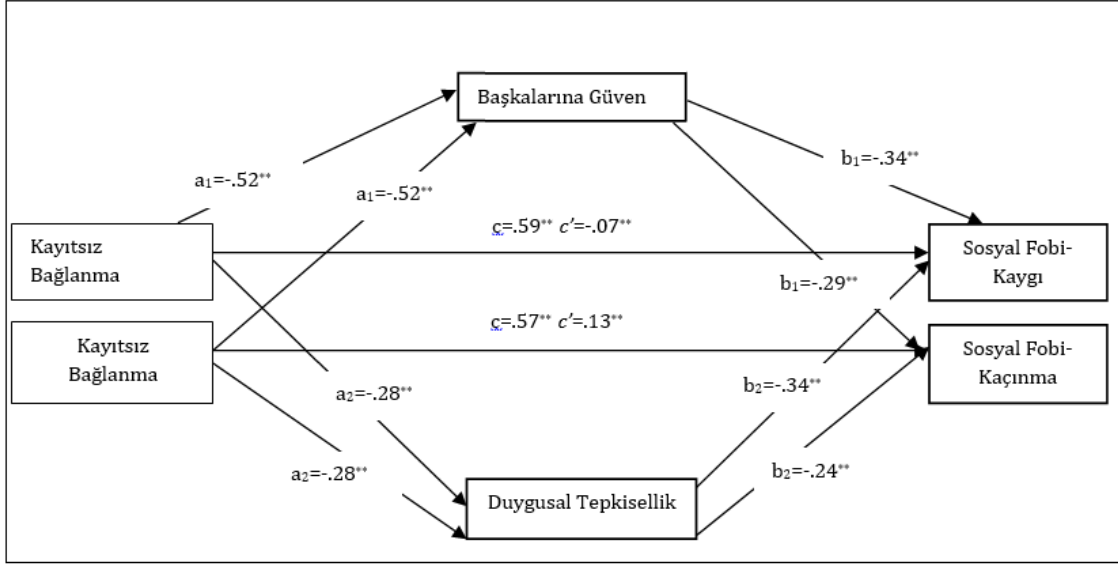
Model 1. Güvenli bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi

Model 2. Güvenli bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisi

Üçüncü modelde bağımsız değişken olan kayıtsız bağlanma stilinin başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=-.52$, $SH=.10$, $t=-10.65$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.26--.87]) ve duygusal tepkiselliğin doğrudan etkisi (a_2) ($B=-.28$, $SH=.05$, $t=-5.10$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.35--.16]); modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaygının başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=-.34$, $SH=.07$, $t=-5.89$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.54--.27]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.34$, $SH=.14$, $t=-6.44$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.15--.61]) olarak saptanmıştır. Bağımsız değişken olan kayıtsız bağlanmanın sosyal fobi-kaygı üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=.59$, $SH=.13$, $t=4.42$, $p<0.001$ ve %95 GA [.33-.85]) anlamlı olduğu ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olmadığı ($B=-.07$, $SH=.13$, $t=-.51$, $p>0.05$ ve %95 GA [-.33-.19]) bulunmuştur. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaygı üzerindeki .66 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=.66$, $SH=.10$ ve %95 GA [.46-.87]) tespit edilmiştir (Şekil 2). Ayrıca, varyansın %6'sını açıklayan tüm modelin de anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)=19.54$, $p<0.05$).

Dördüncü modelde bağımsız değişken olan kayıtsız bağlanma stilinin başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=-.52$, $SH=.10$, $t=-10.65$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.26--.87]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (a_2) ($B=-.28$, $SH=.05$, $t=-5.10$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.35--.16]); modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaçınmanın başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=-.29$, $SH=.06$, $t=-4.62$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.40--.16]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.24$, $SH=.12$, $t=-4.40$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.77--.30]) olarak tespit edilmiştir. Bağımsız değişken olan güvenli bağlanmanın sosyal fobi-kaçınma üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=.57$, $SH=.11$, $t=5.13$, $p<0.001$ ve %95 GA [.35-.79]) anlamlı olduğu ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olmadığı

($B=.13$, $SH=.12$, $t=1.10$, $p>0.05$ ve %95 GA [-.10-.36]) görülmüştür. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaçınma üzerindeki .44 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=.44$, $SH=.08$ ve %95 GA [.30-.60]) saptanmıştır (Şekil 2). Ayrıca, varyansın %8'ini açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)= 26.33$, $p<0.05$).



Şekil 2.

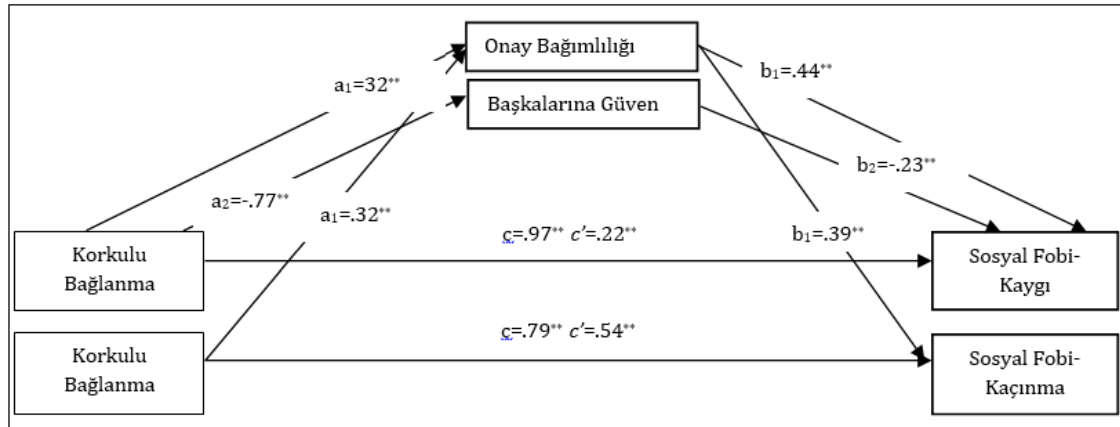
Model 3. Kayıtsız bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi

Model 4. Kayıtsız bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi

Beşinci modelde bağımsız değişken olan korkulu bağlanma stilinin onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=.32$, $SH=.10$, $t=5.94$, $p<0.001$ ve %95 GA [.41-.81]) ve başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_2) ($B=-.77$, $SH=.07$, $t=-20.98$, $p<0.001$ ve %95 GA [-1.69--1.40]) ile modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaygının onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=.44$, $SH=.06$, $t=9.24$, $p<0.001$ ve %95 GA [.43-.67]) ve başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.23$, $SH=.08$, $t=-3.29$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.44--.11]) olarak hesaplanmıştır. Bağımsız değişken olan korkulu bağlanmanın sosyal fobi-kaygı üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=.97$, $SH=.12$, $t=7.93$, $p<0.001$ ve %95 GA [.73-1.21]) anlamlı olduğu ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olmadığı ($B=.22$, $SH=.16$, $t=1.33$, $p>0.05$ ve %95 GA [-.10-.54]) görülmüştür. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaygı üzerindeki .76 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=.76$, $SH=.15$ ve %95 GA [.47-1.04]) saptanmıştır (Şekil 3). Ayrıca, varyansın %17'sini açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)= 62.95$, $p<0.05$).

Altıncı modelde bağımsız değişken olan korkulu bağlanma stilinin onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=.32$, $SH=.10$, $t=5.943$, $p<0.001$ ve %95 GA [.41-

.81]) ile modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaçınmanın onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=.39$, $SH=.05$, $t=7.79$, $p<0.001$ ve %95 GA [.30-.51]) olarak saptanmıştır. Bağımsız değişken olan korkulu bağlanmanın sosyal fobi-kaçınma üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=.79$, $SH=.10$, $t=7.58$, $p<0.001$ ve %95 GA [.58-.99]) ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olduğu ($B=.54$, $SH=.10$, $t=5.36$, $p<0.001$ ve %95 GA [.34-.74]) bulunmuştur. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaçınma üzerindeki .25 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=.25$, $SH=.05$ ve %95 GA [.15-.36]) tespit edilmiştir (Şekil 3). Ayrıca, varyansın %16'sını açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)= 57.53$, $p<0.05$).



Şekil 3.

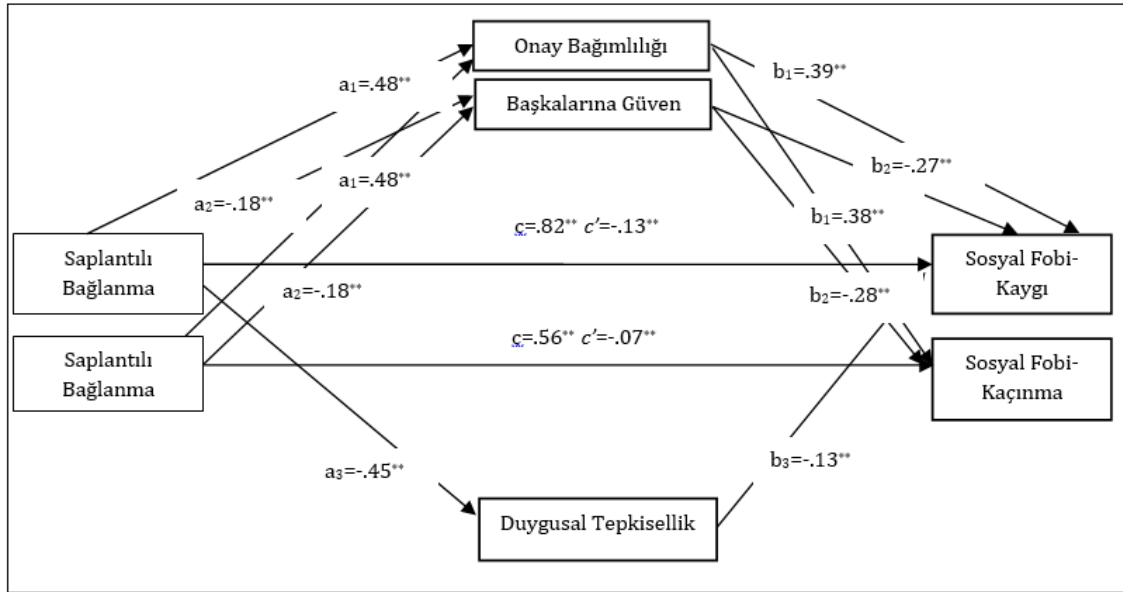
Model 5. Korkulu bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisi

Model 6. Korkulu bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisi

Yedinci modelde bağımsız değişken olan saplantılı bağlanma stilinin onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=.48$, $SH=.13$, $t=9.61$, $p<0.001$ ve %95 GA [.98-1.49]), başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_2) ($B=-.18$, $SH=.15$, $t=-3.27$, $p<0.001$ ve %95 GA [.79--.20]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (a_3) ($B=-.45$, $SH=.06$, $t=-8.79$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.67--.42]) ile modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaygının onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=.39$, $SH=.07$, $t=6.63$, $p<0.001$ ve %95 GA [.34-.63]), başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.27$, $SH=.06$, $t=-5.47$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.43--.20]) ve duygusal tepkisellik üzerindeki doğrudan etkisi (b_3) ($B=-.13$, $SH=.16$, $t=-2.26$, $p<0.001$ ve %95 GA [-.66--.05]) olarak hesaplanmıştır. Bağımsız değişken olan saplantılı bağlanmanın sosyal fobi-kaygı üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=.82$, $SH=.17$, $t=4.67$, $p<0.001$ ve %95 GA [.48-1.17]) anlamlı olduğu ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olmadığı ($B=-.13$, $SH=.16$, $t=-.81$, $p>0.05$ ve %95 GA [-.46-.19]) görülmüştür. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaygı üzerindeki .96 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=.96$,

SH=.14 ve %95 GA [.69-1.24]) tespit edilmiştir (Şekil 4). Ayrıca, varyansın %7'sini açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)= 21.85, p<0.05$).

Sekizinci modelde bağımsız değişken olan saplantılı bağlanma stilinin onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (a_1) ($B=.48, SH=.13, t=9.61, p<0.001$ ve %95 GA [.98-1.49]) ve başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (a_2) ($B=-.18, SH=.15, t=-3.27, p<0.001$ ve %95 GA [-.79--.20]) ile modelin bağımlı değişkeni olan sosyal fobi-kaygının onay bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi (b_1) ($B=.38, SH=.06, t=6.59, p<0.001$ ve %95 GA [.28-.52]) ve başkalarına güven üzerindeki doğrudan etkisi (b_2) ($B=-.28, SH=.05, t=-5.41, p<0.001$ ve %95 GA [-.39--.17]) olarak saptanmıştır. Bağımsız değişken olan saplantılı bağlanmanın sosyal fobi-kaygı üzerindeki toplam etkisinin (c) ($B=.56, SH=.15, t=3.73, p<0.001$ ve %95 GA [.26-.85]) anlamlı olduğu ve doğrudan etkisinin (c') anlamlı olmadığı ($B=-.07, SH=.15, t=-.49, p>0.05$ ve %95 GA [-.36-.22]) bulunmuştur. Aracı değişkenin etkisinin anlamlı olup olmadığının sınanması amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır ve toplam dolaylı etkinin güven aralıklarının sıfır içermemesi nedeniyle sosyal fobi-kaygı üzerindeki .63 oranındaki toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ($B=.63, SH=.11$ ve %95 GA [.44-.84]) saptanmıştır (Şekil 4). Ayrıca, varyansın %4'ünü açıklayan tüm modelin anlamlı olduğu görülmüştür ($F(1,312)= 13.94, p<0.05$).



Şekil 4.

Model 7. Saplantılı bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi

Model 8. Saplantılı bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisi

Tartışma

Bu çalışmada, sosyal fobi-kaygı, sosyal fobi-kaygı, sosyal fobi-kaygı, kişilerarası ilişki boyutları, bağlanma stilleri ve benliğin ayrışması arasındaki ilişkiler incelenmiş ve bağlanma ile sosyal fobi-kaygı, sosyal fobi-kaygı arasında kişilerarası ilişkilerin ve benliğin ayrışmasının aracı etkisinin belirlenmesi için oluşturulan sekiz

model test edilmiştir. Korelasyon analizi sonuçlarına göre sosyal fobi kaygı ve kaçınma ile onay bağımlılığı, kayıtsız, korkulu, saplantılı bağlanma stili arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkiler saptanmışken sosyal fobi kaygı ve kaçınma ile kişilerarası ilişkilerden empati, başkalarına güven, duygu farkındalığı arasında, güvenli bağlanma stili ve benliğin ayrışmasının bütün alt boyutları arasında negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur. Dolayısıyla onay bağımlılığı, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma puanları arttıkça sosyal fobi kaygı ve kaçınma puanlarının da arttığı, empati, başkalarına güven, duygu farkındalığı, güvenli bağlanma, duygusal tepkisellik, ben pozisyonu alma, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılık puanları azaldıkça sosyal fobi kaygı ve kaçınma puanlarının arttığı görülmüştür. Bu sonuçların alanyazında sosyal fobi ile bağlanma stilleri, kişilerarası ilişkiler ve benliğin ayrışması arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmaları (Bifulco vd., 2006; Cuming ve Rapee, 2010; Davila ve Beck, 2002; Erözkan, 2009; Hart vd., 1999; Peleg- Popko, 2002; Peleg ve Zoabi, 2014; Rodebaugh vd., 2010; Segrin ve Kinney, 1995) destekler bir nitelikte olduğu görülmüştür.

Nedensel olarak birbiriyle ilişkili olmayan iki ya da daha fazla aracı değişkenin ele alındığı ve bir modelde aynı anda farklı aracı etkilerin incelenmesini sağladığı (Hayes, 2013) için aracılık analizlerinde paralel aracılık yöntemi tercih edilmiştir. İlk iki model güvenli bağlanma ile sosyal fobi kaygı ve kaçınma arasında oluşturulmuştur. İlk modelde güvenli bağlanma sosyal fobi kaygı arasında onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin güvenli bağlanma ile sosyal fobi kaygı arasındaki negatif ilişkiyi artırma yönünde paralel aracılık etkisinin olduğu, ikinci modelde ise güvenli bağlanma ile sosyal fobi kaçınma arasında onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin güvenli bağlanma ile sosyal fobi kaçınma arasındaki negatif ilişkiyi artırma yönünde paralel aracılık etkisinin olduğu görülmüştür.

Bartholomew'a (1990) göre güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireyler bütünleşmiş bir öz-değer duygusuna sahiptir ve yakın ilişkiler kurma konusunda rahatlardır. Bu nedenle güvenli bağlanma bireylerin, kişilerarası ilişkileri (Joireman vd., 2002; Gudjonsson vd., 2008), bilişleri, duygu düzenleme stratejileri üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir (Mikulincer ve Shaver, 2012; Shaver vd., 2016). Alanyazındaki çalışmalarda genellikle güvensiz bağlanma stillerinin olumsuz etkilerinin araştırıldığı görülmekle birlikte bu çalışmaların bazılarında çalışmamızda olduğu gibi güvenli bağlanma ile psikolojik semptomlar arasında negatif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu (Gezen ve Oral, 2013; Manning vd., 2017) ve güvenli bağlanan bireylerin daha düşük psikopatoloji puanlarına sahip olduğu (Eng vd., 2001; Li, Li ve Dai, 2008) saptanmıştır. Ayrıca Eng ve arkadaşlarının (2001) çalışmasında, kaygılı bağlanan kişilerle güvenli bağlanan kişilerin birbirlerinden farklılaştığı, kaygılı bağlananların daha yüksek düzeyde sosyal kaygı ve kaçınma ve daha düşük yaşam doyumu sergilediği saptanmıştır.

Araştırmanın bir diğer sonucu kayıtsız bağlanma ile sosyal fobi-kaygı ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin paralel aracılık etkisi olduğu; hem korkulu bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide hem de korkulu bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisinin olduğu;

saplantılı bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin, saplantılı bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide ise onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin paralel aracılık etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Her üç güvensiz bağlanma biçimi için oluşturulan modellerde de güvenli bağlanma ile aynı değişkenlerin aracı etkisinin olduğu görülmüştür. Dolayısıyla bu çalışmanın sonuçlarına göre bağlanma stilleri ile sosyal fobi kaygı ve kaçınma arasındaki ilişkide kişilerarası ilişkilerden onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin ve benliğin ayrışmasından ise sadece duygusal tepkiselliğin aracı değişkenler olduğu saptanmıştır. Fraley ve arkadaşları (2013), bağlanmanın oluşması sürecinde, kaygılı bağlanmada yakınlığı sürdürme ve kaçınan bağlanmada ise reddedilmekten kaçınma gibi kaygı belirtilerinin ve kişilerarası sorunların bireysel farklılıklar olarak ortaya çıktığını öne sürmektedirler. Güvenli bağlanma birincil strateji olarak başarısız olduğunda, bebekler, çocuklar ve yetişkinler, model aldığı bağlanma figürünün özelliklerine göre ikincil strateji kullanımı olarak güvensiz bağlanma stillerini geliştirirler (Mikulincer ve Shaver, 2012). Bununla birlikte, çalışmamızdaki aracı değişkenlerle birebir örtüşen bir çalışmaya alanyazında rastlanılmamış olduğu da görülmüştür. Ancak bazı çalışmalarda kaçınmacı bağlanma ve kaygılı bağlanma ile depresyon, kaygı, sosyal fobi gibi içselleştirme bozuklukları arasındaki ilişkilere yönelik yapılan aracılık rolleri incelenmiş ve bu ilişkiye duygu düzenlemenin, işlevsel olmayan tutumların ve düşük benlik saygısının aracılık ettiği (Lee ve Hankin, 2009; Nielsen vd., 2017; Read vd., 2018) saptanmıştır. Nolte ve arkadaşları (2011) ise kaygılı bir bağlanma stilinin kaygı bozukluklarına yatkınlık oluşturabileceğini öne sürmüşlerdir. Konu ile ilgili yapılan benzer başka çalışmalarda da bağlanma davranışının, sağlığı ve sağlık davranışını etkileyebileceği (Maunder ve Hunter, 2001; Pietromonaco ve Powers, 2015), kaygılı ve kaçınan bağlanma ile sağlık belirtileri arasında pozitif ilişkinin olduğu (Lewczuk vd., 2021) bulunmuştur. Dolayısıyla güvenli bağlanmayan bireylerin, yukarıda belirtildiği üzere psikolojik bozuklukları göstermenin yanı sıra olumsuz sağlık davranışları, sağlığı geliştirme faaliyetlerinin az olması ve daha sık riskli davranışlarda bulunma (Ahrens vd., 2012; Huntsinger ve Luecken, 2004; Scharfe ve Eldredge, 2001; Stanton ve Campbell, 2014) gibi eğilimlerinin olduğu görülmüştür.

Sosyal kaygı, kişilerarası ilişkiler temelinde kendini göstermesi nedeniyle ebeveynler ile olumsuz deneyimler, bireyleri hem güvensiz bir bağlanmaya hem de sosyal kaygı geliştirmeye yatkın hale getirmektedir (McCarty, 2005). Alanyazın incelendiğinde, bir çalışmada yüksek düzeyde bağlanma kaygısı ve kaçınmanın, kişilerarası durumlarda daha yüksek düzeyde sosyal kaygı belirtileri ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Girard vd., 2017). Benzer bir çalışmada yüksek düzeyde bağlanma kaygısı olan yetişkinlerin, günlük sosyal etkileşimlerini, grup etkileşimlerini ve stresli yaşam olaylarını bireysel tehdit olarak değerlendirdikleri bulunmuştur (Read vd., 2018).

İlişkiler sadece alışılmış sosyal davranışları değil, aynı zamanda benlik ve başkaları ile ilgili algıyı da şekillendirir (Alden, 2001). Bu bağlamda mevcut çalışmada sosyal kaygıyla benliğin ayrışması kavramı da ilişkilendirilerek bağlanma ve sosyal kaygı arasında benliğin ayrışmasının aracı rolü incelenmiştir.

Benliğin ayrışması demek olan farklılaşma, kişinin duygu ve düşüncelerinin farkındalığını ve diğerlerinden bağımsız bir biçimde varolmasını içerir (Corey, 2008). Daha fazla farklılaşmış kişiler duygusal yaşamlarında, yakın ilişkiler kurabilirler ve çatışma, reddedilme ve ayrılıkla başa çıkabilme becerileri geliştirebilirler (Haefner, 2014) ve daha az ilişki sorunu yaşarlar (Skowron vd., 2009). Farklılaşmanın en alt düzeyindeki kişilerin düşünceleri duyguları tarafından yönlendirilir (Klever, 2009). Bowen (1978), farklılaşmamış insanların genellikle kaygılı oldukları, evlilikte memnuniyetsizlik ve fiziksel sorunlar yaşadıklarını belirtmiştir (Jenkins vd., 2005). Buna ek olarak Peleg-Popko (2002), düşük kendini farklılaştırma ile yüksek sosyal kaygı ve ergen sorunları arasında ilişki olduğunu ileri sürmüştür. Klinik olmayan ve klinik örneklerde ortaya çıkan kanıtlar, benliğin farklılaşması ve kaygı bozuklukları arasındaki teorik ilişkiyi anlamaya katkı sağlamış (Priest, 2015) ve psikolojik sorunlarda benliğin farklılaşmasının aracı ve düzenleyici etkilerini göstermiştir (Murdock ve Gore, 2004; Skowron ve Dendy, 2004). Benliğin ayrışmasının alt boyutlarından biri olan ve çalışmamızda aracılık etkisi tespit edilen duygusal tepkisellik, bireyin ilişkisel stres aracılığı ile ortaya çıkan kaygıya duygusal olarak tepki verme derecesini temsil etmektedir (Skowron vd., 2003). Bowen'a göre duygusal tepkiselliğin hem dışsal (yani sözlü ve fiziksel ifade) hem de içsel (yani duygusal uyarılma) yönleri vardır (Choi ve Murdock, 2016). Düşük düzeyde benlik farklılaşmasına sahip bireylerde, duygusal yakınlık bağlamında kaygı tepkileri ortaya çıkabilir ve bu da duygusal tepkiselliğe yol açabilir (Xue vd., 2018). Endişeli-kararsız ebeveynlik bağlamında öğrenilen duygusal tepkisellik, önemli diğerlerinin yakınlığını ve desteğini sağlamak için dış ve iç stres faktörlerine karşı aşırı duygusal tepkide bulunmakla karakterize olarak nitelendirilebilir (Lampis ve Cataudella, 2019). Yapılan bir araştırmada duygusal tepkiselliğin hem öfke dışavurumunu hem de içe dönüklüğü yordadığı ve bunun da kişilerarası çatışmayı etkilediği saptanmıştır (Choi ve Murdock, 2016). Toplumda yaşayan yetişkinlerde yapılan araştırmalarda bağlanma ve benliğin farklılaşması arasında önemli bir ilişki bulunmuştur (Skowron ve Dendy, 2004). Benliğin farklılaşmasının çeşitli yönleri ve farklı bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin incelendiği birçok çalışmada bu değişkenler arasında korelasyonların olduğu (Thorberg ve Lyvers, 2006; Timm ve Keiley, 2011) görülmüştür. Başka çalışmalarda kaygı, kaçınma ve uyumsuz duygu düzenleme stratejileri arasında ilişkiler (Skowron ve Dendy, 2004; Wei vd., 2005; Hainlen vd., 2016) tespit edilmiştir. Ek olarak duygu düzensizliğinin, bağlanma kaygısı ile kaygı belirtilerinin şiddeti arasındaki ilişkide etkili olduğu (Nielsen vd., 2017) saptanmıştır. Ayrıca kaygılı-kararsız bağlanan bireylerin, kendilerine olumsuz bakma ve zayıf ilişki kalıpları gösterme eğiliminde oldukları (Najafabadi vd., 2020) da tespit edilmiştir.

Sonuç

Sonuç olarak, bu araştırmada ilk olarak sosyal fobi-kaygı, sosyal fobi-kaçınma, kişilerarası ilişki boyutları, bağlanma stilleri ve benliğin ayrışması arasındaki ilişkiler incelenmiştir. İkinci olarak ise bağlanma ve sosyal fobi-kaygı ve kaçınma arasındaki ilişkide benliğin ayrışmasının ve kişilerarası ilişkilerin paralel aracılığıyla oluşan dolaylı bir etkisinin olup olmadığı sekiz farklı modelle sınanmıştır. Dolayısıyla bu çalışmanın sonuçlarına göre güvenli bağlanma ile

sosyal fobi kaygı ve kaçınma arasındaki ilişkide kişilerarası ilişkilerden onay bağımlılığı ve başkalarına güvenin ve benliğin ayrışmasından ise duygusal tepkiselliğin aracı değişkenler olarak modelde yer aldığı ve sosyal fobi-kaygı ve kaçınmanın etkisini azalttığı; kayıtsız bağlanma ile sosyal fobi-kaygı ve kaçınma arasındaki ilişkide başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin düşük olmasının bu iki değişken arasındaki ilişkiyi artırdığı; korkulu bağlanma ile sosyal fobi-kaygı ve kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığının yüksekliğinin ve başkalarına güvenin ise düşüklüğünün bu ilişkinin gücünü artırdığı; saplantılı bağlanma ile sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkide onay bağımlılığının yüksekliği ve başkalarına güven ile duygusal tepkiselliğin ise düşüklüğünün bu ilişkinin gücünü artırdığı saplantılı bağlanma ile sosyal fobi-kaçınma arasındaki ilişkide onay bağımlılığının yüksekliği ve başkalarına güvenin ise düşüklüğünün bu ilişkinin gücünü artırdığı görülmüştür. Yine aracılık analizi sonuçlarına göre güvenli bağlanma ile sosyal fobi-kaygı ve kaçınma ile korkulu bağlanma ile sosyal fobi-kaçınma arasındaki doğrudan ilişkiler anlamlıdır, yani güvenli bağlanma ve sosyal fobi-kaçınma için korkulu bağlanma tek başına etkili faktörlerdir. Ancak saplantılı ve kayıtsız bağlanma ile sosyal fobi-kaygı ve kaçınma ile korkulu bağlanma ve sosyal fobi-kaygı arasındaki ilişkiler tek başına anlamlı değildir, onay bağımlılığı, başkalarına güven ve duygusal tepkiselliğin etkisiyle anlamlı hale gelmektedir. Bu sonuç ise özellikle psikopatolojilerin anlaşılmasında aracı değişkenlerin tespitinin ne denli önemli olduğunun görülmesi açısından oldukça dikkat çekici bir sonuçtur. Yani kişinin sadece saplantılı ya da kayıtsız bağlanması sosyal fobi geliştirmesine zemin hazırlamamakta aynı zamanda kişilerarası ilişkilerinde onay bağımlılığı, başkalarına güven ve benliği ayrışırken duygusal tepkilerini gösterememesi gibi durumların da deneyimlenmesi sosyal fobi sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Bu noktadan hareketle bu değişkenler aynı zamanda sosyal fobi-kaygı ve kaçınmanın gelişmesini önlemede ön planda tutulması gereken değişkenler olmaktadır. Ya da sosyal fobi riski bulunan bireylerle yapılacak klinik çalışmalarda bireylerin bu yönlerden desteklenmesinin sosyal fobi belirtilerinin gerilemesine yol açıp açmadığı araştırılabilir. Dolayısıyla psikopatolojinin anlaşılmasında ve sağaltımında bu ve benzeri çalışmalarla ortaya konan modellerin önemli bir katkısının olacağı düşünülmektedir. Bu yönüyle bu ve benzeri çalışmaların alanyazın açısından öncü nitelikte çalışmalar olduğu öne sürülebilir. Bu çalışmanın güçlü yanlarının yanı sıra özbildirim ölçeklerinden elde edilen verilerle çalışmanın yürütülmesi, klinik grubun örneklem grubunda yer almaması gibi sınırlılıkları da bulunmaktadır. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda klinik örneklemin kullanılmasının ve aracı değişkenlere yönelik olarak çeşitli müdahale çalışmalarının sınanmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Ahrens, K.R., Ciechanowski, P., & Katon, W. (2012). Associations between adult attachment style and health risk behaviors in an adult female primary care population. *Journal of Psychosomatic Research*, 72(5), 364-370.
- Ainsworth, M.D.S. (1969). Object relations, dependency, and attachment: A theoretical review of the infant-mother relationship. *Child Development*, 40, 969-1025.
- Alden, L.E., & Taylor, C.T. (2004). Interpersonal processes in social phobia. *Clinical Psychology Review*, 24(7), 857-882.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *Ruhsal bozuklukların tanıs ve sayımsal elkitabı*. Beşinci baskı (DSM-5), Tanı ölçütleri başvuru elkitabı (Çev. Ed.: E Köroğlu) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Anderson, P.L., Price, M., Edwards, S.M., Obasaju, M.A., Schmertz, S.K., Zimand, E., & Calamaras, M.R. (2013). Virtual reality exposure therapy for social anxiety disorder: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 81(5), 751-760.
- Arkin, R.M. (1981). *Self-presentation styles*. Impression management theory and social psychological research. Academic Press, New York, p.311-334.
- Bandelow, B., & Michaelis, S. (2015). Epidemiology of anxiety disorders in the 21st century. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 17(3), 327-335.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal relationships*, 7(2), 147-178.
- Bender, A., & Ingram, R. (2018). Connecting attachment style to resilience: Contributions of self-care and self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 130, 18-20.
- Bifulco, A., Kwon, J., Jacobs, C., Moran, P.M., Bunn, A., & Beer, N. (2006). Adult attachment style as mediator between childhood neglect/abuse and adult depression and anxiety. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 41, 796-805.
- Bilge, Y., Gül, E., & Birçek, N.I. (2020). Cognitive behavioral therapy and virtual reality combination in a case of social phobia. *Journal of Cognitive-Behavioral Psychotherapy and Research*, 9(2), 158-158.
- Bouchard, S., Dumoulin, S., Robillard, G., Guitard, T., Klinger, E., Forget, H., ... & Roucalt, F.X. (2017). Virtual reality compared with in vivo exposure in the treatment of social anxiety disorder: A three-arm randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry*, 210(4), 276-283.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Rowman & Littlefield.
- Bowlby, J., May, D.S., & Solomon, M. (1989). *Attachment theory*. Los Angeles, CA: Lifespan Learning Institute.
- Bridge, E.N. (2019). Review of a case study in light of Bowen theory: Differentiation of self. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(5), 65-72.

- Choi, S.W., & Murdock, N.L. (2017). Differentiation of self, interpersonal conflict, and depression: The mediating role of anger expression. *Contemporary Family Therapy*, 39(1), 21-30.
- Collins, N.L., Ford, M.B., Guichard, A.C., & Allard, L.M. (2006). Working models of attachment and attribution processes in intimate relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(2), 201-219.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. 8. Baskı, İstanbul: Mentis Yayıncılık.
- Croyle, K.L., & Waltz, J. (2002). Emotional awareness and couples' relationship satisfaction. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28(4), 435-444.
- Cuming, S., & Rapee, R.M. (2010). Social anxiety and self-protective communication style in close relationships. *Behaviour Research and Therapy*, 48(2), 87-96.
- Davila, J., & Beck, J. G. (2002). Is social anxiety associated with impairment in close relationships? A preliminary investigation. *Behavior Therapy*, 33(3), 427-446.
- Dolz-del-Castellar, B., & Oliver, J. (2021). Relationship between family functioning, differentiation of self and anxiety in Spanish young adults. *PloS one*, 16(3), e0246875.
- Eng, W., Heimberg, R.G., Hart, T.A., Schneier, F.R., & Liebowitz, M.R. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: The relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion*, 1(4), 365-380.
- Erden İmamoğlu, S., & Aydın, B. (2009). Kişilerarası ilişki boyutları ölçeğinin geliştirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 29, 39-64.
- Erözkan, A. (2009). The relationship between attachment styles and social anxiety: An investigation with Turkish university students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 37(6), 835-844.
- Fraley, R.C., & Shaver, P.R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132-154.
- Fraley, R. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 123-151.
- Fraley, R.C., Roisman, G.I., Booth-LaForce, C., Owen, M.T., & Holland, A.S. (2013). Interpersonal and genetic origins of adult attachment styles: A longitudinal study from infancy to early adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(5), 817-825.
- Fraley, R.C., & Roisman, G.I. (2019). The development of adult attachment styles: Four lessons. *Current Opinion in Psychology*, 25, 26-30.
- Franz, C.E., & White, K.M. (1985). Individuation and attachment in personality development: Extending Erikson's theory. *Journal of Personality*, 53(2), 224-256.

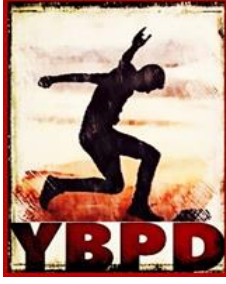
- Furmark, T. (2002). Social phobia: Overview of community surveys. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 105(2), 84-93.
- Gelder M, Harrison P, Cowen P. (2006). *Anxiety and obsessive compulsive disorders*: In Shorter Oxford Textbook of Psychiatry (5th edn). Oxford university press Inc, New York, 175-196.
- George, D., & Mallery, P. (2016). *Frequencies*. In IBM SPSS Statistics 23 Step by Step Routledge, 115-125.
- Gezen, M., Oral, E.T. (2013). Kadın sığınma evinde yaşayan kadınlar ile şiddet gördüğü evde yaşamaya devam eden kadınların bağlanma biçimlerinin ve ruhsal belirti düzeylerinin incelenmesi. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 26, 65-71.
- Girard, J.M., Wright, A.G., Beeney, J.E., Lazarus, S.A., Scott, L.N., Stepp, S.D., & Pilkonis, P.A. (2017). Interpersonal problems across levels of the psychopathology hierarchy. *Comprehensive Psychiatry*, 79, 53-69.
- Gudjonsson, G.H., Sigurdsson, J.F., Lydsdottir, L.B., & Olafsdottir, H. (2008). The relationship between adult romantic attachment and compliance. *Personality and Individual Differences*, 45(4), 276-280.
- Hadden, B.W., Smith, C.V., & Webster, G.D. (2014). Relationship duration moderates associations between attachment and relationship quality: Meta-Analytic support for the temporal adult romantic attachment model. *Personality and Social Psychology Review*, 18(1), 42-58.
- Haefner, J. (2014). An application of Bowen family systems theory. *Issues in Mental Health Nursing*, 35(11), 835-841.
- Hajure, M., Tariku, M., & Abdu, Z. (2020). Prevalence and associated factors of social phobia among college of health science students, Mettu town, southwest Ethiopia 2019; institutional based cross-sectional study. *The Open Public Health Journal*, 13(1), 79-87.
- Hart, T.A., Turk, C.L., Heimberg, R.G., & Liebowitz, M.R. (1999). Relation of marital status to social phobia severity. *Depression and Anxiety*, 10(1), 28-32.
- Hayes, A.F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: Guilford Press.
- Huntsinger, E.T., & Luecken, L.J. (2004). Attachment relationships and health behavior: The mediational role of self-esteem. *Psychology & Health*, 19(4), 515-526.
- Ickes, W. J. (Ed.). (1997). *Empathic accuracy*. Guilford Press.
- Işık, E. ve Bulduk, S. (2015). Psychometric properties of the differentiation of self inventory revised in Turkish adults. *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(1), 102-112.
- Jenkins, S.M., Buboltz, W.C., Schwartz, J.P., & Johnson, P. (2005). Differentiation of self and psychosocial development. *Contemporary Family Therapy*, 27(2), 251-261.

- Joireman, J.A., Needham, T.L., & Cummings, A.L. (2002). Relationships between dimensions of attachment and empathy. *North American Journal of Psychology*, 4(1), 63-80.
- Kampmann, I.L., Emmelkamp, P.M., Hartanto, D., Brinkman, W.P., Zijlstra, B.J., & Morina, N. (2016). Exposure to virtual social interactions in the treatment of social anxiety disorder: A randomized controlled trial. *Behaviour Research and Therapy*, 77, 147-156.
- Klever, P. (2009). Goal direction and effectiveness, emotional maturity, and nuclear family functioning. *Journal of Marital and Family Therapy*, 35(3), 308-324.
- Lampis, J. (2016). Does partners' differentiation of self predict dyadic adjustment?. *Journal of Family Therapy*, 38(3), 303-318.
- Lampis, J., Cataudella, S., Agus, M., Busonera, A., & Skowron, E.A. (2019). Differentiation of self and dyadic adjustment in couple relationships: A dyadic analysis using the actor-partner interdependence model. *Family Process*, 58(3), 698-715.
- Larsen, K.S., Martin, H.J., Ettinger, R.H., & Nelson, J. (1976). Approval seeking, social cost, and aggression: A scale and some dynamics. *The Journal of Psychology*, 94(1), 3-11.
- Lee, A., & Hankin, B.L. (2009). Insecure attachment, dysfunctional attitudes, and low self-esteem predicting prospective symptoms of depression and anxiety during adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 38(2), 219-231.
- Lewczuk, K., Kobylińska, D., Marchlewska, M., Kryzstofiak, M., Glica, A., & Moiseeva, V. (2021). Adult attachment and health symptoms: The mediating role of emotion regulation difficulties. *Current Psychology*, 40(4), 1720-1733.
- Li, J., Li, T. & Dai, Q. (2008). Adult attachment, social support, and depression level of post stroke patients. *Social Behavior and Personality*, 36(10), 1341-1352.
- Lipsitz, J.D., & Schneier, F.R. (2000). Social phobia. *Pharmacoeconomics*, 18(1), 23-32.
- Malaeb, D., Awad, E., Haddad, C., Salameh, P., Sacre, H., Akel, M., ... & Hallit, S. (2020). Bullying victimization among Lebanese adolescents: The role of child abuse, internet addiction, social phobia and depression and validation of the Illinois bully scale. *BMC Pediatrics*, 20(1), 1-11.
- Manning, R.P., Dickson, J.M., Palmier-Claus, J., Cunliffe, A., & Taylor, P.J. (2017). A systematic review of adult attachment and social anxiety. *Journal of Affective Disorders*, 211, 44-59.
- Maunder, R.G., & Hunter, J.J. (2001). Attachment and psychosomatic medicine: Developmental contributions to stress and disease. *Psychosomatic Medicine*, 63(4), 556-567.
- McCarty, K. (2005). *The relationship between attachment and social anxiety, focusing on self-esteem and locus of control as possible mediators*. University of Hertfordshire, PhD Thesis.

- Mikulincer, M., & Shaver, P.R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry, 11*(1), 11-15.
- Miller, R.B. (2004). Is Bowen theory valid? A review of basic research. *Journal of Marital and Family Therapy, 30*(4), 453-466.
- Murdock, N.L., & Gore, P.A. (2004). Stress, coping, and differentiation of self: A test of Bowen theory. *Contemporary Family Therapy, 26*(3), 319-335.
- Nielsen, S.K.K., Lønfeldt, N., Wolitzky-Taylor, K.B., Hageman, I., Vangkilde, S., & Daniel, S.I.F. (2017). Adult attachment style and anxiety-The mediating role of emotion regulation. *Journal of Affective Disorders, 218*, 253-259.
- Nolte, T., Guiney, J., Fonagy, P., Mayes, L. C., & Luyten, P. (2011). Interpersonal stress regulation and the development of anxiety disorders: An attachment-based developmental framework. *Frontiers in Behavioral Neuroscience, 5*, 55-62.
- Notzon, S., Domschke, K., Holitschke, K., Ziegler, C., Arolt, V., Pauli, P., Reif, A., Deckert, J. & Zwanzger, P. (2016). Attachment style and oxytocin receptor gene variation interact in influencing social anxiety. *The World Journal of Biological Psychiatry, 17*(1), 76-83.
- Parade, S.H., Leerkes, E.M., & Blankson, A.N. (2010). Attachment to parents, social anxiety, and close relationships of female students over the transition to college. *Journal of Youth and Adolescence, 39*(2), 127-137.
- Peleg-Popko, O. (2002). Bowen theory: A study of differentiation of self, social anxiety, and physiological symptoms. *Contemporary Family Therapy, 24*(2), 355-369.
- Peleg, O., & Zoabi, M. (2014). Social anxiety and differentiation of self: A comparison of Jewish and Arab college students. *Personality and Individual Differences, 68*, 221-228.
- Pietromonaco, P.R., & Powers, S.I. (2015). Attachment and health-related physiological stress processes. *Current Opinion in Psychology, 1*, 34-39.
- Pinquart, M., Feußner, C., & Ahnert, L. (2013). Meta-analytic evidence for stability in attachments from infancy to early adulthood. *Attachment & Human Development, 15*(2), 189-218.
- Pinto-Gouveia, J., Castilho, P., Galhardo, A., & Cunha, M. (2006). Early maladaptive schemas and social phobia. *Cognitive Therapy and Research, 30*(5), 571-584.
- Priest, J.B. (2019). Examining differentiation of self as a mediator in the biobehavioral family model. *Journal of Marital and Family Therapy, 45*(1), 161-175.
- Rapee, R.M., & Spence, S.H. (2004). The etiology of social phobia: Empirical evidence and an initial model. *Clinical Psychology Review, 24*(7), 737-767.
- Ranta, K., Kaltiala-Heino, R., Fröjd, S., & Marttunen, M. (2013). Peer victimization and social phobia: A follow-up study among adolescents. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 48*(4), 533-544.

- Read, D.L., Clark, G.I., Rock, A.J., & Coventry, W.L. (2018). Adult attachment and social anxiety: The mediating role of emotion regulation strategies. *PLoS one*, 13(12), e0207514.
- Rodebaugh, T.L., Gianoli, M.O., Turkheimer, E., & Oltmanns, T.F. (2010). The interpersonal problems of the socially avoidant: Self and peer shared variance. *Journal of Abnormal Psychology*, 119(2), 331-339.
- Rodríguez-González, M., Schweer-Collins, M., Skowron, E.A., Jódar, R., Cagigal, V., & Major, S.O. (2019). Stressful life events and physical and psychological health: Mediating effects of differentiation of self in a Spanish sample. *Journal of Marital and Family Therapy*, 45(4), 578-591.
- Rotter, J.B. (1980). Interpersonal trust, trustworthiness, and gullibility. *American Psychologist*, 35(1), 1-7.
- Salehi, E., Mehrabi, M., Fatehi, F., & Salehi, A. (2020). Virtual reality therapy for social phobia: A scoping review. *Digital Personalized Health and Medicine*, 713-717.
- Scharfe, E., & Eldredge, D. (2001). Associations between attachment representations and health behaviors in late adolescence. *Journal of Health Psychology*, 6(3), 295-307.
- Segrin, C., & Kinney, T. (1995). Social skills deficits among the socially anxious: Rejection from others and loneliness. *Motivation and Emotion*, 19(1), 1-24.
- Sexton, T., Weeks, G. ve Robbins, M. (2003). *Handbook of family therapy: The science and practice of working with families and couples*. Brunner-Routledge.
- Shaver, P.R., & Mikulincer, M. (2014). *Adult attachment and emotion regulation*. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 237-250).
- Shaver, P.R., Mikulincer, M., Gross, J.T., Stern, J.A., & Cassidy, J.A. (2016). *A lifespan perspective on attachment and care for others: Empathy, altruism, and prosocial behavior*. Cassidy, J.; Shaver, PR (ed.), *Handbook of attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (3rd ed.), 878-916.
- Sibley, C.G., Fischer, R., & Liu, J.H. (2005). Reliability and validity of the revised experiences in close relationships (ECR-R) self-report measure of adult romantic attachment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(11), 1524-1536.
- Siyez, M.D. (2010). *Kişilerarası ilişkilerin başlangıcı ve gelişimi*. içinde: *Kişilerarası ilişkiler ve etkili iletişim*. (Ed: A. Kaya). Ankara: Pegem Akademi.
- Skowron, E.A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 229-237.
- Skowron, E.A., Holmes, S.E., & Sabatelli, R.M. (2003). Deconstructing differentiation: Self regulation, interdependent relating, and well-being in adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 25(1), 111-129.

- Skowron, E.A., & Dendy, A.K. (2004). Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control. *Contemporary Family Therapy, 26*(3), 337-357.
- Skowron, E.A., Stanley, K.L., & Shapiro, M.D. (2009). A longitudinal perspective on differentiation of self, interpersonal and psychological well-being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy, 31*(1), 3-18.
- Soykan, C., Ozgüven, H.D., & Gençöz, T. (2003). Liebowitz Social Anxiety Scale: The Turkish version. *Psychological Reports, 93*, 1059-1069.
- Stanton, S.C., & Campbell, L. (2014). Perceived social support moderates the link between attachment anxiety and health outcomes. *Plos one, 9*(4), e95358.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi, 14*(43), 71-106.
- Thorberg, F.A., & Lyvers, M. (2006). Attachment, fear of intimacy and differentiation of self among clients in substance disorder treatment facilities. *Addictive Behaviors, 31*(4), 732-737.
- Timm, T.M., & Keiley, M.K. (2011). The effects of differentiation of self, adult attachment, and sexual communication on sexual and marital satisfaction: A path analysis. *Journal of Sex & Marital Therapy, 37*(3), 206-223.
- Wei, M., Vogel, D.L., Ku, T.Y., & Zakalik, R.A. (2005). Adult attachment, affect regulation, negative mood, and interpersonal problems: The mediating roles of emotional reactivity and emotional cutoff. *Journal of Counseling Psychology, 52*(1), 14-24.
- Wittchen, H.U., & Beloch, E. (1996). The impact of social phobia on quality of life. *International Clinical Psychopharmacology, 11*(3), 15-23.
- Xue, Y., Xu, Z. Y., Zaroff, C., Chi, P., Du, H., Ungvari, G.S., ... & Xiang, Y.T. (2018). Associations of differentiation of self and adult attachment in individuals with anxiety-related disorders. *Perspectives in Psychiatric Care, 54*(1), 54-63.



ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ, ÜSTBİLİŞ, İNTERNET KULLANIM FONKSİYONU VE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIM ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ*

Nesibe OLGUN KAVAL¹, Nimet Serap GÖRGÜ AKÇAY², Gamze KILIÇ³

öz

Üniversite öğrencilerinin problemli internet kullanımı ile ilişkili olabilecek faktörlerin incelenmesinin ve olası risk durumlarının belirlenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Üniversite dönemi, bireylerin ebeveyn kontrolünden uzaklaşıp kendi kararlarını vermeye ve hayatlarına yön vermeye başladıkları kritik bir dönemdir. Sorunlu internet kullanımı ile cinsiyet, psikiyatrik tanı, üstbilişsel inançlar ve kişilik arasındaki ilişki gösterilmiş olmasına rağmen, mevcut araştırma sayısı sınırlıdır ve bulgular çelişkilidir. Ayrıca internet kullanım süresinin ve amacının yer aldığı ve tüm bu değişkenlerin birlikte incelendiği herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerini, üstbilişsel inançlarını, internet kullanım işlevlerini ve problemli internet kullanımlarını tanı, cinsiyet ve internet kullanım süreleri açısından incelemek amaçlanmıştır. Veriler yaş ortalamaları 20.11 olan 696 üniversite öğrencisinden toplanmıştır. Araştırmada, betimsel ve parametrik olmayan bağımsız gruplar karşılaştırma analizleri kullanılmıştır (Mann Whitney U Testi ve Kruskal-Wallis Testi). Bu çalışmada, Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği (BFKÖ), Üstbiliş Ölçeği-30 (ÜÖ-30), İnternet Kullanım Fonksiyonları Ölçeği (IKFÖ), İnternette Bilişsel Durum Ölçeği (İBDÖ) ve Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, kadınların vicdanlılık ve nevrotizim alt ölçeği puanları daha yüksek bulunmuştur. Analiz sonuçları tanıya göre önemli bir fark olduğunu göstermiştir. Psikiyatrik tanısı olan grubun ölçek puanlarının, nevrotizim, açıklık, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven eksikliği, ÜÖ-30 toplam puanı ve bilgi işlevleri alt boyutlarında daha yüksek olduğu görülmüştür. Nevrotizm, kontrol edilemezlik ve tehlike, sosyal işlevler, sanal duygusal işlevler, sosyal rahatlık, yalnızlık/depresyon, dürtüde azalma, dikkat dağınıklığı ve İBDÖ toplam puanı alt boyut puanlarının internet kullanım süresi ile doğru orantılı olarak arttığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler

Üniversite Öğrencileri, Kişilik, Üstbiliş, Problemli İnternet Kullanımı

EXAMINATION OF PERSONALITY TRAITS, METACOGNITION, INTERNET USE FUNCTION, AND PROBLEMATIC INTERNET USE OF UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT

It is thought that it is critical to examine the factors that may be associated with the problematic internet use of university students and to determine possible risk situations. The university period is a critical period when individuals move away from parental control, and begin to make their own decisions and manage their lives. Although the relationship between problematic internet use and gender, psychiatric diagnosis, metacognitive characteristics and personality has been demonstrated, the number of available studies is limited and the findings are contradictory. In addition, no study was found in which the duration and purpose of Internet use were included and all these variables were examined together. In this study, it was aimed to examine the personality traits, metacognitive structures, internet usage functions and problematic internet use of university students in terms of diagnosis, gender and internet usage time. Data were collected from 696 university students that aged mean 20.11. The design of the study was descriptive and nonparametric independent groups comparison analyzes (Mann Whitney U Test and Kruskal-Wallis Test). The Big Five Inventory (BFI) Metacognitions Questionnaire-30 (MCQ-30), Internet Use Function Questionnaire (IUFQ), Online Cognition Scale (OCS) and a Demographic Form were used in this study. According to the results of the analysis, the Conscientiousness and Neuroticism scale scores of the women were higher. Analysis results showed a significant difference according to diagnosis. It was observed that the scale scores of the diagnosed group were higher in the sub-dimensions of Neuroticism, Openness, Uncontrollability and Danger, Lack of Cognitive Confidence, MCQ-30 Total Score and Information Functions. It was observed that the sub-dimension scores of Neuroticism, Uncontrollability and Danger, Social Functions, Virtual Emotional Functions, Social Comfort, Loneliness/Depression, Diminished Impulse, Distraction and OCS Total Score increased in direct proportion to internet usage time.

Key Words

University Students, Personality, Metacognition, Problematic Internet Use

*Bu çalışma 2. Dünya Gençlik Kongresi'nde (18-20 Mayıs 2022, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye) sözel bildiri olarak sunulmuştur.

¹Araş. Gör. Dr., Karadeniz Teknik Üniversitesi, e-mail: nesibe.olgün@gmail.com, ORCID: 0000-0002-3591-9397

²Dr. Öğr. Üyesi, Bingöl Üniversitesi, e-mail: nsgorgu@bingol.edu.tr, ORCID: 0000-0001-8182-0702

³Araş. Gör., Ege Üniversitesi, e-mail: gamzekilicpsk@gmail.com, ORCID: 0000-0002-0315-3980

Açıklama: Olgun Kaval, N., Görgü Akçay, N.S., Kılıç, G. (2022). Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, üstbiliş, internet kullanım fonksiyonu ve problemli internet kullanım özelliklerinin incelenmesi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 6(12), 167-202.

Giriş

Problemlı İnternet Kullanımı

Problemlı internet kullanımı her bir yaş grubu için üzerinde durulması ve araştırılması gereken kritik bir durumdur. Ancak Morrison ve Gore'nin (2010) de belirttiği gibi problemlı internet kullanımına gençlerde yetişkinlerden daha fazla rastlanmaktadır. Ayrıca üniversite öğrenciliği döneminin ergenlik gibi çalkantılı sayılabilecek bir gelişim döneminin sonlarına rastlaması, evden ayrılıp tek başına yaşamak, yeni bir çevre kazanmaya çalışmak, yeni arkadaşlıklar edinmek, üniversite hayatına adapte olmak, artan akademik beklentileri karşılayabilmek ve tüm bunları yaparken geleceğe ve iş hayatına dair belirsizlikleri tecrübe etmek gibi stres verici yaşantıları da barındırması bakımından kritik bir dönem olduğu düşünülmektedir (Özdel, Bostancı, Özdel ve Oğuzhanoğlu, 2002). Bu nedenle üniversite öğrencisi gençlerin internet kullanım alışkanlıklarının dikkatle araştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

İnternet kullanımının sağlıklı ya da problemlı olduğunun tespit edilmesi bireylerin tecrübe ettikleri güçlüklerle başa çıkabilmelerine, var olan olumsuz yaşantıları çözüme kavuşturmalarına yardımcı olacaktır. Alanyazın incelendiğinde sağlıklı ve problemlı internet kullanımının ayırt edilmesi amacıyla ortaya konulan tanı kriterleri dikkat çekmektedir.

Problemlı İnternet Kullanımının Belirlenmesine Yönelik Tanı Kriterleri

Araştırmacılar, sağlıklı ve problemlı internet kullanımı arasındaki farkı ortaya koyabilmek amacıyla problemlı internet kullanımının ne olduğuna, hangi durumlarda internet kullanımında problemin ortaya çıktığına dair tanı kriterleri oluşturmuşlardır. Ortaya konulan tanı kriterleri arasında benzerlikler ve farklılıklar bulunmaktadır. Bu durumun sebepleri ise problemlı internet kullanımının nedenlerine yönelik farklı kuramsal yaklaşımların olması ve araştırmacıların halihazırda bulunan kriterleri yeniden düzenlemeleridir. Birden fazla ve birbirinden farklı tanı kriterlerinin olmasının temel sebebi ise problem durumunun Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM) gibi temel tanı kitaplarında yer almamasıdır.

Problemlı internet kullanımını, internet bağımlılığı olarak adlandıran Young'ın (1998) bu konuda tanı kriterleri oluşturan ilk araştırmacı olduğu söylenebilir. Tanı kriterleri, benzer bir doğaya sahip olması nedeniyle, DSM-IV'te yer alan Kumar Oynama Bozukluğu'ndan yola çıkılarak oluşturulmuştur. Young'ın belirlediği tanı kriterleri kişinin internet kullanımına yönelik zihinsel meşguliyyete sahip olması, internet kullanım süresinin giderek artması, planladığından daha uzun süre internet kullanması, kullanım süresiyle ilgili huzursuzluk duyması ve süreyi azaltmak konusunda başarısız girişimlerinin bulunması, internet kullanım alışkanlıklarıyla ilgili çevresine yalan söylemesi, internet kullanımı nedeniyle iş, eğitim fırsatları gibi hayatındaki önemli konuları riske atması, interneti istenmedik bir durum ya da duygudan kaçınmak amacıyla kullanması faktörlerinden oluşmaktadır. Young (1998) bu faktörlerden en az beşini karşılayan kişilerin internet bağımlısı olarak tanımlandırılabilceğini ifade etmektedir.

Problemlı internet kullanımını tanımlamaya yönelik çalışmalar gerçekleştiren bir diğeri araştırmacı ise Suler'dır (1999). Suler'a göre kişinin internet kullanımının sağlıklı, problemlı ya da ikisinin arasında bir noktada bulunması söz konusu olabilir. Aynı zamanda problemlı internet kullanımının ortaya çıkışına yönelik kuramsal fikirler de ortaya koyan Suler, belirlediği sekiz faktörün kişiler için ne düzeyde olduğuna bakılarak, internet kullanımının sağlıklı mı yoksa problemlı mi olduğunun tespit edilebileceğine değinmiştir. Bireyin (a) kişilerarası, içsel vb. ihtiyaçlarını internet vasıtasıyla karşılama düzeyi arttıkça, (b) gündelik hayatta ihtiyaçlarının karşılama düzeyi azaldıkça ya da bu ihtiyaçları bastırıldıkça ve yok sayıldıkça, (c) internetin kullanım amaçları arttıkça, (d) internet kullanımı iş hayatı, akademik başarı, aile ilişkileri, hijyen ve özbakım gibi yaşantısal etmenleri yerine getirmesini engelledikçe, (d) karşılama olmayan ihtiyaçlar neticesinde ortaya çıkan depresyon, suçluluk, hayal kırıklığı gibi duygularının şiddeti arttıkça problemlı internet kullanımına yönelik risk de artacaktır. Öte yandan bireyin (e) yaşantısal ihtiyaçlarının varlığına yönelik farkındalığının ve kabulünün olması, (f) herhangi bir uygulamada ya da çevrimiçi etkinlikte uzun süre geçirmesi ve o uygulamanın yeni olma, heyecan yaratma özelliklerini yitirmesi ve (g) sanal dünya ile gerçek yaşam arasında denge kurabilmesi, gerçek yaşamda kişilerarası ilişkilerini yürütebilme becerisi problemlı internet kullanımı riskini azaltan faktörlerdir. Tüm bu sekiz faktörün düzeyine göre ortaya çıkan sonuç internet kullanımının problemlı ya da sağlıklı olduğuna yönünde bir çerçeve sunmuş olacaktır.

Griffiths (2000), problemlı internet kullanımını teknoloji bağımlılığının görünüm kazandığı yollardan biri olarak değerlendirmiştir. Ona göre diğeri tüm davranışsal bağımlılıklardakine benzer bileşenleri barındırmaktadır. Bu bileşenler şöyledir: belirginlik, kişinin bir aktiviteye yönelik bilişsel, duygusal ve davranışsal olarak gözle görünür biçimde fazlaca vakit ayırması; duygudurum değışiklikleri, bu aktivitenin kişide olağandışı ve kişi tarafından istenilen duygular yaratması; tolerans, aktivitelerin giderek daha uzun süre gerçekleştirilmesi; etkinlikleri gerçekleştirmek için içsel ve kişilerarası ilişkilerde çatışma yaşamaları; etkinliklere dâhil olamaması halinde kişinin fiziksel, bedensel ve duygusal rahatsızlık belirtileri göstermesi yani yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması ve nüksetme ise kişinin dönemsel olarak internet kullanımını kısıtlaması ya da bırakmasının ardından yeniden dönüş yapmasıdır. Tüm bunların varlığından ve düzeyinden hareketle bağımlılık durumunun değerlendirilmesi mümkün olmaktadır.

Shapira ve arkadaşları (2003) ise, problemlı internet kullanımının tanı kriterlerini Dürtü Kontrol Bozukluğu'ndan yola çıkarak belirlemişlerdir. Tanı kriterlerinde kişinin internet kullanımına yönelik aşırı zihinsel meşguliyetinin bulunması, başlangıçta düşünülenden daha uzun süre internet kullanımı ve kişilerarası ilişkilerde, akademik başarıda, iş hayatında olumsuz sonuçlar doğuracak düzeyde internet kullanımı yer almaktadır. Ayrıca Shapira ve arkadaşları (2003) tüm bu belirtilerin sebebinin başka bir psikiyatrik bozukluk olmadığından emin olunması gerektiğini vurgulamışlardır.

Dürtü Kontrol Bozukluğu'ndan yola çıkarak kriter belirleyen diğeri araştırmacılar ise Ko, Yen, Chen ve Chen (2005)'dir. Araştırmacılar, kişilerde görülen zihinsel

meşguliyetin, internet kullanımını azaltmaya yönelik başarısız girişimlerin, internet kullanımının giderek artmasının, planlanandan daha uzun süre internet kullanılmasının, gündelik hayata dair sorumlulukları yerine getirmekte zorluklara yol açmasının neticesinde fiziksel ya da ruhsal güçlüklerin ortaya çıkacağına bilinmesine rağmen internet kullanımına devam edilmesinin en belirgin kriterler olduğunu belirtmişlerdir.

Ele alınan tüm bu tanı kriterleri arasındaki benzerlikler ve farklılıklar dikkat çekmektedir. Bireyin internet kullanımının problemlı, sağlıklı ya da riskli olması durumlarından hangisine daha yakın olduğunu belirlemek için tüm bu kriterlerin gözden geçirilmesinde; geniş bir perspektifle değerlendirmenin yapılmasında fayda olduğu düşünülmektedir. Problemlı internet kullanımına ait tüm bu farklı değerlendirme ve tanımlama biçimlerinin tek bir çatı altında birleştirilerek DSM'nin bir sonraki basımında bir bozukluk olarak yer almasıyla çözüleceği düşünülmektedir.

Problemlı İnternet Kullanımının Ortaya Çıkışı

İnternet kullanımının problemlı bir düzeye ulaşması hali son yıllarda sıklıkla çalışılan bir konu halini almıştır. Pek çok araştırmacı da problemlı internet kullanımının nasıl ortaya çıktığı, hangi bireylerin risk altında olduğu, nelerle ilişkili olabileceği hakkında kuramsal açıklamalar getirmeye odaklanmıştır. Bunlar arasında Suler (1999), Davis (2001) ve Caplan'ın (2003) kuramsal çalışmaları dikkat çekmektedir.

Suler (1999) problemlı internet kullanımını, Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi çerçevesinde açıklamaya çalışmıştır. Maslow'un hiyerarşisindeki basamakları internet kullanımı için (a) cinsel ve diğer ihtiyaçlar, (b) bilinçdışının ihtiyaçları, (c) başarı ve üstünlük ihtiyacı, (d) ait olma ihtiyacı, (e) ilişki ihtiyacı ve (f) kendini gerçekleştirme ve aşkınlık ihtiyacı olarak revize etmiştir. Suler'a göre internet kullanımının fonksiyonları yani amaçları, hiyerarşideki basamakların temsil ettiği ihtiyaçları çeşitli şekillerde karşılamaktadır. Örneğin kişiler pornografik materyallere erişim, sanal platformlarda mesajlaşma ve flörtleşme gibi yollarla cinsellik ihtiyaçlarını ya da yaratıcılıklarını ortaya koyma, kendi görüş ve düşüncelerini paylaşma gibi yollarla kendini gerçekleştirme ihtiyaçlarını karşılamaktadırlar. Tüm bunlar kişilerin internet kullanımını ve kullanımdan doyum sağlamalarını beraberinde getirmektedir. Ancak, internet ortamının yarattığı kısıtlılıklar nedeniyle yaşanan bu doyumun düzeyinde eksiklik oluşmakta ve tam anlamıyla tatmin olmalarının önüne geçmektedir. Bu tatminsizlik hali ise bireylerin internet kullanım miktarında artışa ve en nihayetinde problemlı internet kullanımına yol açmaktadır.

Davis (2001) ise durumun ortaya çıkışını açıklamak için bilişsel davranışçı bir model ortaya koymuş ve bu modele Problemlı İnternet Kullanımının Bilişsel Davranışçı Modeli adını vermiştir. Problemlı internet kullanımının ortaya çıkışına (a) uzak nedenler ve (b) yakın nedenler katkıda bulunmaktadır. Davis (2001) katkıda bulunan uzak nedenleri yatkınlık-stres modeli üzerinden açıklamakta; bireyin hâlihazırda sahip olduğu psikopatolojiyi yatkınlık, internetle ya da yeni bir internet kullanım alanıyla karşılaşmasını stres ve internet kullanımı neticesinde aldığı olumlu tepkileri ise pekiştireç olarak ifade etmektedir. Modele göre, bireyin

kendisine ve çevresine yönelik geliştirdiği uyumsuz ve genelleyici bilişler ise katkıda bulunan yakın sebepler olarak tanımlanmaktadır. En nihayetinde, tüm bunların bir araya gelişi problemlı internet kullanımının ortaya çıkışına zemin hazırlamaktadır.

Caplan (2003), problemlı internet kullanımının meydana gelmesinde psikososyal problemlerin önemine dikkat çekmektedir. Davis'in modelinden hareketle, Caplan da problemlı internet kullanımını açıklamaya yönelik bilişsel davranışçı bir model ortaya koymuştur. Öncelikli olarak problemlı internet kullanımının altında depresyon, yalnızlık, umutsuzluk gibi birtakım psikososyal güçlüklerin yattığını ifade etmektedir. Bu psikososyal problemler bireylerin sosyal becerilerdeki eksikliklere daha fazla odaklanmalarını, bu konuda bilişsel çarpıtmalara sahip olmalarını beraberinde getirmektedir. Sosyal becerilerinin yüz yüze iletişim kurmak için yeterli düzeyde olmadığına inanan bireyler en nihayetinde internet kullanımına yönelmektedirler. Çünkü internet yoluyla etkileşim kurulduğunda, yüz yüze etkileşime kıyasla, toplumsal kurallara daha az dikkat edilmekte, daha az risk alınmakta, daha güvenli hissedilmektedir. Aynı zamanda bireyler kendilerini daha kolay açabilmekte, paylaşım düzeyleri de artmaktadır. Tüm bu avantajlar bireyin internet başında geçirdiği sürenin giderek artmasına ve kişisel yaşantısında, akademik başarisında, iş hayatında, aile ilişkilerinde olumsuz sonuçların ortaya çıkmasına davetiye çıkarmaktadır (Caplan, 2002). Dahası, kullanım süresini kontrol etmekte başarısız olması, yaşadığı problemler nedeniyle suçluluk ve utanç duyması gibi rahatsızlık verici yaşantılara da yol açabilmektedir. En nihayetinde birey internet kullanımıyla birlikte gelen olumlu ve olumsuz deneyimler arasında gidip gelmektedir.

Problemlı İnternet Kullanımı Türleri

Problemlı internet kullanımının sınıflandırılmasıyla ilgili iki çalışma dikkati çekmektedir. Problemlı internet kullanımına yönelik bu iki çalışmanın birbirlerinden farklı bakış açılarına sahip oldukları ancak bu bakış açılarının durumun değerlendirilmesi ve tespiti bakımından birbirlerini tamamlayıcı olduğu düşünölmektedir.

Problemlı internet kullanımını patolojik internet kullanımı olarak adlandıran Davis (2001), genel ve özgül patolojik internet kullanımı olmak üzere iki farklı türü olduğunu belirtmektedir. Genel patolojik internet kullanımını pek çok farklı amaçla ve aşırı düzeyde internet kullanımı olarak tanımlarken, özgül patolojik internet kullanımını internetin tek amaçla ve aşırı düzeyde kullanımı şeklinde ifade etmektedir. Yani iki kullanım türü arasındaki farkın kullanım amacındaki yelpazenin genişliği üzerinden belirlendiği söylenebilir.

Problemlı internet kullanımını sınıflandırmaya yönelik ikinci çalışma ise problemlı internet kullanımını internet bağımlılığı olarak adlandıran Young ve arkadaşları (1999) tarafından ortaya konulmuştur. Bu çalışma neticesinde beş tür internet bağımlılığı olduğu tespit edilmiştir. Bunlardan ilki pornografik materyallere erişim amacıyla internetin aşırı kullanımını kapsayan siber seks bağımlılığıdır. Siber ilişki bağımlılığı ise internetin ilişki kurma, arkadaş edinme gibi amaçlarla, bağımlılık düzeyinde kullanımı olarak tanımlanmaktadır. Üçüncü tür olan net bağımlılığı, internet yoluyla kumar oynama, alışveriş yapma ve satın alma gibi davranışları

kapsamaktadır. Bilgisayar bağımlılığı, bilgisayar oyunlarını oynama davranışının bağımlılık düzeyinde gerçekleştirilmesidir. Beşinci ve son internet bağımlılığı türü ise internette gezinme, bilgi alma, çeşitli konularda veri toplama durumunun aşırı düzeye ulaştığı durumları ifade eden aşırı bilgi alma bağımlılığıdır. Görüldüğü gibi, Young ve arkadaşları (1999) internet bağımlılığı türlerini tanımlarken, internetin hangi amaçla kullanıldığına ve bu kullanımın düzeyinin aşırı düzeye ulaşp takıntılı bir hal almasına dikkat çekmişlerdir.

Problemlı İnternet Kullanımıyla İlişkili Değişkenler

Üniversite öğrencilerinin problemlı internet kullanımı ve cinsiyet arasındaki ilişkilerine yönelik bulgular birbirleriyle çelişkilidir. Yapılan çalışmaların kayda değer bir kısmı cinsiyetler arasında farklılaşma olmadığını ortaya koymaktadır (Balci ve Gülnar, 2009; Çevik-Saldıran, 2021; Khan, Shabbir ve Rajput, 2017). Ancak erkeklerin problemlı internet kullanımının kadınlara kıyasla daha yaygın olarak görüldüğünü bulgulayan çalışmalar da azımsanamayacak kadar fazladır (örn. Mayda, 2015; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Soule, Shell ve Kleen, 2003). Kullanılan ölçme araçlarının farklılaşması, internete erişimin yaygınlaşması ve kolaylaşması gibi faktörlerin cinsiyetler arasındaki farklılığın kapanmasında etkili olabileceği düşünülmektedir.

Problemlı internet kullanımı ile ilişkisi araştırılan bir diğer etken ise internetin kullanım süresidir. İnternet kullanım süresi arttıkça problemlı internet kullanımına yönelik riskin de arttığı görülmektedir (Kaval, 2018). Ancak bu noktada, internetin hangi amaçla kullanıldığına da süreci etkileyen önemli bir faktör olduğu düşünülmektedir. Mevcut araştırmalar, interneti sosyalleşmek, duygusal ihtiyaçlarını karşılamak, flört etmek, alışveriş yapmak gibi amaçlarla kullanan bireylerin problemlı internet kullanımının daha yüksek olduğunu ortaya çıkarmaktadır (Ceyhan, 2010; Davis vd., 2002).

Psikiyatrik tanı alma durumunun problemlı internet kullanımı ile ilişkisinin araştırıldığı çalışmalara göre bu iki faktör arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Yani psikiyatrik tanı almış olmak problemlı internet kullanımı için bir risk faktörü olarak karşımıza çıkmaktadır (Tahiroğlu vd., 2011). Ek olarak, alanyazına göre yalnızlık, umutsuzluk, depresyon, uyku problemleri gibi çeşitli yaşantısal güçlüklerin de problemlı internet kullanım riskinin artışıyla ilişkisi vardır (Adalier ve Balkan, 2012; Chen ve Gau, 2016; Mayda, 2015).

Kişilik ve üstbiliş, problemlı internet kullanımı ile ilişkilerinin önemli olduğu düşünülen ve araştırılan konular arasında yer almaktadır. Alanyazında bu konuların incelendiği araştırma sayısının kısıtlı olması ve bir arada ele alınan çalışmalara rastlanmaması nedeniyle yapılacak yeni araştırmalara ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmada, hem kişilik hem de üstbilişsel inançlar araştırıldığı için takip eden kısımda ilgili değişkenler hakkında bilgi verilecek daha sonra ise problemlı internet kullanımıyla ilişkilerine değinilecektir.

Kişilik Özellikleri

Kişilik özellikleri en basit tanımıyla bireysel farklılıkları ifade etmektedir. Kişilik psikologları bir insanı diğerlerinden ayıran, sosyal ve duygusal işlevlerdeki en önemli farklılık olarak kişiliği ele almaktadırlar (McAdams ve Olson, 2010). Doğan

(2013) kişilik tanımında, bireyin doğuştan getirdiği ve yaşantıları ile zamanla edindiği, diğer bireylerden ayıran, biricikliğini ortaya koyan özelliklerin tamamı olduğunu ifade etmiştir. Kişilik özelliklerinin, farklı zaman ve durumlar karşısında bireylerin davranışlarına ilişkin güçlü bir yordayıcı olduğu bilinen bir gerçektir. Ayrıca kişiliğin, ilişki kalitesi, mutluluk, sağlık, uyum ve ruhsal sorunlar gibi birçok önemli yaşam olaylarında etkili olduğu bilinmektedir (Lodi-Smith ve Roberts, 2007; Ozer ve Benet-Martinez, 2006). Kişilik, ayırt ediciliğinin ötesinde bireyler üzerindeki etkileri göz önünde bulundurulduğunda yıllardır araştırılan temel konulardan birisi olarak aynı zamanda evrensel bir yapı sunmaktadır.

İnsanların davranışlarının nedenlerine yönelik açıklamalar yapmak, davranışların öngörülebilir olmasına ilişkin çabalar kişilik teorilerinden “ayırıcı özellik kişilik kuramını” ön plana çıkarmıştır. Allport (1925), Murray (1938) ve Cattell (1968) gibi araştırmacılar tarafından geliştirilen kuram, farklı kültürlerde ve değişik yaş gruplarında en çok kullanılan ve kavramsallaştırılan “Büyük Beş Faktör”, “Büyük Beşli”, “Beş Faktör Modeli” gibi isimlerle bilinmektedir. Beş faktör modelinin birçok farklı kültürde yapılan çalışmaları bulunmaktadır ve evrensel temsil edebilirliği desteklenmiştir (Burger, 2006; Costa ve McCrae, 1992; Goldberg, 1990). Bu nedenle gerçekleştirdiğimiz çalışmada da Beş Faktör Kişilik Modeli ele alınmıştır ve çalışma sonuçlarının genellenebilirliği desteklenmiştir.

Beş Faktör Kişilik Modeli, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk, nörotisizm ve deneyime açıklık boyutlarından oluşmaktadır (Sümer, Lajunen ve Özkan, 2005). Kuramın ele aldığı bu kişilik alt boyutlarına ilişkin tanımlamalara aşağıda yer verilmiştir.

Dışa dönüklük; aktif, girişken ve sosyal olma durumunu ifade etmektedir. Bu boyutta bireylerin içsel dünyasındaki düşüncelerini ve fikirlerini içeren bireysel enerjilerini, dış dünyada yer alan olaylar ve eylemlere aktarma becerilerini temsil ettiği söylenebilir (Chauvin, Hermand ve Mullet, 2007). Dışa dönüklük kişilik özelliklerine sahip olan bireylerin, yüksek düzeyde sosyal, aktif, enerjik, risk almaya açık, olumlu duygular yaşama eğilimi yüksek ve hayat dolu olduğu görülürken (Watson, Clark ve Harkness, 1994); diğer taraftan dışa dönüklük kişilik özellikleri düşük olan bireylerin ise sessiz, soğuk, mesafeli, sosyal durumlara karşı çekingen ve kendini geri çekme davranışı ile karakterize özellikler gösterdiği bilinmektedir (Benet-Martinez ve John, 1998; McCrae ve John, 1992).

Uyumluluk, bireylerin düşünce, duygu ve davranışlarında şeffakatten düşmanlığa kadar süreklilik üzerinde kişinin kişilerarası ilişkilerinin doğasını da içeren bir şekilde tanımlanmaktadır (Costa ve McCrae, 1992). Uyumluluk kişilik özelliklerine sahip bireylerin ayrıca çevre kirliliği, şiddet ve hastalık gibi sorunlara karşı da daha duyarlı oldukları, mağdur bireylere karşı daha çok empati kurabildikleri görülmektedir (Chauvin, Hermand ve Mullet, 2007).

Sorumluluk, bireyin düşüncelerinde ve eylemlerinde çevresine karşı organize, kontrollü, kararlı ve etkili olma konusundaki eğilimlerini ifade etmektedir (Chauvin, Hermand ve Mullet, 2007). Sorumluluk kişilik özellikleri güçlü olan bireylerin, çalışkan, verimli, dikkatli, görev bilincine ve amaca odaklanma becerisine sahip, rasyonel, mükemmeliyetçi, güvenilir ve düzenli özellikleri ile karakterize olduğu ifade edilmektedir (Costa ve McCrae, 1992; Goldberg, 1999).

Sorumluluk özellikleri düşük olan bireylerin ise daha az temkinli olması sebebiyle duygusal ve fiziksel sağlık açısından riskli davranışlara daha açık olduğu bilinmektedir (Hampson, Andrews, Barckley, Lichtenstein ve Lee, 2000).

Nörotisizm, bireylerin yaşadıkları duygusal dengesizlik, kaygı, öfke ve depresyon gibi olumsuz duygularla ilişkili bir boyut olarak ele alınmaktadır (Goldberg, 1990). Bu özelliklere ek olarak nevroitik özellikleri yüksek olan bireylerde dürtüsellik, duygusal olarak kırılğan ve hassas olma, davranış kontrolünde güçlük yaşama gibi özellikler görülmektedir (Benet-Martinez ve John, 1998; Costa ve McCrae, 1992).

Deneyime açıklık, boyutunda yer alan bireyler yeni şeyler keşfetmeye ve denemeye açık olan bireylerin özelliklerini temsil etmektedir. Bu özellikler beraberinde entelektüel merak, yaratıcılık, hayal gücü, yenilik ve çeşitliliğe karşı ilgiyi de ifade etmektedir (Goldberg, 1999; McCrae ve John, 1992). Bireylerin bu boyuttan düşük puan alması ise daha rutin ve durağan işleri tercih ettikleri, yeni şeylere karşı daha tepkili ve kapalı bir bakış açısıyla yaklaştıkları, çekingen oldukları, sanat gibi entelektüel konulara ilgi duymadıkları anlamına gelmektedir (McCrae ve Costa, 1991).

Kişilik ve Problemlı İnternet Kullanımı

Davis'in (2001) oluşturmuş olduğu modelde de görüldüğü üzere kişilik özellikleri, problemlı internet kullanımı davranışı üzerinde etkiye sahiptir. Kişilik özellikleri, sadece internet kullanımı veya teknoloji bağımlılığı (sosyal medya, oyun bağımlılığı vs.) gibi davranışsal bağımlılıklar (Cao ve Su, 2007; Öztürk ve Kaymak-Özmen, 2011; Bulut-Serin, 2011) üzerinde değil, tüm bağımlılık türleri ve farklı psikopatolojilerin oluşumunda önemli bir etken olarak karşımıza çıkmaktadır (Grekin, Sher ve Wood, 2006). Beş faktör kişilik özellikleri değerlendirildiğinde, alanyazında problemlı internet kullanımı veya internet bağımlılığına ilişkin birçok çalışma olduğu görülmektedir. Kişilik özellikleri ve internet kullanımı arasındaki ilişkiler yadsınamaz olsa bile alanyazında bu özelliklerin internet kullanımı üzerindeki etkilerine ilişkin çelişkili çalışma sonuçları yer almaktadır (Engelberg ve Sjoberg, 2004; Öztürk vd., 2015; Samarein vd., 2013; Young ve Rodgers, 1998).

Nörotisizm kişilik özelliğinin psikopatoloji gelişimiyle olan ilişkisi (Winter ve Kuiper, 1997) düşünüldüğünde, bu bireylerin kaygıdan kaçınmak için davranışsal bağımlılıklara başvurdukları (Tsai vd., 2009) ve işlevsel olmayan bir baş etme yöntemi olarak kullandıkları (Hausenblas ve Giacobbi, 2004) görülmektedir. Özellikle sosyal kaygısından dolayı nörotisizm kişilik özelliklerine sahip bireylerin, online iletişimi daha fazla tercih ettikleri ve bunun da internet bağımlılığında spesifik bir neden olduğu bilinmektedir (Ehrenberg, Juckes, White ve Walsh, 2008). Dışa dönüklük kişilik özelliğinin sosyal medya kullanımındaki bağımlılık düzeyindeki davranışlar ile ilişkili olması, internetin sosyal ihtiyaçları ve eğilimleri ifade etmenin bir yolu olarak görülmesi ile açıklanmaktadır (Bianchi ve Phillips, 2005; Ross vd., 2009). Sorumluluk kişilik özelliğinin ise internet bağımlılığı ile olumsuz yönde ilişkisi olduğunu ortaya koyan çalışmalar, bu kişilik özelliğini aynı zamanda problemlı internet kullanımına karşı bir koruyucu faktör olarak görmektedir (Andreassen vd., 2013). Yani, sorumluluk özelliklerini gösteren bireylerin internet kullanımına ilişkin problemler açısından daha az risk taşıdığı söylenebilir (Batıgün ve Kılıç, 2011; Çelik, Atak ve Başal, 2012). Deneyime açık

olan bireylerin meraklı, yaratıcı, özgün, hayal gücü kuvvetli ve açık fikirli olmaları gibi özellikleri daha fazla internet kullanacaklarını düşündürse de (Somer, 1998), çalışmalar internet bağımlılığı ve deneyime açıklık kişilik özelliği arasında düşük bir ilişki bulmuştur (Çelik, Atak ve Başal, 2012). Günay (2012)'ın gerçekleştirmiş olduğu çalışma sonuçları kişilik özellikleri, problemlı internet kullanımının alt boyutlarından olan azalmış dürtü kontrolü ve dikkat dağıtma faktörleri ile yalnızlık duygusu arasında aracı ve düzenleyici rolleri olduğunu göstermiştir.

Üstbilişsel İnançlar

Üstbiliş, kişinin kendi bilişleri, içsel durumları ve bunlarla baş etme yöntemlerine ilişkin bilgilerini kapsamaktadır (Flavell, 1979; Wells, 2000; Wells ve Matthews, 1994). Bilişsel süreçleri ve içsel yaşantıları gözlemleyen, yorumlayan ve/veya kontrol eden bir süreçten söz edilmektedir (Wells, 2009). Örneğin, belirli türdeki düşüncelerin ("A'yı düşünmek zayıf olduğum anlamına gelir.") veya duyguların ("Kaygımı her zaman kontrol etmeliyim.") önemine ilişkin inançları içerebilir. Aynı zamanda düşünce ve içsel yaşantılar üzerinde etkili olan baş etme yöntemleri hakkındaki ("Sigara içmek aklımdaki şeyleri düzenlememe yardımcı olacak.") inanç ve bilgileri de kapsayabilmektedir (Spada, Langston, Nikcevic ve Moneta, 2008; Wells, 2009; Spada ve Wells, 2009).

Aslında, verilen örnekler üstbilişsel düşünceleri temsil etmektedir. Bu üstbilişsel inançlar: "Endişelenmek sorunumu çözmeme yardım edecek." gibi kaygı veya endişeyle ilgili olumlu inançları; "Kontrol etme davranışım aklımlı yitirmeme neden olacak." gibi kaygı veya endişeyle ilişkili olumsuz inançları kapsamaktadır. Bunların yanı sıra, "İsimleri hatırlayamıyorum, hafızama güvenmiyorum." gibi dikkat ve hafızayla ilişkili süreçlere güveni değerlendiren bilişsel güvensizliği; "Ne yaparsam yapayım endişelerim devam ediyor." gibi düşünceleri kontrol etme ihtiyacını; "Zihnimden neler geçtiğini çok iyi bilirim." gibi bilişsel süreçleri izleme ve dikkati içe odaklama eğilimini ölçen bilişsel farkındalığı içermektedir (Cartwright-Hatton ve Wells, 1997; Wells ve Cartwright-Hatton, 2004).

Üstbilişsel İnançlar ve Problemlı İnternet Kullanımı

Spada ve arkadaşları (2008) iki nedenden dolayı üstbilişlerin problemlı internet kullanımı ile ilişkili olabileceğini ifade etmektedir. İlki, problemlı internet kullanımı, olumsuz düşünce ve duyguları düzenlemek için bir araç olarak kavramsallaştırılmakta ve en azından kısmen üstbilişler tarafından yönlendirilmesi gereken bir stratejiyi temsil etmektedir. İkincisi, problemlı internet kullanımı olumsuz duygularla ilişkilidir ve psikolojik bozuklukların üstbilişsel modeline göre bu olumsuz duygular üstbilişlerdeki uyumsuzlukla ilişkilidir. Araştırmacılar, olumsuz duygular ile problemlı internet kullanımı arasında üstbilişlerin aracı rol oynadığı ve psikolojik bozuklukların üstbilişsel modelinin (Wells ve Matthews, 1994, 1996) problemlı internet kullanımı sorununu da kapsayacak ölçüde genişletilebileceğini belirtmektedir.

Üstbilişsel inançlardan, olumlu inançlar ve bilişsel güven, başa çıkmada azalan güveni ve işlev görmek için sorunları endişe ve ruminasyon yoluyla tahmin etme ihtiyacını yansıtabilmektedir. Bunlar düşük üstbilişsel güven için bir belirteç olmakta ve üstbilişsel rahatsızlığı azaltmak için internet, bilgi sağlayabilmektedir. Örneğin, kişi, intrusif düşüncelerle başa çıkmada endişenin yararlı bir strateji

olduğuna inandığı için internette bir hastalığın semptomları hakkında araştırma yapabilir. Benzer şekilde kişi, kendi bilişsel yeteneklerine güvenmediği için otobüs saatleriyle ilgili internette bilgiyi tekrar araştırabilir. Olumlu üstbilişlerin beraberinde getirdiği endişenin kontrol edilemeyeceğine ilişkin olumsuz inançlar ve düşünceler kontrol etme ihtiyacını doğurmaktadır. Düşünce ve inançların farkında olunmasına yönelik bilişsel bir farkındalık oluşur. Bunların hepsi bir arada ele alındığında, intrusif düşünceleri izleme ve kontrol etmeye yönelik bir eğilim olarak değerlendirilebilir. Eğer intrusif düşünceleri kontrol etmek için kullanılan stratejiler düşünce bastırma gibi uyumsuzsa, benlik hakkında olumsuz bilgilere erişim artabilir ve kişinin duygusal durumunu düzenleyebilmesi için interneti kullanma olasılığı da artabilir (Spada vd., 2008, s.2332).

Alanyazında üstbilişsel inançlar ile problemlı internet kullanımının ilişkisini araştıran çalışma sayısının sınırlı olduğu ve bu çalışmaların da son yıllarda yapıldığı gözlenmiştir. Örneğin, üstbilişsel inançlar ile teknoloji bağımlılığının (internette oyun oynama bozukluğu, problemlı internet kullanımı, problemlı akıllı telefon kullanımı ve problemlı sosyal medya kullanımı) ilişkisinin incelendiği bir derleme çalışmasında (Casale, Musico ve Spada, 2021) üstbilişsel inançlar ile teknoloji bağımlılığı arasında ilişkiler olduğu bildirilmiştir.

Teknoloji ve internet kullanımının daha yaygın olduğu üniversite öğrencileri gibi genç bir örnekleme, problemlı internet kullanımı ile ilişkili olabilecek değişkenleri araştırmanın önemli ve faydalı olduğu düşünölmektedir. Buradan yola çıkarak, mevcut çalışmada üniversite öğrencilerinin cinsiyet, psikiyatrik tanı alma durumu ve internet kullanım süresi açısından kişilik özelliklerinin, üstbilişsel düşüncelerinin, internet kullanım fonksiyonlarının ve problemlı internet kullanımlarının araştırılması amaçlanmıştır. Söz konusu değişkenlerin bütüncöl bir şekilde ele alınarak incelendiği bir çalışma bilindiği kadarıyla bulunmamaktadır. Bu çalışmanın alanyazına katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

Yöntem

Bu çalışmada ilişkişel betimsel tarama modeli kullanılmıştır.

Örnekleme

Araştırmanın örneklemini 524 kadın (%75.3) ve 172 erkek (%24.7) olmak üzere 696 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması 20.11'dir (SS=2.55). Araştırmanın çalışma grubu 18-43 yaşları arasındaki üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Çalışma grubunun sınıf düzeyine göre dağılımları incelendiğinde, %52.3'ünün birinci sınıf, %33.5'inin ikinci sınıf, %7.2'sinin üçüncü sınıf ve %7'sinin dördüncü sınıf olduğu görölmektedir. Katılımcıların psikiyatrik tanı alma durumu incelendiğinde, 108 kişinin (%15.5) tanı aldığı ve 588 kişinin (%84.5) tanı almadığını bildirdiği görölmüştür. Çalışma grubunun günlük internet kullanım süreleri ele alındığında, 258 kişinin (%37.1) 0-3 saat, 308 kişinin (%44.3) 4-7 saat, 104 kişinin (%14.9) 8-11 saat ve 26 kişinin (%3.7) 12 saat ve üstünde internet kullandığı bulunmuştur. Çalışmada kullanılan ölçeklere ait ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Değişkenlere ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri

Ölçek	Alt Boyutlar	\bar{X}	SS
BFKÖ	Dışadönüklük	26.64	5.82
	Uyumluluk	32.47	4.70
	Sorumluluk	30.54	5.82
	Nörotisizm	24.24	5.67
	Deneyime Açıklık	37.65	5.54
ÜÖ-30	Olumlu İnanç	11.48	3.86
	Olumsuz İnanç (Kontrol Edilemezlik ve Tehlike)	13.25	4.41
	Bilişsel Güvensizlik	11.07	4.08
	Düşünceleri Kontrol İhtiyacı	12.52	3.46
	Bilişsel Farkındalık	16.60	3.47
	ÜÖ-30 Toplam Puan	64.93	11.46
İKFÖ	Sosyal Fonksiyon	8.93	2.54
	Bilgi Fonksiyonu	14.46	2.81
	Boş Zaman Fonksiyonu	9.14	2.76
	Duygusal Fonksiyon	6.28	1.59
İBDÖ	Sosyal Destek	29.49	12.57
	Yalnızlık-Depresyon	14.44	6.52
	Azalmış Dürtü Kontrolü	25.09	9.89
	Dikkat Dağıtma	21.80	9.42
	İBDÖ Toplam Puan	90.82	32.68

BFKÖ: Beş Faktör Kişilik Ölçeği; ÜÖ-30: Üstbilişler Ölçeği; İKFÖ: İnternet Kullanım Fonksiyonu Ölçeği; İBDÖ: İnternette Bilişsel Durum Ölçeği

İşlem

Araştırma sürecinde öncelikle çalışma konusu belirlendikten sonra veri toplama araçlarını Türkçeye uyarlayan yazarlardan izin alınmıştır. İzin alma işleminden sonra Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'na gerekli başvurular yapılmış ve araştırmaya yönelik olarak etik kurul onayı (22.08.2017 tarih ve 262-2017 protokol no) alınmıştır. Araştırmacılar tarafından çalışma verileri öğrencilerden yüz yüze toplanmıştır. Katılımcılar çalışma hakkında bilgilendirilmiş, çalışmaya katılmaya gönüllü olan öğrenciler ölçekleri üniversite dersliklerinde doldurmuşlardır. Ölçeklere verilen yanıtların toplu değerlendirileceği ve gizli tutulacağı bilgisinin de yer aldığı "Bilgilendirilmiş Onam Formu" her katılımcıya ilk sırada verilmiştir. Onam formunun ardından veri toplama araçları ise sıra etkisini kontrol etmek amacıyla öğrencilere farklı sıralarda düzenlenmiş versiyonlarıyla uygulanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır. Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, bölüm, sınıf, internet kullanım süresi gibi bilgilerinin

elde edilmesini amaçlamaktadır. Açık uçlu ve çoktan seçmeli maddelerden oluşmaktadır.

Üstbiliş Ölçeği-30 (ÜÖ-30): Wells ve Cartwright-Hatton (2004) tarafından geliştirilmiş, Yılmaz, Gençöz ve Wells (2008) tarafından Türkçe uyarlaması gerçekleştirilmiştir. 30 maddeden oluşan ölçek dördümlü Likert tipindedir. Ölçeğin beş alt boyutu bulunmaktadır. Yılmaz, Gençöz ve Wells (2008) tarafından gerçekleştirilen çalışmaya göre ölçeğin AFA analiz sonuçlarına göre beş faktörlü yapının Türkçe formunda da sağlandığı ve madde faktör yüklerinin .46 ve .92 arasında olduğu görülmüştür. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .87 ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .80'dir.

Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği (BFKÖ): Benet-Martinez ve John (1998) tarafından geliştirilmiştir. Sümer, Lajunen ve Özkan (2005) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmıştır. 44 maddeden ve beş alt boyuttan oluşmaktadır. Beşli Likert tipindedir. Türkçe uyarlama çalışmasına göre alt boyutların güvenilirlik katsayıları .64 ile .77 arasında değişmektedir.

İnternet Kullanım Fonksiyonları Ölçeği (İKFÖ): Ju tarafından (2000) geliştirilmiştir. Kesici ve Şahin (2009) tarafından Türkçe uyarlama çalışması gerçekleştirilmiştir. Dördümlü Likert tipindeki ölçek 18 maddeden oluşmaktadır. Dört alt boyutu bulunmaktadır. İç güvenilirlik katsayısı .79 olarak bulunmuştur. DFA sonuçlarına göre dört faktörlü yapının doğrulandığı ve faktör yapısı bakımından kabul edilebilir düzeyde uyum gösterdiği belirlenmiştir. Ölçeğin madde faktör yüklerinin .38 ve .84 arasında olduğu görülmüştür.

İnternette Bilişsel Durum Ölçeği (İBDÖ): Davis, Flett ve Besser tarafından (2002) geliştirilmiştir. Keser-Özcan ve Buzlu (2005) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmıştır. 36 maddeden oluşmakta ve yedili Likert tipindedir. Dört alt boyutu bulunmaktadır. Türkçe uyarlama çalışmasına göre ölçeğin iç tutarlık katsayısı .91'dir.

Veri Analizi

Araştırmada, veriler SPSS programıyla analiz edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin cinsiyet, psikiyatrik bozukluk tanısı almış olma durumu ve internet kullanım süresi ile kişilik özellikleri, üstbilişsel özellikler, internet kullanım fonksiyonları ve problemlı internet kullanımı arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi nicel araştırma yöntemlerinden betimsel istatistikler (ort, frekans gibi), karşılaştırma analizleri (Mann Whitney U Test ve Kruskal-Wallis Test) ve ilişkiyel analizler (korelasyon) gerçekleştirilmiştir. Veriler analiz edilmeden önce veri setinin analizler için uygun olup olmadığını belirlemek için normallik analizi ve varyans dağılımına bakılmıştır. Yeterli örneklem büyüklüğü olmasına rağmen, verilerin cinsiyet, tanı alma durumu gibi değişkenler açısından dağılımları incelendiğinde, varyans eşitsizliği gibi normallik analizi varsayımları karşılanmadığı için parametrik olmayan karşılaştırma analizleri tercih edilmiştir. Kişilik, üstbiliş, internet kullanım fonksiyonları ve problemlı internet kullanımı değişkenleri arasındaki korelasyonel ilişkiyi ortaya koymak amacıyla Pearson Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır. Analizlerde anlamlılık değeri olarak 0.05 değeri kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2002).

Bulgular

Kişilik, Üstbiliş, İnternet Kullanım Fonksiyonları ve Problemlı İnternet Kullanımının Cinsiyete Göre Değerlendirilmesi

Kişilik, üstbiliş, internet kullanım fonksiyonları ve problemlı internet kullanımı ölçek alt boyutları ve toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığı parametrik olmayan analizlerden bağımsız gruplar karşılaştırma analizi (Mann Whitney U Test) ile değerlendirilmiş, elde edilen sonuçlar Tablo 2’de sunulmuştur. Yapılan analiz sonucunda cinsiyete göre, Sorumluluk (U=40491.5, Z=-2,002, p<0.05), Nörotisizm (U=32925.0, Z=-5,313, p<0.001) ve Deneyime Açıklık (U=40168.5, Z=2,143, p<0.05) BFKÖ boyutları; Olumsuz İnançlar (U=37470.5, Z=-3.327, p<0.01), Düşünceleri Kontrol İhtiyacı (U=37049.5, Z=-3,517, p<0.001) ve Bilişsel Farkındalık (U=37905.5, Z=3,141, p<0.01) ÜÖ-30 boyutları; Boş Zaman Fonksiyonları (U=30456.5, Z=-6,434, p<0.001) ve Duygusal Fonksiyonlar (U=36061.5, Z=-4,058, p<0.001) İKFÖ boyutları; İBDÖ’nün Sosyal Destek (U=36406.0, Z=-3,786, p<0.001) alt boyutu ve toplam puanlarında (U=38810.0, Z=-2,734, p<0.001) istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma saptanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, kadınların sorumluluk ve nörotisizm puanlarının erkeklerden daha fazla olduğu görülürken, erkek katılımcıların deneyime açıklık, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık, boş zaman fonksiyonları, duygusal fonksiyonlar, sosyal destek ve İBDÖ toplam puanlarının ise kadınlardan daha fazla olduğu görülmüştür.

Tablo 2. Kişilik özellikleri, üstbilis, internet kullanım fonksiyonları ve internette bilişsel durumların cinsiyet açısından karşılaştırılması

Ölçek	Alt Boyutlar	Grup	N	\bar{X}	SS	Mann Whitney U Test			
						U	Z	p	
BFKÖ	Dışa Dönüklük	Kadın	524	26.74	.26	44719.0	-1.52	.879	
		Erkek	172	26.33	.46				
	Uyumluluk	Kadın	524	32.65	.21	41194.5	-1.695	.090	
		Erkek	172	31.92	.34				
	Sorumluluk	Kadın	524	30.84	.24	40491.5	-2.002	.045*	
		Erkek	172	29.65	.49				
	Nörotizm	Kadın	524	24.88	.25	32925.0	-5.313	.000***	
		Erkek	172	22.26	.40				
	Deneyime Açıklık	Kadın	524	37.42	.24	40168.5	-2.143	.032*	
		Erkek	172	38.36	.43				
	ÜÖ-30	Olumlu İnanç	Kadın	524	11.34	.16	41645.5	-1.499	.134
			Erkek	172	11.90	.32			
Olumsuz İnanç (Kontrol Edilemezlik ve Tehlike)		Kadın	524	13.56	.19	37470.5	-3.327	.001**	
		Erkek	172	12.31	.33				
Bilişsel Güvensizlik		Kadın	524	11.13	.17	42019.5	-1.338	.181	
		Erkek	172	10.87	.33				
Düşünceleri Kontrol İhtiyacı		Kadın	524	12.29	.15	37049.5	-3.517	.000***	
		Erkek	172	13.23	.24				
Bilişsel Farkındalık		Kadın	524	16.39	.15	37905.5	-3.141	.002**	
		Erkek	172	17.24	.27				
ÜÖ-30 Toplam Puan		Kadın	524	64.72	.51	41734.0	-1.456	.145	
		Erkek	172	65.55	.82				
İKFÖ	Sosyal Fonksiyon	Kadın	524	8.92	.11	44719.0	-1.52	.879	
		Erkek	172	8.96	.21				
	Bilgi Fonksiyonu	Kadın	524	14.52	.12	44112.0	-4.419	.675	
		Erkek	172	14.27	.22				
	Boş Zaman Fonksiyonu	Kadın	524	8.72	.11	30456.5	-6.434	.000***	
		Erkek	172	10.42	.24				
	Duygusal Fonksiyon	Kadın	524	6.14	.07	36061.5	-4.058	.000***	
		Erkek	172	6.71	.13				
	İBDÖ	Sosyal Destek	Kadın	524	28.42	.52	36406.0	-3.786	.000***
			Erkek	172	32.74	1.04			
		Yalnızlık-Depresyon	Kadın	524	14.21	.28	41543.5	-1.541	.123
			Erkek	172	15.16	.52			
Azalmış Dürtü Kontrolü		Kadın	524	24.71	.42	41632.5	-1.501	.133	
		Erkek	172	26.23	.81				
Dikkat Dağıtma		Kadın	524	21.41	.41	40863.5	-1.837	.066	
		Erkek	172	22.99	.73				
Toplam Puan		Kadın	524	88.75	1.38	38810.0	-2.734	.006**	
		Erkek	172	97.13	2.66				

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001. BFKÖ: Beş Faktör Kişilik Ölçeği; ÜÖ-30: Üstbilisler Ölçeği; İKFÖ: İnternet Kullanım Fonksiyonu Ölçeği; İBDÖ: İnternette Bilişsel Durum Ölçeği.

Kişilik, Üstbiliş, İnternet Kullanım Fonksiyonları ve Problemlı İnternet Kullanımının Tanı Alma Durumuna Göre Değerlendirilmesi

Kişilik, üstbiliş, internet kullanım fonksiyonları ve problemlı internet kullanımı ölçek alt boyutları ve toplam puanlarının tanı durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığı parametrik olmayan analizlerden bağımsız gruplar karşılaştırma analizi (Mann Whitney U Test) ile değerlendirilmiş, elde edilen sonuçlar Tablo 3'te sunulmuştur. Yapılan analiz sonucunda tanı durumuna göre, Uyumluluk (U=27052.0, Z=-2,453, p<0.05), Sorumluluk (U=27761.5, Z=-2,081, p<0.05), Nörotisizm (U=22059.5, Z=-5,054, p<0.001) ve Deneyime Açıklık (U=23024.5, Z=-4,552, p<0.001) BFKÖ boyutları; Olumsuz İnanç (U=24313.5, Z=-3,883, p<0.001), Bilişsel Güvensizlik (U=27742.5, Z=-2,099, p<0.05) ve ÜÖ-30 Toplam Puanı (U=26042.0, Z=-2,974, p<0.01) ve İKFÖ'nün Bilgi Fonksiyonu (U=26509.5, Z=-2,747, p<0.01) değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olduğu saptanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, tanı alan katılımcıların nörotisizm, deneyime açıklık, olumsuz inanç, bilişsel güvensizlik, ÜÖ-30 toplam puanı ve bilgi fonksiyonu alt boyut puanlarının tanı almayan katılımcılardan daha fazla olduğu görülmüştür. Uyumluluk ve sorumluluk kişilik özellikleri açısından tanı almayan katılımcıların puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 3. Kişilik özellikleri, üstbiliş, internet kullanım fonksiyonları ve internette bilişsel durumların tanı alma durumları açısından karşılaştırılması

Ölçek	Alt Boyutlar	Grup	N	\bar{X}	SS	Mann Whitney U Test			
						U	Z	p	
BFKÖ	Dışa Dönüklük	Evet	108	27.53	.63	29156.5	-1.353	.176	
		Hayır	588	26.48	.23				
	Uyumluluk	Evet	108	31.40	.45	27052.0	-2.453	.014*	
		Hayır	588	32.66	.19				
	Sorumluluk	Evet	108	29.38	.57	27761.5	-2.081	.037*	
		Hayır	588	30.76	.24				
	Nörotisizm	Evet	108	26.91	.59	22059.5	-5.054	.000***	
		Hayır	588	23.74	.22				
	Deneyime Açıklık	Evet	108	39.94	.52	23024.5	-4.552	.000***	
		Hayır	588	37.23	.22				
	ÜÖ-30	Olumlu İnanç	Evet	108	11.56	.39	31616.0	-.071	.943
			Hayır	588	11.46	.16			
Olumsuz İnanç (Kontrol Edilemezlik ve Tehlike)		Evet	108	14.93	.47	24313.5	-3.883	.000***	
		Hayır	588	12.95	.18				
Bilişsel Güvensizlik		Evet	108	12.16	.48	27742.5	-2.099	.036*	
		Hayır	588	10.87	.16				
Düşünceleri Kontrol İhtiyacı		Evet	108	13.01	.36	29259.5	-1.303	.193	
		Hayır	588	12.43	.14				
Bilişsel Farkındalık		Evet	108	16.78	.37	31004.5	-.391	.696	
		Hayır	588	16.57	.14				
ÜÖ-30 Toplam Puan		Evet	108	68.43	1.19	26042.0	-2.974	.003**	
		Hayır	588	64.28	.46				
İKFÖ	Sosyal Fonksiyon	Evet	108	9.14	.26	30000.5	-.919	.358	
		Hayır	588	8.89	.10				
	Bilgi Fonksiyonu	Evet	108	15.06	.26	26509.5	-2.747	.006**	
		Hayır	588	14.35	.12				
	Boş Zaman Fonksiyonu	Evet	108	9.59	.30	28481.0	-1.717	.086	
		Hayır	588	9.05	.11				
	Duyusal Fonksiyon	Evet	108	6.37	.17	31019.5	-.393	.694	
		Hayır	588	6.26	.06				
	İBDÖ	Sosyal Destek	Evet	108	31.26	1.21	28228.5	-1.835	.066
			Hayır	588	29.16	.52			
		Yalnızlık-Depresyon	Evet	108	14.73	.63	30767.5	-.513	.608
			Hayır	588	14.39	.27			
Azalmış Dürtü Kontrolü		Evet	108	24.66	.98	30488.0	-.659	.510	
		Hayır	588	25.17	.41				
Dikkat Dağıtma		Evet	108	23.18	1.00	29219.5	-1.319	.187	
		Hayır	588	21.55	.38				
Toplam Puan		Evet	108	98.82	3.11	29481.5	-1.182	.237	
		Hayır	588	90.27	1.35				

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001. BFKÖ: Beş Faktör Kişilik Ölçeği; ÜÖ-30: Üstbilisler Ölçeği; İKFÖ: İnternet Kullanım Fonksiyonu Ölçeği; İBDÖ: İnternette Bilişsel Durum Ölçeği, Evet: Psikiyatrik tanı alan katılımcı grubu, Hayır: Psikiyatrik tanı almayan katılımcı grubu.

Kişilik, Üstbilis, İnternet Kullanım Fonksiyonları ve Problemlı İnternet Kullanımının İnternet Kullanım Süresine Göre Değerlendirilmesi

Kişilik, üstbilis, internet kullanım fonksiyonları ve problemlı internet kullanımı ölçek alt boyutları ve toplam puanlarının internet kullanım sürelerine göre farklılaşp farklılaşmadığı parametrik olmayan analizlerden bağımsız gruplar karşılaştırma analizi (Kruskal-Wallis Testi) ile değerlendirilmiş, elde edilen sonuçlar Tablo 4'te sunulmuştur. Yapılan analiz sonucunda internet kullanım sürelerine göre, Sorumluluk (H(3)=25,353, p<0.001), Nörotisizm (H(3)=8,571, p<0.05) ve Deneyime Açıklık (H(3)=25,013, p<0.01) BFKÖ boyutları; ÜÖ-30'un alt boyutu olan Olumsuz İnanç (H(3)=12,355, p<0.01), İKFÖ alt boyutlarından Sosyal Fonksiyon (H(3)=49,54, p<0.001), Bilgi Fonksiyonu (H(3)=8,139, p<0.05), Boş Zaman Fonksiyonu (H(3)=24,99, p<0.001) ve Duygu Fonksiyonu (H(3)=23,175, p<0.001), İBDÖ alt boyutlarından Sosyal Destek (H(3)=58,055, p<0.001), Yalnızlık ve Depresyon (H(3)=90,786, p<0.001), Azaltılmış Dürtü Kontrolü (H(3)=120,293, p<0.001), Dikkat Dağıtma (H(3)=39,758, p<0.001) ve İBDÖ Toplam Puanı (H(3)=99,33, p<0.001) değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olduğu saptanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların nörotisizm, olumsuz inanç (kontrol edilemezlik ve tehlike), sosyal fonksiyon, duygusal fonksiyon, sosyal destek, yalnızlık ve depresyon, azalmış dürtü kontrolü, dikkat dağıtma ve ÜÖ-30 toplam puanlarının internet kullanım süresindeki artışla orantılı şekilde arttığı bulunmuştur. Ayrıca sorumluluk, deneyime açıklık ve bilgi fonksiyonu değişkenlerine ait puanların ise internet kullanım süresindeki artışla ters orantılı şekilde azaldığı görülmektedir.

Tablo 4. Kişilik özellikleri, üstbilişler, internet kullanım fonksiyonları ve internette bilişsel durumların internet kullanım süreleri açısından karşılaştırılması

Ölçek	Alt Boyutlar	Grup	N	\bar{X}	SS	Kruskal-Wallis Test		
						Sıra Ort.	H	p
BFKÖ	Dışa Dönüklük	0-3 Saat	258	27.01	.34	360.16	1.781	.619
		4-7 Saat	308	26.36	.34	342.21		
		8-11 Saat	104	26.40	.56	334.76		
		12 saat ve üstü	26	27.23	1.34	362.29		
	Uyumluluk	0-3 Saat	258	32.85	.29	362.16	5.311	.150
		4-7 Saat	308	31.97	.27	328.95		
		8-11 Saat	104	32.90	.47	367.68		
		12 saat ve üstü	26	32.88	.94	367.81		
	Sorumluluk	0-3 Saat	258	31.90	.37	395.42	25.353	.000***
		4-7 Saat	308	29.47	.32	311.91		
		8-11 Saat	104	30.75	.49	350.38		
		12 saat ve üstü	26	28.96	1.46	308.79		
Nörotisizm	0-3 Saat	258	23.57	.37	327.24	8.571	.036*	
	4-7 Saat	308	24.45	.32	353.80			
	8-11 Saat	104	24.65	.54	363.87			
	12 saat ve üstü	26	26.62	.97	435.23			
Deneyime Açıklık	0-3 Saat	258	38.97	.30	396.5	25.013	.000***	
	4-7 Saat	308	37.01	.34	327.42			
	8-11 Saat	104	36.50	.51	298.90			
	12 saat ve üstü	26	36.77	1.16	320.35			
ÜÖ-30	Olumlu İnanç	0-3 Saat	258	11.61	.26	352.26	7.028	.071
		4-7 Saat	308	11.28	.21	339.17		
		8-11 Saat	104	11.27	.33	342.39		
		12 saat ve üstü	26	13.42	.76	446.13		
	Olumsuz İnanç	0-3 Saat	258	12.71	.26	323.87	12.355	.006**
		4-7 Saat	308	13.35	.25	351.04		
		8-11 Saat	104	13.75	.42	377.54		
		12 saat ve üstü	26	15.58	.95	446.71		
	Bilişsel Güvensizlik	0-3 Saat	258	11.06	.26	343.91	1.253	.740
		4-7 Saat	308	11.17	.24	351.93		
		8-11 Saat	104	11.04	.36	358.36		
		12 saat ve üstü	26	10.15	.61	314.00		
Düşünceleri Kontrol İhtiyacı	0-3 Saat	258	12.28	.21	336.28	6.397	.094	
	4-7 Saat	308	12.55	.20	348.28			
	8-11 Saat	104	12.58	.32	356.95			
	12 saat ve üstü	26	14.38	.77	438.50			
Bilişsel Farkındalık	0-3 Saat	258	16.94	.21	368.52	4.468	.215	
	4-7 Saat	308	16.32	.20	333.18			
	8-11 Saat	104	16.67	.33	347.01			
	12 saat ve üstü	26	16.27	.84	337.25			
ÜÖ-30 Toplam Puan	0-3 Saat	258	64.59	.71	343.40	6.216	.102	
	4-7 Saat	308	64.67	.66	340.35			
	8-11 Saat	104	65.31	1.03	363.31			
	12 saat ve üstü	26	69.81	2.62	436.44			

Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri, Üstbilis, İnternet Kullanım Fonksiyonu ve Problemlı İnternet Kullanım Özelliklerinin İncelenmesi

İKFÖ	Sosyal Fonksiyon	0-3 Saat	258	8.28	.14	297.63	49.540	.000***
		4-7 Saat	308	8.94	.14	352.10		
		8-11 Saat	104	9.94	.27	421.80		
		12 saat ve üstü	26	11.23	.49	517.46		
	Bilgi Fonksiyonu	0-3 Saat	258	14.66	.17	363.98	8.139	.043*
		4-7 Saat	308	14.30	.16	338.04		
		8-11 Saat	104	14.72	.28	363.36		
		12 saat ve üstü	26	13.31	.56	259.37		
	Boş Zaman Fonksiyonu	0-3 Saat	258	8.54	.16	299.49	24.99	.000***
		4-7 Saat	308	9.53	.16	378.76		
		8-11 Saat	104	9.38	.26	377.96		
		12 saat ve üstü	26	9.42	.56	358.46		
Duygusal Fonksiyon	0-3 Saat	258	5.92	.08	309.77	23.175	.000***	
	4-7 Saat	308	6.36	.09	360.46			
	8-11 Saat	104	6.64	.18	380.44			
	12 saat ve üstü	26	7.38	.44	463.42			
İBDÖ	Sosyal Destek	0-3 Saat	258	25.22	.61	280.73	58.055	.000***
		4-7 Saat	308	30.86	.75	368.76		
		8-11 Saat	104	34.00	1.27	424.18		
		12 saat ve üstü	26	37.62	2.67	478.25		
	Yalnızlık-Depresyon	0-3 Saat	258	11.61	.33	256.99	90.786	.000***
		4-7 Saat	308	15.56	.37	387.70		
		8-11 Saat	104	17.24	.65	435.35		
		12 saat ve üstü	26	18.12	1.55	444.73		
	Azalmış Dürtü Kontrolü	0-3 Saat	258	20.39	.51	246.92	120.293	.000***
		4-7 Saat	308	26.63	.54	384.85		
		8-11 Saat	104	30.04	.92	453.73		
		12 saat ve üstü	26	33.69	2.15	504.94		
Dikkat Dağıtma	0-3 Saat	258	18.85	.52	286.28	39.758	.000***	
	4-7 Saat	308	23.42	.55	381.80			
	8-11 Saat	104	23.46	.88	389.47			
	12 saat ve üstü	26	25.27	2.24	407.56			
Toplam Puan	0-3 Saat	258	76.07	1.65	254.09	99.33	.000***	
	4-7 Saat	308	96.46	1.85	386.20			
	8-11 Saat	104	104.74	3.09	439.22			
	12 saat ve üstü	26	114.69	7.53	475.87			

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001. BFKÖ: Beş Faktör Kişilik Ölçeği; ÜÖ-30: Üstbilisler Ölçeği; İKFÖ: İnternet Kullanım Fonksiyonu Ölçeği; İBDÖ: İnternette Bilişsel Durum Ölçeği.

Tablo 5. Kişilik, Üstbilis, İnternet Kullanım Fonksiyonları ve Problemlı İnternet Kullanımı Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1.Dışa Dönüklük	-																			
2.Uyumluluk	.147**	-																		
3.Sorumluluk	.142**	.263**	-																	
4.Nörotisizm	.258**	.316**	.207**	-																
5.Deneyime Açıklık	.268**	.044	.124**	.000	-															
6.Olumlu İnanç	.023	-.018	.164**	.108**	.034	-														
7.Olumsuz İnanç	.182**	-.057	-.071	.587**	.058	.196**	-													
8.Bilişsel Güvensizlik	-.026	-.088*	-.043	.200**	.032	.282**	.398**	-												
9.Düşünceleri Kontrol İhtiyacı	.140**	-.089*	.232**	.202**	-.042	.039	.193**	.087*	-											
10.Bilişsel Farkındalık	.054	.076*	.211**	-.022	.377**	.256**	.126**	.365**	.000	-										
11.ÜÖ-30 Toplam Puan	.104**	-.063	-.003	.388**	.142**	.588**	.678**	.692**	.469**	.548**	-									
12.Sosyal Fonksiyon	.083*	.000	.114**	.158**	.055	.193**	.197**	.195**	.069	.119**	.260**	-								
13.Bilgi Fonksiyonu	.102**	.042	.129**	.011	.356**	.102**	.033	.034	.012	.245**	.136**	.024	-							
14.Boş Zaman Fonksiyonu	.050	-.035	.143**	-.012	.056	.073	.008	.118**	.039	.048	.091*	.092*	.203**	-						
15.Duygusal Fonksiyon	.136**	-.072	-.091*	-.055	.072	.071	.021	.152**	.017	.087*	.110**	.457**	.060	.294**	-					
16.Sosyal Destek	-.093*	.106**	.142**	.177**	.058	.196**	.224**	.267**	.080*	.108**	.294**	.515**	.043	.271**	.384**	-				
17.Yalnızlık-Depresyon	-.095*	-.089*	.161**	.193**	-.053	.159**	.200**	.197**	.164**	.010	.251**	.425**	.020	.205**	.255**	.667**	-			
18.Azalmış Dürtü Kontrolü	-.074	-.078*	.222**	.211**	-.086*	.153**	.196**	.167**	.136**	-.057	.209**	.418**	-.047	.201**	.274**	.628**	.743**	-		
19.Dikkat Dağıtma	.117**	-.094*	.296**	.214**	.003	.109**	.251**	.235**	.169**	.000	.264**	.358**	.017	.217**	.213**	.564**	.642**	.572**	-	
20.İBDÖ Toplam Puan	.111**	.109**	.239**	.232**	-.013	.185**	.258**	.261**	.153**	.026	.303**	.513**	.011	.268**	.343**	.871**	.866**	.858**	.807**	-

*p<0.05, **p<0.01 ÜÖ-30: Üstbilisler Ölçeği; İBDÖ: İnternette Bilişsel Durum Ölçeği.

Kişilik, üstbilis, internet kullanım fonksiyonları ve problemlı internet kullanımı ölçek puanları arasındaki ilişkileri anlamak için yapılan korelasyon analizi sonucunda ÜÖ-30'dan Olumsuz İnanç ile Nörotisizm ($r=.587$, $p<0.001$) arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Düşünceleri Kontrol İhtiyacı ile Sorumluluk ($r=-.232$, $p<0.001$) kişilik özelliği arasında negatif yönde bir ilişki ve Nörotisizm ($r=.202$, $p<0.001$) kişilik özelliği arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. ÜÖ-30'dan Bilişsel Farkındalık ile Sorumluluk ($r=.211$, $p<0.001$) ve Deneyime Açıklık ($r=.377$, $p<0.001$) kişilik özellikleri arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. ÜÖ-30 Toplam Puanı ile Nörotisizm ($r=.388$, $p<0.001$) kişilik özelliği arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

İKFÖ alt boyutlarından Sosyal Fonksiyon ile Olumlu İnanç ($r=.193$, $p<0.001$), Olumsuz İnanç ($r=.197$, $p<0.001$) ve ÜÖ-30 Toplam Puanı ($r=.260$, $p<0.001$) arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Bilgi Fonksiyonu ile Deneyime Açıklık ($r=.356$, $p<0.001$) kişilik özelliği ve Bilişsel Farkındalık ($r=.245$, $p<0.001$) arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

İBDÖ alt boyutlarından Sosyal Destek ile Olumlu İnanç ($r=.196$, $p<0.001$), Olumsuz İnanç ($r=.224$, $p<0.001$), Bilişsel Güvensizlik ($r=.267$, $p<0.001$), ÜÖ-30 Toplam Puanı ($r=.294$, $p<0.001$), Sosyal Fonksiyon ($r=.515$, $p<0.001$), Boş Zaman Fonksiyonu ($r=.271$, $p<0.001$) ve Duygusal Fonksiyon ($r=.384$, $p<0.001$) arasında

pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Yalnızlık-Depresyon ile Nörotisizm ($r=.193$, $p<0.001$), Olumsuz İnanç ($r=.200$, $p<0.001$), Bilişsel Güvensizlik ($r=.197$, $p<0.001$), ÜÖ-30 Toplam Puanı ($r=.251$, $p<0.001$), Sosyal Fonksiyon ($r=.425$, $p<0.001$), Boş Zaman Fonksiyonu ($r=.205$, $p<0.001$) ve Duygusal Fonksiyon ($r=.255$, $p<0.001$) arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Azalmış Dürtü Kontrolü ile Sorumluluk ($r=-.222$, $p<0.001$) arasında negatif yönde bir ilişki varken; Nörotisizm ($r=.211$, $p<0.001$), Olumsuz İnanç ($r=.196$, $p<0.001$), ÜÖ-30 Toplam Puanı ($r=.209$, $p<0.001$), Sosyal Fonksiyon ($r=.418$, $p<0.001$), Boş Zaman Fonksiyonu ($r=.201$, $p<0.001$) ve Duygusal Fonksiyon ($r=.274$, $p<0.001$) arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Dikkat Dağıtma ile Sorumluluk ($r=-.296$, $p<0.001$) arasında negatif yönde bir ilişki varken; Nörotisizm ($r=.214$, $p<0.001$), Olumsuz İnanç ($r=.251$, $p<0.001$), Bilişsel Güvensizlik ($r=.235$, $p<0.001$), ÜÖ-30 Toplam Puanı ($r=.264$, $p<0.001$), Sosyal Fonksiyon ($r=.358$, $p<0.001$), Boş Zaman Fonksiyonu ($r=.217$, $p<0.001$) ve Duygusal Fonksiyon ($r=.213$, $p<0.001$) arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. İBDÖ Toplam Puanı ile Sorumluluk ($r=-.239$, $p<0.001$) arasında negatif yönde bir ilişki varken; Nörotisizm ($r=.232$, $p<0.001$), Olumsuz İnanç ($r=.258$, $p<0.001$), Bilişsel Güvensizlik ($r=.261$, $p<0.001$), ÜÖ-30 Toplam Puanı ($r=.303$, $p<0.001$), Sosyal Fonksiyon ($r=.513$, $p<0.001$), Boş Zaman Fonksiyonu ($r=.268$, $p<0.001$) ve Duygusal Fonksiyon ($r=.343$, $p<0.001$) arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Tartışma

Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin cinsiyet, psikiyatrik tanı almış olma durumu ve internet kullanım süresi açısından kişilik özelliklerinin, üstbilişsel düşüncelerinin, internet kullanım fonksiyonlarının ve problemlı internet kullanımlarının araştırılması olarak belirlenmiştir. Bu doğrultuda öncelikle, kişilik, üstbiliş, internet kullanım fonksiyonları ve problemlı internet kullanımı cinsiyete göre değerlendirilmiştir. Daha sonra araştırma değişkenleri, katılımcıların belirttikleri tanı alma durumlarına göre değerlendirilmiştir. Akabinde, internet kullanım süresine göre araştırma değişkenleri genel olarak değerlendirilmiştir. En son aşamada ise kişilik, üstbiliş, internet kullanım fonksiyonları ve problemlı internet kullanımı arasındaki ilişkiler değerlendirilmiştir.

Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Değerlendirilmesi

Kişilik özelliklerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Analiz sonuçları, kadınların sorumluluk ve nörotisizm kişilik özelliklerinde erkeklerden daha yüksek puanlar aldıkları; erkeklerin ise deneyime açıklık kişilik özelliğinde kadınlara göre daha yüksek puanlar aldıklarını göstermiştir. Nörotisizm ve sorumluluk kişilik özelliklerinde, kadınların erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksek puanlar alması kültürlerarası yapılan çalışma (örn. Schmitt, Realo, Voracek ve Allik, 2008) sonuçlarıyla tutarlılık göstermektedir. Özellikle, nörotisizm kişilik özelliğindeki kadın ve erkek arasındaki farklılaşmanın neredeyse kültürden bağımsız bir hale geldiği (Schmitt vd., 2008) ve kadınların olumsuz duygu belirtmeye daha eğilimli oldukları bildirilmektedir (Costa, Terracciano ve McCrae, 2001). Benzer şekilde, ülkemizde de nörotisizm kişilik özelliğinin kadınlar tarafından daha yüksek düzeyde bildirildiği raporlanmıştır (Akdur ve Batıgün, 2017; Gülgöz, 2002). Sorumluluk kişilik özelliği, cinsiyetler arasında nörotisizm kadar net bir çizgi çekmese de, ülkemizde daha önce yapılan çalışmalarda,

kadınlarda daha fazla görüldüğü ortaya konmuştur (Bulut ve Yıldız, 2019; Turhan, 2019). Kişilik özelliklerinden deneyime açıklığa dair bulguların ise çelişkili olduğu görülmektedir (Akdur ve Batıgün, 2017; Bulut ve Yıldız, 2019; Schmitt vd., 2008). Deneyime açıklığın yüksek seviyede olması ıraksak düşünme şekli (McCrae, 1987) ve diğer düşüncelere karşı liberal bir tutum içinde olmayla ilişkilendirilmektedir (Costa ve McCrae, 1992). Deneyime açıklığın düşük seviyede olması ise inançlara ve geleneklere bağlı kalmakla bağlantılı olan muhafazakârlıkla ilişkilendirilmektedir (Costa ve McCrae, 1992). Türkiye'deki kültürel yapı göz önüne alındığında, geleneksel bir toplumun parçası olarak kadınların bu geleneksel kimliği daha çok kazanmış ve dolayısıyla değişime daha kapalı olabilecekleri bildirilmektedir (Metin, 2011). Buradan yola çıkarak, kadınların ülkemizdeki cinsiyet rolleri, toplumsallaşma süreçleri göz önüne alındığında bu bulgular daha anlaşılır olabilmektedir.

Üstbilişsel inançların cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Analiz sonuçları, düşünceleri kontrol etme ihtiyacı ve bilişsel farkındalık boyutlarında erkeklerin kadınlara göre daha yüksek puanlar aldıklarını göstermiştir. Cinsiyet ile üstbiliş arasındaki ilişkileri araştıran çalışma bulgularının farklılaştığı görülmektedir (örn. Bahrami ve Yousefi, 2011; Irak, Çapan ve Soylu, 2015; Lenzo, Toffle, Tripodi ve Quattropiani, 2016; Tosun ve Irak, 2008). Birçok çalışmada cinsiyetin üstbilişsel inançlar üzerinde etkisinin olmadığı ileri sürülmektedir (örn. Wells ve Cartwright-Hatton, 2004; Irak vd., 2015). Bununla beraber, cinsiyetin bazı üstbilişsel düşünceler (olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike ve düşünceleri kontrol ihtiyacı) üzerinde etkili olabileceğini öne süren çalışmalar da yer almaktadır (Tosun ve Irak, 2008). Bu çalışma cinsiyetin üstbilişsel inançlar üzerinde etkili olabileceğini bulan az sayıda çalışmadan biridir. Söz konusu bulgunun, bu çelişkili alanyazına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Ancak mevcut araştırmadaki, kadın ve erkek sayısı arasındaki farkın fazla olması yorum yaparken göz önünde bulundurulması gereken bir sınırlılıktır.

İnternet kullanım fonksiyonlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırma sonuçları, internet kullanımının boş zaman ve duygusal fonksiyon boyutlarında, erkeklerin kadınlara göre anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermektedir. Cinsiyetin internet kullanım fonksiyonlarının üzerindeki etkisini inceleyen çalışmaların oldukça sınırlı sayıda olduğu dikkati çekmiştir. Elde edilen sonuçların, daha önce yapılan çalışma bulgularıyla (örn. Weiser, 2000) benzerlik gösterdiği söylenebilir. Söz konusu araştırmada, erkeklerin interneti daha çok eğlence, boş zamanla ilgili etkinlik ve de romantizm aramak gibi duygusal amaçlar için kullandıkları; kadınların ise daha çok eğitim ve kişiler arası amaçlar için kullandıkları bildirilmiştir (Weiser, 2000). Mevcut çalışmada, boş zaman ve duygusal fonksiyonlar haricinde erkek ve kadınların internet kullanım amaçlarının farklılaşmadığı bulunmuştur. Boş zaman fonksiyonundaki farklılaşma, erkeklerin oyun, eğlence vb. amaçlar için interneti kullanması ile açıklanabilir. Kadınların erkeklere göre sosyal hayatta daha rahat iletişim kurdukları ve bu iletişimi sürdürebildikleri belirtilmektedir (Soba, Şimşek ve Demir, 2019). Bu durum, neden kadınların değil de erkeklerin duygusal amaçlı olarak interneti kullandıklarını açıklamaya yardımcı olabilir.

Problemlı internet kullanımının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Erkeklerin hem toplam puanda hem de sosyal destek boyutunda kadınlardan daha yüksek puanlar aldığı görülmüştür. Erkeklerin durumuyla ilgili daha önce söz edilen durum, yani kadınlar kadar rahat iletişim kuramıyor olmaları, erkeklerde problemlı internet kullanımının ve sosyal destek boyutunun neden daha yüksek düzeyde olduğunu anlamaya yardımcı olabilir. Alanyazındaki birçok araştırma tarafından bu bulgular desteklenmektedir (örn. Eşitti, 2015; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Oktan, 2015). Ancak kadınların problemlı internet kullanım düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu savunan araştırmalar da bulunmaktadır (örn. Arpacı, 2020).

Araştırma Değişkenlerinin Psikiyatrik Tanı Alma Durumuna Göre Değerlendirilmesi

Katılımcıların belirttikleri psikiyatrik tanı alıp almama durumuna göre kişilik özelliklerinin farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Analiz sonuçları, tanı alan katılımcıların Nörotisizm ve Deneyime Açıklık kişilik özelliği puanlarının, tanı almayan katılımcılara göre daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bununla beraber, uyumluluk ve sorumluluk kişilik özellikleri tanı almayan katılımcılar tarafından anlamlı düzeyde daha çok bildirilmiştir. Nörotisizmin, birçok bozuklukta ortak olarak görülen (Kotov, Gamez, Schmidt ve Watson, 2010) transdiagnostik bir kavram olması bu bulguyu anlaşılır hale getirmektedir. Nitekim, uyumluluk ve sorumluluk kişilik özelliklerinin de tanı almayan grupta yer alması oldukça akla yatkındır. Deneyime açıklık kişilik özelliğinin ise merak, ilgi ve heyecan arayışı ile karakterize yapısı (Gocłowska, Ritter, Elliot ve Baas, 2008) düşünüldüğünde tanı için bir risk faktörü oluşturabilir. Meta analiz çalışmaları (örn. Malouff, Thorsteinsson ve Schutte, 2005) genel olarak, psikopatolojinin yüksek Nörotisizm, düşük sorumluluk, düşük dışadönüklük ve düşük uyumluluk ile ilişkili olduğunu ancak deneyime açıklık kişilik özelliği ile ilişkili olmadığını bildirmektedir. Bir başka meta analiz çalışmasında (Kotov vd., 2010) deneyime açıklık ve uyumluluk kişilik özelliğinin genel olarak psikopatolojik belirtilerle ilişkisiz olduğu sadece distimik ve agorafobi ile ilişki gösterdiği bildirilmiştir.

Psikiyatrik tanı alma durumuna göre, üstbilişsel inançların farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Buna göre, tanı aldığını belirten katılımcılar, üstbilişin bazı boyutlarından (olumsuz inanç ve bilişsel güvensizlik) ve üstbilişin toplam puanından, tanı almadığını belirten katılımcılara göre daha yüksek düzeyde puan almışlardır. Olumsuz inançlar, endişelerin kontrol edilemediği ve tehlikeli olduğuna dair bilgiler içermekte olup Tip II endişeyi oluşturmakta ve optimal düzeydeki endişeden hem düzey hem de içerik olarak farklılaşmaktadır (Wells, 1997; 2000). Elde edilen bu bulguların alanyazındaki araştırma bulgularıyla (örn. Barahmand, 2009; Davis ve Valentiner, 2000) paralel yönde olduğu söylenebilir. Ancak, bununla beraber birçok araştırma (örn. Görgü, 2014; Sun, Zhu ve So, 2017) üstbilişin diğer boyutlarının da psikopatoloji belirtileriyle ilişkili olduğunu göstermektedir. Mevcut araştırmada, diğer üstbilişsel inançlarda tanı almaya göre farklılaşma olmamasının nedeni, bu tanıların öz bildirime dayalı olarak alınmış olması olabilir. Katılımcılara herhangi bir psikiyatrik/psikolojik değerlendirme yapılmadığı, katılımcıların tanılarını yanlış hatırlama ihtimalleri veya semptomatik dönemi atlatmış, kısmi veya tam iyileşme döneminde olabilecekleri göz önünde

bulundurulmalıdır. Dolayısıyla, söz konusu bulgunun klinik popülasyonda daha net ortaya çıkabileceği aşıkârdır.

Psikiyatrik tanı alma durumuna göre, internet kullanım fonksiyonlarının farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir. Analiz sonuçları, tanı aldığı belirten grupta, internetin bilgi fonksiyonu için kullanılmasının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir. Psikiyatrik tanı almış olan birçok hastanın, tanısı hakkında fikir sahibi olmaya çalıştığı ve/veya internette detaylı bir şekilde araştırdığı birçok klinisyen tarafından gözlenmiş olması oldukça muhtemel bir durumdur. Nitekim bu durum alanyazın tarafından da desteklenmektedir. Örneğın, Kalckreuth, Trefflic ve Rummel-Kluge (2014) psikiyatrik tanı almış hastaların interneti ne amaçla kullandıklarına dair yürüttükleri araştırmada, hastaların birçok amaçla (örn. sosyal medya, iletişim, bilgi edinme vb.) interneti kullandıkları ancak en sık olarak hastalıkları hakkında çeşitli yollarla bilgi arayışına girdikleri bildirilmiştir. İlgili araştırmada bilgi edinme yöntemi, çevrimiçi araştırma yapmaktan, platformlara katılarak diğer hastalardan, uzmanlardan ve kurumlardan bilgi almaya kadar uzanmaktadır.

Psikiyatrik tanı alma durumuna göre problemlı internet kullanımının farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir. Analiz sonuçlarında tanı alma durumuna göre problemlı internet kullanımında ya da boyutlarında anlamlı düzeyde bir farklılaşmaya rastlanmamıştır. Bu bulgunun alanyazın ile uyumlu olmadığı görülmektedir (örn. Tahiroğlu vd., 2011). Aslında internet bağımlılığının, bir bağımlılık olarak ele alınabileceğini dile getirmektedir. (Griffiths, 1996). Bununla beraber, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı Beşinci Baskısında (DSM-5; Amerikan Psikiyatri Birliği 2013/2015) ileri çalışmalar için öneriler kısmında yer alan internette oyun oynama bozukluğu için tanı kriterlerinin önerilmiş olması, internet bağımlılığının gelecekte bir bozukluk kategorisinde değerlendirilebilme olasılığını düşündürmektedir. Ancak mevcut araştırmada bu farklılığın ortaya çıkmasının nedeni öz bildirim dayanan tanıların kullanılmış olması olabilir. Bu bulgunun, klinik bir popülasyonda tekrarlanması sonuçları daha net ortaya çıkarabilir.

Araştırma Değişkenlerinin İnternet Kullanım Süresine Göre Değerlendirilmesi

Kişilik özelliklerinin, internet kullanım süresine göre farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir. Buna göre, Nörotisizm puanlarının internet kullanım süresindeki artışla orantılı şekilde arttığı; sorumluluk ve deneyime açıklığın ise ters orantılı bir şekilde azaldığı bulunmuştur. Alanyazında bu ilişkiyi direkt olarak inceleyen bir çalışma bilindiği kadarıyla yoktur. Ancak şu şekilde dolaylı bir ilişki kurulması bu durumla ilgili fikir verebilir. İnternette uzun süre geçirmenin, daha derinlemesine araştırmalar yapılmasına ve bağlantılar kurulmasına yol açabildiği ve bu sürenin psikolojik katılım ve motivasyon üzerinde güçlü etkiler yaratabildiğinden söz edilmektedir. Yani, internette çok süre geçirmenin problemlı internet kullanımı hakkında iyi bir ipucu olabileceği ileri sürülmektedir (Yao vd., 2014). Problemlı internet kullanımının ise nörotisizm gibi kişilik özellikleri ile güçlü ilişkiler içerisinde olduğu, sorumluluk ile negatif yönde ilişkili olduğu bildirilmektedir (Batıgün ve Kılıç, 2011; Cao ve Su, 2007; Çınar ve Mutlu, 2019). İnterneti aşırı kullanım belirtisi ve semptomlarını gösteren kullanıcıların kişilik özellikleri üzerine

yürütölen çalışmalar bir derleme makalesinde eleştirel bir gözle incelenmiştir (Floros ve Siamos, 2014). Bu incelemeler sonucunda, internetin aşırı kullanımının; nörotisizm ve psikotizm (negatif belirti) ile pozitif yönde ilişkili olduğu; dışadönöklük, uyumluluk, deneyime açıklık ve sorumluluk kişilik özellikleri ile negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Araştırmacılar, aşırı internet kullanımı olan kişilerin genel olarak benmerkezci bir yapıda ve öfke nöbetlerine yatkın olabildiklerini; duygularını düzenlemekte ve diğer insanlarla ilişki kurma ve/veya sürdürme konusunda zorluklar yaşayabildiklerini belirtmişlerdir.

Üstbilişsel düşöncelerin internet kullanım süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Buna göre, üstbilişin alt boyutlarından olumsuz inanç puanlarının internet kullanım süresindeki artışla orantılı şekilde arttığı bulunmuştur. Olumsuz inançların problemlı internet kullanımındaki sürdürücü rolünün (Casale vd., 2021; Spada vd., 2008) internette geçirilen zamanı artırabileceği düşünölmektedir.

İnternet kullanım süresindeki artışla, problemlı internet kullanımının toplam puanının ve alt boyutlarının (Sosyal Destek, Yalnızlık ve Depresyon, Azalmış Dürtü Kontrolü, Dikkat Dağıtma) orantılı bir şekilde arttığı bulunmuştur. İnternette geçirilen sürenin artmasıyla problemlı internet kullanımı arasındaki ilişki birçok araştırma tarafından ortaya konulmuştur (örn. Batıgün ve Kılıç, 2011; Kalkan ve Bhat, 2020). Bu alt boyutlardan sosyal destek her ne kadar kulağa makul ve uyumlu gelse de, internette durulan süre ile internetten alınan sosyal destek ve kişinin yalnızlaşması arasında ilişki bulunmuştur (Davis, Flett ve Besser, 2002; Wästlund, Norlander ve Archer, 2001). Bu durumda, internetten alınan desteğin arttıka kişinin kendi çevresinden uzaklaşabildiği ve giderek yalnızlaştığı söylenebilir. Dolayısıyla geçirilen süre ile yalnızlık-depresyon alt boyutunun artması olası gözökmektedir.

İnternette azalmış dürtü kontrolü kendini, obsesif tarzdaki bilişler ve internet kullanımını azaltamama (istenmesine rağmen) şeklinde gösterebilmektedir. Azalmış dürtü kontrolünün internet kullanım süresi ile ilişkisinin olduğu belirtilmiştir (Davis vd., 2002). Problemlı internet kullanımının son boyutu ise dikkati dağıtmadır. İnternette dikkat dağıtma, interneti bir kaçınma aracı olarak kullanmayı içermektedir (Davis vd., 2002). İnternet ortamındaki uyaranlar, zevk alma ve dikkat dağıtma gibi durumlar göz önüne alındığında internette kalma süresinin artması anlaşılabilir bir durum haline gelmektedir.

Araştırma Değişkenlerinin Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi

Araştırmadaki değişkenler arasındaki korelasyonlara bakıldığında, birçok değişken arasında ilişki olduğu görölmektedir. Bu başlık altında, .30'un üzerindeki orta düzey ilişkilere (Büyüköztürk, 2002) yer verilmektedir. Öncelikle, genel olarak değişkenler arasındaki ilişkilerden söz edilecek daha sonra ise problemlı internet kullanımı ile diğer değişkenler arasındaki ilişkiler incelenecektir.

Kişilik özellikleri ile üstbilişsel inançlar arasındaki ilişki incelendiğinde, nörotisizm ile olumsuz inançlar arasındaki anlamlı ve güçlü ilişki ($r=.59$) dikkati çekmektedir. Bilindiği kadarıyla, bu ilişkiyi direkt olarak araştıran çalışma sayısı sınırlıdır (Marino vd., 2018; Spada vd., 2008). Mevcut araştırma bulguları Spada ve arkadaşlarının (2008) çalışmalarıyla tutarlıdır. Ancak, Marino ve arkadaşları (2018) nörotisizm ile olumsuz inançlar arasında negatif yönde ilişki bulunduğunu

bildirmiştir. Üstbilişsel modele göre, endişe hakkındaki olumsuz inançlar Tip II endişe olarak nitelendirilmekte ve endişeye dair olumsuz düşünceleri içermektedir. Endişenin kontrol edilemeyeceği, tehlikeli olduğu ve zarar verebileceği hakkındaki bu inanışlar üstbilişsel modele göre anksiyete bozukluklarında (özellikle yaygın anksiyete bozukluğu) görülmektedir (Wells, 1997; 2000). Yüksek düzeyde nörotisizmin, kaygı ve endişe ile karakterize olduğu (Thompson, 2008) göz önüne alındığında, nörotisizm ve olumsuz inançlar arasındaki ilişkinin akla yatkın olduğu görülmektedir.

Mevcut çalışmadaki deneyime açıklık kişilik özelliği ile bilişsel farkındalık arasındaki ilişkinin ($r=.37$), Marino ve arkadaşlarının (2018) çalışmasında da benzer düzeyde olduğu görülmüştür. Bu doğrultuda, bilişsel olarak düşüncelerin farkında olunması ile yeni deneyimlere açık olma arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu söylenebilir. Ancak yorum yapabilmek için daha çok araştırma bulgusuna ihtiyaç duyulmaktadır.

Deneyime açıklığın, internetin bilgi fonksiyonu yani internetin bilgi edinme amacıyla kullanılması arasında orta düzeyde ($r=.35$) ilişki olduğu görülmüştür. Alanyazındaki araştırmalar, bu kişilik özelliğinin genelde sosyal medya kullanımıyla (örn. Correa vd., 2010) ilişkili olduğunu göstermektedir. Deneyime açıklığın beraberinde getirdiği merak ve ilgi, kişileri internette eğlence ve zevk veren aktivitelere katılmak için bilgi teknolojilerini kullanmaya yönlendirebilir ve problemlı internet kullanımının gelişmesine sebebiyet verebilir (Kuss, Griffiths ve Binder, 2013; Servidio, 2014).

Problemlı İnternet Kullanımı ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişki

Problemlı internet kullanımı ile üstbilişsel inançlar arasında ilişkiler olduğu bulunmuştur. Üstbilişsel inançların bağımlılık yapan davranışlarla ilgili, ilk önce olumlu inançların bilişsel ve duygusal olarak öz-düzenleme işlevi görebileceği ve olumsuz inançların ise bu davranışları sürdürebileceği ve bilişsel güvensizlik ile kontrol ihtiyacının da bu sürece katkı sunabileceği bildirilmektedir (Casale vd., 2021; Spada ve Wells, 2009; Spada vd., 2008).

Problemlı internet kullanımının genel olarak kişilik özelliklerinden sorumluluk ile negatif yönde ve nörotisizm ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Daha önce bahsedildiği üzere, bulguların alanyazın ile uyumlu olduğu görülmektedir. Örneğin, sorumluluk düzeyinin düşük olmasının problemlı internet kullanımını doğrudan etkilediği bulunmuştur (Koronczi, Kökönyei, Griffiths ve Demetrovics, 2019). Oldukça kapsamlı olarak yapılan bir meta analiz çalışmasında, yüksek düzeyde nörotisizmin bütün problemlı internet kullanım alanlarıyla (internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı, çevrimiçi oyun bağımlılığı) ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Marciano, Camerini ve Schulz, 2020).

Problemlı internet kullanımı ile interneti sosyal ve duygusal fonksiyonu için kullanma arasında orta düzeyde ilişkiler olduğu bulunmuştur. Kişilerin, interneti başkalarına ulaşmak, sosyal ağlar kurmak ve/veya yalnızlıklarını gidermek gibi sosyal destek aramak için bir araç olarak kullanılabildikleri belirtilmektedir (Davis vd., 2002). Ayrıca, problemlı internet kullanımının duyguların düzenlenmesi için

bir başa çıkma stratejisi olarak kullanılabilceği gösterilmiştir (Gioia, Rega ve Boursier, 2021).

Sonuç ve Öneriler

Yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinin cinsiyet, psikiyatrik tanı alma, internet kullanım süresi açısından kişilik özelliklerinin, üstbilişsel düşüncelerinin, internet kullanım fonksiyonlarının ve problemlı internet kullanımlarının araştırılması amaçlanmıştır. Elde edilen sonuçların alanyazındaki benzer nitelikteki çalışmalarla tutarlı olduğu görülmüştür. Ancak, cinsiyetin üstbilişsel düşünceler üzerindeki anlamlı etkisinin, üstbiliş ve cinsiyet arasındaki çelişkili alanyazına katkı sağladığı düşünölmektedir. Psikiyatrik tanı alma durumuna göre araştırmanın değişkenleri karşılaştırılmıştır. Her ne kadar öz bildirimine dayanan tanımlar bazında karşılaştırma yapılmış olsa da klinik örnekleme yapılan çalışma sayısının azlığı düşünöldüğünde, çalışmaya ayrı bir değer katmaktadır. Özellikle, tanı aldığı belirten grubun kişilik özelliklerinde nörotisizmin daha yüksek çıkması, sonuçların güvenilir olduğunu düşündürmektedir. Bununla beraber, bu çalışma nörotisizmin, transdignostik doğasını da doğrulamaktadır. Nitekim, uyumluluk ve sorumluluk kişilik özelliklerinin de tanı almayan grupta yer alması akla yatkın ve alanyazınla uyumludur. Ayrıca, tanı alan grubun interneti bilgi edinmek (yani bilgi fonksiyonu) amacıyla kullanmasının tanı almayan gruba göre anlamlı düzeyde daha yüksek olması, hem alanyazınla hem de klinik gözlemlerle uyumlu olduğu söylenebilir. Şunu da belirtmekte fayda var ki, tanı alma durumuna göre problemlı internet kullanımında ya da alt boyutlarında anlamlı düzeyde bir farklılaşmaya rastlanmamıştır. Alanyazın ile pek de uyumlu olmayan bu bulgunun nedeninin tanımların öz bildirimine dayanması ya da problemlı internet kullanımına yönelik farklı ölçme araçlarının kullanılıyor olması yani tanı kriterlerindeki farklı bakış açıları olabilir. Dolayısıyla gelecekteki çalışmaların bu durumu göz önünde bulundurmaları, problemlı internet kullanımı ve psikiyatrik tanı arasındaki ilişkiyi daha geçerli bir şekilde ortaya koyabilir. Bu çalışmadaki korelasyonel analizlerde, problemlı internet kullanımı ile tanı hakkında fikir verebilecek değişkenler (üstbilişsel inanç, kişilik özellikleri) arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Araştırmanın diğer önemli bir katkısı, üstbilişsel inançlarla ilgili bulgulardır. Özellikle kişilik özellikleri ile ilişkisi ve internet kullanım süresi çok sayıdaki çalışmaya destek sağlamış ve alan yazınla uyumlu olduğu görülmüştür. Bunların yanı sıra, deneyime açıklık kişilik özelliği ile ilgili sonuçların çelişkili alanyazına katkı sağladığı düşünölmektedir. Deneyime açık olma kişilik özelliği, her ne kadar kulağa makul bir özellik olarak gelse de heyecan arayışı faktörü internet bağımlılığına giden yolda sürükleyici bir role sahip olabilir. Özet olarak, araştırma bulgularıyla alan yazına önemli katkılar sunulmuştur. Bunun yanı sıra bazı değişkenlerle ilgili sınırlı sayıda yapılan araştırmalara destek sunarak, bundan sonraki çalışmalar için aydınlatıcı olmuştur.

Sonuç olarak, bu çalışmanın örnekleme gruplarındaki (cinsiyet ve psikiyatrik tanı almış olmak durumu gibi) dağılımlarına ilişkin bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Örnekleme özellikleri kullanılan analiz yöntemleri üzerinde etkili olmuştur. Bu değişkenler arasındaki ilişkileri değerlendirmek üzere daha nedenselliğe odaklanan ileri düzey analizlerin kullanılabilceği çalışmaların gerçekleştirilmesi önerilmektedir. Bireylerin rastgele örnekleme yöntemi ile gönüllölük esasıyla

çalışmaya dâhil edilmesi ve öz-bildirim ölçeklerin kullanımı bu sınırlılıklar arasında yer almaktadır. Katılımcıların ruhsal bir bozukluk tanısına sahip olup olmama durumlarının da öz bildirim ile elde edilmiş olması bir sınırlılık olarak görülebilir. Bu nedenle gelecek çalışmalarda katılımcılar ile psikiyatrik görüşmelerin yapıldığı araştırma yöntemleri önerilmektedir.

Araştırma sonuçları değerlendirildiğinde, sağlıklı internet kullanımı ve problemlı internet kullanımı arasındaki ayrımın yapılmasının ne kadar önemli olduğu görülmektedir. Toplumsal olarak özellikle gençler için internet kullanımına yönelik önleme çalışmalarının arttırılması, internetin daha bilinçli kullanım şekilleri hakkında bireylerin bilinçlendirilmesi önerilmektedir. Kişilik özellikleri, üstbilişsel inançlar açısından problemlı internet kullanımı konusunda riskli gruplarda yer alan gençlerin yardım alabilecekleri danışmanlık ve psikoterapi gibi seçeneklerin arttırılması ve bu seçeneklerin her ekonomik düzeydeki genç için ulaşılabilir olması oldukça önemlidir.

Kaynakça

- Adalier, A., Balkan, E. (2012). The relationship between internet addiction and psychological symptoms. *International Journal of Global Education*, 1(2), 42-49.
- Akdur, S., Durak Batıgün, A. (2017). Mizah tarzları ile kişilik özellikleri, kişilerarası ilişki tarzları ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Yazıları*, 20(39), 1-10.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2015). *Ruhsal bozuklukların tanısıl ve sayımsal elkitabı*. Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı (Çev. Ed.: E. Köroğlu). Ankara: Hekimler Yayın Birliği. (Orijinal çalışma basım tarihi 2013).
- Andreassen, C.S., Griffiths, M.D., Gjertsen, S.R., Krossbakken, E., Kvam, S., and Pallesen, S. (2013). The relationships between behavioral addictions and the five-factor model of personality. *Journal of Behavioral Addictions*, 2(2), 90-99.
- Arpaci, I. (2020). Gender differences in the relationship between problematic internet use and nomophobia. *Current Psychology*, 1-10.
- Bahrami, F. and Yousefi, N. (2011). Females are more anxious than males: A metacognitive perspective. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 5(2), 83-90.
- Balcı, Ş., Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Selçuk İletişim*, 6(1), 5-22.
- Barahmand, U. (2009). Meta-cognitive profiles in anxiety disorders. *Psychiatry Research*, 169(3), 240-243.
- Batıgün, A.D., Kılıç, N. (2011). İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 1-10.
- Benet-Martínez, V. and John, O.P. (1998). Los Cinco Grandes across cultures and ethnic groups: Multitrait-multimethod analyses of the big five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(3), 729-750.
- Bianchi, A. and Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 39-51.
- Bulut, M.B., Yıldız, M. (2020). Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin yaşam doyumlarına etkisi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 24(2), 397-412.
- Bulut-Serin, N. (2011). An examination of predictor variables for problematic internet use. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 10(3), 54-62.
- Burger, J.M. (2006). *Kişilik: Psikoloji biliminin insan doğasına dair söyledikleri*. (Çev.: İ.D. Ergüvan Sarıoğlu), İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş. (2002). Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 32(32), 470-483.
- Cao, F. and Su, L. (2007). Internet addiction among Chinese adolescents: Prevalence and psychological features. *Child: Care, Health and Development*, 33(3), 275-281.

- Caplan, S.E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553-575.
- Caplan, S.E. (2003). Preference for online social interaction: A theory of problematic Internet use and psychosocial well-being. *Communication Research*, 30(6), 625-648.
- Cartwright-Hatton, S. and Wells, A. (1997). Beliefs about worry and intrusions: The meta-cognitions questionnaire and its correlates. *Journal of Anxiety Disorders*, 11, 279-315.
- Casale, S., Musicò, A., and Spada, M.M. (2021). A systematic review of metacognitions in internet gaming disorder and problematic internet, smartphone and social networking sites use. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 28(6), 1494-1508.
- Ceyhan, E. (2010). Predictiveness of identity status, main Internet use purposes and gender on university students' the problematic internet use. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 10(3), 1343-1355.
- Chauvin, B., Hermand, D., and Mullet, E. (2007). Risk perception and personality facets. *Risk Analysis: An International Journal*, 27(1), 171-185.
- Chen, Y.L. and Gau, S.S.F. (2016). Sleep problems and internet addiction among children and adolescents: A longitudinal study. *Journal of Sleep Research*, 25(4), 458-465.
- Correa, T., Hinsley, A.W., and De Zuniga, H.G. (2010). Who interacts on the Web?: The intersection of users' personality and social media use. *Computers in Human Behavior*, 26(2), 247-253.
- Costa Jr, P.T. and McCrae, R.R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and Individual Differences*, 13(6), 653-665.
- Costa Jr, P.T., Terracciano, A., and McCrae, R.R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: Robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(2), 322-331.
- Çelik, S., Atak, H., Başal, A. (2012). Predictive role of personality traits on internet addiction. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 13(4), 10-24.
- Çevik-Saldıran, T. (2021). İnternet bağımlılığında cinsiyet, fiziksel aktivite ve yaşam kalitesinin tahmini etkileri: Üniversite öğrenci örnekleme. *Bağımlılık Dergisi*, 22(1), 10-19.
- Çınar, Ç.Y., Mutlu, E. (2019). İnternet bağımlılığının benlik saygısı, dikkat, gelişmeleri kaçırma korkusu, yaşam doyumu ve kişilik özellikleri ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 20(3), 133-142.
- Davis, R.A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195.
- Davis, R.A., Flett, G.L., and Besser, A. (2002). Validation of a new scale for measuring problematic internet use: Implications for pre-employment screening. *Cyberpsychology & Behavior*, 5(4), 331-345.

- Davis, R.N. and Valentiner, D.P. (2000). Does meta-cognitive theory enhance our understanding of pathological worry and anxiety? *Personality and Individual Differences*, 29(3), 513-526.
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.
- Ehrenberg, A., Juckes, S., White, K.M., and Walsh, S.P. (2008). Personality and self-esteem as predictors of young people's technology use. *Cyberpsychology & Behavior*, 11(6), 739-741.
- Engelberg, E. and Sjöberg, L. (2004). Internet use, social skills, and adjustment. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(1), 41-47.
- Flavell, J.H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906-911.
- Floros, G. and Siomos, K. (2014). Excessive internet use and personality traits. *Current Behavioral Neuroscience Reports*, 1(1), 19-26.
- Gioia, F., Rega, V., and Boursier, V. (2021). Problematic internet use and emotional dysregulation among young people: A literature review. *Clinical Neuropsychiatry: Journal of Treatment Evaluation*, 18(1), 41-54.
- Goçłowska, M.A., Ritter, S.M., Elliot, A.J., and Baas, M. (2019). Novelty seeking is linked to openness and extraversion, and can lead to greater creative performance. *Journal of Personality*, 87(2), 252-266.
- Goldberg, L.R. (1990). An alternative "description of personality": The big-five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1216-1229.
- Goldberg, L.R. (1999). The Curious Experiences Survey, a revised version of the Dissociative Experiences Scale: Factor structure, reliability, and relations to demographic and personality variables. *Psychological Assessment*, 11(2), 134-145.
- Görgü, N.S. (2014). *Üstbilişsel inançlar ve algılanan ebeveyn tutumlarının endişe ve obsesif düşünceler üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Grekin, E.R., Sher, K.J., and Wood, P.K. (2006). Personality and substance dependence symptoms: Modeling substance-specific traits. *Psychology of Addictive Behaviors*, 20(4), 415-424.
- Griffiths, M. (2000). Internet addiction-time to be taken seriously?. *Addiction Research*, 8(5), 413-418.
- Griffiths, M.D. (1996). Internet addiction: An issue for clinical psychology? *Clinical Psychology Forum*, 97, 32-36.
- Gülgöz, S. (2002). Five-factor model and NEO-PI-R in Turkey. In *The five-factor model of personality across cultures* (s.175-196). Springer, Boston, MA.
- Günay, E. (2012). The Effects of internet use on individual's socialization based on personality traits. *Yeni Symposium*, 50(3), 123-133.

- Hampson, S.E., Andrews, J.A., Barckley, M., Lichtenstein, E., and Lee, M. E. (2000). Conscientiousness, perceived risk, and risk-reduction behaviors: A preliminary study. *Health Psychology, 19*(5), 496-500.
- Hausenblas, H.A. and Giacobbi Jr, P.R. (2004). Relationship between exercise dependence symptoms and personality. *Personality and Individual Differences, 36*(6), 1265-1273.
- Irak, M., Çapan, D., Soylu, C. (2015). Üstbilişsel süreçlerde yaşa bağlı değişiklikler. *Türk Psikoloji Dergisi, 30*(75), 64-75.
- Ju, Mei hsu. (2000). *Research on personal characteristics, the behavior of using Internet and Internet addiction for Taiwanese college study*. Unpublished Master Thesis, Taiwan.
- Kalckreuth, S., Trefflich, F., and Rummel-Kluge, C. (2014). Mental health related internet use among psychiatric patients: A cross-sectional analysis. *BMC Psychiatry, 14*(1), 1-11.
- Kalkan, B. and Bhat, C. S. (2020). Relationships of problematic internet use, online gaming, and online gambling with depression and quality of life among college students. *International Journal of Contemporary Educational Research, 7*(1), 18-28.
- Kaval, A. (2018). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığının yordayıcıları: Bir yapısal eşitlik modellemesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Keser-Özcan, N., Buzlu, S. (2005). Problemlı internet kullanımını belirlemede yardımcı bir araç: "İnternette Bilişsel Durum Ölçeği"nin üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenilirliği. *Journal of Dependence, 6*, 19-26.
- Kesici, Ş., Şahin, İ. (2009). A comparative study of uses of the internet among college students with and without Internet addiction. *Psychological Reports, 105*(3), 1103-1112.
- Khan, M.A., Shabbir, F., and Rajput, T.A. (2017). Effect of gender and physical activity on internet addiction in medical students. *Pakistan Journal of Medical Sciences, 33*(1), 191-194.
- Ko, C.H., Yen, C.F., Yen, C.N., Yen, J.Y., Chen, C.C., and Chen, S.H. (2005). Screening for Internet addiction: An empirical study on cut-off points for the Chen Internet Addiction Scale. *The Kaohsiung Journal of Medical Sciences, 21*(12), 545-551.
- Ko, C.H., Yen, J.Y., Chen, C.C., Chen, S.H., and Yen, C.F. (2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *The Journal of Nervous and Mental Disease, 193*(4), 273-277.
- Koronczai, B., Kökönyei, G., Griffiths, M.D., and Demetrovics, Z. (2019). The relationship between personality traits, psychopathological symptoms, and problematic internet use: A complex mediation model. *Journal of Medical Internet Research, 21*(4), e11837.
- Kotov, R., Gamez, W., Schmidt, F., and Watson, D. (2010). Linking "big" personality traits to anxiety, depressive, and substance use disorders: A meta-analysis. *Psychological Bulletin, 136*(5), 768-821.

- Kuss, D.J., Griffiths, M.D., and Binder, J.F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 959-966.
- Lenzo, V., Toffle, M.E., Tripodi, F., and Quattropiani, M.C. (2016). Gender differences in anxiety, depression and metacognition. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, 9, 1-6.
- Lodi-Smith, J. and Roberts, B. W. (2007). Social investment and personality: A meta-analysis of the relationship of personality traits to investment in work, family, religion, and volunteerism. *Personality and Social Psychology Review*, 11(1), 68-86.
- Malouff, J.M., Thorsteinsson, E.B., and Schutte, N.S. (2005). The relationship between the five-factor model of personality and symptoms of clinical disorders: A meta-analysis. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 27, 101-114.
- Marciano, L., Camerini, A.L., and Schulz, P.J. (2020). Neuroticism in the digital age: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior Reports*, 2, 100026.
- Marino, C., Vieno, A., Lenzi, M., Fernie, B.A., Nikčević, A.V., and Spada, M.M. (2018). Personality traits and metacognitions as predictors of positive mental health in college students. *Journal of Happiness Studies*, 19(2), 365-379.
- Mayda, A.S. (2015). Bir öğrenci yurdunda kalan üniversite öğrencilerindeki internet bağımlılığı ile Beck Depresyon Ölçeği arasındaki ilişki. *Konuralp Medical Journal*, 7(1), 6-14.
- McAdams, D.P. and Olson, B.D. (2010). Personality development: Continuity and change over the life course. *Annual Review of Psychology*, 61, 517-542.
- McCrae, R.R. (1987). Creativity, divergent thinking, and openness to experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(6), 1258-1265.
- McCrae, R.R. and Costa Jr, P.T. (1991). The NEO Personality Inventory: Using the five-factor model in counseling. *Journal of Counseling & Development*, 69(4), 367-372.
- McCrae, R.R. and John, O.P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175-215.
- Metin, A. (2011). Kimliğin toplumsal inşası ve geleneksel kadın kimliğinin aktarımı. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(1), 74-92.
- Morahan-Martin, J. and Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16(1), 13-29.
- Oktan, V. (2015). Üniversite öğrencilerinde problemlı internet kullanımı, yalnızlık ve algılanan sosyal destek. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 281-292.
- Ozer, D.J. and Benet-Martinez, V. (2006). Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annual Review of Psychology*, 57, 401-421.
- Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O., Oğuzhanoğlu, N.K. (2002). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(3), 155-161.

- Öztürk, C., Bektas, M., Ayar, D., Öztornacı, B.Ö. and Yağcı, D. (2015). Association of personality traits and risk of internet addiction in adolescents. *Asian Nursing Research*, 9(2), 120-124.
- Öztürk, E. and Kaymak-Özmen, S. (2011). An investigation of the problematic internet use of teacher candidates based on personality types, shyness and demographic factors. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 11(4), 1799-1808.
- Ross, C., Orr, E.S., Sisic, M., Arseneault, J.M., Simmering, M.G. and Orr, R.R. (2009). Personality and motivations associated with Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 25(2), 578-586.
- Samarein, Z.A., Far, N.S., Yekleh, M., Tahmasebi, S., Yaryari, F., Ramezani, V., and Sandi, L. (2013). Relationship between personality traits and internet addiction of students at Kharazmi University. *International Journal of Psychology and Behavioral Research*, 2(1), 10-17.
- Schmitt, D.P., Realo, A., Voracek, M., and Allik, J. (2008). Why can't a man be more like a woman? Sex differences in Big Five personality traits across 55 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(1), 168-182.
- Servidio, R. (2014). Exploring the effects of demographic factors, Internet usage and personality traits on Internet addiction in a sample of Italian university students. *Computers in Human Behavior*, 35, 85-92.
- Shapira, N.A., Lessig, M.C., Goldsmith, T.D., Szabo, S.T., Lazoritz, M., Gold, M.S., and Stein, D.J. (2003). Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17(4), 207-216.
- Soba, M., Şimşek, A., Demir, E. (2019). Üniversite öğrencileri üzerine ampirik bir uygulama: Beş faktör kişilik modeli. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 28-43.
- Somer, O. (1998). Beş-faktör kişilik model. *Türk Psikoloji Yazıları*, 1(2), 35-62.
- Soule, L.C., Shell, L.W., and Kleen, B.A. (2003). Exploring internet addiction: Demographic characteristics and stereotypes of heavy internet users. *Journal of Computer Information Systems*, 44(1), 64-73.
- Spada, M.M. and Wells, A. (2009). A metacognitive model of problem drinking. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 16(5), 383-393.
- Spada, M.M., Langston, B., Nikčević, A., and Moneta, G.B. (2008). The role of metacognitions in problematic Internet use. *Computers in Human Behavior*, 24(5), 2325-2335.
- Suler, J.R. (1999). To get what you need: Healthy and pathological internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 2(5), 385-393.
- Sun, X., Zhu, C. and So, S.H.W. (2017). Dysfunctional metacognition across psychopathologies: A meta-analytic review. *European Psychiatry*, 45, 139-153.

- Sümer, N., Lajunen, T., and Özkan, T. (2005). *Big five personality traits as the distal predictors of road accident*. *Traffic and Transport Psychology: Theory and Application*. Elsevier LTD, pp.215-227.
- Tahiroğlu, A.Y., Çelik, G.G., Fettahoğlu, C., Yıldırım, V., Toros, F., Avcı, A., ..., Uzel, M. (2010). Problematic internet use in the psychiatric sample compared community sample. *Archives of Neuropsychiatry*, 47(3), 241-247.
- Thompson, E.R. (2008). Development and validation of an international English big-five mini-markers. *Personality and Individual Differences*, 45(6), 542-548.
- Tosun, A., Irak, M. (2008). Üstbiliş Ölçeği-30'un Türkçe uyarlaması, geçerliği, güvenilirliği, kaygı ve obsesif-kompulsif belirtilerle ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(1), 67-80.
- Tsai, H.F., Cheng, S.H., Yeh, T.L., Shih, C.C., Chen, K.C., Yang, Y.C., and Yang, Y.K. (2009). The risk factors of Internet addiction-a survey of university freshmen. *Psychiatry Research*, 167(3), 294-299.
- Turhan, Ö. (2019). Beş faktör kişilik özelliklerinin iş tatmini üzerindeki etkisinde depresyonun aracılık rolü. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 5, 9-21.
- Wästlund, E., Norlander, T., and Archer, T. (2001). Internet blues revisited: Replication and extension of an Internet paradox study. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 385-391.
- Watson, D., Clark, L.A., and Harkness, A.R. (1994). Structures of personality and their relevance to psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 18-31.
- Weiser, E.B. (2000). Gender differences in internet use patterns and internet application preferences: A two-sample comparison. *Cyberpsychology and Behavior*, 3(2), 167-178.
- Wells, A. (1997). *Cognitive therapy of anxiety disorders: A practice manual and conceptual guide*. Chichester, UK: Wiley.
- Wells, A. (2000). *Emotional disorders and metacognition: innovative cognitive therapy*. Chichester, UK: Wiley.
- Wells, A. (2009). *Metacognitive therapy for anxiety and depression*. New York: Guilford Press.
- Wells, A. and Cartwright-Hatton, S. (2004). A Short Form of The Metacognitions Questionnaire: Properties of the MCQ-30. *Behaviour Research and Therapy*, 42(4), 385-396.
- Wells, A. and Matthews, G. (1994). *Attention and emotion. A clinical perspective*. Hove, UK: Erlbaum.
- Wells, A. and Matthews, G. (1996). Modelling cognition in emotional disorder: The S-REF model. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 881-888.
- Winter, K.A. and Kuiper, N.A. (1997). Individual differences in the experience of emotions. *Clinical Psychology Review*, 17(7), 791-821.

- Yao, M.Z., He, J., Ko, D.M., and Pang, K. (2014). The influence of personality, parental behaviors, and self-esteem on Internet addiction: A study of Chinese college students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(2), 104-110.
- Yılmaz, A.E., Gençöz, T., and Wells, A. (2008). Psychometric characteristics of the Penn State Worry Questionnaire and Metacognitions Questionnaire-30 and metacognitive predictors of worry and obsessive-compulsive symptoms in a Turkish sample. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 15(6), 424-439.
- Young, K.S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1(3), 237-244.
- Young, K.S. and Rodgers, R.C. (1998, April). Internet addiction: Personality traits associated with its development. In *69th Annual Meeting of the Eastern Psychological Association* (pp. 40-50).
- Young, K., Pistner, M., O'mara, J., and Buchanan, J. (1999). Cyber disorders: The mental health concern for the new millennium. *Cyberpsychology & Behavior*, 2(5), 475-479.

