

# Humanistic Perspective

Journal of International Psychological Counseling and Guidance Researches

YEAR 5 (February 2023)

VOLUME 5

ISSUE 1

PERIOD: Tri-annual

PUBLISHER: Fuat AYDOĞDU

FOUNDED: 2019



e-ISSN : 2687-4229

WEB

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/hp>

e-MAIL

[info@humanisticperspective.com](mailto:info@humanisticperspective.com)



*Bu sayı, değerli Hocamız Dr. Yasin YILMAZ'a ithaf edilmiştir.*

*Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi'nde görev yapan  
Dr. Öğr. Üyesi Yasin YILMAZ, 06.02.2023 tarihinde yaşanan  
Kahramanmaraş merkezli deprem sonucu aramızdan ayrılmıştır.*

*PDR ailesi olarak derin bir üzüntü içerisindeyiz.*

*SENİ UNUTMAYACAĞIZ, SELAMİ HOCAM...*



## BİLGİLENDİRME / INFORMATION

**Humanistic Perspective**, başta psikolojik danışma ve rehberlik olmak üzere psikoloji, sosyoloji, eğitim bilimleri ve eğitim psikolojisi alanında özgün çalışmalara, güncel yaklaşımlara ve araştırmalara yer veren alanında güçlü bilimsel bir yaklaşımla hazırlanmış nitelikli çalışmalarını değerlendirmek üzere dört ayda bir (Şubat, Haziran ve Ekim) yayımlanan uluslararası hakemli bir dergidir. **Humanistic Perspective** dergisinde yayımlanan tüm yazıların dil, bilim ve hukuki açıdan bütün sorumluluğu yazarlarına, ilk yayın hakları **Humanistic Perspective** dergisine aittir. Dergide yayımlanan tüm makaleler, [Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası \(CC BY-NC 4.0\)](#) lisansına tabidir. **Humanistic Perspective** dergisinde makalesi yayımlanan her yazar, dergimizin web adresinde açıkça belirtilen açık kaynak erişim politikasını ve Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası (CC BY-NC 4.0) koşullarını kabul ederler. Yayın Kurulu dergiye gönderilen yazıları yayımlayıp yayımlamamakta serbesttir.

**Humanistic Perspective** is an international peer-reviewed journal, appearing tri-annually (February, June and October), which publishes authentic articles, current approaches and researches in the field of psychology, sociology, educational sciences and psychology and especially psychological counseling and guidance. Its main aim is to access high quality studies prepared with a strong scientific approach. Authors assume the responsibility of the articles published in the Journal of Humanistic Perspective with regard to the style, content, scholarly value and legal aspects and grant the journal right of first publication. All articles published in the journal are licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International \(CC BY-NC 4.0\)](#) license. Every author whose article is published in the **Humanistic Perspective** journal accepts the open access policy and Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) terms, which are clearly stated on the web address of our journal. The Editorial Board is free to publish or not publish the articles sent to the journal.

**Humanistic Perspective**

*Editör / Editor*



**CİLT 5, SAYI 1 - ŞUBAT 2023**

*VOLUME 5, ISSUE 1 – FEBRUARY 2023*

Şubat 2023 Sayısı Editörü / February 2023 Issue Editor

Fuat AYDOĞDU  
Uzman Psikolojik Danışman

Email: [info@humanisticperspective.com](mailto:info@humanisticperspective.com)

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/hp>

**UYARI 1** - Bu dergide yer alan makalelerdeki görüşler, bu görüşlerden doğabilecek hukuki ve cezai sorumluluklar, varsa yazım eksiklikleri ve hataları makale sahiplerine ait olup **HUMANISTIC PERSPECTIVE** dergisini bağlamaz.

**UYARI 2** - Yayımlanan eserlerin telif hakları yazarları tarafından dergimize devredilmiştir. Bu nedenle **HUMANISTIC PERSPECTIVE** eserini yayımladığı yazara ücret ödemez. Eserlerin izin alınmadan eserin çoğaltılması, basılması veya ticari amaçlar için kullanılması yasaktır. Lütfen yazar ile iletişime geçmek için iletişim bilgilerinin yer aldığı eserin ilk sayfasına bakınız



## **HUMANISTIC PERSPECTIVE**

Journal of International Psychological Counseling and Guidance Researches

*Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırmaları Dergisi*

### **YAYIN KURULU / EDITORIAL BOARD**

**Prof.Dr. Başaran GENÇDOĞAN**

Atatürk Üniversitesi / Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ABD

**Doç.Dr. Hakan SARIÇAM**

Kütahya Dumlupınar Üniversitesi / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

**Doç.Dr. Durmuş ÜMMET**

Marmara Üniversitesi / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

**Doç. Dr. Zekeriya ÇAM**

Muş Alparslan Üniversitesi / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

**Doç. Dr. Müge AKBAĞ**

Marmara Üniversitesi / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

**Doç. Dr. Arkun TATAR**

Celal Bayar Üniversitesi / Psikoloji

**Doç. Dr. Halis SAKIZ**

Mardin Artuklu Üniversitesi / Psikoloji

**Doç. Dr. Gürcan ÖZHAN**

Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

**Doç. Dr. Makbule KALI SOYER**

Marmara Üniversitesi / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

**Doç. Dr. Zöhre KAYA**

Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

**Doç. Dr. Suad SAKALLI GUMUS**

Saint Mary of the Woods College

**Dr. Öğr.Üyesi Özlem ÇEVİK**

Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık



## **HUMANISTIC PERSPECTIVE**

Journal of International Psychological Counseling and Guidance Researches

*Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırmaları Dergisi*

### **DİĞER KURULLAR / OTHER BOARDS**

**Editör / Editor**

**Uzm. Psk. Dan. Fuat AYDOĞDU**

*Sayı Editörü / Issue Editor*

**Editör Yardımcıları**

**Doç. Dr. Celal ÖNEY**

*Muş Alparslan Üniversitesi / Tarih Bölümü*

**İletişim Sorumlusu / Corespondents**

**Fuat AYDOĞDU**

*Uzman Psikolojik Danışman*

**Doç. Dr. Celal ÖNEY**

*Muş Alparslan Üniversitesi / Tarih Bölümü*

**Sekreteryaya / Secretariat**

**Ferda ÖNEY**

*Öğretmen*

**Yazım ve Dil Editörü / Spelling and Language Editor**

**Uzm. Psk. Dan. Oğuzhan TAŞDEMİR**

**Mizanpaj ve Dizgi / Layout and Design**

**Uzm. Psk. Dan. Fuat AYDOĞDU**



## HUMANISTIC PERSPECTIVE

Journal of International Psychological Counseling and Guidance Researches

*Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırmaları Dergisi*

### SAYI HAKEMLERİ/ ISSUE REFEREES

**Prof. Dr. Özlem TAGAY**

Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi

**Doç. Dr. Durmuş ÜMMET**

Marmara Üniversitesi

**Doç. Dr. Adviye AYDIN**

Sinop Üniversitesi

**Doç. Dr. Yaşar BARUT**

Ondokuz Mayıs Üniversitesi

**Doç. Dr. Önder BALTACI**

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

**Doç. Dr. İlhan Çiçek**

Batman Üniversitesi

**Dr. Öğr. Üyesi Burcu CEYLAN**

Necmettin Erbakan Üniversitesi

**Dr. Ayşe Devrim MASALCI BURÇAK**

Burçak Özel Eğitim ve Psikolojik Danışma Merkezi

**Öğr. Gör. Dr. Aykut GÜNLÜ**

Pamukkale Üniversitesi

**Öğr. Gör. Sümeyye YÜCEL**

Okan Üniversitesi





## HUMANISTIC PERSPECTIVE

Journal of International Psychological Counseling and Guidance Researches  
*Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırmaları Dergisi*

### EDİTÖRDEN

#### **Değerli Okurlarımız,**

Humanistic Perspective dergisinin yeni sayısı ile birlikteyiz. Öncelikle Türkiye'nin on ilini doğrudan, tamamını ise dolaylı olarak derinden etkileyen büyük deprem felaketi nedeniyle yakınlarını kaybedenlere başsağlığı, yaralılara acil şifalar dilerim. Bu süreçte ruh sağlığı uzmanları olarak psikolojik ilk yardım desteğiyle depremzedelerimizin yanında olmayı etik bir zorunluluk olarak gördük. Şimdi ve ilerleyen süreçte psikososyal destek çalışmalarıyla yine depremzedelerimizin yanlarında olacağız. Bu sürecin yoğunluğu sebebiyle Şubat 2023 sayımızda dergimize yayımlanmak üzere gönderilip değerlendirme süreci tamamlanan ancak sayıya yetiştirilmesi geciken makalelerin yazarlarından özür dileriz. Kendilerinden anlayış bekliyoruz. Değerlendirme süreci başarı ile tamamlanan yazarların çalışmalarının ilk yayın döneminde yayımlanacağını umuyoruz. Bu sayımızda yer alan dört makalenin yazarlarını kutluyorum. Yayımlanan makalelerin daha nitelikli olmasını değerli görüşleri ile sağlayan sayının hakemlerine ve yayın kurulumuzun değerli üyelerine teşekkür ederim.

Humanistic Perspective dergisinin yeni sayısı bilim dünyasına armağan olsun!  
Bir sonraki sayımızda görüşmek dileğiyle...

**Uzm. Psk. Dan. Fuat AYDOĞDU**

*Sayı Editörü / Issue Editor*





## HUMANISTIC PERSPECTIVE

Journal of International Psychological Counseling and Guidance Researches

*Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırmaları Dergisi*

### İNDEKSLER / INDEXES



ASOS İNDEKS



RESEARCHBIB  
ACADEMIC RESOURCE INDEX



İDEAL ONLINE



INDEX COPERNICUS INTERNATIONAL



TÜRK PSİKIYATRİ DİZİNİ



EURASIAN SCIENTIFIC JOURNAL INDEX



TÜRK EĞİTİM İNDEKSİ



ADVANCED SCIENCE INDEX



DRJI - Directory of Research Journals Indexing



## HUMANISTIC PERSPECTIVE

Journal of International Psychological Counseling and Guidance Researches  
*Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırmaları Dergisi*

### İÇİNDEKİLER / CONTENTS

**Postmodern Danışma Kuramlarından Öyküsel Terapi'nin Bilişsel Davranışçı Terapi ve Psikanalitik Terapi ile Karşılaştırılması ..... 708-723**

*Comparison of Narrative Therapy from Postmodern Counseling Theories with Cognitive Behavioral Therapy and Psychoanalytic Therapy*

**DERLEME** - Faruk Caner YAM

**Ergenlerde Çevrimiçi ve Yüz Yüze Kendini Açma ..... 724-749**

*Online and Face-to-Face Self-Disclosure in Adolescents*

**ARAŞTIRMA** - Meşküre Hülya ÜNAL-KARAGÜVEN, Emine KAMAK

**Stefan Zweig'in "Bir Çöküşün Hikayesi" Adlı Eserinin Baş Kahramanı Madame De Prie'nin Gestalt Terapisi Yaklaşımına Göre İncelenmesi ..... 750-768**

*An Examination of Madame De Prie, The Head Hero of Stefan Zweig's The Story of A Collapse With Approach Gestalt Therapy*

**DERLEME** - Emirhan AKTAŞ

**Bibliometric Analysis of Scientific Publications on Child Mental Health (2000-2022) and Turkey's Contribution ..... 769-774**

*An Examination of Madame De Prie, The Head Hero of Stefan Zweig's The Story of A Collapse With Approach Gestalt Therapy*

**ARAŞTIRMA** - Nesibe GÜNAY MOLU, Neslihan DURMUŞOĞLU SALTALI

# Postmodern Danışma Kuramlarından Öyküsel Terapi'nin Bilişsel Davranışçı Terapi ve Psikanalitik Terapi ile Karşılaştırılması

Comparison of Narrative Therapy from Postmodern Counseling Theories with Cognitive Behavioral Therapy and Psychoanalytic Therapy

Faruk Caner YAM<sup>[1]</sup>

Başvuru Tarihi: 22 Temmuz 2022

ÖZ

Kabul Tarihi: 7 Kasım 2022

Yakın zamanda psikolojik danışma alanında post-modernist olarak nitelendirilen çeşitli danışma kuram ve yaklaşımları ortaya çıkmaya başlamıştır. Post-modern bu yaklaşımlardan birisi ise Öyküsel Terapi yaklaşımıdır. Öyküsel Terapi 1990 yılında White ve Epston isimli araştırmacıların sosyal yapılandırmacı ve postmodernizm kuramlarından etkilenilerek oluşturdukları, "Narrative Means to Therapeutic Ends" isimli kitaplarını yayımlamaları ile tanınmaya başlayan bir yaklaşımdır. Bu çalışmada yukarıda kısaca bahsedilen post modern yaklaşımlardan olan Öyküsel Terapi yaklaşımı ile en popüler modernist danışma kuramlarından olan Bilişsel Davranışçı Terapi ve Psikanalitik Terapi yaklaşımlarının felsefi ve kuramsal temelleri, insan doğasına bakış açıları, ruhsal rahatsızlıkları formüle etme biçimleri, psikolojik danışma sürecindeki terapötik amaçları, danışan-danışman ilişkileri, danışma aşamaları ve kullanılan teknikler açısından karşılaştırarak modernist ve post-modernist kuramlar arasında temel farklılıkları ortaya koymak amaçlanmıştır. Yapılan bu karşılaştırmanın sonuçlarına göre üç kuramın da danışma sürecindeki sonuç hedefleri benzerlik gösterse de Öyküsel Terapi yaklaşımının Bilişsel Davranışçı Terapi ve Psikanalitik Terapi yaklaşımlarına göre bireyin potansiyeline daha çok güvenen, sorun odaklı bir bakış açısı ile danışma sırasında otorite figürü olmaktan kaçınan, bireyin sosyo-psikolojik gelişimine önem veren çok kültürlü bir bakış açısına sahip bir danışma kuramı olduğu ve ilişkilerin önemli olduğu toplulukçu kültürlerdeki bireyler açısından da uygun bir danışma yaklaşımı olduğu görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** bilişsel davranışçı terapi, öyküsel terapi, psikanalitik terapi, modernizm, post-modernizm

Received Date: July 22, 2022

ABSTRACT

Accepted Date: November 7, 2022

Recently, various counseling theories and approaches, which are described as postmodern, have begun to emerge in the field of psychological counseling. One of these postmodern approaches is the Narrative Therapy approach. Narrative Therapy is a counseling approach created in 1990 by researchers named White and Epston, influenced by social constructivist and postmodernism theories. In this study, it is aimed to reveal the main differences between modernist and post-modernist theories by comparing the Narrative Therapy approach, which is one of the post-modern approaches briefly mentioned above, and Cognitive Behavioral Therapy and Psychoanalytic Therapy, which are the most popular modernist counseling theories. Counseling theories were compared in terms of philosophy and theoretical foundations, perspectives on human nature, ways of formulating the sick, therapeutic purposes in the counseling process, client-counselor relations, counseling stages and techniques used. According to the results of the comparison, the Narrative Therapy approach is an approach that is far from being problem-focused according to the other two theories, and the therapist is an approach in which the therapist helps individuals create functional stories about their lives. In addition, it can be said that Narrative Therapy is a counseling approach that is more humane and culturally sensitive than the other two approaches, and gives importance to the socio-psychological development of the clients.

**Keywords:** cognitive behavioral therapy, narrative therapy, psychoanalytic therapy, modernism, postmodernism

**Atıf Cite** Yam, F. C. (2023). Postmodern danışma kuramlarından Öyküsel Terapi'nin Bilişsel Davranışçı Terapi ve Psikanalitik Terapi ile karşılaştırılması. *Humanistic Perspective*, 5 (1), 708-723. <https://doi.org/10.47793/hp.1146957>

## GİRİŞ

**S**on zamanlara psikolojik danışma alanında, klasik kuramların yanı sıra post modern yaklaşımlar olarak nitelendirilen çeşitli kuram ve yaklaşımlar kullanılmaya başlanmıştır (Vollmer, 2000). Bu yaklaşımlarından bir tanesi Öyküsel Terapi yaklaşımıdır (Işık Terzi ve Ergüner-Tekinalp, 2013; Shapiro ve Ross, 2002). Bu yaklaşım 1990 yılında White ve Epston isimli kuramcıların "*Narrative Means to Therapeutic Ends*" isimli kitaplarını yayımlamaları ile birlikte ortaya çıkmıştır (İlgar ve İlgar, 2018). Öyküsel Terapi White ve Epston'un 1980'li yıllarda sosyal yapılandırmacı ve postmodernizm kuramlarından etkilenilerek oluşturdukları bir yaklaşımdır. Bu yaklaşım klasik kuramların bireyin sosyal ilişkilerini ve öznel yaşantılarını görmezden gelen tutumlarına bir tepki olarak ortaya çıkmıştır (Admuson, 2001; Payne, 2006). Öyküsel Terapi yaklaşımı bireyin tüm gelişim alanlarının sosyal çevresiyle etkileşim içinde olduğunu savunmakta ve bu nedenle bireyin psikolojik süreçlerinin toplumsal yapıdan bağımsız bir şekilde değerlendirilmeyeceğini ifade etmektedir (Besley, 2002). Bu bakış açısından dolayı Öyküsel Terapi yaklaşımı bireylerin kültürel ve toplumsal süreçlerini göz önüne almakta ve bireylerin bu etkileşimi sırasında hayatına dair çeşitli öyküler oluşturduğunu ve bireylerin hayatlarını bu öykülerin yönlendirdiğini ifade eden bir danışma yaklaşımıdır (Sween, 1998; Corey, 2008; Weber vd., 2006).

Bu derlemede yukarıda kısaca bahsedilen post modern yaklaşımlardan olan Öyküsel Terapi ile Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) ve Psikanalitik Terapi yaklaşımları karşılaştırarak, modernizm ve post-modernizm kuramları arasındaki temel farklılıkları ortaya koymak amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda öncelikli olarak Öyküsel Terapi yaklaşımının felsefi temelleri, temel kavramları, psikolojik danışma süreci açıklanmıştır. Daha sonraki aşamada ise Öyküsel Terapi yaklaşımı ile Bilişsel Davranışçı Terapi ve Psikoanalitik Terapi yaklaşımlarının felsefi temelleri, temel kavramları, psikolojik danışma süreci, kullanılan teknikler açısından karşılaştırılarak tartışılmıştır.

### Öyküsel Terapi Yaklaşımı ve Teorik Temelleri

Öyküsel Terapi, White ve Epston (1980) tarafından geliştirilen bireylerin sosyal ilişkilerini göz ardı eden klasik kuramlara bir tepki olarak ortaya çıkmış post modern bir terapi yaklaşımıdır. Bu yaklaşım, post-modernizm ve sosyal yapılandırmacılık felsefesinden etkilenerek geliştirilmiştir (Kararımak ve Bugay, 2016; Sween, 1998). Bu iki yaklaşımda bireylerin sadece gözlenebilen davranışlarının dikkate alınmasının doğru olmayacağı ve bireylerin tek başına bir gelişim süreci içerisinde olduklarını düşünmenin ve toplumsal dinamiklerin görmezden gelinmesinin büyük bir hata olduğu görüşü ifade edilmektedir (White ve Epston, 1990). Bu nedenle Öyküsel Terapi yaklaşımı bireyleri içinde buldukları kültürel yapı ile birlikte ele alan

ve değerlendiren bir danışma kuramı olarak karşımıza çıkmaktadır (Admunson, 2001; Selmer ve Williams, 2000).

Öyküsel Terapi yaklaşımına göre bireyler yaşamış oldukları ilişkilerden hareketle çevrelerini anlamlandırmalarını sağlayan çeşitli *öyküler* oluştururlar (Corey, 2008; Vromans ve Schweitzer, 2012). Bu öyküler bireylerin geçmiş yaşam deneyimlerinin içinde bulunduğu ve belirli olaylara belirli tepkiler vermelerini sağlayan zihinsel metaforlardır (Carr, 1998; Phillips, 2017). Bunun yanı sıra bu öykülerden bazıları olumsuz ve bazıları ise aşırı baskın öykülerdir (White ve Epston, 1990). Bu baskın öyküler bireylerin günlük yaşamlarındaki uyumlarını bozan ve psikolojik sağlıklarını etkileyen olumsuz yaşantı temsilleri ile dolu olan yapılardır (Doan, 1998; Gonçalves vd., 2009). Diğer açıdan baskın öykülerin, bireylerin negatif bir benlik algısı geliştirmelerine neden olacak şekilde sürekli olarak olumsuz yansımalar üreten zihinsel yapılar olduğu da görülmektedir (Sween, 1998; White ve Epston, 1990).

Öyküsel Terapi, bireylerin yaşamları ile ilgili öykülerini yeniden yazmalarına ve sahip oldukları olumsuz öyküleri değiştirilmelerine destek olmayı amaçlayan bir yaklaşımdır. Bu nedenle White ve Epston (1990) bireylerin yeni öyküler yazabilmelerinin başlangıç noktasını, mevcut kabullenilmiş öyküsel yapıların yıkılması olarak görmektedir. *Yapının yıkılması kavramı*, bireyi zorlantıya sokan ve bireyin ruhsal dinamiklerini işlevsiz hale getiren zihinsel söylemleri ortaya çıkarmak, işlemek ve bu olumsuz yapıların yenileri ile yer değiştirmesini sağlamak anlamına gelmektedir (Carr, 1998; Sween, 1998).

Öyküsel Terapi yaklaşımında *danışma sürecindeki temel amaç* bireyin şimdiye kadar oluşturmuş olduğu olumsuz ve baskın öykülerinin farkına varmasına yardımcı olarak yeni ve işlevsel öyküler yazmasına destek olmaktır (Epston, 2008). Diğer bir ifade ile danışanın hayatına ilişkin çeşitli alternatifler sunan ve kendisinin ruhsal işlevliğine katkı sağlayan öyküler oluşturması danışma sürecinin ana hedefini oluşturmaktadır (Carr, 1998; Epston, 2008). Bundan dolayı Öyküsel Terapide *psikolojik danışmanın temel işlevi* danışanla sıkı bir iş birliği kurarak danışma sürecine taşınmış olduğu tüm öykülerinin aktif bir merak içerisinde dinleyerek, danışanı şimdiye kadar etkilemiş olan baskın öyküsünü ortaya çıkarması ve olumu ve yapıcı öyküler oluşturması aşamasında ona destek olmaktır (Besley, 2001; Epston, 2008). Bu süreçte danışman danışanla birlikte süreci yürütür ve danışanın yeni öyküler oluşturması ve şimdiye kadar getirmiş olduğu baskın yapının kırılması konusunda ona cesaret verir (Corey, 2008).

Öyküsel Terapi'de danışma süreci toplam altı aşamada oluşmaktadır. İlk aşama *iş birliğine dayalı yaklaşım* aşamasıdır (Epston, 2008). Bu aşamada danışan ile saygı ve kabul hissinin oluşturulduğu, psikolojik danışmanın danışanın tüm öyküsünü dinleyeceğine dair hazır olduğunu hissettirdiği aşamadır. İkinci aşama *sorunun dışsallaştırılması* aşamasıdır (Combs ve Freedman, 2012; Epston, 2008). Öyküsel terapi yaklaşımında sorunlu birey kavramı yerine herhangi bir soruna sahip birey düşüncesi vardır (Admunson, 2001). Bu basamakta psikolojik danışman

danışanın sorununun kendisinin dışına çıkarmasını destekleyerek, bu problemi kişiliğinin bir parçası olmadığını ve bunun değişebilen bir yapı olduğunu fark ettirmesi sağlar. Üçüncü aşama ise *yeni öyküye odaklanma* aşamasıdır (Espton, 2008). Bu aşamada yeni öyküler yazması konusunda danışana destek olunan aşamadır. Psikolojik danışman bu basmakta danışanın yaşamış olduğu sorunlar şimdiye kadar başarılı bir şekilde başarılı olduğu deneyimleri üzerine odaklanarak, yapıcı öyküler oluşturması için cesaretlendirilmektedir (Carr, 1998). Dördüncü aşama *geçmiş ile gelecek arasında bağ kurma* aşamasıdır (Espton, 2008). Bu aşamada danışanın geçmişte başarılı bir şekilde deneyimlemiş olduğu çözüm yollarının yeni oluşturmuş olduğu öykülerinde yer verilmesi desteklenmektedir (Carr, 1998; Murdock, 2009). Beşinci aşama ise *tanık davet etme* aşamasıdır (Carr, 1998). Bu aşamada danışanın psikolojik danışma sürecinde oluşturmuş olduğu yeni öyküsüne destek olacak ve günlük hayatına transfer edebilmesine yardımcı olacak destek gruplarının danışma sürecine dahil edilmektedir. Bu süreçte danışan yeni öyküleri ile ilgili çevresinden onay alabildiğini gördükçe ve danışma sürecinde kazandığı becerileri günlük hayatta kullanma konusunda cesaret kazanmaktadır (Admunson, 2001; Carr, 1998). Son aşama olan altıncı aşama ise *sonlandırma* evresidir (Epston, 2008). Bu aşamada danışanın günlük hayata yeni öyküleri ile başlaması konusunda cesaretlendirilir ve kendisini de gelişimleri görebilmesi için takdir mektubu verilerek danışma süreci sonlandırılabilir (Işık Terzi ve Ergüner-Tekinalp, 2013; Payne, 2006).

Öyküsel Terapi yaklaşımı aşırı yapılandırılmış ve katı tekniklerden faydalanmayı yararlı görmemektedir (Carr, 1998; Corey, 2008). Öyküsel terapistler danışma sürecinde katı bir değerlendirmenin, danışmanın öznel dünyasını yansıtması konusunda engeller teşkil edebileceğini düşünürler (Kropf ve Tandy, 1998; Wallis vd., 2011). Bu nedenle Öyküsel Terapi yaklaşımında *soru sorma, saygılı ve meraklı dinleme, sorunun dışsallaştırılması, özgün sonuçlar elde etme, dışardan tanık çağırma, alternatif öyküler yazma, yansıtıcı takım çalışması ve terapötik dokümanlar kullanma* gibi teknikler kullanılmaktadır (Epston, 2008; Combs ve Freedman, 2012). Öyküsel terapist soru sorma tekniğini, danışan getirmiş olduğu öyküyü açığa çıkarması ve sorununu dışsallaştırması amacıyla kullanmaktadır. Buradaki sorular danışanın öyküsü ile ilgili farkındalık kazanmasına ve psikolojik danışmanın danışanın öyküsü ile daha detaylı bilgiler öğrenmesine hizmet etmelidir (Carr, 1998). Öyküsel terapistler bu soruları sorarken *merak, gizem ve hayret hisselerini yansıtarak* sormalıdır. Öyküsel Terapi yaklaşımında danışanın öykülerinin meraklı bir şekilde dinlenmesi terapötik sürecin önemli faktörü olarak değerlendirilmektedir (Corey, 2008). Diğer açıdan Öyküsel Terapi'de diğer önemli bir teknik *sorunun dışsallaştırılması* tekniğidir. Öyküsel terapi yaklaşımında sorunlu birey kavramı yerine herhangi soruna sahip birey düşüncesi vardır (Admunson, 2001). Bu teknikte psikolojik danışman, danışanın sorununun kendisinin dışına çıkarmasını destekleyerek, bu problemi kişiliğinin bir parçası olmadığını ve bunun değişebilen bir yapı olduğunu fark ettirmesi yardımcı olmaktadır. *Özgün sonuçlar elde etme*



çabası tekniğinde ise danışanın baskın öykünün etkisinden kurtularak yeni öyküler yazmasını desteklemek için geçmişte yaşadığı sorunların üstesinden geldiği deneyimleri hatırlayarak bunları nasıl çözdüğüne dair güçlü yanlarını fark etmesi sağlanmaktadır (Combs ve Freedman, 2012). Öyküsel terapide kullanılan bir diğer teknik ise *dışarıdan tanık çağırma ve yansıtıcı takım çalışması* tekniğidir. Her iki teknikte de danışanı danışma sürecinde geliştirmiş olduğu yeni öykülerine destek olacak ve günlük hayata transfer edebilmesine yardımcı olabilecek kendisi için özel bir kişinin veya hayatında önemli olan belirli bir kişilerin danışma sürecine dahil edilmesi sürecinin kapsamaktadır. Bu teknik sayesinde danışan yeni öyküleri ile ilgili çevresinden onay aldığını gördükçe, danışma sürecinde kazandığı becerileri günlük hayatta kullanma konusunda cesaret kazanmaktadır (Admunson, 2001; Carr, 1998). Son olarak Öyküsel Terapi'de sonlandırma basamağında danışan kendisindeki gelişimi görmesi için *destekleyici mektup ve psikolojik danışma sürecinin tamamlama sertifikası* gibi *terapötik dokümanlar* kullanılabilir (Espton, 2008). Sonuç olarak, Öyküsel Terapi yaklaşımı klasik kuramların bireyleri nesnel ve formal bir şekilde değerlendirmesine karşı tepki olarak ortaya çıkan, kişinin öznel yaşantılarına ve içinde bulunduğu kültürel dinamiklerle birlikte değerlendirilmesinin savunan post-modern ve çok kültürlü bir yapıyı ortaya koyan sosyal yapılandırmacı bir danışma yaklaşımı olduğu görülmektedir.

### **Psikanalitik Terapi ve Bilişsel Davranışçı Terapi'nin Öyküsel Terapi ile Karşılaştırılması**

Bu başlık altında Öyküsel Terapi ile Psikanalitik Terapi ve Bilişsel Davranışçı Terapi'nin felsefi ve kuramsal temelleri, insan doğasına bakış açıları, rahatsızlıkları formüle etme biçimleri, psikolojik danışma sürecindeki terapötik amaçları, danışan-danışman ilişkileri, danışma aşamaları ve kullanılan teknikler açısından karşılaştırılarak modernist ve post-modernist yaklaşımlar arasındaki temel farklar ve benzerlikler ortaya konulmaya çalışılmıştır.

#### ***Felsefi ve Kuramsal Temelleri Açısından Karşılaştırılması***

Üç kuramın felsefi ve kuramsal temellerine bakıldığı zaman Bilişsel-Davranışçı Terapi Aron Beck tarafından 1960 yıllarda geliştirilmiş modernist bir danışma yaklaşımıdır. Bu yaklaşımın temeli bilgiyi işleme kuramına dayanmaktadır (Beck, 1993). Diğer bir ifade ile Bilişsel Davranışçı Terapi bilişsel kuram, öğrenme kuramı, davranış psikolojisi kuramlarına dayanan nesnel ve formatif bir terapi kuramıdır (Beck ve Dozois, 2011; Türkçapar, 2018). Psikanalitik Terapi ise Sigmund Freud (1895) tarafından geliştirilen temeline kişilik kuramını, içgüdüler yaklaşımını, gelişim psikolojisini, biyolojik ve genetik faktörleri alan deterministik ve klinik bir terapi kuramıdır (akt: Gençtan, 2002). Psikanalitik Terapi yaklaşımı bireylerdeki davranış bozukluklarını bilinç dışı süreçlerle açıklamaya çalışan ve erken çocukluk dönemindeki gelişimsel sorunların bireyin ruhsal süreçleri üzerinde olumsuz etkilerinin olduğunu savunan bir danışma kuramıdır (Corey, 2008). Öyküsel Terapi ise post modernizm ve sosyal yapılandırmacı kuramları



temele alan bireylerin fenomenolojik alanlarını ve kültürel öğelerinin önemini vurgulayan bir terapi yaklaşımıdır (Espton, 2008; Combs ve Freedman, 2012). Bu açıdan bakıldığında zaman Öyküsel Terapi'nin bireylerin içinde bulunduğu sosyal çevreye ve öznel süreçlerine önem veren bir yaklaşım olduğu, Bilişsel Davranışçı Terapi'nin ve Psikanalitik Terapi yaklaşımlarının danışma süreçlerinde daha nesnel bir tavır takındığı ve bireyin içinde bulunduğu kültürel faktörlerin birey üzerindeki etkilerine daha az önem verdikleri söylenebilir.

### ***İnsan Doğasına Bakışı Açılarının Karşılaştırılması***

Üç kuramın insan doğasına bakış açıları incelendiği zaman Bilişsel Davranışçı Terapi insanları, çevrelerindeki bilgileri işleyen ve bunlar üzerine düşünebilen akılcı bir varlık olduğunu ama her şeye rağmen çarpıtılmış ve doğru olmayan inançlar geliştirebildiklerini ifade etmiştir (Beck, 1993). Psikanalitik Terapi bireylerin davranışlarını cinsellik ve saldırganlık dürtülerinin kontrol ettiğini, bireyin ilk altı yaşında yaşamış olduğu gelişim güçlüklerinin ilerleyen yaşamda psikolojik sorunlara sebep olacağını ifade eden deterministik bir bakış açısına sahiptir (Corey, 2008). Öyküsel Terapi ise insanların yaşamış oldukları sosyal ilişkiler sonrasında, hayatları ve kendileri ile ilgili olumlu veya olumsuz öyküler oluşturduklarını ve yaşamlarını bu öyküler aracılığı ile değerlendirdiklerini ifade etmektedir (Carr, 1998). Karşılaştırılan kuramların insan doğasına bakış açıları incelendiğinde, bireylerin zihinlerinde oluşturmuş oldukları yapıların onların davranışlarını yönlendirdiği ve ruhsal rahatsızlıklara neden olması yönünde benzerlikleri bulunmakla birlikte, Bilişsel Davranışçı Terapi'de bu yapılar (*çarpıtılmış ve irrasyonel düşünceler*) bireyin bilgiyi işleme sırasındaki yaptığı hatandan kaynaklanırken, Psikanalitik Yaklaşımında yaşamın ilk altı ayında meydana gelen gelişimler engeller sonucu oluşan irrasyonel düşünceler ve bilinç dışı motivasyonların olduğu varsayımı üzerinde durulmaktadır. Buna rağmen Öyküsel Terapi'deki zihinsel yapılar (*öyküler*) ise bireyin çevresi ile girmiş olduğu olumlu ve olumsuz sosyal ilişkiler sonucunda oluşan yapılar olarak ifade edilmektedir. Özetle, her üç kuramında insan davranışları üzerinde irrasyonel yapıların etkili olduğunu konusunda ortak bir anlayış olduğu düşünülse de Öyküsel Terapi bu irrasyonel yapıların (*olumsuz ve yıkıcı öyküler*) bireyin sosyal ilişkilerinde yaşamış oldukları olumsuz deneyimlere bağlaması yönüyle diğer iki kuramdan farklılaşmaktadır.

### ***Ruhsal Rahatsızlıkların Nedenlerine ve Ruhsal Rahatsızlıkları Formüle Edişlerine Yönelik Bakış Açılarının Karşılaştırılması***

Bilişsel Davranışçı Terapi bireylerde meydana gelen ruhsal rahatsızlıkların temelini işlevsel olmayan düşüncelerin oluşumuna bağlamaktadır. Diğer bir ifade ile bireydeki işlevsel olmayan düşüncelerin onların duyguları ve davranışları üzerinde etkili olduğu savını öne sürmektedir (Beck, 1993; Beck ve Dozis, 2014). Hatta işlevsel olmayan bu yapıyı tanımlarken otomatik düşünceler, ara inançlar ve temel inançlar olmak üzere üç ayrı düzeyde bilişsel yapılar

tanımlamıştır (Türkçapar, 2018). Psikanalitik Terapi insanlarda meydana gelen ruhsal rahatsızlıklara, bilinç dışına itilmiş acı verici bastırılmış yaşantıların neden olduğu ifade etmekte ve aynı zamanda bu anılara eşlik eden duyguların bireylerin işlevsellikleri üzerinde olumsuz etkilerinin olduğunu söylemektedir. Öyküsel Terapi ise bireylerde oluşan ruhsal rahatsızlıkların temelini, bireyin çevresi ile girmiş olduğu ilişkilerindeki başarısız deneyimleri sonucunda oluşturduğu ve kesinliğine inandığı baskın ve olumsuz öykülerinden kaynakladığını öne sürmektedir (Admunson, 2001; Carr, 1998). Öyküsel Terapi ve Bilişsel Davranışçı Terapi yaklaşımlarının açıklamaları incelediğinde bireylerin ruhsal rahatsızlıkları üzerinde etkili olan olumsuz zihinsel yapıların varlığı konusunda benzer açıklamalarının bulunduğu ancak işlevsel olmayan düşünceleri ile baskın ve olumsuz öykülerin bireylerde oluşum süreçlerine yönelik bakış açılarının farklılaştığı görülmektedir. Diğer taraftan Öyküsel Terapi ve Psikanalitik Terapi yaklaşımının yukarıdaki açıklamalardan da anlaşılacağı üzere, bireylerde oluşan ruhsal rahatsızlıkların nedenleri konusunda birbirinden oldukça farklılaştıkları ortaya çıkmaktadır.

### ***Psikolojik Danışma Sürecindeki Temel Amaçlar Açısından Karşılaştırılması***

Psikolojik danışma sürecindeki temel amaçları açısından incelendiğinde Bilişsel Davranışçı Terapi' deki temel amaç bireylerin ruhsal sıkıntılarını neden olan işlevsel olmayan düşüncelerini fark etmesini ve bunları yeni ve işlevsel bilişsel yapılarla yer değiştirmesini sağlamaktır (Beck, 2013). Psikanalitik Terapi'nin danışma sürecindeki temel amacı ise bireylerin çatışma ve engellemelerini bilinç düzeyine çıkararak mantıklı düşünceler geliştirmesini sağlamak, kendisinde oluşmuş baskı unsurlarının (irrasyonel düşünce ve bilinç dışı oluşumlar) olumsuz etkilerini ortadan kaldırmak ve egoyu yeniden işlevsel olarak aktif hale getirmektir (Altıntaş ve Gültekin, 2005;Gençtan, 2002). Öyküsel Terapi yaklaşımının danışma sürecindeki temel amacı bireyin şimdiye oluşturmuş olduğu baskın öykülerinin farkına varmasını sağlamaya ve ilişkisel süreçlerini yeniden değerlendirmesine yardımcı olarak yeni ve işlevsel öyküler yazmasına destek olmaktır (Espton, 2008). Sonuç olarak, her üç kuramın danışma sürecindeki temel amaçlarına bakıldığında, bireylerdeki işlevsel olmayan ve ruhsal işlerliği bozan yapıların değiştirilmesi konusunda benzer amaçları olduğu değerlendirilebilir. Buna rağmen bu olumsuz yapıların bireyde oluşum süreci ve kaynağı, değiştirilme süreci ve aşamaları ile teknikleri her üç kuramda da farklılaştığı için danışmada amaçların belirlenmesi ve aşamalarının değiştiği dikkati çekmektedir.

### ***Psikolojik Danışman-Danışan İlişkisi, Psikolojik Danışmanın İşlevi ve Rollerini Açısından Karşılaştırılması***

Öyküsel Terapi yaklaşımında psikolojik danışman, danışana karşı sorun odaklı olmayan bir yaklaşım tarzı bulunmakta ve danışma sürecinde danışanın katı bir şekilde formülasyonu çıkartılmamaktadır (Işık Terzi ve Ergüner-Tekinalp, 2013; Payne, 2006). Aynı zamanda Öyküsel

Terapi' de danışman danışanın bir yardımcısı ve onu dinleyen arkadaşı konumundadır (White ve Epston, 1990). Bilişsel Davranışçı Terapi yaklaşımında ise bu ilişki hasta-terapist olarak şekillenmekte ve ilişki süreci tamamen sorun odaklı, sorunu ortadan kaldırmaya yönelik katı bir değerlendirme ve formülasyon süreci takip etmektedir (Beck, 2014; Beck ve Dozois, 2011). Psikanalitik Terapi yaklaşımındaki danışan-danışma ilişkisi ise hasta-analist şeklindedir (Gençtan, 2002). Psikanalitik Terapi yaklaşıma göre danışma almaya gelen bireylerin geçmişlerine ait bastırılmış yaşantıları olduğu ve bunların ancak bir psikanaliz yolu ile çözümleneceği inancı hakimdir. Üç kuram danışman-danışan ilişkisi açısından kıyaslandığında Bilişsel Davranışçı Terapi ve Psikanalitik Terapi yaklaşımlarının danışanları ruhsal sorun yaşayan hasta bireyler şeklinde değerlendirirken, Öyküsel Terapi yaklaşımında ise bireyler herhangi bir soruna sahip bireyler olarak değerlendirilmektedir. Diğer açıdan Öyküsel Terapi' de danışanın baskın öyküleri ortaya çıkarılıp yeni öyküler yazmasına destek olunurken içinde bulunduğu kültürel yapıyla birlikte değerlendirilmekte ve danışanın sorun yaşadığı fakat başarılı deneyimlerinin olduğu anların hatırlanması sağlanarak danışana umut aşılanmaktadır (Corey, 2008). Buna rağmen Psikanalitik Terapi ve Bilişsel Davranışçı Terapi' de danışma sırasından danışanın kültürel faktörleri çok fazla göz önüne alınmamakta, daha çok problemin ortadan kaldırılması ve yinelemenin önlenmesi esas alınmaktadır.

Psikolojik danışma sürecinde psikolojik danışmanın işlevi ve rolü açısından incelendiğinde öyküsel psikolojik danışman, danışan ile aktif ve katılımcı bir ilişki kurarak danışanın şimdiye kadar oluşturmuş olduğu baskın ve olumsuz öykülerinin farkına varması ve bunları yeniden işleyebilmesi için destek olmaktadır. Bilişsel Davranışçı Terapi' de ise psikolojik danışman, danışanın işlevsel olmayan düşüncelerinin ortaya çıkarılması ve değiştirmesi için danışana yardımcı olan bir öğreticidir (Beck, 2014). Diğer bir ifade ile Bilişsel Davranışçı Terapi yaklaşımında danışman öğretici ve otorite konumundadır. Psikanalitik Terapi yaklaşımında psikolojik danışman (psikanalist) danışanın getirmiş olduğu yaşantısı yorumlayan, çıkarımlarda bulunan ve danışanın çatışmalarının ortaya çıkarması konusunda ona yardımcı olan bir analist rolü üstlenmektedir (Corey, 2008). Her üç kuramda da psikolojik danışmanın işlevleri açısından benzerlikler (danışanın olumsuz yaşantılarını ortaya çıkmasını ve işlemesine destek olmak vb.) bulunmasına rağmen öyküsel terapist bu işlevi yerine getirirken daha çok danışanın sürece taşımış olduğu öznel ve kültürel yapısı doğrultusunda çalışmalar gerçekleştirmektedir (Epston, 2008). Psikanalitik Terapi ve Bilişsel Davranışçı Terapi yaklaşımını benimseyen psikolojik danışmanlar ise danışma süreçlerinde belirli kalıplarını temele alarak öğretici, didaktik ve psikolojik danışmanın fazlaca aktif olduğu bir rol üstlendikleri görülmektedir.

### ***Psikolojik Danışma Basamakları Açısından Karşılaştırılması***

Derleme kapsamında incelenen kuramlar, danışma basamakları açısından değerlendirildiğinde Öyküsel Terapi danışma sürecinin ilk basamağında ilgili, merak ve saygı temelli bir ilişki kurulmakta ve danışanın kendi öyküsünü anlatması konusunda fırsat sağlanmaktadır (Carr, 1998). Yine aynı şekilde Bilişsel Davranışçı Terapi'de başlangıç oturumunda danışanla ilişki kurma ve yaşadığı sorunun tanılanması için sıkı bir değerlendirme süreci gerçekleştirilmektedir (Türkçapar, 2018). Psikanalitik Terapi'nin başlangıç oturumu birinci evre olarak isimlendirilmekte ve bu oturumda danışan ile analist (*danışman*) arasındaki yabancıliğin giderilmesi, danışanın kendisini danışmanla özdeşim kurması amaçlanmaktadır (Gençtan, 2002). Yukarıda bilgilerden anlaşılacağı üzere üç kuramın da başlangıç oturumlarındaki süreçler birbirine benzemekte fakat Öyküsel Terapi'de danışmanın danışana tanı odaklı olmayan, daha insancıl bir yaklaşım sergilediği ifade edilebilir.

Öyküsel Terapi'deki danışma sürecinin diğer bir aşaması *sorunun dışsallaştırılması* aşamasıdır. Bu aşamada danışanın yaşamış olduğu sorunu benliğinin bir parçası olarak görmesinin önüne geçmek için sorunun dışsallaştırması çalışması yapılmaktadır. Bilişsel Davranışçı Terapi'de başlangıç oturumundan bir sonraki oturumunda danışanın vaka formülasyonu çıkartılmakta danışan ile belirli kısımları paylaşılmaktadır. Aynı zamanda danışana düşünce-duygu ve davranış üçlüsünün birbirini nasıl etkilediği, otomatik düşünce, ara inanç ve temel inanç kavramları öğretilerek Bilişsel Davranışçı Terapi'nin mantığı konusunda eğitilir ve aynı zamanda danışanın işlevselliğinin bozan irrasyonel düşünce kalıpları belirlenmeye çalışılır. Psikanalitik Terapi'nin ikinci evre olarak adlandırdığı basamağında, danışan geçmişte yaşamış olduğu ve bastırmış olduğu yaşantısını işlemesine fırsat sağlayacak tranferans nevrozu üzerine odaklanılmaktadır (Gençtan, 2002). Öyküsel Terapide baskın öyküyü ortaya çıkarma ve yeni öyküye odaklanma, Bilişsel Davranışçı Terapi'de işlevsel olmayan düşünceleri değiştirmek için bilişsel tedavi sağlama, Psikanalitik Terapi'de çocukluk döneminde bastırılmış bilinç dışı yaşantılara ulaşma ve bunları işleme gibi müdahale basamaklarının isimleri farklı olsa da aynı işleve hizmet ettiği görülmektedir. Bu benzerliklere rağmen danışma basamakları açısından asıl dikkati çeken farklılığın Öyküsel Terapi yaklaşımındaki tanık davet etme basamağı olduğu söylenebilir. Bu basmakta danışanın danışma sürecinde geliştirmiş olduğu yeni öykülerine destek olacak ve onay ihtiyacını giderecek çeşitli kişiler danışma oturumuna davet edilmektedir (Admunson, 2001). Öyküsel Terapi yaklaşımında birey içinde bulunduğu kültürel dinamiklerle ve öznel yaşantıları ile birlikte ele alınırken, Bilişsel Davranışçı ve Psikanalitik Terapi yaklaşımlarının bu yönde bir amaçlarının olmadığı dikkati çekmektedir. Çünkü bu yaklaşımların oturumları hangi oturumda hangi teknik ve yöntemin kullanılması gerektiği ve hatta nelerin söyleneceği dahi kuramsal olarak aşırı şekilde yapılandırılmış olduğundan, danışanın kültürel dinamiklerinin danışma yaklaşımlarının katı yapılandırılmış yapılarının gölgesinde kaldığı söylenebilir.

### **Kullanılan Teknikler Açısından Karşılaştırılması**

Psikolojik danışma sürecinde kullanılan teknikler açısından incelediği zaman her üç yaklaşımında bireylerde danışma sürecine gelmelerine sebep olan ve onların günlük hayattaki işlevselliğini bozan zihinsel yapıları değiştirmek için –*danışma yaklaşımlarında bu yapıların isimleri farklı olsa bile*- benzer teknikleri kullandıkları söylenebilir. Ancak kullanılan teknikler açısından ortaya çıkan temel farklılık Öyküsel Terapi'nin çok fazla yapılandırmış bir teknik silsilesi olmamasına rağmen (Epston, 2008), Bilişsel Davranışçı Terapi yaklaşımının her müdahale basamağı için kullanılacak teknikleri (*otomatik düşüncelerini belirleme ve değiştirme, ara inançlarını belirleme ve değiştirme, sokratik sorgulama, yönlendirilmiş keşif, terimleri inceleme vb.*) belirlenmiş olmasıdır. Diğer açıdan Bilişsel Davranışçı Terapi'nin tekniklerinde katı bir öğretici tutum bulunmaktadır (Türkçapar, 2018). Buna kanıt olarak Bilişsel Davranışçı Terapi danışma süreci boyunca danışana sürekli olarak danışana bilişsel hatalara düşmemesinin yollarını öğretmekte, ev ödevleri vermekte ve bunları her oturumun başında kontrol etmektedir. Psikanalitik Terapi'de kullanılan tekniklerde (*serbest çağrışım, yorumlama, rüya analizi, transferans*) ise danışman tarafından danışanın bilinç dışında bulunduğu varsayılan bastırılmış geçmiş yaşantılarının bilince çıkartmak ve bunları işlemek hedeflenmektedir. Başka bir ifade ile Psikanalitik Terapi yaklaşımında kullanılan teknikler daha çok analistin (*danışman*) güdümünde gerçekleştirilen ve danışanın bastırılmış olduğu yaşantıları analistin yakalamaya çalıştığı, danışanın pasif olarak yönlendirmeleri yerine getirdiği tekniklerdir (Corey, 2008; Gençtan, 2002). Üç kuramın danışma sürecinde kullandığı teknikleri yukarıdaki açıklamalar ışığında değerlendirildiğinde Öyküsel Terapi yaklaşımındaki baskın ve olumsuz öykünün değiştirilmesi ve yapının yıkılması tekniklerinin işlevi ile Bilişsel Davranışçı Terapi'deki otomatik düşüncelerin belirlenmesi ve değiştirilmesi, ara inançların belirlenmesi ve değiştirilmesi, düşüncelerin gerçekliğine odaklanma gibi tekniklerin işlevleri açısından büyük oranda benzerliklik gösterdiği söylenebilir. Ancak Öyküsel Terapi ile Psikanalitik Terapi kullandığı teknikler ve işlevleri açısından farklılaştığı görülmektedir. Son olarak kullanılan teknikler açısından ortaya çıkan diğer bir temel farklılık, Öyküsel Terapi yaklaşımının yansıtıcı takım çalışması ve tanık davet etme tekniği ile danışanın günlük hayattındaki ilişkili olduğu kişileri belirli zamanlarda danışma ortamına getirilmesi ile danışana sosyal destek vermelerinin sağlanmasıdır. Buna rağmen Bilişsel Davranışçı ve Psikanalitik Terapi yaklaşımlarında danışma sürecinde danışanın kültürel yapısı ve dinamikleri ile çok fazla ilgilenmemekte, daha çok danışma ortamına getirilmiş olan sorunların semptomlarını taramayı ve bunu danışma ortamından ortadan kaldırmayı amaçlayan teknikler kullanılmaktadır (Beck, 2014).

### **TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER**

Yukarıda açıklanan bilgiler ışığında postmodernist kuramlardan olan Öyküsel Terapi yaklaşımının, Bilişsel Davranışçı Terapi ve Psikanalitik Terapi yaklaşımlarına göre daha insancıl, bireyin özüne ve içinde bulunduğu kültürel yapıya önem verdiği söylenebilir. Diğer açıdan Öyküsel Terapi'nin sorunu bireylerden dışsallaştırarak danışma sürecini yürütmesi, diğer iki kuramın sorun odaklı bakış açısından farklı ve daha yapıcı ve işlevsel bir yaklaşımı olduğuna işaret etmektedir. Ayrıca Öyküsel Terapi bireyin danışma dışındaki sahip olduğu sosyal ilişkilerine değer vermekte ve danışma sırasında danışanın sosyal ilişkilerinde yaşamış olduğu başarısız deneyimleri işleyerek, onların yerine yeni ve olumlu deneyimleri yaşaması için danışanı cesaretlendirmektedir. Buna rağmen Bilişsel Davranışçı ve Psikanalitik Terapi danışma sürecinde sorun odaklı bir bakış açısına sahip olduğu için doğrudan danışanda semptom taraması yapmakta ve bunları ortadan kaldıracak çalışmalar yürütmeyi amaçlamakta ve danışanın sosyal ilişki örüntülerini danışma ortamında çok fazla taşımamaktadır. Bu durum ise danışanın danışma ortamına taşıdığı sorununa yönelik ulaştığı çözümü dış dünyaya ve ilişkilerine aktarılmasını zorlaştırmakta ve bireylerin danışma sonrasında yeni sorunlarla yüzleşmesine neden olabilen bir sürece itekyebilmektedir. Sonuç olarak; üç kuramın da danışma sürecindeki sonuç hedefleri (*Psikanalitik: Danışanın işlevselliğinin bozan bastırılmış yaşantıları işlemek, BDT: İrrasyonel düşüncelerini değiştirmek ve bilgiyi doğru işleme becerisi kazandırmak, Öyküsel Terapi: Baskın ve olumsuz öykülerin etkisinin azaltmak, yeni ve olumlu öyküler yazmasına fırsat sağlamak*) benzerlik gösterse de Öyküsel Terapi yaklaşımının Bilişsel Davranışçı Terapi ve Psikanalitik Terapi yaklaşımlarına göre bireyin potansiyeline daha çok güvenen ve danışma sırasında otorite figürü olmaktan kaçınan, bireyin sosyo-psikolojik gelişimine önem veren çok kültürlü bir bakış açısına sahip bir danışma kuramı olduğu ve ilişkilerin önemli olduğu toplulukçu kültürlerdeki bireyler açısından daha uygun bir danışma yaklaşımı olduğu söylenebilir.



## KAYNAKÇA

- Amundson, J. K. (2001). Why narrative therapy need not fear science and 'other' things. *Journal of Family Therapy*, 23 (2), 175-188. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00177>
- Altıntaş, E., & Gültekin, M. (2005). *Psikolojik danışma kuramları*. Aktüel Yayınları.
- Beck, A. T. (1993). Cognitive therapy: past, present, and future. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61 (2), 194-198. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.61.2.194>
- Beck, A. T., & Dozois, D. J. (2011). Cognitive therapy: current status and future directions. *Annual Review of Medicine*, 62, 397-409. <https://doi.org/10.1146/annurev-med-052209-100032>
- Beck, A. T., & Dozois, D. J. (2014). Cognitive theory and therapy: Past, present and future. Psychiatry: Past, present, and prospect. *Annual Review of Medicine*, 62, 366-382.
- Beck, J. S. (2014). *Bilişsel davranışçı terapi: Temelleri ve ötesi*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Besley, A. C. T. (2002). Foucault and the turn to narrative therapy. *British Journal of Guidance & Counselling*, 30 (2), 125-143. <https://doi.org/10.1080/03069880220128010>
- Carr, A. (1998). Michael White's narrative therapy. *Contemporary Family Therapy*, 20 (4), 485-503. <https://doi.org/10.1023/A:1021680116584>
- Combs, G., & Freedman, J. (2012). Narrative, poststructuralism, and social justice: Current practices in narrative therapy. *The Counseling Psychologist*, 40(7), 1033-1060. <https://doi.org/10.1177/0011000012460662>
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuram ve uygulamaları* (Ergene, T, Çev.). Mentis Yayıncılık.
- Çelik, H. (2017). Psikoterapide yeni soluk: Öyküsel terapi. *e-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 34-50.
- Doan, R. E. (1998). The king is dead; long live the king: Narrative therapy and practicing what we preach. *Family Process*, 37 (3), 379-385. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1998.00379.x>
- Epston, D. (2008). *Down under and up over: Travels with narrative therapy*. AFT Publishing.
- Gençtan, E. (2002). *Psikanalitik ve sonrası*. Metis Yayınları.
- Gonçalves, M, Santos, A., Matos, M., & Salvatore, S. (2009). Innovative moments and change pathways: A good outcome case of narrative therapy. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 82 (4), 449-466. <https://doi.org/10.1348/147608309X462442>
- Işık Terzi, Ş., & Ergüner Tekinalp, B. (2013). *Psikolojik danışmada güncel kuramlar*. Pegem Yayıncılık.
- İlgar, S. C., & İlgar, M. Z. (2018). Öyküsel terapi ve psikolojik danışmada kullanımı. *Electronic Turkish Studies*, 13 (19), 939-954. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.13969>
- Kararımak, Ö., & Bugay, A. (2016). Postmodern diyalog: Öyküsel psikolojik danışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (33), 24-36.
- Kropf, N. P., & Tandy, C. (1998). Narrative therapy with older clients: The use of a "meaning-making" approach. *Clinical Gerontologist*, 18 (4), 3-16. [https://doi.org/10.1300/J018v18n04\\_02](https://doi.org/10.1300/J018v18n04_02)
- Murdock, N. L. (2012). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları*. (F. Akkoyun, Çev. Edt.). Nobel Yayınevi.
- Payne, M. (2006). *Narrative therapy*. Sage Publication.
- Phillips, L. (2017). A narrative therapy approach to dealing with chronic pain. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 1, 21-30.



- Semmler, P. L., & Williams, C. B. (2000). Narrative therapy: A storied context for multicultural counseling. *Journal of Multicultural Counseling and Development, 28* (1), 51-62. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1912.2000.tb00227.x>
- Shapiro, J., & Ross, V. (2002). Applications of narrative theory and therapy to the practice of family medicine. *Family Medicine, 34* (2), 96-100.
- Sween, E. (1998). The one-minute question: What is narrative therapy. *International Journal of Narrative Therapy and Community Work, 2*, 3-6.
- Türkçapar, M. H. (2018). *Bilişsel davranışçı terapi temel ilkeler ve uygulama*. Epsilon Yayınevi.
- Wallis, J., Burns, J., & Capdevila, R. (2011). What is narrative therapy and what is it not? The usefulness of Q methodology to explore accounts of White and Epston's (1990) approach to narrative therapy. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 18*(6), 486-497. <https://doi.org/10.1002/cpp.723>
- Weber, M., Davis, K., & McPhie, L. (2006). Narrative therapy, eating disorders and groups: Enhancing outcomes in rural NSW. *Australian Social Work, 59* (4), 391-405.
- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. WW Norton & Company.
- Vollmer, F. (2000). Personality psychology and postmodernism. *Journal of Research in Personality, 34*, 498- 508. <https://doi.org/10.1006/jrpe.2000.2290>
- Vromans, L. P., & Schweitzer, R. D. (2011). Narrative therapy for adults with major depressive disorder: Improved symptom and interpersonal outcomes. *Psychotherapy Research, 21*, 4-15. <https://doi.org/10.1080/10503301003591792>

## EXTENDED ABSTRACT

### Introduction

Recently, various theories and approaches, which are described as post-modern approaches, have begun to be used in the field of psychological counseling as well as classical theories (Vollmer, 2000). One of these approaches is the Narrative Therapy approach (Işık Terzi & Ergüner-Tekinalp, 2013; Shapiro & Ross, 2002). This approach was put forward with the publication of the book titled "*Narrative Means to Therapeutic Ends*" published by the theorists White and Epston in 1990 (İlgar and İlgar, 2018). The Narrative Therapy approach is an approach created by White and Epston in the 1980s, influenced by social constructivism and postmodernism theories. This approach emerged as a reaction to the attitudes of classical theories that ignore the social relations and subjective experiences of the individual (Admison, 2001; Payne, 2006). The Narrative Therapy approach argues that all developmental areas of the individual are formed by interaction in social environments, and therefore they state that the individual's psychological processes cannot be evaluated independently of the social structure (Besley, 2002). Because of this point of view, this therapy approach takes into account the cultural and social processes of the individual and is a counseling approach that states that the individual creates various stories about his life during this interaction and that these stories direct the lives of individuals (Sween, 1998; Corey, 2008; Weber, Davis & McPhile, 2006).

This study, it is aimed to reveal the main differences between modernist and post-modernist theories by comparing them with the Narrative Therapy approach, which is briefly mentioned above, with the Cognitive Behavioral Therapy and Psychoanalysis Therapy approaches. For this purpose, primarily the philosophical foundations of the Narrative Therapy approach, its basic concepts, and the psychological counseling process are explained. In the next stage, the Narrative Therapy approach, and Cognitive Behavioral Therapy, and Psychoanalysis Therapy approaches were compared and discussed in terms of their philosophical foundations, basic concepts, psychological counseling process, and techniques used.

### Narrative Therapy Approach and Theoretical Foundations

The Narrative Therapy approach is a post-modern therapy approach developed by White and Espton (1980) that emerged as a reaction to the classical theories that do not consider the social relations of individuals. This approach has been developed by being influenced by the philosophy of postmodernism and social constructivism (Kararımak & Bugay, 2016; Sween, 1998). These two approaches state that only observable behaviors of individuals cannot be correct, and that it is a big mistake to think and ignore social dynamics in the developmental process of the individual (White & Espton, 1990). For this reason, the Narrative Therapy approach

is a counseling theory that considers and evaluates individuals with their cultural structure (Admunson, 2001; Selmer & Williams, 2000).

According to the Narrative Therapy approach, individuals create various stories that enable them to make sense of their environment based on the relationships they have lived (Corey, 2008; Vromans & Schweitzer, 2012). These stories are mental metaphors that enable individuals to give specific reactions to certain events and their past life experiences (Carr, 1998; Phillips, 2017). However, some of these stories are negative and some are overly dominant (White & Epston, 1990). Narrative therapy is an approach that aims to support individuals to rewrite their stories about their lives and change the negative stories they have created about their lives. For this reason, White and Epston (1990) consider the starting point for individuals to write new stories as the destruction of existing accepted narrative structures. The concept of demolition of the structure is to reveal and process mental discourses that put the individual in difficulties and render the individual's spiritual dynamics dysfunctional, and to replace these negative structures with new ones (Carr, 1998; Sween, 1998).

Narrative Therapy is an approach that aims to support individuals to rewrite their stories about their lives and changing the negative stories they have created about their lives. For this reason, White and Epston (1990) consider the starting point for individuals to write new stories as the destruction of existing accepted narrative structures. The concept of demolition of the structure is to reveal and process mental discourses that put the individual in difficulties and render the individual's spiritual dynamics dysfunctional, and to replace these negative structures with new ones (Carr, 1998; Sween, 1998).

### **Discussion & Conclusion**

When viewed in the light of the information explained above, it can be said that the Narrative Therapy approach, which is one of the postmodernist theories, is more humane than the Cognitive Behavioral Therapy and Psychoanalytic Therapy approaches, and gives importance to the essence of the individual and the cultural structure in which he lives. On the other hand, the fact that Narrative Therapy externalizes the problem from the individual and conducts the counseling process indicates that it has a more constructive and functional approach, different from the problem-oriented perspective of the other two theories. In addition, Narrative Therapy values the social relations of the individual outside of counseling and encourages the client to experience new and positive experiences instead of by processing the unsuccessful experiences of the client during the counseling. On the other hand, since Cognitive Behavioral Therapy and Psychoanalysis Therapy have a problem-oriented perspective in the counseling process, they directly screen the client for symptoms and aim to carry out studies to eliminate them, and do not carry the client's social relationship patterns too much in the counseling environment. As a result,

the similarity of the outcome goals of the three theories in the counseling process (Psychoanalysis: Processing repressed experiences that impair the client's functionality, CBT: Changing irrational thoughts and gaining the ability to process information correctly, Narrative Therapy: Reducing the effect of dominant and negative stories, providing an opportunity to write new and positive stories) can be said to show. In addition, The Narrative Therapy approach is an approach that is far from being problem-focused according to the other two theories, and a therapist is an approach in which the therapist helps individuals create functional stories about their lives. In short, it can be said that Narrative Therapy is a counseling approach that is more humane and culturally sensitive than the other two approaches, and gives importance to the socio-psychological development of the clients.

# Ergenlerde Çevrimiçi ve Yüz Yüze Kendini Açma

## Online and Face-to-Face Self-Disclosure in Adolescents

M. Hülya ÜNAL-KARAGÜVEN [1] Emine KAMAK [2]

Başvuru Tarihi: 02 Ekim 2022

ÖZ

Kabul Tarihi: 12 Şubat 2023

Ergenin genel psikolojik gelişiminde yakın ilişki önemli bir rol oynar. Kendini açma, yakın ilişkinin gelişmesi açısından gereklidir. Diğer taraftan psikolojik danışma sürecinin verimini etkileyen en önemli faktörlerden biri danışanın kendini açmamasıdır. Çeşitli nedenlerden dolayı ergenler kendini açmakta zorluk yaşayabilirler. Bu çalışmanın amacı ergenlerin çevrimiçi ve yüz yüze kendini açma düzeylerini demografik özellikler, kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinimi açısından incelemektir. Örneklem grubu İstanbul Çekmeköy Anadolu lisesinde öğrenim görmekte olan 165'i kız, 141'i erkek olmak üzere toplam 306 lise son sınıf öğrencisinden oluşmuştur. Katılımcılara, "Kendini Açma Ölçeğinin" hem çevrimiçi hem de yüz yüze formları ile birlikte "Kişiler Arası Güven Ölçeği", "Utangaçlık Ölçeği" "Sosyal İlişki Gereksinimi Ölçeği" ve "Kişisel Bilgi Formu" yüz yüze uygulanmıştır. Sonuçta, ergenlerin yüz yüze kendini açmayı daha fazla tercih ettiği görülmüştür. Kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinimi düzeylerine göre kendini açma düzeylerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendini açma, güven ve sosyal ilişki ihtiyacı ile pozitif, utangaçlık ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Utangaçlık hem yüz yüze hem de çevrimiçi kendini açmayı, kişiler arası güven ise yüz yüze kendini açmayı anlamlı şekilde yordamaktadır. Daha büyük gruplar ile benzer çalışmaların yapılması önerilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** *ergen, kendini açma, kişiler arası güven, utangaçlık, sosyal ilişki gereksinimi*

Received Date: October 02, 2022

ABSTRACT

Accepted Date: February 12, 2023

Close relationship plays an important role in the general psychological development of the adolescent. Self-disclosure is essential for the development of a close relationship. On the other hand, one of the most important factors affecting the efficiency of the counseling process is the client's inability to self-disclosure. For a variety of reasons, adolescents may have difficulties in self-disclosure. The aim of this study is to examine adolescents' online and face-to-face self-disclosure levels in terms of demographic characteristics, interpersonal trust, shyness, and need for relatedness. Sample consisted of a total of 306 high school seniors, 165 girls and 141 boys from Istanbul Çekmeköy Anatolian High School. Both the online and face-to-face forms of the "Self-Disclosure Scale", as well as the "Interpersonal Trust Scale", "Shyness Scale", "Need for Relatedness Scale" and "Questionnaire Form" were applied face-to-face to the participants. As a result, it was observed that adolescents preferred self-disclosure more in face-to-face communication. Significant differences were found in self-disclosure levels according to interpersonal trust, shyness and need for relatedness. Both online and face-to-face self-disclosure were positively related with the interpersonal trust and need for relatedness and negatively related with shyness. Shyness significantly predicts both face-to-face and online self-disclosure, and trust significantly predicts only face-to-face self-disclosure. Similar studies with larger groups are suggested.

**Keywords:** *adolescent, self-disclosure, interpersonal trust, shyness, need for relatedness*

**Atf Cite** Ünal-Karagüven, M. H., & Kamak, E. (2023). Ergenlerde çevrimiçi ve yüz yüze kendini açma. *Humanistic Perspective*, 5 (1), 724-749. <https://doi.org/10.47793/hp.1183205>

\* Bu makale ikinci yazarın birinci yazar danışmanlığında yürüttüğü yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

## GİRİŞ

**E**rgenlik, çocukluk döneminden, genç yetişkinler olarak özerkliğe ve bağımsızlığa geçişin gerçekleştiği, belirgin psikososyal (Vijayakumar ve Pfeifer, 2019) duygusal ve davranışsal değişimlerin olduğu bir dönemdir (Krcmar vd., 2015). Bu dönemdeki yakın ilişki, ergenin genel psikolojik gelişiminde önemli rol oynarken aynı zamanda yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde yakın ve anlamlı ilişkiler kurabilmeleri için büyük önem taşır (Krcmar vd., 2015). Birçok çalışmada yakın ilişkinin gelişmesinde en önemli faktör olarak, kendini açmanın rolü vurgulanmıştır (Matsushima ve Shiomi, 2002). Kendini açmanın ergenlik döneminde önemli gelişimsel yapı taşlarına ulaşmayı kolaylaştıran, temel bir kişiler arası süreç olduğu ifade edilmiştir (Vijayakumar ve Pfeifer, 2019). Kişiler arası süreçler, insanların kişisel amaçlarına ulaşabilmeleri için yüz yüze yapılan psiko-sosyal bir ilişki olarak görülen psikolojik danışma ve psikoterapi (Myrick, 2003; Cormier ve Hackney, 2008) açısından da önemlidir. Tan ve Baloğlu (2013, s.20) tarafından psikolojik danışma “danışan ile danışman arasında problemin çözümüne yönelik olarak yüz yüze gerçekleşen bir yardım faaliyeti” olarak tanımlanmıştır. Bu tanımdan anlaşılacağı gibi psikolojik danışma yüz yüze gerçekleşen kişiler arası bir süreçtir ve danışanın bu süreçte kendini açması beklenir. Diğer yünden, teknolojinin insan hayatında daha çok yer almasıyla hissedilen ihtiyaçtan dolayı ortaya çıkan çevrimiçi psikolojik danışma oldukça yeni bir yardım çeşididir. Çevrimiçi psikolojik danışma; uzmanların danışanlarıyla bağlantı kurmak için internetten yararlandıkları psikoterapötik bir müdahale biçimidir (Rochler vd., 2004). Amerikan Psikoloji Derneği’ne (2023) göre psikoterapi sürecinde kendini açma; kişinin kendisiyle ilgili kişisel veya özel bilgileri diğer insanlara ifşa etme eylemi olarak tanımlanmaktadır. Çevrimiçi psikolojik danışmada, danışan ve bu hizmeti veren psikolojik danışman arasında kurulan terapötik ilişki ve bu ilişkide uygulanan müdahaleler ve stratejiler bilgisayar kaynaklı iletişim teknolojilerinin bulunduğu ortamda gerçekleşmektedir (Barak ve Grohol, 2011; Richards ve Viganò, 2012). Temel koşulun gizlilik olduğu, karşılıklı güvene dayanan psikolojik danışma süreci, danışanın kendini açtığı ve problemlerinin derinliklerine inilerek yaşanan problemin çözülebilir hale getirildiği bir süreçtir. Bu süreçte danışanın kendini açması kolaylaştırıcı bir faktör olarak kabul edilir (Çetinkaya, 2019). Sonuç olarak, hem yüz yüze hem de çevrimiçi psikolojik danışma süreçlerinde kendini açmanın önemli olduğu görülmektedir. Kendini açma konusunda yaşanan sıkıntıların nedeni ergenlik dönemine kadar gidebilir. Ergenlerde daha fazla uyum sorunu yaşandığı için (Chen, 2018) bu dönemde kendini açma önemli bir konudur. Uyum sorunlarının çözümü amacıyla gerçekleştirilen danışma sürecinin verimini artırmak açısından ergenin kendini açması beklenir. Bu durumda kendini açma hem ergenlerin sağlıklı gelişimi, hem de verimli bir danışma süreci açısından önemli ve araştırılması gereken bir konudur. Bugüne kadar konu ile ilgili çok sayıda çalışma yapılmış olmasına rağmen (Aker, 1996; Arslan, 2018; Boyraz, 2019; Çakır, 1994; Çetinkaya, 2005;

Gökalan, 2000; Mısır, 2017; Schouten, 2007; Sheldon, 2010; Tait ve Jeske, 2015) konunun önemi ve çevrimiçi iletişim gibi olanaklar, kendini açma konusunun daha fazla incelenmesini zorunlu kılmıştır. Ulaşılan bulgular ergenlere verilen rehberlik hizmetlerinin verimini artırmak açısından alanda çalışan uzmanlara yardımcı olabilir.

Kişiliğin bir boyutu olarak kendini açma, bireyin başkalarıyla iletişim kurarken kendisi hakkında kişisel ve özel bilgileri ortaya çıkarma ölçüsünü ifade eder (West ve Zingle, 1969). Yaygın bir kendini açma örneği, isim sorma/söyleme ile başlayıp kişisel bilgilerin paylaşımı ile devam eden bir konuşmayı başlatmaktır. Kendilerini açma yoluyla bireyler kendi düşüncelerini başkalarına açıklar (Dai vd., 2015). Kendini açmada belirgin ipucu birinci tekil şahıs kullanımıdır. Örneğin, “Benim adım” veya “...’da yaşıyorum” gibi tabirler kişisel bilgileri içeren cümlelerdir. Birinci tekil şahıs eksikliği o konuşmada kendini açma davranışının hiç olmadığını gösterir. Ancak vd.’ye (2005) göre bir cümlenin kendini açma olarak adlandırılması için, kişinin hayatı hakkında herkes tarafından ya da rutin olarak bilinen bilgilerin üzerinde bir şey söylemesi gerekir. Bu durum hem yüz yüze hem de çevrimiçi kendi açma için düşünülebilir.

Son yıllarda bilgisayar teknolojisinin gelişmesi; çevrimiçi kendini açmayı mümkün hale getirmiş, pandemi gibi nedenler çevrimiçi iletişimin önemini artırmıştır. Dolayısıyla kendini açma; hem yüz yüze hem de çevrimiçi ilişkilerin geliştirilmesi ve sürdürülmesi için gerekli olan bir iletişim becerisi olarak görülmektedir (Bucholtz, 2013). Yüz yüze kendini açma, günümüze kadar insanlar arasında ilişki kurmanın doğal bir yolu olmakla birlikte çevrimiçi kendini açma ile beraber yeniden tanımlanması gerekmiştir. Wang (2004) yüz yüze kendini açmayı, özel, samimi veya riskli kişisel bilgileri, deneyimleri, düşünceleri ve duyguları aracı kanallar kullanmadan ortaya çıkaran sözel mesajların kodlanması olarak tanımlamıştır. Bu bağlamda yüz yüze kendini açma; yüz yüze ortamlarda düşünce, duygu ve deneyimlerin paylaşılmasıdır (Valkenburg ve Peter, 2011; Valkenburg vd., 2010). Çevrimiçi kendini açma ise Wang (2004) tarafından; özel, samimi veya riskli kişisel bilgileri, deneyimleri, düşünceleri ve duyguları internet yoluyla diğerlerine ileten, metin mesajları ve ifadeler olarak tanımlanmıştır.

Çevrimiçi veya yüz yüze kendini açmayı tercih etme konusunda değişik faktörlerin etkisi olduğu görülmektedir. Desjarlais ve arkadaşları (2015) kişinin ve partnerin cinsiyeti, partnerin bilgilendirme davranışı, arkadaşlık kalitesi, sosyal beceriler ve duygusal destek gibi faktörlerin etkili olabildiğini ifade etmişlerdir. Ergenler arasındaki sosyal etkileşim büyük ölçüde yüz yüze iletişimden çevrimiçi iletişime geçmiştir (Schouten, 2007). Bonetti ve arkadaşlarının (2010) yaptığı çalışma, ergenlerde internet yoluyla sosyal etkileşimin, kendini açma ve kimlik keşfi gibi ergenlik döneminin kritik ihtiyaçlarını karşılamalarına izin verdiğini göstermiştir. Bu durumda yüz yüze kendini açma kadar çevrimiçi kendini açma düzeyi de araştırılması gereken önemli bir konudur.



İnsanların kendini açmaları yani kendileri ile ilgili özel bilgileri açma veya gizli tutma dengesini düzenleme şekli çeşitli faktörlerden etkilenebilir. Bu faktörler; durumun algılanması, kendini açmanın riskleri ve ödülleri, bireysel hedefleri, iletişimin içeriği, izleyicinin ve açıklama yapanların bireysel özellikleri, kültürel arka plan, cinsiyet ve kişilik özellikleri şeklinde sıralanmaktadır (Bazarova, 2015). Alanyazında bu konuda çok sayıda çalışma olduğu görülmektedir (Aker, 1996; Arslan, 2018; Çakır, 1994; Ekebaş, 1994). Bunlar içinde örneğin, demografik faktörlerin kendini açma düzeyine etkisi pek çok çalışmaya konu olmuştur. Cinsiyet farklılığı bunlardan biridir (Beydoğan, 1995; DeForest ve Stone, 1980; Dindia ve Allen, 1992; Ekebaş 1994; Jourard, 1971; Nur-Şahin, 2011; Rivenbark, 1971; Sermat ve Smyth, 1973). Cinsiyet faktörünün yanında kardeş sayısı (Nur-Şahin, 2011), ebeveyn eğitim düzeyi (Boyraz, 2019; Çakır, 1994; Çetinkaya, 2005; Gökalan, 2000) ve doğum sırası (Dimond ve Hellkamp, 1969; Dimond ve Munz, 1967) gibi demografik özellikler de yaygın olarak incelenmiştir. Bu çalışmada demografik özelliklerin yanında ilişkilerde kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksimi düzeyleri de kendini açma ile ilgili olarak incelenmiştir.

Kendini açmanın tanımında kastedilen; kendisi ile ilgili özel bilgileri tanışılan herkese açmak değil, sadece güven duyulan kişilere açmaktır. Kişiler arası güven, kendini açma açısından önemli bir faktör olarak görülmüş ve çalışmalarda birlikte incelenmiştir (Wheless ve Grotz, 1977; Bucholtz, 2013). Seamon (2003) ergenlerin sıradan bir tanıdıktan ziyade iyi bir arkadaşta kendilerini daha çok açtıklarını ifade etmiştir. Kendini açma, daha yakın ilişkilere yol açan bir güveni inşa eder. Bir kişi başka bir kişiye kendisini açarak bir risk aldığı anda, alıcı kendisini güvenilmiş hisseder. Buna karşılık olarak alıcının da kendisini açması daha olasıdır. Karşıdaki kişiye güven ve güvenilir kişi olma, iki kişinin birbirlerine olumlu tepkiler vermesiyle gelişir ve bu durum ilişkiyi sürekli olarak güçlendirir (Bruss ve Hill, 2010). Kişiler arası güven; ilişkilerde korku, çekinme ve kuşku duymadan, karşıdaki kişiye inanma ve bağlanma duygusu olarak tanımlanmaktadır ([www.tdk.gov.tr](http://www.tdk.gov.tr)). Karşısındakine güven duyan kişi kendini daha da açar ve böylece derin ve yakın bir ilişki ortamı oluşur (Cüceloğlu, 2012). Bir kişi kendisi hakkında önemli şeyleri birisine söylerse, diğeri bunu karşı tarafa zarar vermek için kullanabilir ya da kendini açmaya karşılık vererek ilişkinin geliştirilmesini mümkün kılabilir. Diğeri kişi güvenen kişiye karşı zarar verici davranış sergilemezse güvenilirliğini kanıtlamış olur (Barnett vd., 1974). Ayrıca, yüz yüze iletişimde kişiler arası güven daha kolay oluştuğu için kendini açma düzeyinin daha fazla olduğu düşünülmektedir. Wray-Lake ve Flanagan (2012) yaptıkları çalışmada, insanların genel olarak güvenilir olduğuna dair inancın belirginleşmesinin ergenlik döneminde oluştuğunu ortaya koymuşlardır. Aynı zamanda ergenlik yıllarında ebeveynlik uygulamalarıyla potansiyel olarak değiştirilebileceğini saptamışlardır. Ergenler başlangıçta güvenilir olduğuna inandırıldıkları bir kişiye, güvenilir olmadığına inandıkları veya güvenilirliği hakkında hiçbir şey bilmedikleri bir kişiye göre daha fazla güvenirliler (Lee vd., 2016). Öte yandan Leavey vd.'nin

(2011) belirttiğine göre gençler duygusal zorluklarla ilgili olarak yetişkinlere güvenme eğiliminde değillerdir. Bu durumda ergenlerde kişiler arası güveni kendini açma davranışı ile ilgili olarak incelemek önemli görünmektedir. Bu çalışmada kişiler arası güven yanında utangaçlık da hem yüz yüze hem çevrimiçi kendini açma ile ilişkili olarak incelenmiştir.

Utangaçlık, rahatsızlık ve diğerlerinin varlığından çekinme olarak tanımlanabilir (Jones vd., 1986). Diğer insanlarla tanışmak ve başkalarının karşısında kendini rahatsız hissetmek konusunda güven eksikliği olarak karşımıza çıkar (Bian ve Leung, 2014). Bu bağlamda utangaç kişilerin diğerleriyle iletişim kurmakta ve dolayısıyla kendilerini açmakta problem yaşadığı görülmektedir. Utangaçlık düzeyi yüksek olan bireyler, diğer katılımcılar tarafından görsel ve sesli ipuçları aldıkları ve bununla yüzleşmek zorunda kaldıkları yüz yüze iletişime oranla, çevrimiçi iletişimde daha az korku ve endişe hissetmektedirler (Hammick ve Lee, 2014). Ergenlik döneminde fiziksel ve psikolojik değişiklikler yanında kendiliğin hızlı gelişimi bireysel utangaçlığın yoğunlaşmasına yol açabilir. Dolayısı ile bu durum akademik başarı, duygu, davranış ve kişiler arası etkileşim dahil olmak üzere ergenlerin yaşamlarının birçok alanında problem yaşanmasına neden olabilir (YingMin vd., 2014). Bu güne kadar yapılan çalışmalar, utangaçlığın hem yüz yüze hem de çevrimiçi ortamlarda bireylerin kendini açma düzeyini etkilediğini göstermiştir (Mısır, 2017). Dolayısıyla bu çalışmada da utangaçlık düzeyini incelemenin uygun olduğu düşünülmüştür.

Kendini açma bireysel bir süreç olsa da sosyal faktörlerden etkilenir (Chen vd., 2016). Sosyal ilişkinin aidiyet gereksinimi ile kendini açmayı desteklediği tespit edilmiştir (Davis, 2012). Kendini açma, kişiye başkalarından sosyal destek alma fırsatı da sağlar (Greene ve Magsamen-Conrad, 2010). Bak vd.'ye (2014) göre kendini başkalarına tanıtma eylemi olarak tanımlanan kendini açma, aslında kişiler arası ilişkileri güçlendiren ve sosyal desteği arttıran önemli bir sosyal davranıştır. Sosyal ilişki gereksinimi kendini açmayı etkileyebilir. Çünkü, sosyal ilişki gereksinimi, sosyal çevrede başkalarıyla güvenli ve tatmin edici bağlantılar geliştirmeyi içerir (Deci vd., 1991). Bu gereksinim karşılandığında, kişi güvenli bir kişiler arası temele sahip olduğunu hisseder ve karşısındaki kişiye rahatlıkla kendini açabilir (Chang vd., 2015). Diğer yönden, ergenlik, özerklik ve ilişkililik dinamiklerinin özel önem kazandığı bir dönemdir (Kağıtçıbaşı, 2005). Ergenlik döneminde bireylerin, artan bir özerklik, sosyal ilişki ve yeterlik ihtiyacı bulunmaktadır (Tian vd., 2013). Öz belirleme teorisine göre, ergenler kendi imajlarını korumak ve başkaları tarafından tanınmak ve takdir edilmek için yeteneklerini ve becerilerini sergilemeye isteklidirler (Liu vd., 2016). Bu durum çevrimiçi iletişim için de düşünülebilir. Çevrimiçi ortamda kendini açma yoluyla, ergenler daha fazla sosyal ilişki memnuniyetini elde ederler (Liu vd.,2016). Görüldüğü gibi sosyal ilişki gereksinimi hem yüz yüze hem de çevrimiçi iletişim aracılığıyla karşılanabilmektedir. Ergenlerin arkadaşları ile

bağlantıda olmalarının sosyal ilişki gereksinimini karşıladığı düşünülebilir. Alanyazın incelendiğinde sosyal ilişki gereksinimi konusunda yapılan çalışmaların oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Bu çalışmada ergenlerde sosyal ilişki gereksinimi hem yüz yüze hem çevrimiçi kendini açma ile ilişkili olarak incelenmiştir.

Kendini açma verimli bir psikolojik danışma süreci açısından önemlidir. Aksi durumda, kendini açamama psikolojik danışma sürecini zorlaştırır ve psikolojik danışmayı sürdürmek olanaksızlaşır. Ergenler ile yapılan psikolojik danışma görüşmelerinin verimini artırmak için kendini açma konusunda ergenlerle daha fazla çalışma yapılmalıdır. Bu konuda yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçlar alanda çalışanlara yardımcı olarak psikolojik danışma sürecinin verimini artırabilir ve alanyazına katkı sağlayabilir. Bu çalışmanın amacı ergenlerin çevrimiçi ve yüz yüze kendini açma düzeylerini demografik özellikler, kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinimi açısından incelemektir.

1. Ergenlerin çevrimiçi ve yüz yüze kendini açma düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. Ergenlerin çevrimiçi ve yüz yüze kendini açma düzeyleri demografik faktörlere, kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinimi düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
3. Ergenlerin kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinim düzeyleri ile yüz yüze ve çevrimiçi kendini açma düzeyleri arasında anlamlı ilişki var mıdır?
4. Ergenlerin kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinim düzeyleri çevrimiçi kendini açma düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?
5. Ergenlerin kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinim düzeyleri yüz yüze kendini açma düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

## YÖNTEM

### Araştırma Modeli

Araştırma nicel ve betimsel bir çalışmadır. Yaygın olarak kullanılan ilişki tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını belirlemeyi amaçlar. Bu modelde, değişkenlerin birlikte değişip değişmediği; değişme varsa bunun nasıl olduğu saptanmaya çalışılır (Karasar, 2011). Bilimsel çalışmada olay ya da durum bazı değişkenlere göre incelenerek, bu değişkenler ile arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı bu model ile araştırılır (Karasar, 2011). Özetle, bu tarama modelinde ele alınan konu, mevcut durumda ya da geçmişte, müdahale edilmeden olduğu haliyle gözlemlenerek incelenir.

## Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini İstanbul ili, Çekmeköy ilçesinde Anadolu liselerinde okumakta olan öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklem grubunu 2020-2021 döneminde İstanbul-Çekmeköy Anadolu Lisesinde okumakta olan son sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Çalışmaya 165 kız, 141 erkek olmak üzere toplam 306 lise son sınıf öğrencisi katılmıştır. Bu sayı, okuldaki son sınıf öğrencilerinin tamamına yakındır. Katılımcıların çalışmaya uygunluğu ve ulaşılabilirliği nedeniyle uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır (Creswell, 2017). Cohen vd.'nin (2018) örneklem büyüklüğü tablosuna bakılmış ve örneklem büyüklüğü 306 olarak belirlenmiştir. Aşağıdaki Tablo 1'de araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, kardeş sayısı, doğum sırası, anne-baba eğitimi, birliktelik ve çalışma durumları, internet kullanım süresi değişkenlerine ait frekans dağılımları ve yüzde değerleri verilmiştir.

**Tablo 1**

*Çalışma grubunun özelliklerine ait frekans ve yüzde değerleri*

Bağımsız Değişkenler	n	%	Bağımsız Değişkenler	n	%
<b>Cinsiyet</b>			<b>Baba Eğitim</b>		
Kadın	165	53.90	Okuryazar değil	4	1.30
Erkek	141	46.10	Okuryazar	3	1.00
<b>Kardeş Sayısı</b>			İlkokul	83	27.10
Tek Çocuk	13	4.20	Ortaokul	74	24.20
2 Çocuk	139	45.40	Lise	95	31.00
3 Çocuk	102	33.30	Üniversite	42	13.70
4 Çocuk	27	8.80	YL/Doktora	5	1.60
5 Çocuk	15	4.90	<b>Birliktelik</b>		
6 Çocuk	4	1.30	Evli	282	92.20
7 ve üst	6	2.00	Boşanmış	24	7.80
<b>Doğum Sırası</b>			<b>Anne Çalışma</b>		
1	150	49.00	Çalışmıyor	227	74.20
2	97	31.70	Emekli	20	6.50
3	37	12.10	Memur	9	2.90
4	10	3.30	İşçi	20	6.50
5	8	2.60	Serbest Meslek	30	9.80
6	1	0.30	<b>Baba Çalışma</b>		
7 ve üst	3	1.00	Çalışmıyor	12	3.90
<b>Anne Eğitim</b>			Emekli	27	8.80
Okuryazar değil	9	2.90	Memur	35	11.40
Okuryazar	9	2.90	İşçi	98	32.00
İlkokul	120	39.20	Serbest Meslek	134	43.80
Ortaokul	60	19.60	<b>İnternet</b>		
Lise	84	27.50	0-1 saat	16	5.20
Üniversite	23	7.50	1-2 saat	63	20.60
YL/Doktora	1	0.30	2-3 saat	96	31.40
<b>Toplam</b>	<b>306</b>	<b>100</b>	3 ve üzeri	131	42.80
			<b>Toplam</b>	<b>306</b>	<b>100</b>

### Veri Toplama Araçları

Araştırmada, katılımcılara ait kişisel bilgilere ulaşmak amacıyla araştırmacı tarafından bir anket formu hazırlanmıştır. Anket ile birlikte dört adet ölçek kullanılmıştır. Bu çalışmada veri toplamak amacıyla kullanılan anket ve ölçeklerde toplam 60 madde yer almıştır.

**Kişisel Bilgi Formu (Anket).** Demografik verilere ulaşmak amacıyla araştırmacı tarafından 9 maddeden oluşan bir anket formu oluşturulmuştur. Anket formu hazırlanırken ortalamalarda anlamlı farklılığa neden olabilecek, önceki çalışmalarda incelenmiş faktörler dikkate alınmıştır. Anket formunda; cinsiyet, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveynlerin eğitimi, birliktelik ve çalışma durumları, internette geçirilen zaman gibi sorular sorulmuştur.

**Kendini Açma Ölçeği (KAÖ).** Wheelless ve Grotz (1976) tarafından İngilizce olarak The Self-Disclosure Scale-SDS adıyla geliştirilmiştir. Daha sonra Chen ve Marcus (2012) tarafından hem yüz yüze, hem de çevrimiçi kendini açmayı değerlendirmek üzere yeniden düzenlenmiştir. Türkçe'ye uyarlanması Öksüz, Mersin ve Türker (2017) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin uygulanması sonucu hem Kendini Açma Ölçeği-Çevrimiçi (KAÖ-Çİ) hem de Kendini Açma Ölçeği-Yüz Yüze (KAÖ-YY) puanlarına ulaşılmaktadır. Ölçekte toplam 16 madde yer almaktadır. Cevaplar bölümü yüz yüze ve çevrimiçi olarak iki farklı bölümden oluşmaktadır. Her bir madde için katılımcının iki farklı stünda ayrı ayrı işaretleme yapması gereklidir. Her iki grupta da puanlama 1 "Kesinlikle Katılmıyorum" ile 7 "Kesinlikle katılıyorum" arasında değişmektedir. Ölçekteki 4-5-6-7-11-12. maddeler ters puanlanmaktadır. Alınan puanlar arttıkça bireyin kendisini daha fazla açtığı sonucuna ulaşılır. Bu çalışmada ölçeğe ait iç tutarlılık katsayıları (Alpha) KAÖ-YY için .69 (N=306, n=16) ve KAÖ-Çİ için .66 (N=306, n=16) olarak belirlenmiştir.

**İlişkilerde Güven Ölçeği (İGÖ).** Kişiler arası güven düzeyinin belirlenmesi amacıyla Demirci (2017) tarafından geliştirilen ölçek, güven ve güvenilirlik olmak üzere 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Her bir alt boyut için 5 ifadenin bulunduğu ölçek 1 "Bana hiç uygun değil" ile 5 "Bana tamamen uygun" arasında değişen 5'li likert tipi toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçekteki 4. madde ters kodlanmaktadır. İlgili boyuttaki puan arttıkça ilgili özelliğin bulunma düzeyi de artmaktadır. Bu çalışmada iç tutarlılık katsayısı (Alpha) .85 (N=306, n=10) olarak belirlenmiştir.

**Utangaçlık Ölçeği (UÖ).** Bireylerin utangaçlık düzeyini belirlemek amacıyla Cheek (1983) tarafından geliştirilmiş, daha sonra The Revised Cheek and Buss Syness Scale (RCBS) (Cheek, 2021) adıyla yeniden düzenlenmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Güngör (2001) tarafından yapılmıştır. 5'li likert tipi 20 maddeden oluşan ölçek, tek boyutludur. Her bir maddenin puanlaması 1 "Bana hiç uygun değil" ile 5 "Bana çok uygun" arasında değişmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan 100'dür. Yüksek puan utangaçlık

seviyesin yüksek olduğunu gösterir. Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Alpha) .92 (N=306, n=20) olarak belirlenmiştir.

**Sosyal İlişki Gereksinimi Ölçeği (SİGÖ-10).** Bireylerin, okul, iş yeri gibi yerlerde sosyal ilişki gereksinimini ölçmek amacıyla Richer ve Vallerand (1998) tarafından, The Need For Relatedness Scale (NRS-10) adıyla geliştirilmiştir. Türkçeye, Sosyal İlişki Gereksinimi Ölçeği (SİGÖ-10) olarak, Ünal-Karagüven, Ekşioğlu ve Gül (2020) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek 10 maddeden oluşmaktadır. Samimiyet ve yakınlık olmak üzere 2 alt boyutu bulunmaktadır. 7'li likert tipi ölçeğin puanlanması 1 "Kesinlikle katılmıyorum" ile 7 "Kesinlikle katılıyorum" arasında değişmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 10, en yüksek puan 70'dir. Puan arttıkça bireyin sosyal ilişki gereksinim düzeyinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılır. Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Alpha) .93 (N=306, n=10) olarak belirlenmiştir.

### Veri Toplama Süreci

Verilerin tamamı yüz yüze uygulama sonucu toplanmıştır. Araştırmada kullanılan ölçekler için, geliştirenlerden veya uyarlayanlardan gerekli izinler alınmıştır. Uygulama için İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğünden izin alınarak 2020-2021 eğitim öğretim döneminde İstanbul ili, Çekmeköy ilçesindeki Anadolu lisesine gidilmiştir. Okul idaresine ve okul psikolojik danışmanlarına gerekli bilgiler verilmiştir. Uygulamalar pandemi döneminde son sınıf öğrencilerinin okulda olduğu günlerde, her sınıfta derse giren öğretmenler aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Uygulama işlemi yaklaşık 20 dakika sürmüştür. Katılımcılar araştırmanın amacı ve uygulama konusunda bilgilendirilmiş, katılım gönüllü olmuştur.

### Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında ulaşılan veriler istatistik paket programı kullanılarak bilgisayar ortamında analiz edilmiştir. Analiz yapılmadan önce yönergeye uygun doldurulmayan ölçekler ve uç değerler tespit edilerek veri setinden çıkartılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde betimsel istatistik tekniklerinden (yüzde, frekans, ortalama, standart sapma, basıklık ve çarpıklık hesaplama) yararlanılmıştır. Ortalamalar arasındaki anlamlılığı test etmek için; t Testi, Kruskal Wallis-H Testi, Mann Whitney-U Testi, Tek Yönlü Çok Değişkenli ANOVA (MANOVA) Testi, Scheffe Çoklu Karşılaştırma Analizi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Yordamayı belirlemek için çoklu doğrusal regresyon analizinden yararlanılmıştır (Karasar, 2011). Elde edilen verilerin anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

### Etik Onay

Araştırmanın yürütülmesi için Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsünden 15.02.2021 tarih ve 2100042402 sayılı Etik Kurul Belgesi alınmıştır. Ayrıca araştırmanın

uygulanabilmesi için İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğünden 09.09.2020 tarih ve 59090411-44-E. 12368738 sayılı Anket Araştırma İzni alınmıştır.

## BULGULAR

Çalışmanın amacı doğrultusunda ergenlerin çevrimiçi ve yüz yüze kendini açma düzeylerini demografik özellikler, kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinimi açısından incelemek amacıyla yapılan istatistik analizlerine ait sonuçlar verilmiştir. Araştırma kapsamında uygulanan ölçeklerden alınan puanlarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1 ve -1 aralığında olduğu görülmüştür. Dolayısıyla ölçeklerden alınan puanların normal dağılıma sahip olduğu kabul edilmiştir. Araştırmanın birinci ve ikinci alt amaçları doğrultusunda yapılan analizlerde ulaşılan bulgular, değişken sayısının çok olması nedeniyle sırasıyla paragraflar halinde verilmiştir. Üçüncü ve dördüncü alt amaçlar için yapılan korelasyon ve regresyon bulguları ise tablolarda verilmiştir.

Birinci alt amaç doğrultusunda gerçekleştirilen ilişkili (bağımlı) gruplar t-testi sonucunda; ergenlerin çevrimiçi ve yüz yüze kendini açma düzeyleri arasında anlamlı fark olduğu belirlenmiştir. İlişkili (bağımlı) gruplar t-testi ilişkili iki örneklemden elde edilen 2 ortalama arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için kullanılır. Analiz sonucuna göre; yüz yüze kendini açma puanları, çevrimiçi kendini açma puanlarından anlamlı bir şekilde daha yüksektir ( $t=-2,79$ ;  $p<.01$ ).

İkinci alt amaç doğrultusunda yapılan analizlerde; ergenlerin hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendini açma düzeylerinin demografik (cinsiyet, kardeş sayısı, doğum sırası, anne-baba eğitim, birliktelik ve çalışma durumları ile internet kullanım süresi gibi) değişkenler açısından anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Ancak, ergenlerin çevrimiçi ve yüz yüze kendini açma düzeyleri güven duygusu, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinimi düzeylerine göre anlamlı farklılıklar göstermiştir. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlılığına ilişkin bulgular aşağıdaki paragraflarda kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinimi sırasıyla verilmiştir.

Kişiler arası güven için yapılan MANOVA testi sonuçlarında; ergenlerin kendini açma düzeyleri kişiler arası güven düzeylerine göre en az bir grupta anlamlı farklılık göstermiştir ( $F_{(4-562)} = 6,321$ ;  $\lambda = .916$ ,  $p = ,000$ ,  $\eta^2 = .043$ ). Bununla birlikte hem çevrimiçi kendini açma ( $F_{(2-282)} = 6,77$ ,  $p < ,01$ ,  $\eta^2 = ,046$ ) hem de yüz yüze kendini açma düzeyinde ( $F_{(2-282)} = 11,05$ ,  $p < ,001$ ,  $\eta^2 = ,073$ ) gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Scheffe testi yapılmış ve kendini açma düzeyinin hem çevrimiçi hem yüz yüze etkileşimde kişiler arası güven düzeyinin yükselmesiyle arttığı belirlenmiştir ( $p < ,05$ ). Kişiler arası güven düzeyi yükseldikçe hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendini açma artmaktadır.



Utangaçlık için yapılan MANOVA testi sonuçlarında, ergenlerin kendini açma düzeyleri utangaçlık düzeylerine göre en az bir grupta anlamlı farklılık göstermiştir [ $F_{(4-562)} = 8,7$ ;  $\lambda = ,887$ ,  $p = .00$ ,  $\eta^2 = ,058$ ]. Bununla birlikte hem çevrimiçi kendini açma ( $F_{(2-282)} = 11,84$ ,  $p = .00$ ,  $\eta^2 = .078$ ) hem de yüz yüze kendini açma düzeyinde ( $F_{(2-282)} = 17,81$ ,  $p = .00$ ,  $\eta^2 = ,112$ ) gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Utangaçlık düzeyi düştükçe hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendini açma artmaktadır.

Sosyal ilişki gereksinimi için yapılan MANOVA testi sonuçlarında, ergenlerin kendini açma düzeyleri sosyal ilişki gereksinimi düzeylerine göre en az bir grupta anlamlı farklılık göstermiştir [ $F_{(4-562)} = 4,469$ ;  $\lambda = .939$ ,  $p < .01$ ,  $\eta^2 = .031$ ]. Bununla birlikte hem çevrimiçi kendini açma ( $F_{(2-282)} = 8,7$ ,  $p = .00$ ,  $\eta^2 = ,058$ ) hem de yüz yüze kendini açma davranışında ( $F_{(2-282)} = 8,06$ ,  $p = .00$ ,  $\eta^2 = ,054$ ) gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Sosyal ilişki gereksinim düzeyi yükseldikçe hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendini açma düzeyleri artmaktadır.

Üçüncü alt amaç doğrultusunda; ergenlerin yüz yüze ve çevrimiçi kendini açma puanlarının kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinimi puanları ile ilişkisi incelenmiştir. Bu amaçla korelasyon analizi yapılmıştır. Sonuçlar aşağıdaki Tablo 2'de verilmiştir.

**Tablo 2**

*Ölçeklerden elde edilen puanların, ortalama, standart sapma ve pearson bivariate korelasyon değerleri*

	$\bar{x}$	S. S.	1	2	3	4
1. KAÖ-Çİ	71.12	10.17	1			
2 KAÖ-YY.	72.11	10.99	.832**	1		
3. UÖ	55.17	17.03	-.273**	-.366**	1	
4.SİGÖ	51.14	12.53	.251**	.227**	-.262**	1
5. İGÖ	20.67	3.81	.243**	.261**	-.261**	.589**

N=306, \* $p \leq .05$ , \*\* $p \leq .01$ , \*\*\* $p \leq .001$ ,

KAÖ-Çİ: Kendini Açma Ölçeği-Çevrimiçi; KAÖ-YY: Kendini Açma Ölçeği-Yüz Yüze; İGÖ: İlişkilerde Güven Ölçeği; UÖ: Utangaçlık Ölçeği; SİGÖ: Sosyal İlişki Gereksinimi Ölçeği

Tablo 2'de ölçeklerden alınan puanların ortalamaları, standart sapma değerleri ve birbirleri ile olan ilişkiyi gösteren korelasyon değerleri verilmiştir. Görüldüğü gibi; çevrimiçi ve yüz yüze kendini açma arasında yüksek düzeyde, pozitif ve anlamlı ilişki bulunmaktadır (.832,  $p \leq .01$ ). Hem çevrimiçi (-.273,  $p \leq .01$ ) hem yüz yüze (-.366,  $p \leq .01$ ) kendini açma ile utangaçlık arasında düşük düzeyde, negatif ve anlamlı ilişki vardır. Hem çevrimiçi (.251,  $p \leq .01$ ) hem yüz yüze (.227,  $p \leq .01$ ) kendini açma ile sosyal ilişki gereksinimi arasında düşük düzeyde, pozitif ve anlamlı ilişki vardır. Hem çevrimiçi (.243,  $p \leq .01$ ) hem yüz yüze (.261,  $p \leq .01$ ) kendini açma ile kişiler arası güven arasında düşük düzeyde, pozitif ve anlamlı ilişki vardır. İlaveten; utangaçlık ile sosyal ilişki gereksinimi arasında ( $r = -.262$ ,  $p \leq .01$ ) ve kişiler arası güven arasında ( $r = -.261$ ,  $p$

$\leq .01$ ) düşük seviyede, negatif yönde ve anlamlı ilişki bulunmaktadır. Ancak sosyal ilişki gereksinimi ile kişiler arası güven arasında ( $r=.589, p \leq .01$ ) orta düzeyde, pozitif ve istatistik olarak anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Özetle, hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendini açma, kişiler arası güven ve sosyal ilişki gereksinimi ile pozitif, utangaçlık ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur.

Dördüncü ve beşinci alt amaçlar için için regresyon analizi yapılmıştır. Bir araştırmada Çoklu Regresyon Analizini kullanmak bazı ön koşulların karşılanması gerektirir. Büyüköztürk (2018) bu ön koşulları; doğrusallık ve normalliğin karşılanması, yordayıcı değişkenler arasında çoklu bağlantılılık olarak tanımlanan bir sorunun olmaması şeklinde belirtmiştir. Çoklu bağlantılılık için VIF (Variance Inflation Factor) değerlerinin 10'dan düşük, Tolerans değerinin .20'den büyük ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyonun  $r < .80$  olması gerektiğini ifade etmiştir. Çok değişkenli normallik için Mahalanobis uzaklık değeri incelenmiş, çok yönlü uç değerler için kabul edilen  $p < .01$  değerini aşan 11 uç değer veri setinden çıkartılmıştır. Bunun dışında normallik ve doğrusallık varsayımı için her bir bağımsız değişken ve bağımlı değişken için doğrusallığa bakılmıştır. Çoklu bağlantılılık için bağımsız değişkenlerin birbirleriyle olan korelasyonları incelenmiştir. Tablo 2'de görüldüğü gibi korelasyonların  $r < .80$  olması, yani regresyon analizi yapılacak değişkenler arasında yüksek korelasyonların olmaması, bu şartın sağlandığını göstermektedir. VIF değeri  $VIF = 1/1-R^2$  şeklinde basit bir formül ile hesaplanır. Her bir değişken grubu için tek tek hesaplanması gerekir (Büyükuysal, Öz, 2016). Bu çalışmada VIF değerlerine bakıldığında tüm değişkenler için 10'dan küçük (güven= 1,54, utangaçlık=1,09, sosyal ilişki gereksinimi=1,54) değerler oldukları tespit edilmiştir. İlâveten, tolerans değerlerinin .20'den büyük (güven=,64, utangaçlık=,91, sosyal ilişki gereksinimi =,64) olması çoklu bağlantılılık probleminin olmadığını ve çoklu doğrusal regresyon analizinin uygulanabileceğini göstermiştir. Önce; çevrimiçi kendini açma üzerinde değişkenlerin görece önem sırasını belirlemek amacıyla regresyon analizi yapılmış, sonuçlar aşağıdaki 3 numaralı tabloda verilmiştir.

### Tablo 3

*İGÖ, UÖ ve SİGÖ puanlarının KAÖ-Çİ puanlarını yordama düzeyine ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları*

Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	72.147	4.468		16.149	.00		
İGÖ	.217	.195	.077	1.114	.266	.177	.065
UÖ	-.144	.034	-.244	4.179	.00	-.28	-.238
SİGÖ	.053	.061	.061	.873	.383	.17	.051

$R=.31, R^2 =.083, F= 9,874, sd=3, p<.001$ , Bağımlı Değişken: KAÖ-Çİ;

KAÖ-Çİ: Kendini Açma Ölçeği-Çevrimiçi; KAÖ-YY: Kendini Açma Ölçeği-Yüz Yüze; İGÖ: İlişkilerde Güven Ölçeği; UÖ: Utangaçlık Ölçeği; SİGÖ: Sosyal İlişki Gereksinimi Ölçeği

Tablo 3’de görüldüğü gibi; kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinimi, çevrimiçi kendini açma puanlarındaki toplam varyansın yaklaşık %8’ini açıklamaktadır. Yordayıcı değişkenlerin çevrimiçi kendini açma düzeyi üzerindeki görece önem sırası; utangaçlık, kişiler arası güven ve sosyal ilişki gereksinimi şeklindedir. Utangaçlığın çevrimiçi kendini açma üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu ancak kişiler arası güven ve sosyal ilişki gereksiniminin çevrimiçi kendini açma üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı görülmektedir. Yüz yüze kendini açma üzerinde değişkenlerin görece önem sırasını belirlemek amacıyla regresyon analizi yapılmış sonuçlar aşağıdaki 4 numaralı tabloda verilmiştir.

**Tablo 4**

*İGÖ, UÖ ve SİGÖ puanlarının KAÖ-YY puanlarını yordama düzeyine ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları*

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	73,665	4,713		15,631	,00		
İGÖ	,409	,205	,134	1,991	,047	,231	,116
UÖ	-,2	,036	-,313	-5,533	,00	-,355	-,309
SİGÖ	,025	,064	,026	,388	,698	,187	,023

$R=,38$ ,  $R^2=,138$ ,  $F=16,735$ ,  $sd=3$ ,  $p<.001$ , **Bağımlı Değişken:** KAÖ-Çİ.

**KAÖ-Çİ:** Kendini Açma Ölçeği-Çevrimiçi; **KAÖ-YY:** Kendini Açma Ölçeği-Yüz Yüze; **İGÖ:** İlişkilerde Güven Ölçeği; **UÖ:** Utangaçlık Ölçeği; **SİGÖ:** Sosyal İlişki Gereksinimi Ölçeği

Tablo 4’de görüldüğü gibi; kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinimi, yüz yüze kendini açma puanlarındaki toplam varyansın yaklaşık %13’ünü açıklamaktadır. Yordayıcı değişkenlerin yüz yüze kendini açma düzeyi üzerindeki görece önem sırası; utangaçlık, kişiler arası güven ve sosyal ilişki gereksinimi şeklindedir. Utangaçlık ve kişiler arası güven puanlarının yüz yüze kendini açma üzerinde etkili olduğu ancak sosyal ilişki gereksiniminin yüz yüze kendini açma üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı görülmektedir.

## TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde; analizler sonucunda ulaşılan bulgular tartışılmış ve öneriler verilmiştir. Bulgular, kişiler arası güven, utangaçlık ve ilişkili olma ihtiyaçlarına göre çevrimiçi ve yüz yüze kendini açma düzeylerine ilişkin beş araştırma sorusunu yanıtlamıştır. Ulaşılan sonuçların büyük ölçüde önceki çalışmalar ile tutarlılık gösterdiği belirlenmiştir.

Birinci alt amaç doğrultusunda ulaşılan bulgulara göre yüz yüze kendini açma daha fazla tercih edilmektedir. Bu sonuç benzer çalışmalarda ulaşılan bulgular ile paralellik göstermiştir (Erdost, 2004; Paluckaite ve Zardeckaite-M, 2012; Schouten, 2007). Mısır (2017) 585 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada yüz yüze iletişimde kendini açmanın daha fazla olduğunu belirlemiştir. Wang (2004) bireylerin yüz yüze daha fazla kendilerini açma eğiliminde olduğunu ortaya koymuştur. Ruppel ve diğerlerinin (2016) yaptığı metaanaliz çalışmasında da yüz yüze iletişimde kendini açmanın daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bucholtz (2013) bu

durumun nedenini; yüz yüze kendini açmada içeriğin gizli tutulacağı ve açıklanan bilgilerin istenmeyen kişilere aktarılmayacağı düşüncesi olarak açıklamıştır. Sonuç olarak, önceki çalışmalarda ulaşılan bulguların bu çalışmada ulaşılan sonucu desteklediği görülmektedir. Schouten'e (2007) göre ergenler arasındaki sosyal etkileşim büyük ölçüde çevrimiçi gerçekleşmektedir. Ancak, bu çalışmada ulaşılan sonuca göre kendini açma açısından yüz yüze iletişim tercih edilmektedir. Bu durum; "çevrimiçi iletişimin ergenler tarafından yaygın olarak kullanıldığı ancak kendini açma açısından yüz yüze iletişim tercih edildiği" şeklinde yorumlanmıştır.

İkinci alt amaç doğrultusunda ulaşılan bulgulara göre; çevrimiçi ve yüz yüze kendini açma düzeylerinde demografik özelliklere göre önemli bir farklılık yoktur. Bu sonuç önceki çalışmalara ait bulgular ile paralellik içindedir. Önceki çalışmaların çoğunluğu yüz yüze kendini açma ilgilidir. Cho (2007) tarafından yapılan çalışmada örneğin cinsiyete göre kendini açma düzeyinde bir farklılık olmadığı görülmüştür. Nur-Şahin (2011) toplam 312 üniversite öğrencisiyle yaptığı çalışmada kardeş sayılarına göre kendini açma düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık olmadığı bulgusuna ulaşmıştır. Demirhan'ın (2002) çalışmasında kendini açma düzeyinin annenin çalışma durumuna göre farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Ancak, diğer benzer çalışmaların bir kısmında demografik özelliklerin kendini açma seviyesinde farklılığa neden olduğu görülmüştür. Örneğin; Ekebaş (1994) 452 ortaöğretim son sınıf öğrencisi ile yaptığı çalışmada kızların erkeklere göre kendilerini daha fazla açtıklarını belirlemiştir. Anne eğitim düzeyi yükseldikçe kendini açmanın arttığını gösteren çalışmalar mevcuttur (Gökalan, 2000; Çetinkaya, 2005; Boyraz, 2019). Çakır (1994) tarafından yapılan çalışma sonucunda hem anne ve hem baba eğitim düzeyi yükseldikçe öğrencilerin kendini açma düzeylerinin yükseldiği belirlenmiştir. Bu durum demografik değişkenler ile ilgili daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğunu işaret etmektedir. Diğer yönden kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinimi düzeyleri ortalamalarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş, bulgular aşağıdaki paragraflarda sırasıyla değerlendirilmiştir.

Kişiler arası güven düzeylerine göre hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendini açma düzeylerinde anlamlı farklılık görülmüştür. Kendini açma düzeyi, güven düzeyinin yükselmesiyle artmaktadır. Benzer şekilde, Posey vd., (2010) tarafından yapılan çalışmada çevrimiçi topluluklardaki güvenin kendini açmayı arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Yine Sheldon ve Pecchioni'nin (2014) yaptığı çalışmanın sonucunda benzer bir bulguyla ulaşılmıştır. Bu çalışmada ulaşılan sonuç; kişilere güven duyan ergenlerin hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendilerini daha fazla açtıkları şeklinde yorumlanmıştır.

Utangaçlık düzeylerine göre hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendini açmada gruplar arasında anlamlı farklılık vardır. Utangaçlık seviyesi düşük olanların kendini açma düzeyleri

anlamli şekilde daha yüksektir. Bu güne kadar yapılan çalışmalarda benzer sonuçlara ulaşılmıştır (Erciş vd., 2019; Mısır, 2017; Sheldon, 2012). Bu çalışmada ulaşılan sonuç; utangaç olmayan ergenlerin hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendilerini daha fazla açtıkları şeklinde yorumlanmıştır.

Sosyal ilişki gereksinim düzeylerine göre hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendini açmada gruplar arasında anlamlı farklılık vardır. Kendini açma sosyal ilişki gereksinim düzeyleri yüksek olanlarda fazladır. Dostluk/arkadaşlık puanlarının sosyal ilişki gereksinimi ile yakın olabileceği düşünüldüğünde; Çitil-Gürel (2015) tarafından gerçekleştirilen araştırma sonucunda, dostluk/arkadaşlık puanları daha yüksek olan grupta kendini açma puanlarının da daha yüksek olduğu görülmüştür. Benzer şekilde Boyraz (2019), Polat (2019) ve Yüçetürk (2018) yaptıkları çalışmalarda, arkadaşlık ilişkileri iyi olan, akran ilişkilerini olumlu olarak değerlendiren öğrencilerin kendilerini daha fazla açtıklarını bulmuşlardır. Bu çalışmada ulaşılan sonuç; sosyal ilişki ihtiyacı içinde olan ergenlerin hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendilerini daha fazla açtıkları şeklinde yorumlanmıştır.

Üçüncü ait amaç doğrultusunda bağımsız değişkenler arasındaki ilişki incelenmiştir. Kişiler arası güven ve hem yüz yüze hem de çevrimiçi kendini açma arasındaki anlamlı ve pozitif ilişki, kişiler arası güven düzeyi yükseldikçe, kendini açma düzeyinin yükseldiğini göstermiştir. Önceki çalışmalarda da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Wheelless ve Grotz (1977) tarafından yapılan çalışmada güven ve kendini açma arasında orta düzeyde doğrusal bir ilişki bulunmuştur. Yüksek düzeyde güven ileri seviyede kendini açmayı ifade etmiştir. Boyraz (2019) 555 öğrenciyle yürüttüğü çalışmada güven düzeyi ve kendini açma arasında paralel bir artış belirlemiştir. Güler (2019) 2538 ortaokul öğrencisiyle yürüttüğü çalışmada güven ile kendini açma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Diğerlerine güven duyan kişilerin kendilerini emniyette hissetmeleri ve zarar görmeyeceklerine dair inanca sahip olmaları, kendileri ile ilgili bilgileri, duygu ve düşüncelerini daha rahat bir şekilde paylaşmalarını kolaylaştırmaktadır. Bu çalışmada ulaşılan sonuç; *“ergenlerde kişiler arası güvendedeki artma ile birlikte hem yüz yüze hem çevrimiçi kendini açma artmaktadır”* şeklinde yorumlanmıştır.

Utangaçlık ve kendini açma arasındaki anlamlı ve negatif ilişki, utangaçlık azaldıkça kendini açmanın arttığını, ya da utangaçlık arttıkça kendini açmanın azaldığını göstermiştir. Bu sonuç önceki bulgular ile benzerlik göstermiştir. Şahin (2013) 859 lisans öğrencisi ile yaptığı çalışmada, utangaçlık ve kendini açma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu, utangaçlık azaldıkça kendini açmanın arttığını bulmuştur. Mısır (2017) bireylerin internet üzerinden ve yüz yüze iletişimdeki kendini açma miktarlarını incelemek amacıyla 585 üniversite öğrencisi ile bir çalışma gerçekleştirmiştir. Utangaçlık düzeyi düşük bireylerde yüz yüze kendini açma davranışı artış gösterirken, utangaçlık düzeyi arttıkça, kendini açma davranışı yüz yüze

iletişimde düşüş göstermektedir. Benzer şekilde; Matsushima, Shiomi ve Kuhlman (2000) yaptıkları çalışmalarda, utangaçlık azaldıkça kendini açmanın arttığını göstermişlerdir. Dolayısıyla bu çalışmada ulaşılan bulgu önceki çalışmalar ile desteklenmektedir.

Sosyal ilişki gereksinimi ve kendini açma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Yani sosyal ilişki gereksinimi arttıkça kendini açma artmakta ya da azaldıkça düşmektedir. Sosyal ilişki gereksinimi içinde olan ergenler kendini daha fazla açmaktadır. Bu konu ile ilgili olarak bu güne kadar yapılmış çalışmalar oldukça sınırlıdır. Bulguları doğrulamaya yönelik daha fazla çalışmaya ihtiyaç bulunmaktadır.

Özetle, korelasyon analizleri sonucunda ulaşılan bulgular; kişiler arası güven ve sosyal ilişki gereksiniminin artmasıyla hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendini açmanın artacağını göstermiştir. Ancak, utangaçlık yüksek ise kendini açma düzeyi düşük olmaktadır. Bu sonuç önceki bulgular ile paralellik göstermiştir.

Dördüncü alt amaç doğrultusunda yapılan regresyon analizine göre utangaçlık çevrimiçi kendini açmayı yordamaktadır. Çevrimiçi kendini açma üzerinde kişiler arası güven ve sosyal ilişki gereksinimi etkili değildir. Çevrimiçi kendini açma düzeyi, utangaçlık seviyesine göre öngörülebilir. Saunders ve Chester (2008) utangaçlığın internet kullanımını ne ölçüde öngördüğü üzerine tartışmalar bulunduğunu ifade etmişlerdir. Utangaç insanların internet bağımlılığı riski altında olduğunu öne süren bir grup birincil korelasyon çalışması vardır, ancak diğer çalışmalar internet kullanımında utangaç ve utangaç olmayan insanlar arasında çok az fark olduğunu veya hiç fark olmadığını göstermektedir. Utangaç insanların yüzyüze yaşanan zorlukları telafi etmek için çevrimiçi etkileşimler aradıkları hipotezini destekleyen bazı araştırmalar olsa da (Saunders ve Chester, 2008) utangaçlığın internet kullanımını ne ölçüde etkilediği netlik kazanmamıştır.

Beşinci alt amaç doğrultusunda yapılan regresyon analizine göre utangaçlık ve kişiler arası güven yüz yüze kendini açmayı yordamaktadır. Yordayıcı değişkenlerin yüz yüze kendini açma düzeyi üzerindeki göreceli önem sırası; çevrimiçi kendini açmada olduğu gibi; utangaçlık, kişiler arası güven ve sosyal ilişki gereksinimi şeklindedir. Ancak, sosyal ilişki gereksinimi yüz yüze kendini açma üzerinde anlamlı bir etkiye sahip değildir. Yüz yüze kendini açma düzeyi, utangaçlık ve kişiler arası güven seviyesine göre öngörülebilir. Alanyazında utangaçlığın yüz yüze kendini açmayı etkilediğini gösteren çalışmalar mevcuttur (Matsushima vd., 2000; Mısır 2017; Şahin 2013). Steel (1991) yaptığı çalışmada bireyin kendini açma kavramı ve kendini açma yeteneğinin kısmen bir güven ürünü olduğunu ifade etmiştir. Steel (1991) kişiler arası güven ve kendini açma ilişkisini değerlendirmek ve etkileyen faktörleri incelemek amacıyla bir çalışma yürütmüş, aralarında düşük bir ilişki bulursa da, sonuçlar kendini açabilmek için

güvenin gerekli olduğunu göstermiştir. Özetle, çevrimiçi kendini açmayı utangaçlık, yüz yüze kendini açmayı ise hem utangaçlık hem de kişiler arası güven yordamaktadır.

Sonuç olarak, ergenler yüz yüze kendini açmayı daha çok tercih etmektedir. Kişiler arası güven, utangaçlık ve sosyal ilişki gereksinimi düzeylerine göre hem çevrimiçi hem de yüz yüze kendini açma düzeyleri değişmektedir. Kişiler arası güveni ve sosyal ilişki ihtiyacı yüksek olan ergenler çevrimiçi ve yüz yüze kendini daha fazla açarken, utangaçlar daha az açmaktadır. Çevrimiçi kendini açma düzeyi utangaçlık düzeyine göre öngörülebilirken, yüz yüze kendini açma düzeyi hem utangaçlık hem de kişiler arası güven düzeyine göre öngörülebilmektedir. Sosyal ilişki gereksinimi kendini açmayı yordamamaktadır.

Çalışmanın bir takım üstünlükleri ve sınırlılıkları bulunmaktadır. Kullanılan ölçeklerin ve yöntemlerin standart olması ve çalışma grubunun büyüklüğü, çalışmanın güçlü olduğu önemli noktalar. Kullanılan ölçeklerin hemen hemen tamamı objektif olarak bireyin kendi kendini değerlendirmesini sağlayan ölçeklerdir. KAÖ, İGÖ, UÖ ve SİGÖ bireyin o andaki durumunu değerlendirmeye yöneliktir. Sınırlı olduğu nokta ise diğer çalışmalarla benzer şekilde, çalışmanın aynı okulun öğrencileri ile sınırlı olmasıdır. Daha geniş bir evrenden oluşturulacak örneklem grupları ile çalışma tekrarlanabilir. Ulaşılan bulguları güncellemek ve genellemek için benzer çalışmaların yapılması önerilmiştir.



## KAYNAKÇA

- Aker, Ç. (1996). *Lise öğrencilerinin kendini açma davranışlarının kaygı düzeyleri ile cinsiyetleri açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Amerikan Psikoloji Derneği. (2023). Dictionary of Psychology. <https://dictionary.apa.org/self-disclosure>
- Antaki, C., Barnes, R., & Leudar, I. (2005). Self-disclosure as a situated interactional practice. *British Journal of Social Psychology*, 44 (2), 181-199. <https://doi.org/10.1348/014466604x15733>
- Arslan, S. (2018). *Ergenlerin sanal zorbalık ve kendini açma düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Bak, J. Y., Lin, C. Y., & Oh, A. (2014). Self-disclosure topic model for classifying and analyzing Twitter conversations. *Proceedings of the 2014 Conference on Empirical Methods in Natural Language Processing* içinde (s.1986-1996). Doha, Qatar.
- Barak, A. & Grohol, J. M. (2011). Current and future trends in Internet-supported mental health interventions. *Journal of Technology in Human Services*, 29 (3), 155-196. <https://doi.org/10.1080/15228835.2011.616939>
- Barnett-Pearce, W., Sharp, S. M., Wright, P. H., & Slam, K. M. (1974). Affection and reciprocity in self-disclosing communication. *Human Communication Research*, 1 (1), 5-14. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1974.tb00249.x>
- Bazarova, N. N. (2015). Online disclosure. C. R. Berger & M. E. Roloff (Eds.), *The International Encyclopedia of Interpersonal Communication*. Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781118540190.wbeic251>
- Beydoğan, M. (1995). Buca Eğitim Fakültesi ve Eğitim Yüksek Okulu öğrencilerinin kendini açma davranışları ile ilgili bir araştırma. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8, 47-64.
- Bian, M., & Leung, L. (2014). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, 33 (1), 61-79. <https://doi.org/10.1177/0894439314528779>
- Bonetti, L., Campbell, M. A., & Gilmore, L. (2010). The relationship of loneliness and social anxiety with children's and adolescents' online communication. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13 (3), 279-288. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0215>
- Boyraz, M. (2019). *Lise öğrencilerinin arkadaşlık ilişkilerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İnönü Üniversitesi.
- Bruss, O. E., & Hill, J. M. (2010). Tell me more: Online versus face-to-face communication and self-disclosure. *Psi Chi, The International Honor Society in Psychology*, 15 (1), 3-7. <https://doi.org/10.24839/1089-4136.JN15.1.3>
- Bucholtz, J. (2013). Diffused intimacy: trust and self-disclosure in online relationship. *Media Studies*, 23-39.
- Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum* (24. Baskı). Pegem Akademi Yayıncılık.
- Büyükuysal, M. Ç., & Öz, İ. İ. (2016). Çoklu doğrusal bağıntı varlığında en küçük karelere alternatif yaklaşım: Ridge regresyon. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6 (2), 110-114.
- Çakır, M. A. (1994). *Lise öğrencilerinin kendini açma davranışlarını etkileyen faktörler*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.

- Çetinkaya, B. (2005). *Üniversite öğrencilerinin kendini açma davranışları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Çetinkaya, B. (2019). Kişiler arası ilişkiler ve iletişimde kendini açma. Alim Kaya (Ed.), *İnsan ilişkileri ve iletişim* (14. Basım) içinde (s. 142-164). Pegem Akademi Yayıncılık.
- Chang, J. H., Huang, C. L. & Lin, Y. C. (2015). Mindfulness, basic psychological needs fulfillment, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 16 (5), 1149-1162. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9551-2>
- Cheek, J. M. (1983). The Revised Cheek and Buss Shyness Scale (RCBS 13) 1983 document. Unpublished manuscript. USA: MA, Wellesley College.
- Cheek, J. M. (2021). The Revised Cheek and Buss Shyness Scale (RCBS 13) 1983 document JM Cheek. Unpublished manuscript. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.18841.75363>
- Chen, B., & Marcus, J. (2012). Students' self-presentation on Facebook: An examination of personality and self construal factors. *Computers in Human Behaviour*, 28 (6), 2091-2099. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.06.013>
- Chen, X. (2018). Culture and shyness in childhood and adolescence. *New Ideas in Psychology*. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2018.04.007>
- Chen, X., Pan, Y., & Guo, B. (2016). The influence of personality traits and social networks on the self-disclosure behavior of social network site users. *Internet Research*, 26 (3), 566-586. <https://doi.org/10.1108/intr-05-2014-0145>
- Cho, S. H. (2007). Effects of motivations and gender on adolescents' self-disclosure in online chatting. *CyberPsychology & Behavior*, 10 (3), 339-345. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9946>
- Çitil-Gürel, E. (2015). *Kişiler arası iletişimde kendini açma ve özsaygı ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ege Üniversitesi.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). *Research methods in education* (8<sup>th</sup> edition). Routledge.
- Cormier, S., & Hackney, H. (2008). *Psikolojik danışma ilke ve teknikleri: Psikolojik yardım Süreci elkitabı.* (Çev: T. Ergene & S. A. Sevim). Mentis Yayıncılık.
- Creswell, C. W. (2017). Tarama araştırma desenleri (Selçuk Doğan ve İsmail Karsantik). Halil Ekşi (Çev. Ed.), *Eğitim araştırmaları: Nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi* içinde (s. 480-540). EDAM Yayın.
- Cüceloğlu, D. (2012). *Yeniden insan insana* (45. Baskı). Remzi Kitabevi.
- Dai, Y., Shin, S. Y., Kashian, N., Jang, J., & Walther, J. B. (2015). The influence of responses to self-disclosure on liking in computer-mediated communication. *Journal of Language and Social Psychology*, 35 (4), 1-18. <https://doi.org/10.1177/0261927x15602515>
- Davis, K. (2012). Friendship 2.0: adolescents' experiences of belonging and self-disclosure online. *Journal of Adolescence*, 35 (6), 1527-1536. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.02.013>
- Deci, E. L., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., & Ryan, R. M. (1991). Motivation and education: The self-determination perspective. *Educational Psychologist*, 26 (3-4), 325-346. <https://doi.org/10.1080/00461520.1991.9653137>
- DeForest, C., & Stone, G. L. (1980). Effects of sex and intimacy level on self-disclosure. *Journal of Counseling Psychology*, 27 (1), 93-96. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.27.1.93>
- Demirci, İ. (2017). *Huzurlu ve mutlu yaşamın değerler ve karakter güçleri bağlamında karma bir araştırmayla incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Marmara Üniversitesi.

- Demirhan, M. (2002). *Kendini açma düzeyleri farklı genel lise öğrencilerinin bazı değişkenler açısından saldırganlık düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- Desjarlais, M., Gilmour, J., Sinclair, J., Howell, K. B., & West, A. (2015). Predictors and social consequences of online interactive self-disclosure: A literature review from 2002 to 2014. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18 (12), 718-725. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0109>
- Dimond, R. E., & Hellkamp, D. T. (1969). Race, sex, ordinal position of birth, and self-disclosure in high school students. *Psychological Reports*, 25 (1), 235-238. <https://doi.org/10.2466/pr0.1969.25.1.235>
- Dimond, R. E., & Munz, D. C. (1967). Ordinal position of birth and self-disclosure in high school students. *Psychological Reports*, 21 (3), 829-833. <https://doi.org/10.2466/pr0.1967.21.3.829>
- Dindia, K., & Allen, M. (1992). Sex differences in self-disclosure: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 112(1), 106. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.106>
- Ekebaş, M. (1994). *Lise son sınıf öğrencilerinin kendini açma davranışlarının cinsiyet ve kendini gerçekleştirme düzeyleri açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Erciş, A., Özbey, E., & Deveci, F. G. (2019). Sosyal medya kullanımında utangaçlığın sosyal sermaye ile duygusal zekâ üzerindeki etkisi ve bireysel mutluluktaki değişim. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 33 (2), 573-593.
- Erdost, T. (2004). *Trust and self-disclosure in the context of computer mediated communication* [Unpublished masters thesis]. Middle East Technical University.
- Gökalan, Z. B. (2000). *İlköğretim okulu öğrencilerinin (12-14 yaş) benlik tasarımı, atılganlık ve kendini açma düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- Greene, K. & Magsamen-C., K. (2010). Disclosure decisions in existing relationships online: exploring motivations for CMC channel choice. Jung-ran Park ve Eileen G. Abels (Eds.), *Interpersonal Relations and Social Patterns in Communication Technologies: Discourse Norms, Language Structures and Cultural Variables* içinde (s. 48-76). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-61520-827-2.ch004>
- Güler, G. (2019). *Ortaokul öğrencilerinde okul tükenmişliği: Problem çözme becerileri, akran ilişkileri ve algılanan okul deneyimlerinin rolü* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Güngör, A. (2001). Utangaçlık ölçeğinin geliştirilmesi geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (15), 17-22.
- Hammick, J. K., & Lee, M. J. (2014). Do shy people feel less communication apprehension online? The effects of virtual reality on the relationship between personality characteristics and communication outcomes. *Computers in Human Behavior*, 33, 302-310. <https://doi.org/doi:10.1016/j.chb.2013.01.046>.
- Jones, W. H., Briggs, S. R. & Smith, T. G. (1986). Shyness: Conceptualization and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (3), 629-639. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.3.629>.
- Jourard, S. M. (1971). *The transparent self*. (2th edition). Von Nostrad, Reinhold Pub.
- Kağıtçıbaşı, C. (2005). Autonomy and relatedness in cultural context: Implications for self and family. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36 (4), 403-422. <https://doi.org/10.1177/0022022105275959>.

- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemi*, 22, 75-246.
- Krcmar, M., van der Meer, A., & Cingel, D. P. (2015). Development as an explanation for and predictor of online self-disclosure among Dutch adolescents. *Journal of Children and Media*, 9 (2), 194-211. <https://doi.org/10.1080/17482798.2015.1015432>
- Leavey, G., Rothi, D. & Paul, R. (2011). Trust, autonomy and relationships: The help-seeking preferences of young people in secondary level schools in London (UK). *Journal of Adolescence*, 34(4), 685-693. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.09.004>
- Lee, N. C., Jolles, J., & Krabbendam, L. (2016). Social information influences trust behaviour in adolescents. *Journal of Adolescence*, 46, 66-75. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.10.021>
- Liu, Y., Liu, R., Ding, Y., Wang, J., Zhen, R., & Xu, L. (2016). How online psychologic need satisfaction influences self-disclosure online among Chinese adolescents: Moderated mediation effect of exhibitionism and narcissism. *Frontiers in Psychology*, 7, 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01279>
- Matsushima, R., & Shiomi, K. (2002). Self-disclosure and friendship in junior high school students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 30 (5), 515-525. <https://doi:10.2224/sbp.2002.30.5.515>
- Matsushima, R., Shiomi, K., & Kuhlman, D. M. (2000). Shyness in self-disclosure mediated by social skill. *Psychological Reports*, 86 (1), 333-338. <https://doi.org/10.2466/pr0.2000.86.1.333>
- Mısır, S. (2017). *Online vs. face-to-face self-disclosure and interpersonal competence: The role of shyness and loneliness* [Unpublished masters thesis]. Middle East Technical University.
- Myrick, R. D. (2003). *Developmental guidance and counseling: A practical approach*. Minneapolis, Educational Media Corporation.
- Nur-Şahin, G. (2011). *Üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Öksüz, E., Mersin, S., & Türker, T. (2017). Kendini Açma Ölçeğinin üniversite öğrencilerinde Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18 (6), 586-593. <https://doi.org/10.5455/apd.259467>
- Paluckaite, U., & Zardeckaite, K. (2012). Gender differences in self-disclosure for the unknown person on the internet communication. *Advanced Research in Scientific Areas* içinde (s.961-966).
- Polat, E. (2019). *11-14 yaş ortaokul öğrencilerinin arkadaşlık ilişkileri ve rekabetçi tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi.
- Posey, C., Lowry, P. B., Roberts, T. L., & Ellis, T. S. (2010). Proposing the online community self-disclosure model: The case of working professionals in France and the U.K. who use online communities. *European Journal of Information Systems*, 19, 181-195. <https://doi.org/10.1057/ejis.2010.15>
- Richards, D. & Vigano, N. (2012). Online counseling. *Encyclopedia of Cyber Behavior*, 3:699-713. <https://www.igi-global.com/chapter/online-counseling/64796>
- Richer, S. & Vallerand, R. J. (1998). Construction and validation of the perceived relatedness scale. *Revue Européene de Psychologie Appliquée*, 48, 129-137.
- Rivenbark, W. H. (1971). Self-disclosure patterns among adolescents. *Psychological Reports*, 28 (1), 35-42. <https://doi.org/10.2466/pr0.1971.28.1.35>



- Rochler, A. B., Zack, J. S., & Speyer, C. (2004). Online therapy: Review of relevant definitions, debates, and current empirical support. *Journal of Clinical Psychology*, 60(3), 269– 283. <https://doi.org/10.1002/jclp.10263>
- Ruppel, E. K., Gross, C., Stoll, A., Peck, B. S., Allen, M., & Kim, S.-Y. (2016). Reflecting on connecting: Meta-analysis of differences between computer-mediated and face-to-face self-disclosure. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 22 (1), 18–34. <https://doi.org/10.1111/jcc4.12179>
- Saunders, P. L., & Chester, A. (2008). Shyness and the internet: Social problem or panacea? *Computers in Human Behavior*, 24, 2649–2658. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2008.03.005>
- Schouten, A. P. (2007). *Adolescents' online self-disclosure and self-presentation*. Amsterdam School of Communications Research, ASCoR.
- Seamon, C. M. (2003). Self-esteem, sex differences, and self-disclosure: A study of the closeness of relationships. *All Volumes (2001-2008)*. 99.
- Sermat, V., & Smyth, M. (1973). Content analysis of verbal communication in the development of relationship: Conditions influencing self-disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 26 (3), 332–346. <https://doi.org/10.1037/h0034473>
- Sheldon, P. (2010). *Similarities and differences in self-disclosure and friendship development between fact-to-face communication and Facebook* [Unpublished doctoral thesis]. Louisiana State University.
- Sheldon, P. (2012). Profiling the non-users: Examination of life-position indicators, sensation seeking, shyness, and loneliness among users and non-users of social network sites. *Computers in Human Behavior*, 28(5), 1960–1965. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.05.016>
- Sheldon, P., & Pecchioni, L. (2014). Comparing relationships among self-disclosure, social attraction, predictability and trust in exclusive facebook and exclusive face-to-face relationships. *American Communication Journal*, 16(2), 1-14.
- Steel, J. L. (1991). Interpersonal correlates of trust and self-disclosure. *Psychological Reports*, 68, 1319- 1320. <https://doi.org/10.2466/PR0.68.4.1319-1320>
- Şahin, E. E. (2013). *Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinde utangaçlık: benlik saygısı, ilişki başlatma, kendini açma, etki bırakma, duygusal destek ve çatışma yönetimi değişkenlerinin rolü* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Mersin Üniversitesi.
- Tait, S. E. & Jeske, D. (2015). Hello stranger!: Trust and self-disclosure effects on online information sharing. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning*, 5(1), 42–55. <https://doi.org/10.4018/ijcbpl.2015010104>
- Tan, H., Baloğlu, M. (2013). *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Teori ve Uygulama*. Nobel Akademik.
- Tian, L., Chen, H., & Huebner, E. S. (2013). The longitudinal relationships between basic psychological needs satisfaction at school and school-related subjective well-being in adolescents. *Social Indicators Research*, 119 (1), 353–372. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0495>
- Ünal-Karagüven, M. H., Ekşioğlu, M., & Gül, G. (2020). Özerklik teorisi ve sosyal ilişki gereksinimi ölçeğinin Türkçeye adaptasyonu. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 6, 366-377. <https://doi.org/10.21733/ibad.656251>
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online communication among adolescents: An integrated model of its attraction, opportunities, and risks. *Journal of Adolescent Health*, 48(2), 121–127. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.08.020>

- Valkenburg, P. M., Sumter, S. R. & Peter, J. (2010). Gender differences in online and offline self-disclosure in pre-adolescence and adolescence. *British Journal of Developmental Psychology*, 29 (2), 253-269. <https://doi.org/10.1348/2044-835x.002001>
- Vijayakumar N., & Pfeifer, J. H. (2019). Self-disclosure during adolescence: Exploring the means, targets and types of personal exchanges, *Current Opinion in Psychology*. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2019.08.005>
- Wang, H. (2004). *Self-disclosure in long-distance friendships: a comparison between face-to-face and computer-mediated communication* [Unpublished masters thesis]. San Diego University.
- Wang, Y. C., Burke, M., & Kraut, R. (2016, February). Modeling self-disclosure in social networking sites. *Proceedings of the 19th ACM Conference on Computer-Supported Cooperative Work & Social Computing* içinde (74-85). CSCW'16, San Francisco, CA, USA. <https://doi:10.1145/2818048.2820010>
- West, L. W., & Zingle, H. W. (1969). A self-disclosure inventory for adolescents. *Psychological Reports*, 24 (2), 439-445. <https://doi:10.2466/pr0.1969.24.2.439>
- Wheless, L. R., & Grotz, J. (1976). Conceptualization and measurement of reported self-disclosure. *Human Communication Research*, 2 (4), 338-346. <https://doi:10.1111/j.1468-2958.1976.tb00494.x>
- Wheless, L. R., & Grotz, J. (1977). The measurement of trust and its relationship to self-disclosure. *Human Communication Research*, 3 (3), 250-257. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1977.tb00523.x>
- Wray-Lake, L., & Flanagan, C. A. (2012). Parenting practices and the development of adolescents' social trust. *Journal of Adolescence*, 35(3), 549-560. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.09.006>
- YingMin, C., YunPeng, W., YuanJin, Z., Peng, W., Lei, H., & FengQiang, G. (2014). Relationships between parenting style, self-perception and shyness among Chinese early adolescents. *Psychology Research*, 4 (11), 897-904.
- Yüçetürk, O. K. (2018). *Lise öğrencilerinde sosyal dışlanmanın akran ilişkileri ve mükemmeliyetçilik ile ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.

**EXTENDED ABSTRACT****Introduction**

Close relationship plays an important role in the general psychological development of the adolescent. Self-disclosure is essential for the development of a close relationship. On the other hand, one of the most important factors affecting the efficiency of the counseling process is the client's inability to self-disclosure. Adolescents may have difficulties in self-disclosure for various reasons. Self-disclosure as a dimension of personality refers to the extent to which an individual reveals personal and private information about himself (West & Zingle, 1969). In recent years, self-disclosure is available not only face to face but also via online communication by developing internet technologies. Self-disclosure is seen as a communication skill necessary for the development and maintenance of both face-to-face and online relationships (Bucholtz, 2013). Interpersonal trust has been seen as an important factor in terms of self-disclosure and has been studied together in some studies (Wheless & Grotz, 1977; Bucholtz, 2013). In terms of self-disclosure the another important concept is shyness. Shyness refers to anxious reactivity in challenging social situations. Whereas shyness is believed to be biologically rooted, individual socialization experiences play a role in shaping its development (Chen, 2019). Although self-disclosure is an individual process, it is affected by social factors (Chen, Pan, & Guo, 2016). It has been determined that social relationship supports self-disclosure with the need for relatedness (Davis, 2012). The aim of this study is to examine adolescents' online and face-to-face self-disclosure levels in terms of interpersonal trust, shyness, and need for relatedness. Additionally, the online and face-to-face self-disclosure levels of adolescents were also examined in terms of the demographic characteristics such as gender, number of siblings, birth order, parents' education, togetherness, working status and time spent on the Internet. The findings can be useful in interpersonal relationships and in therapist-client relationships. Moreover, findings can also be beneficial for those working in the field in terms of increasing the efficiency of the guidance services given to adolescents.

**Method**

In this study, the cross-sectional survey method was used to investigate the relationship between the variables. Sample consisted of a total of 306 high school seniors, 165 girls and 141 boys from Istanbul Çekmeköy Anatolian High School in the 2020-2021 academic year. Both the online and face-to-face forms of the "Self-Disclosure Scale", as well as the "Interpersonal Trust Scale", "Shyness Scale", "Need for Relatedness Scale" and "Questionnaire Form" were applied face-to-face to the participants. The participants were informed about the study in advance, and participation was voluntary-based. Data were analyzed through various procedures. Dependent Group t Test, Independent Group t Test, Kruskal Wallis-H Test, Mann Whitney-U Test, One Way



Multivariate ANOVA (MANOVA) Test, Scheffe were used. Pearson bivariate correlation and Hierarchical multiple regression analyzes were also conducted to reveal the relationship between self-disclosure levels and interpersonal trust, shyness and need for relatedness.

### Results

As a result of the analysis self-disclosure levels of adolescents vary according to whether they are done face to face and online. It is seen that adolescents prefer to disclose themselves in face-to-face communication rather than online self-disclosure. Online and face-to-face self-disclosure levels did not differ significantly according to the demographic variables. On the other hand Online and face-to-face self-disclosure levels differed significantly according to the levels of interpersonal trust, shyness, and need for relatedness. According to the correlation analyses results; interpersonal trust, shyness, and need for relatedness are moderately correlated with online and face to face self-disclosure. Interpersonal trust and need for relatedness were positively correlated with online and face-to-face self-disclosure. On the other hand, a negative relationship was found between shyness and online and face-to-face self-disclosure. Interpersonal trust, shyness, and need for relatedness explain about 8% of the total variance in online self-disclosure scores. In addition, trust, shyness, and need for relatedness explain about 13% of the total variance in face-to-face self-disclosure scores. In other words, when the levels of trust, shyness and need for relatedness are taken together, they affect the online-face-to-face self-disclosure levels. While only shyness had a significant effect on online self-disclosure; shyness and interpersonal trust were found to have an effect on face-to-face self-disclosure.

As a result, it was observed that adolescents preferred self-disclosure in face-to-face communication. Significant differences were found in self-disclosure levels, both online and face-to-face, according to levels of interpersonal trust, shyness and need for relatedness. Self-disclosure, both online and face-to-face, was positively related with interpersonal trust and need for relatedness, while negatively related with shyness. Shyness significantly predicts both face-to-face and online self-disclosure, and interpersonal trust significantly predicts only face-to-face self-disclosure.

### Discussion & Conclusion

This study investigated the relationship between self-disclosure and interpersonal trust, shyness and need for relatedness. The findings answered five research questions relating to both online and face to face self-disclosure levels according to interpersonal trust, shyness and need for relatedness. First, that adolescents preferred self-disclosure more in face-to-face communication. Second, that differences were found in self-disclosure levels according to interpersonal trust, shyness and need for relatedness. Third, that a modest relationship was

discovered between online and face to face self-disclosure with individualized trust, shyness, need for relatedness. Higher levels of trust were found to be related with greater amount of disclosure. Similarly higher level of need for relatedness was found to be related with greater amount of disclosure. Conversely Higher levels of shyness were found to be related with smaller amount of disclosure. Forth, that shyness significantly predicts both online and face-to-face self-disclosure. Shyness was an important predictor of self-disclosure. Fifth, that interpersonal trust significantly predicts only face-to-face self-disclosure. interpersonal trust was an important predictor of face-to-face self-disclosure. These findings provided support for the similar previous studies.

The study had several strengths and limitations. The weaknesses were typical of many published studies. Its limitation is that some of the scale items were subjective. However, most of the scales used were scales that allow the individual to evaluate himself objectively and have satisfactory validity and reliability. The size of the working group was one of its strengths. Another strong point is that the scales and methods used in the study were standard. For this reason, the study can contribute to the field and be a reference source. In order to generalize the findings, it is necessary to conduct studies with different groups. Replication attempts should involve different populations.

# Stefan Zweig'in "Bir Çöküşün Hikayesi" Adlı Eserinin Baş Kahramanı Madame De Prie'nin Gestalt Terapisi Yaklaşımına Göre İncelenmesi

An Examination of Madame De Prie, The Head Hero of Stefan Zweig's The Story of A Collapse With Approach Gestalt Therapy

Emirhan AKTAŞ<sup>[1]</sup>

Başvuru Tarihi: 02 Eylül 2022

ÖZ

Kabul Tarihi: 27 Şubat 2023

Bu çalışmanın amacı Stefan Zweig'in Bir Çöküşün Öyküsü adlı eserindeki baş kahraman Madame de Prie'nin Gestalt Terapi yaklaşımına göre incelenmesidir. Stefan Zweig, Avusturya'nın Viyana şehrinde 28 Kasım 1881 yılında doğmuş, 23 Şubat 1942 yılında Brezilya'da ölmüştür. Psikolojiye olan yakınlığını eserlerinde yansıttığını gördüğümüz Zweig'in 1910 yılında yazdığı Geschichte Eines Untergangs adlı eseri Bir Çöküşün Öyküsü (2017) adı ile Türkçeye çevrilmiştir. Bir Çöküşün Öyküsü, XV.Louis döneminde sarayda çok etkin olan Madame de Prie'nin Normandiya'da bir köye sürgün edilmesinden sonra köyde yaşadıklarını anlatmaktadır. Madame de Prie'nin Gestalt terapi yaklaşımına göre incelenmesi Gestalt terapisinde vakaların değerlendirme yöntemlerinden olan Gestalt haritası yöntemi ile yapılmıştır. Gestalt haritası ile vakanın incelenmesi temas kurma kapasitesi, terapistin hissettikleri, ihtiyaç döngüsünün tamamlanması, ihtiyaçların karşılanmasını engelleyen faktörler, temas biçimleri, ilişki kurma ritmi ve destek sistemleri açısından yapılmıştır. Bu yaklaşım ile Madam de Prie, sanki psikolojik danışmada danışan koltuğunda oturan bir kişiymiş gibi analiz edilerek süreç Gestalt Terapi kavramları ile açıklanmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Stefan Zweig, bir çöküşün öyküsü, gestalt terapi, kitap inceleme

Received Date: 02 September 2022

ABSTRACT

Accepted Date: 27 Şubat 2023

The aim of this study is to examine the protagonist Madame de Prie in Stefan Zweig's The Story of a Collapse according to the Gestalt therapy approach. Stefan Zweig was born on November 28, 1881, in Vienna, Austria, and died on February 23, 1942, in Brazil. Zweig's work, Geschichte Eines Untergangs, written in 1910, which we see reflects his closeness to psychology in his works, has been translated into Turkish under the name of A Collapse Story (2017). The Story of a Collapse tells that Madame de Prie, who was very active in the palace during the reign of Louis XV, lived in the village after she was exiled to a village in Normandy. The examination of Madame de Prie according to the Gestalt therapy approach was made with the Gestalt map method, which is one of the evaluation methods of the cases in Gestalt therapy. Examination of the case with the Gestalt map was made in terms of the capacity to make contact, the therapist's feelings, the completion of the cycle of the need, the factors that prevent the needs from being met, the forms of contact, the rhythm of Establishing a relationship, and the support systems. With this approach, Madame de Prie was analyzed as if she was a person sitting in the client's chair in psychological counseling and the process was explained with Gestalt Therapy concepts.

**Keywords:** Stefan Zweig, the story of collapse, gestalt therapy, book review

Atıf  
Cite

Aktaş, E. (2023). Stefan Zweig'in "Bir Çöküşün Hikayesi" adlı eserinin baş kahramanı Madame De Prie'nin Gestalt Terapisi yaklaşımına göre incelenmesi. *Humanistic Perspective*, 5 (1), 750-768. <https://doi.org/10.47793/hp.1170401>

## GİRİŞ

**S**tefan Zweig, Avusturya'nın Viyana şehrinde 28 Kasım 1881 yılında doğmuş, 23 Şubat 1942 yılında Brezilya'da ölmüştür. Çeşitli türlerde edebi metinler üreten yazar, psikolojiye ve Sigmund Freud'un çalışmalarına olan ilgisinin de etkisiyle eserlerinde detaylı karakter betimlemeleri yapmıştır (Luebering, 2022). Aynı zamanda *Ruh Yoluyla Tedavi* (2005) kitabında F. A. Mesmer, M. Baker-Eddy ve S. Freud'un çalışmalarını inceleyerek bu kişilerin görüşlerine eleştiriler getirmiştir. Bu eserde “*Freud'un düşünce sisteminden doğrudan ya da dolaylı olarak yararlanılmamış ya da eleştiri yoluyla yaratıcı biçimde etkilenmemiş hiçbir insan yoktur.*” ifadesini kullanmaktadır (Zweig, 2005). Psikolojiye olan yakınlığını eserlerinde yansıttığı görülen Zweig'in 1910 yılında yazdığı *Geschichte Eines Untergangs* adlı eseri *Bir Çöküşün Öyküsü* (2017, Çev. M. İ. Çelebi) adı ile Türkçeye çevrilmiştir. *Bir Çöküşün Öyküsü*, XV.Louis döneminde sarayda çok etkin olan Madame de Prie'nin Normandiya'da bir köye sürgün edilmesinden sonra köyde yaşadıklarını anlatmaktadır. Madame de Prie, saraydan sürülmesini, etrafındakilerin ilgi, saygı ve hayranlığını yitirmesini hazmedemeyerek eski günlerine dönmek için türlü çabalar sarf etmektedir. Zweig, Madam de Prie'nin psikolojik dünyasını gerek diğer karakterler ile ilişkisi üzerinden gerekse kendi iç konuşmaları yoluyla bize detaylıca anlatmaktadır. Madam de Prie, elinde olan gücü kaybetmiş, insanlar üzerindeki etkisi azalmış bir kişidir. Yani Madam de Prie, saygın ve prestijli bir insan iken geri plana atılmış ve önemsiz bir insana dönüşmüştür; Gestalt yaklaşımı dili ile bir kutuptan diğer kutba kaymıştır. Gestalt Terapi yaklaşımı, her kişilik özelliğinin iki farklı kutbu beraberinde taşıdığını söyler; bu kutbun iki ucunda birbirine zıt özellikler bulunmaktadır (Daş, 2020; Perls, 1972; Yontef ve Jacobs, 2012). Bu açıdan bakıldığında Madam de Prie'nin karakter analizinin Gestalt Terapi yaklaşımı ile yapılabileceği görülmektedir.

Gestalt Terapisi, Fritz Perls, Laura Perls ve Paul Goodman tarafından 1950'li yıllarda geliştirilmiş bir terapi yaklaşımıdır. Bu yaklaşım danışanların farkındalığını artırmak, özgürlüğünü ve kendini yönlendirme becerilerini geliştirmek amacıyla hareket eden sistemli ve bütüncü bir yaklaşımdır (Yontef ve Jacobs, 2012). Bu yaklaşım ile Psikoterapistler, danışanların farkındalık düzeylerini artırmaya, kendi yaşamlarının sorumluluklarını alabilmelerine yardımcı olmaya, başkalarına zarar vermeden kendi ihtiyaçlarını karşılamaları için becerilerini artırmaya, sosyal destek kaynaklarını ihmal etmeden iç desteklerini artırmaya ve kişilerarası ilişkilerini desteklemeye çalışmaktadırlar (Corey, 2015). Gestalt Terapi yaklaşımının kişiliğe bakış açısını anlamak için bazı temel kavramların anlaşılması gerekmektedir. Bu temel kavramlardan ilki *temastır*. Çünkü Daş'a göre (2020), Gestalt Terapisi'nin odak noktası, kişinin kendisi ve çevresi ile kurduğu temastır. Voltan-Acar'a göre (2017) de Gestalt Terapisi'nde temas, ilişki kurma anlamına gelir ve psikolojik danışma süreci de psikolojik danışman ile danışanın kurduğu temas ile başlar. Temas, “*şu anda neyin ortaya çıktığı ile dakika-dakika temas halinde*

olmaktadır.” (Yontef ve Jacobs, 2012, s.527). Burada kastedilen bireyin diğer kişiler veya nesnelere ile kurduğu ilişki ve bu ilişkinin sınırlarını fark edebilmesidir. Gestalt Terapi yaklaşımı, kişiyi bulunduğu çevre ile beraber ele alır. Kişinin ihtiyaçlarını karşılaması ile hayatta kalabilmesi için çevre ile ilişki kurma mecburiyetinde olduğunu ifade eder. Kişinin çevresi ile etkileşim kurması temas ile mümkündür. Temasın etkili şekilde kurulabilmesi için kişinin temas sınırını fark edebilmesi gerekir. Temas sınırı, kişinin kendine ait olan ile kendine ait olmayanlara göre deneyimlediği yerdir. Yani temas sınırı, kişinin hem başkalarından ayrıldığı hem de onlarla etkileşim kurduğu alandır (Daş, 2020; Swanson, 1988). Temas sınırı, bireyin bir başka kişi veya nesne ile kurduğu ilişkide bunalmadan, kendi benliğini koruyarak iletişim kurabilmesini sağlar (Voltan-Acar, 2017). Bireyin bir başka kişi veya nesne ile kurmuş olduğu etkileşim sürecinde temas sınırı ilişkinin yapısına bağlı olarak geçirgen veya geçirimsiz olabilir (Caffaro, 1989). Madame de Prie de başta çevresindekiler ile daha sonra ise kendi ile temasında sorunlar yaşayarak psikolojik olarak işlevsiz hale gelmiştir.

Gestalt terapi yaklaşımının bir diğer temel kavramı farkındalıktır. Gestalt terapi yaklaşımına göre bireyin büyümesi ve değişmesi farkındalık düzeyinin gelişmesine bağlıdır (Daş, 2020; Perls, 1972). Türk Dil Kurumu’na (TDK) göre farkında olmak, “görülmesi veya bilinmesi gereken şeylerden haberi bulunmak, kavranması gereken bir şeye dikkat etmek” olarak tanımlanmıştır (TDK, 2022). Perls ve arkadaşlarına göre (1994) farkındalık, temas, algılama, heyecan ve gestalt oluşumu ile karakterize edilir. Yani farkındalık bireyin kendi algısal alanını fark etmesi ve ona temas edebilmesidir. Farkındalık; bireyin içerisinde bulunduğu anda kalabilmesi, şekil-fon ilişkisi ve bireyin fenomenolojisinden etkilenmektedir. Bireyin farkındalığının gelişmesi içsel yaşantılarının, duygularının, isteklerinin, değer yargılarının, çevresel faktörlerin fark edilmesine bağlıdır. Farkındalık düzeyi gelişmemiş bireylerin ihtiyaçlarını fark edebilmeleri ve ihtiyaçlarını gidermek için harekete geçebilmeleri bir hayli zordur (Daş, 2020). Gestalt Terapi yaklaşımı ile şarkı (Yalçın ve Voltan-Acar, 2006), şiir (Kılıç, 2021) ve kitap (Candır, 2020; Candır ve Çelik, 2019) incelemelerinin yapıldığı çalışmalar literatürde yer almaktadır. Aynı zamanda S. Zweig’in farklı kitaplarının incelendiği çalışmalar da (Akyıldız-Ercan ve Balkaya, 2019; Bazarkaya ve Tuna, 2020; Coşan, 2017; Karabulut, 2021; Kaygın, 2014; Keser, 2020) mevcuttur. Bu çalışmalardan hiçbirinde doğrudan bir karakter üzerinden inceleme yapılmamıştır. Son yıllarda farklı disiplinlerde çalışmaları artan Stefan Zweig’a ait bir kitap karakterinin ilk kez incelenmesi ve bunun Gestalt Terapi aracılığı ile yapılması bu açılarından ilgili alanyazına katkı sağlayacaktır. Bu nedenle bu çalışmanın amacı Stefan Zweig’in *Bir Çöküşün Öyküsü* adlı eserindeki baş kahraman Madame de Prie’nin Gestalt Terapi yaklaşımına göre incelenmesidir.

### **Gestalt Terapi Yaklaşımı Açısından Madame De Prie’nin İncelenmesi**

Bu çalışmada Madame de Prie'nin Gestalt Terapi yaklaşımına göre incelenmesi, Gestalt Terapisi'nde vakaların değerlendirme yöntemlerinden olan *Gestalt haritası* yöntemi ile yapılmıştır. Gestalt haritası ile vakanın incelenmesi temas kurma kapasitesi, terapistin hissettikleri, ihtiyaç döngüsünün tamamlanması, ihtiyaçların karşılanmasını engelleyen faktörler, temas biçimleri, ilişki kurma ritmi ve destek sistemleri açısından yapılacaktır (Bozkurt, 2004; Daş, 2020). Bu yaklaşım ile Madam de Prie, sanki psikolojik danışmada danışan koltuğunda oturan bir kişiymiş gibi analiz edilmiş, Gestalt terapi kavramları ile açıklanmıştır.

### ***Temas Kurma Kapasitesi***

*Temas Kurma Kapasitesi*, bireyin diğer kişiler ile nitelikli ilişkiler kurabilmesini sağlayacak bir potansiyel olarak ifade edilebilir (Daş, 2020; Wheeler ve Axelsson, 2015; Yontef ve Jacobs, 2012). Yontef (1993), bireylerin temas kurabilmeleri için empati gösterebilmeleri, yakın ilişkiler kurabilmeleri, diyalog oluşturabilmeleri, öfkesini ve olumsuz duygularını ve neşesini ve olumlu duygularını ifade edebilmeleri gerektiğini ifade etmiştir. Empati gösterebilme; bireyin karşıdaki kişi veya kişilerin düşüncelerini, duygularını, ihtiyaçlarını fark edebilmek, onların açısından olay ve durumlara bakabilmektir. Yakın ilişkiler kurma; bireyin karşıdaki kişi veya kişilere karşı samimi bir şekilde kendini ifade edebilmesi ve karşıdaki kişiyi olduğu gibi kabul edebilmesi ile oluşan ilişkidir. Diyalog oluşturma; bireyin karşıdaki kişi veya kişilere kendisini anlatabilmesi, zorlandığı zamanlarda da buna devam edebilmesi ve gerektiğinde anlatmaktan vazgeçebilmesini içeren bir süreçtir. Öfkesini ve olumsuz duygularını ifade edebilme; bireyin diğer kişiler ile kurmuş olduğu ilişkide olumsuz duygularını nasıl ifade ettiğine odaklanmaktadır. Neşesini ve olumlu duygularını ifade edebilme ise bireyin diğer kişiler ile kurmuş olduğu ilişkide olumlu duygularını nasıl ifade ettiğine odaklanmaktadır (Daş, 2020; Wheeler ve Axelsson, 2015). Bu nedenle bu bölümde Madam de Prie'nin temas kurma kapasitesi bu başlıklar ile incelenmiştir.

***Empati Gösterebilme:*** Madam de Prie, diğer insanların ne düşündüğünü ya da ne hissettiğini çok nadir fark edebilen bir insandır, sürgündeyken rahibin yeğenini kendisine aşık ederken, daha sonra onu bir oyuncak olarak görüp sıkılırken, geçmişteki duygusal ilişkilerinde de sabır gösteremezken (*sürgün edilmesinin nedeni de buydu*), sırf kendi istekleri için rahibin yeğeni olan genci kullanırken, başkaları sadece kendi ihtiyaçları nedeniyle aklına gelirken, sevgilisine karşı (*rahibin yeğeni*) ağır sözler söyleyip onu aşağılarken ve daha sonra ölümünden bir gün önce tekrar onunla birlikte olmak isterken yaşadıklarında empati yapmamıştır veya yapamamıştır. Ölümü düşünürken hayatta kalacak olan insanların mutlu olarak hayatlarına devam edeceklerini düşünüp onları kıskanması da diğer insanlarla empati kuramadığının açık bir göstergesidir. Empati gösterdiği tek konu kendi sürgünü nedeniyle kraliyete çaresizlik içinde yazdığı mektupları başkalarının da çokça yazmış olduğunu düşündüğü andır. Bu da yine kendi ihtiyaçlarının ürünüdür. Madam de Prie, insanların ona karşı ilgi ve alakasını yaşam sebebi görece kadar

önemli bulurken diğer insanları hiçbir zaman kendi ihtiyaçları kadar düşünememiştir, onların ne hissettikleri ve düşündüklerini hiçbir zaman anlamaya çalışmamıştır, ilişkilerindeki bu empati yoksunluğu onu kimsesizliğe, kimsesizlik ise onu ölüme götürmüştür.

**Yakın İlişkiler Kurma:** Sürgüne gitmesine neden olan Belle-Isle kontunu ziyaret ederek “majesteleri sağlık sebeplerim nedeniyle saraydan uzaklaşmamın bana iyi geleceğini düşünmüş.” ifadesini kullanması ve kendini hala güçlü olarak göstermeye çalışması, Kont’un çok uzun bir süre orada kalabilirsiniz ifadesinden dolayı çok endişelenmesine rağmen tebessüm etmeye devam etmesi, kendi içindeki duygu ve düşünceleri açıkça Kont’la paylaşamaması, daima sürgüne gönderildiğini fark ederek krala, kraliçeye, bakanlara, kendisinin ayrılışına ağıt yazması için şair Voltair’e ve daha birçok kişiye mektup yazması, düşmanları hakkında sekreterine haberler hazırlatıp dağıtılmasını sağlamasını istemesi ve bunları sadece yalnızlıktan kurtulmak, Paris’teki hayatına geri dönmek için yapması yani çevresini sadece menfaatleri için kullanmaya çalışması, bir çıkar yol bulmak adına rahibi yanına çağırıp onunla iletişim kurması ancak ardından yine ilgi görme ve dikkat çekme ihtiyacının ağır basması ve rahibi bunun için kullanması, rahibin gitmesinin ardından kendisinin diğer insanlara ne kadar muhtaç olduğunu fark etmesi ama buna rağmen insanlarla yakın ilişki kurmak yerine onları ihtiyaçları için kullanmaya devam etmesi, rahibin yeğeni olan genci yine sadece yalnız kalmamak, ilgi ve dikkat çekme ihtiyacını gidermek için kullanması, başkalarına kendini hiçbir zaman açamaması ve başkalarının duygu ve düşüncelerini de kabul edememesi Madam de Prie’nin hiçbir zaman yakın ilişki kuramadığını göstermektedir.

**Diyalog Oluşturma:** Madam de Prie, iletişimde olduğu Belle-Isle kontu, rahip, rahibin yeğeni ya da diğerleri ile hiçbir zaman samimi ve şeffaf bir ilişki kuramamıştır. Diğerlerini sadece kendi istek ve arzularını gerçekleştirmek ya da kendi ihtiyaçlarını gidermek amacıyla dinlemiş veya dinlemiş gibi yapmıştır. Onların konuşmalarıyla ilgilenmemesine rağmen ilgilendiğini göstermeye çalışmıştır. Kendi duygu ve düşüncelerini iletişim kurduğu hiç kimseye gerçekçi şekilde anlatmamıştır. Diyalog içerisine girmeye çalıştığı kişiler kendi istek ve arzularını reddettiği anda onlarla çatışmaya başlamıştır. Bu olaylar onun diyalog oluşturamadığını göstermektedir.

**Öfkesini ve Olumsuz Duygularını İfade Edebilme:** Madam de Prie, Belle-Isle Kontu’nu sürgün gitmesine neden olan kişi olarak görmesine rağmen onunla tebessüm ederek konuşmuştur, içerisindeki olumsuz duyguları ona güçlü görünerek ifade etmeye çalışmıştır. Sürgün mektubunu getiren subaya karşı öfkesini doğrudan değil dolaylı olarak subayın memleketini küçümseyici bir hikâye anlatarak ifade etmiştir. Diğer insanlara karşı kendi duygularını belli etmemek için hep tebessüm eder görünmüştür. Öfkesini ve olumsuz duygularını genellikle kendi içerisinde yaşamayı seçmiş, olumsuz duygularının yüzüne ve bedenine yansıdığı



zamanlarda kimseyle görüşmemiş, sevgilisine karşı olumsuz duygularını sadece bir kere, kendisini aşağılanmış hissettiği bir anda rahatlıkla ifade edebilmiştir ancak bunun sonucunda da fiziksel şiddet görmüştür. Parti verdiği günlerde öfkesini ve olumsuz duygularını gelen hiçbir konuğa ifade etmemiş, kendi içinde yaşamıştır. Tüm bu olaylar Madam de Prie'nin öfkesini ve olumsuz duygularını özellikle gizlediğini ve bunların diğer insanlar tarafından bilinmesinden çok korktuğunu göstermektedir.

**Neşesini ve Olumlu Duygularını İfade Edebilme:** Madam de Prie, neşesini ve olumlu duygularını sürgüne geldiği ilk iki günde yoğun şekilde yaşamıştır ancak bu neşe ve olumlu duygularının bu denli yoğun şekilde yaşamasının sebebi Paris'e geri döndüğünde insanlara saraydan ayrıldıktan sonra çok güzel bir tatile çıktığını ifade edebilmek içindir. Bu tıpkı rahiple ve rahibin yeğeni olan sevgilisi veya kendi gücünü göstermek için düzenlediği partilere katılan insanlara gösterdiği neşe ve olumlu duygular gibi sahte ve yapmacıktır. Onu en çok neşelendiren ve olumlu duygular yaşamasına sebep olan şey diğer insanların ona hayranlık duyması, onunla ilgilenmeleri, onun peşinden koşmaları, onu kıskanmaları gibi durumlardır. Bu anlarda neşesini ve olumlu duygularını başkalarına rahatlıkla göstermiştir.

### **Terapistin Hissettikleri**

Gestalt Terapi yaklaşımı, danışanın değerlendirilmesinde danışmanın görüşlerinden yararlanmaktadır. Danışman ile danışan arasındaki ilişkiyi terapi süreci açısından önemli ve değerlendirilmesi gereken bir süreç olarak görmektedir. Bunun temel nedeni, danışanın danışmana hissettirdiklerini başka kişilere de hissettirebileceğidir. Yani danışmanın danışanı nasıl algıladığı ile danışanın çevresinin danışanı nasıl algıladığı benzerlik göstermektedir. Bu da danışmanın, danışanın içerisinde bulunduğu çevrede danışanın nasıl algılandığını daha iyi anlamasını sağlamıştır (Bozkurt, 2004; Daş, 2020; Wheeler ve Axelsson, 2015). Madam de Prie'yi değerlendiren kişi olarak bu çalışmanın yazarının hisleri şu şekildedir:

Madam de Prie, yazara solgun yüzlü, çokça kilo kaybetmiş, üzüntülü, kederli, ne yapacağını bilemeyen, çaresizlik içinde çarpınan biri olarak görünmüştür. Sürgüne gönderilmiş olmasının onun için bir ölüm fermanı gibi olduğu fark edilmiştir. Ona karşı yazarın içinde bir acıma duygusu gelişmiş, onun kendinden kaçışı ile kendisi arasında sürekli kalması, çaresizlik hissetmesi yazarı üzmüştür ve yazar onu korumak istemiştir, bir yandan da geçmişte neler yaşadığını merak etmiştir.

### **İhtiyaç Döngüsünün Tamamlanması**

Gestalt Terapi yaklaşımının önemli kavramlarından biri de ihtiyaçlardır. Bu nedenle bu terapi yaklaşımının terapideki amaçlarından biri bireyin başkalarına zarar vermeden kendi

İhtiyaçlarını karşılaması, bu ihtiyaçları fark edebilmesi ve giderebilmesi için geliştirmektir (Perls, 1981; Sharf, 2017). Bireyin yaşamda kalması için ihtiyaçlarını karşılayabilmesi gerekir. Gestalt Terapi yaklaşımı ihtiyaçların fark edilmesi ve giderilmesi sürecini *ihtiyaç döngüsü* kavramı ile açıklamaktadır. İhtiyaç döngüsü, geri çekilme, duyum, farkındalık, harekete hazırlanma, hareket, temas, doyum ve geri çekilme aşamalarından oluşur. İhtiyacın karşılanması bu adımların sağlıklı şekilde geçilmesi ile mümkün olmaktadır. Danışanlar değerlendirilirken ihtiyaç döngüsünün hangi aşamasında sıkışıp kaldıkları fark edilerek onlara bu aşama için destek verilir. İlk adım olan geri çekilme, bireyin başka bir kişi ya da nesne ile kurmuş olduğu temasın sonlanmasını ifade eder. Duyum aşaması, bireyin kendi bedeninde veya çevresinde gelişen ihtiyaçlarını duyumsadığı aşamadır. Bu duyumsama doğru değerlendirilebilirse farkındalık aşamasına geçilir ve bireyin ihtiyacının farkında olur. Daha sonra harekete hazırlanma aşamasında bu ihtiyacı gidermek için hazırlık yapmaya başlar. Hareket aşaması bireyin ihtiyacını gidermek için gerçekleştirdiği eylemleri kapsar. Kişinin ihtiyaçlarını giderme sürecinde kendi veya çevresi ile kurduğu ilişki temas aşamasında gerçekleşir. Eğer ihtiyaç doğru şekilde fark edilmiş ve doğru şekilde karşılanmış ise kurulan temas sayesinde doyum yaşanır. Doyumun yaşanması ihtiyacın karşılandığı anlamına gelir. Bu ihtiyaç karşılandığı için birey geri çekilme aşamasına gelir, başka bir yaşantı veya deneyim için yeni temaslar kurmayı bekler. Bu sayede ihtiyaç döngüsü tamamlanmış olur (Daş, 2020; Sezgin, 2002; Zeleskov-Djoric, 2019).

Madam de Prie'nin ihtiyaç döngüsünde hareket ile temas arasında kalmış görünmektedir. İlgi ve dikkat çekme ihtiyacının sürekli etkisinde kalarak harekete geçtiği görünmektedir ancak kurduğu ilişkilerde empati yapamaması, diyalog kuramaması, olumlu ve olumsuz duygularını ifade edememesi, elde ettiği hazzı devam ettirmeyenlere karşı çabucak sinirlenmesi ve saldırganlaşması o teması kurmakta zorlandığını ve bir türlü doyum aşamasına geçemediğini göstermektedir. İlişki kurduğu sevgilisi ile de bu doyumunu yaşamadığı görülmektedir. Bunun yanında geçmiş yaşantısındaki ilişkilerinde de sabredemediği bilinmektedir. Tüm bunlar da hareket aşaması ile doyum arasında kaldığını, doyuma geçemediğini göstermektedir.

### ***İhtiyaçların Karşılanmasını Engelleyen Faktörler***

İnsanlar bazı zamanlarda ihtiyaçlarını gidermekte zorluklar yaşayabilirler. İnsanların ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanmalarının önemli bir nedeni Gestalt Terapisi'ne göre ihtiyaçların karşılanmasını engelleyen faktörlerin olmasıdır. Bu bakış açısına göre, insanların ihtiyaçlarını fark edememeleri, ihtiyaçlarını yargılamaları, ihtiyaçlarını öncelik sırasına göre sıralayamamaları, tamamlanmamış veya bitirilmemiş işlerinin olması, çevresel alternatiflerini kullanamamaları ve kendi ihtiyaçlarının sorumluluklarını üstlenememeleri onların ihtiyaçlarının karşılanmasını engelleyen faktörlerdir (Daş, 2020). Gestalt Terapisi'ne göre insanların ihtiyaçlarını karşılamasını engelleyen faktörlere temas engellemeleri de etki etmektedir. Temas engellemeleri, bireyin temas

kurmaya çalıştığı süreçte ilişkinin çarpıtılması veya yön değiştirilmesidir. Bu durum temas kurma açısından bazen olumlu bazen olumsuz olabilir (Voltan-Acar, 2017). İhtiyaçların karşılanmasını engelleyen temas engelleri temas kurma sürecinde olumsuz etkiler yapabilir. Madam de Prie'nin ihtiyaçlarını karşılanmasını engelleyen faktörler aşağıda incelenmiştir.

**İhtiyaçların fark edilememesi:** Madam de Prie'nin odaklandığı tek ihtiyacı ilgi görme ve dikkat çekme ihtiyacıdır. Bunun dışındaki hem fizyolojik hem de psikolojik ihtiyaçlarını dikkate almadığı görülmektedir. Başkalarından görmeyi umduğu ilgi ve hayranlık onu cezbetmektedir ve özellikle saraydan uzaklaştırılmasını ölmek olarak görmesinin nedeni bu ilginin ve hayranlığın kaybedilecek olmasıdır. Nitekim bu ihtiyacının karşılanmaması nedeniyle kendi hayatına son vermesi diğer ihtiyaçlarına karşı körleşmesinin net bir kanıtıdır. Sürgüne geldiği gün bulutlara bakarken Paris'te bulutlara hiç bakmadığını ve orada bulutların ona iyi hissettirdiğini ifade etmesinden şimdi ve burada kalmakta zorlandığını fark etmekteyiz. Saygı görme ve sevilme ihtiyacının fark edemediğini yaşadığı olaylar göstermektedir. Madam de Prie, ilgi görmek, göz önünde olmak istemektedir ancak diğer insanları önemsemeden, onların ihtiyaçlarını yok sayarak bunu yapmaya çalışmaktadır. Saygı görmek isterken saygı göstermemekte, kimseyi sevmemekte, kimseden de sevgi beklemiyor görünmektedir. İnsanlarla bu kadar yakın olmak isteyen, yakın ilişkileri olan biri olmasına rağmen onlarla kurduğu ilişki saygı ve sevgi temelinde değil de karşıdakini köle gibi görerek, ondan aldığı ilgiye bir karşılık biçerek ve genellikle de para veya maddi bir şey vererek bunu yapması bu ihtiyaçlarını fark edemediğini göstermektedir.

**İhtiyaçların yargılanması:** Madam de Prie'nin asıl ihtiyacının saygı görmek ve sevilme olduğunu fark edememesinin en temel nedenlerinden biri başkalarına sevgi ve saygı göstermeyi, başkalarından sevgi ve saygı beklemeyi yargılaması olabilir. İlgiyi, saygıyı, sevgiyi yani diğer insanların kendisine olan hayranlığını maddi yollarla veya güç ve iktidarla sağlamaya çalışması bunu gösteriyor olabilir. Eğer bu ihtiyaçlarını yargılamasaydı ihtiyaçlarını daha iyi fark edebilirdi.

**İhtiyaçların sıralanamaması:** Madam de Prie, ilgi ve dikkat çekme ihtiyacına odaklandığı için diğer ihtiyaçlarına karşı duyarsızlaşmayı sık sık kullanmaktadır. Uyku, yemek yeme gibi fizyolojik ihtiyaçlarını sürekli geri plana atmıştır. Cinsel ilişki ihtiyacını sadece ilgi görebilmek ve dikkat çekebilmek amacıyla kullanmıştır. Diğer insanlara çok ihtiyacı olduğu zamanları yaşamasına ve diğer insanlara olan ihtiyacını fark etmesine rağmen bundan bir ders çıkararak sevgi ve yakınlık kurma ihtiyacını gidermek yerine bu durumu da ilgi görmek ve dikkat çekmek için kullanmıştır. Tüm bunlar ihtiyaçlarını sıralayamadığını göstermektedir.

**Tamamlanmamış işler:** Madam de Prie'nin sürgüne gitmesi ve hayatının tamamen değişmesi Paris'teki hayatındaki işlerin tamamının yarım kalmasına neden olmuştur. Sürgündeyken de bu ihtiyaçları gidermek için önce rahiple, sonra rahibin yeğeni ile ilişki

kurmasının ardından şatosunda günlerce parti vermesi bu ihtiyaçlarını tamamlayamamış olmasının bir sonucu olabilir.

**Çevresel alternatiflerin kullanılmaması:** Madam de Prie'nin sürgüne gitmesi Paris'teki yaşamını ve kendisini düşünmesi için bir fırsat olarak görülebilir. Çevresindeki ilişkilerini hiçbir zaman kendi asıl ihtiyaçlarını fark etmek ya da geliştirmek amacıyla kullanmadığı görülmektedir. Bunun aksine kendisi ile ilişki kuran kişilerle gerçek duygularını paylaşmaması, sevgilisini aşağılaması hayatına giren yeni insanlara değer vermemesi de bu alternatiflerin kullanılmamasını sağlamıştır.

**Kendi ihtiyaçlarının sorumluluğunu üstlenememe:** Madam de Prie, kendi ihtiyaçlarını gidermek için sürekli diğer insanları kullanmaya çalışmıştır. Kendisine karşı sevgi, ilgi ve saygı göstermek yerine bunu hep başkalarından beklemektedir. Bu durum da onu diğer insanlara bağımlı kılmış olabilir. Diğer insanlara karşı aşağılayıcı, suçlayıcı bir tutum içerisinde olması, onlara karşı ilgisiz olması bu ihtiyaçlarını karşılayamamasına da sebep olmuş olabilir. Kendine karşı ilgi gösterebilse, kendini sevebilse ve kendine saygı duyabilse yani kendi ihtiyaçlarının sorumluluğunu üstlenebilse hayat onun için psikolojik açıdan daha iyi olacaktır.

### **Temas Biçimleri**

Bazı kaynaklarda temas bozuklukları bazı kaynaklarda da temas biçimleri olarak ifade edilen kavram, bireyin diğer kişilerle temas kurması sürecinde kullandığı teknikleri ifade etmektedir. Yedi adet temas biçimi vardır: İçer alma, duyarsızlaştırma, saptırma, yansıtma, kendine döndürme, kendini seyretme ve iç içe geçme. İçer alma, bireyin çevresi aracılığıyla algıladığı düşünce, duygu ve davranışları ayırt edemeden ve kavrayamadan kabul etmesidir. Duyarsızlaştırma, bireyin kendi bedeninden gelen uyarıları ve duygularını duyumsayamaması, fark edememesidir. Saptırma, bireyin çevresindeki kişilerden gelen duygu, düşünce ve tepkileri duymaması ve görmemesidir. Yansıtma, bireyin kendi hissettiği duyguları, geliştirdiği düşünceleri ve yaptığı davranışları özelliklerini başka bir kişi ya da nesneye atfetmesidir. Kendine döndürme, bireyin başkalarından umduğu davranışları kendisine veya diğer kişilere göstermesidir. Kendini seyretme, bireyin kendini dışarıdan bakan bir kişinin gözüyle incelemesi, analiz etmesidir. Son olarak iç içe geçme ise bireyin çevresindeki kişi veya nesne ile kendini bir bütün olarak görmesi, kendi ile diğeri arasındaki sınırı belirleyememesidir. Eğer bireyin kullandığı temas biçimleri ihtiyaçlarını karşılamasını sağlamaz, ihtiyaçların karşılanmasını engeller hale gelirse bireyde temas ve geri çekilme sürecinde sorunlar yaşanır, dolayısıyla temas biçimleri temas bozukluklarına dönüşebilir (Daş, 2020; Gökdemir-Aktaş ve Daş, 2002; Gökdemir-Aktaş, 2002; Heiden, 2006; Murdock, 2016; Prosnick ve Woldt, 2015; Sezgin, 2002).

Temas biçimleri veya temas engelleri ile ilgili Türkiye’de yapılan çalışmalara bakıldığında cinsiyetin ve sosyoekonomik düzeyin temas engellerine göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür (Biçer vd., 2021; Tagay, 2010). Madam de Prie’nin kadın olması ve yüksek bir sosyo-ekonomik seviyeden düşük bir sosyo-ekonomik seviyeye düşmesi bu açıdan bakıldığında temas engellerinin etkisini gösterebilir. Başka bir araştırmada da temas biçimlerinin kaygı ve kendilik algısı ile ilişkisi incelenmiştir. Bu araştırmanın sonuçlarına göre kaygı ile temas biçimlerinden kendine döndürme, saptırma negatif yönlü ilişkili, duyarsızlaşma ise pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Kendilik algısı ile temas biçimlerinden kendine döndürme ve saptırma pozitif yönlü, duyarsızlaşma ise negatif yönlü ilişki bulunmuştur (Akça vd., 2011). Bu çalışma sonuçlarından hareketle Madam de Prie’nin kendine döndürme ve saptırma temas biçimlerini etkili kullanamaması, duyarsızlaşma temas biçiminin en çok kullandığı temas biçimi olması kendisinde kaygının artmasına, kendilik algısının zarar görmesine neden olmuş olabilir. Aşağıda Madam de Prie’nin kullandığı temas biçimleri ele alınmıştır.

**İçe Alma:** Madam de Prie’nin kapıda bulunan uşakların eğilerek selam verdikleri sırada bıyık altından güldüğünü fark etmesi, “insanların konumlarını kaybettiklerinde gülünç hale gelirler” içe almasını, insanlara ayrılacağını söylememek ve hiç kimsenin ona acımasına fırsat vermemek için konuk kabul etmesi, “insanlar bana acır” içe almasını, bir zamanlar gözde olan bir kişi için yardım dilenmeyecek kadar gururlu hissetmesi, “başkalarından yardım istemek dilenmektir” içe almasını, Fransa’daki herkes onu gülümseyen yüzüyle görmeliydi ifadesi, “güçlü görünmek için gülümsemek gerekir” içe almasını, gözden düşmüş olma düşüncesinin bile ona komik gelmesi, “gözden düşmek insanı komik duruma düşürür” içe almasını, çok mu günah işledim diye düşünmesi, “insanlar günah işlediklerinde cezalandırılırlar” içe almasını kullandığını göstermektedir.

**Duyarsızlaşma:** Madam de Prie’nin sürgün haberi geldiğinde endişelenmesine rağmen hizmetçilere bunu belli etmemeye çalışması, gelen subayı sanki bir dostu gelmiş gibi neşeli şekilde karşılaması, subaya karşı coşkulu görünmesi, müstehcen şakalar yapması, kaygılı ve hoppa görünmesi, gelen sürgün mektubu okuduktan sonra gülümsemeye devam etmesi, subaya “majesteleri sağlığım konusunda kaygılanmış, şehirden uzaklaşmamı istiyor, onun arzusunu derhal yerine getireceğimi bildirin” demesi, derken gülümsemeye devam etmesi, söylediği yalanlara inanarak, gerçeği yok sayması ve bu yolla kendini rahatlatması ve sürgüne gittikleri arabada hemen uyuya kalması, uyanıp, hissettiği tek şeyin üzerinde kontrolünün olmadığı, kendisinin bir meçhule gittiği duygusunu yaşamaması ve akabinde huzursuzluk hissetmeden yeniden uykuya dalması, sürgünde olmanın getirdiği olumsuz duygulardan kaçınmak için o hisleri bir kenara atması ve yeniden Cenevre bankerinin kızı, manastır bahçesinde oynayan on beş yaşındaki küçük, sıska ve neşeli matmazel Pleuneuf’du gibi davranmaya çalışması, sürgünün ilk

gecesinde rüya görmemesi, uyanmasına rağmen neden uyandığını bilememesi, uyanmanın eziyet vermesi, Paris’ten haber getiren seyise kızgınlığını belli etmemesi, Alincourt’a yazdığı mektupta memnuniyetsizliğinden bahsetmemesi, burada olmaktan çok mutlu olduğunu ancak burada çok kalmayacağını umduğunu ifade etmesi ve söylediği yalanı fark edememesi, kendini nasıl oyalayacağını bilememesi, her türlü gayreti göstermesine ve kitaplar getirtmesine rağmen okumaya devam edememesi, endişesinin iyice artması, yıllarca beraber yaşadığı insanların özlemine duyması, uşaklarını sağa sola göndermesi, kendini kandırmaya çalışması ve başarısız olması, yemekten bile iğrenmesi, sadece gece olmasını ve kendini memnun edecek bir haber gelene kadar uyumak istemesi, haberciyi bekleyemeden onu karşılayabilmek için üç saat at sürmesi, sırlı sıklam olmasına rağmen devam etmesi, ardından geriye dönüp uyumaya çalışması, hemen yatağının sıcaklığına sığınması, donacak kadar üşmesi, keskin bir öksürükle sarsılması, çaresizliğini kimseye göstermek istememesi, ne yemek yemek ne de konuşmak istememesi, neden ben diye, çok mu günah işledim diye düşünmesi, panik içinde olmasını bastırmaya çalışması, sevgilisinden şiddet gördükten sonra doğrulup aynaya baktığında gülümsemesi, kendisini aşağılanmış hissetmesi, bayıldıktan sonra yaşadığı korku ve endişeyi dizginlemeye çalışması, tebessüm etmeye çalışması, hiçbir şey olmamış gibi mektubu eline alması, mutluluk, iktidar, delikanlılar ve aşk olmadan nefes alamayacağını düşünmesi, insanlarla iç içeyken neşelenmesi, bu neşeyi gerçek zannetmesi, bu zevk ve sefanın içerisinde amacının ne olduğunu unutmaması, aslında başkalarını kandırmaya çalışırken kendisini kandırması, bu verdiği kalabalık partilerle kendisini güçlü, cazibeli, yaşam sevinciyle dolu zannetmesi, önemli biri olmadığını hissetmesi, kıskançlık, nefret ve yalanların olmadığı bir hayatı yaşamaya değer bir hayat olarak görmemesi, kendi ölümünü engellemek için ona çok aşık olabilecek birini araması, bütün erkeklerin ilgisinin kendi üzerinde olmasını istemesi ve bunun hayatını devam ettirebilmek için bir şart olarak görmesi, kendisi öldükten sonra diğer insanların yaşamlarına devam edeceklerinden dolayı onları kıskanması Madam de Prie’nin kendi bedensel ihtiyaçlarının, duygularının, çevresel koşullarının ve diğer insanların duygu ve ihtiyaçlarının farkında olmadığını göstermektedir.

**Saptırma:** Madam de Prie’nin rahibin ve rahibin yeğeni olan sevgilisinin düşüncelerini önemsememesi, onları dinliyormuş gibi yapması, partiye gelen kişilerle yüzeysel şekilde konuşması yaptığı saptırmalara örnek verilebilir.

**Yansıtma:** Madam de Prie, sürgün edilmesinden dolayı hizmetçilerinin ona güldüğünü, diğer insanların onun bu durumuna sevindiklerini, sevgilisine verdiği maddi şeyler nedeniyle sevgilisinin burnunun büyüdüğünü ve havalandığını düşünmesi kendi yansıtmasını göstermektedir. Bunun yanında insanlardan ilgi beklerken, onların kendisine hayranlıkla bakmasını ve davranmasını beklerken onlardan bunu görememesi sonucunda değersiz



hissetmesi aslında kendini değersiz gördüğünün bir yansıması olarak değerlendirilebilir. Kendisi önemsenmeyi beklerken kimseyi önemsemediğini fark edememektedir.

**Kendine Döndürme:** Madam de Prie'nin kendini öldürmesi aslında çevresindeki diğer insanları öldürmek, onları yok etmek istemesinin kendine döndürülmesi olabilir. Diğer insanlarla ilişkilerinde ihtiyaçlarını karşıladıktan sonra onlardan tiksinişi bu düşünceyi destekler niteliktedir. Çevresindeki insanlardan sürekli bir ilgi ve hayranlık beklerken kendine ilgi, sevgi ve saygı gösterememesi de kendine döndürememesinin bir sonucu olarak karşımıza çıkmaktadır.

**Kendini Seyretme:** Kont'un “uzun bir yalnızlık yaşayacaksınız” cümlesine çok şaşırmasına ve endişelenmesine rağmen kontrolünü koruyabilmesi, sürgüne giderken arabada uyanıp, hissettiği tek şeyin üzerinde kontrolünün olmadığı, kendisinin bir meçhule gittiği duygusunu yaşadığını fark etmesi, yıllardır başını kaldırıp bulutlara bakmadığını fark etmesi, Paris'teki bir eğlenceden diğerine koşarken, burada aylak aylak dolaşmanın ve harika bir içecek kadar leziz olan etrafındaki sessizliğin tadına vardığını fark etmesi, Versay'da etrafına üşüşen o insanlar için ona merakla bakan köylülere hiçbir şey hissetmediğini, onlara karşı ne sevgi ne de nefret beslemediğinin farkına varması, yorulmak bilmeyen dalgalar, hiç sona ermeyen ritimle elde edilen dans ve süslü yaşam kayığının sallanmasına benzer şekilde bu çağlayan akıntı içerisinde durmaksızın sürüklendiğini hissetmesi, kimsenin kendisini arayıp sormadığı bu yalnızlık içerisinde kendini önemsiz hissetmesi, işe yaramaz, solmuş ve bitkin hissetmesi kendini seyredebildiğini göstermektedir. Ancak sürekli kendi ile meşgul olması, sürekli kendini seyretmesi de onun spontan ve doğal olmasını engellemektedir.

**İç İçe Geçme:** Madam de Prie, ilişki kurduğu sevgilileri de dahil olmak üzere hiç kimseyle bir iç içe geçme yaşantısı yaşayamamaktadır. Diğerlerinin duygu, düşünce ve ihtiyaçlarını yok sayması, onlarla empati kuramaması, yakın bir ilişki geliştirememesi, diyalog kuramaması bu iç içe geçmeyi engelleyen en temel unsurlar arasındadır.

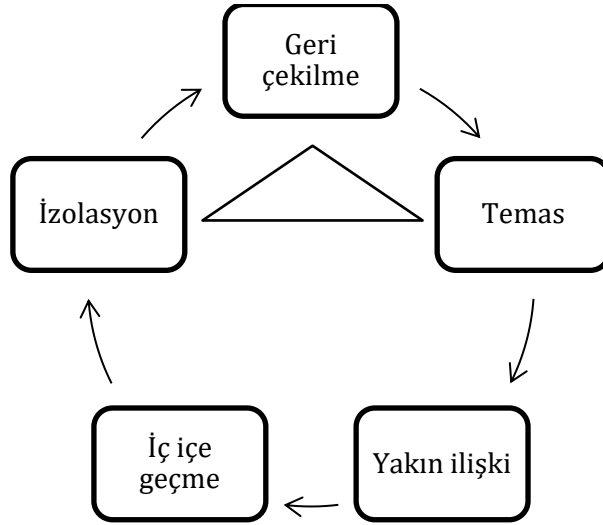
### **İlişki Kurma Ritmi**

*İlişki kurma ritmi*, Bob ve Rita Resnick tarafından geliştirilmiştir ve geri çekilme, temas, yakın ilişki, iç içe geçme ve izolasyon aşamalarından oluşmaktadır. İlişki kurma ritmi, kişilerin yeniden yakın ilişki kurabilme potansiyelleri ile ilgilidir. Belirtilen aşamalardan sağlıklı şekilde geçilmesi yeniden yakın ilişki kurmaya imkân verir. Ancak aşamalarda fazla durulması veya bazı aşamaların atlanması sağlıklı yakın ilişkilerin oluşmasını engeller (Daş, 2020).

Madam de Prie, kurduğu ilişkilerde ilgi görme, dikkat çekme, hayranlık uyandırma ihtiyaçları karşılanır karşılanmaz geri çekilerek yoğun bir yalnızlık ve izolasyon yaşamaktadır. İlişkilerinde diğerlerini sadece kendi ihtiyaçları karşılanana kadar önemsemediği için temas çok kısa sürmektedir. Bu temasın kısa sürmesi, bir yakın ilişki kurmasını ve iç içe geçmesini



engellemektedir. Temas, yakın ilişki ve iç içe geçme aşamaları atlandığı için geri çekilme ve izolasyon aşamaları arasında sürekli kalmaktadır ve bu da ona çokça çaresizlik hissettirmektedir.



### **Destek Sistemleri**

İnsanı sosyal bir varlık olarak gören Gestalt Terapi yaklaşımı, bireylerin kendilerini desteklemek ve diğer kişilerden destek almak için kapasitelerini kullanmaları gerektiğini ifade etmektedir. Bu destek sistemlerinin kullanılması bireyi güçlendirebilirken destek sistemlerinin olmaması veya kullanılmaması bireyi işlevsiz hale getirebilir. Destek sistemleri, kişilerarası destek, bilişsel destek, biyolojik destek ve çevresel fiziksel destekten oluşmaktadır (Daş, 2020; Zinker, 1998).

**Kişilerarası Destek:** Madam de Prie, kişilerarası ilişkilerini sadece kendi ihtiyaçlarını gidermek için kullanmaktadır. Geceleyin yalnızlıkla baş edemediği için rahibi evine çağırması, içerisinde bulunduğu kötü durumdan kurtulmak için rahibin yeğeni ile sırf eski günlerdeki gibi peşinde birilerinin koşmasını istediği için ve onu aşağılamaktan haz duyduğu için sevgili olması, Paris'teki yaşadığı hayatı geri getirmek için sürgündeki şatosuna Paris'teki ileri gelenleri davet edip konuk etmesi kişilerarası desteği sadece ihtiyacı için ve geçici olarak kullandığını göstermektedir.

**Bilişsel Destek:** Madam de Prie, Bourbon Dükü'nün devlet işlerinden sorumlu başbakanıydı, birçok dük ve kontun o konuma gelmesini sağlamış kitap okuyan bir kişidir, kendisinin yeterince olmasa da farkındadır. Hem eğitim düzeyi hem statüsü oradaki topluma göre yüksektir. Bunun yanında olayları algılama ve muhakeme etme gücü de yüksektir. Bu becerilerini ise çoğunlukla sürgün edilmesine hazmedememesine karşı kullanmıştır.

**Biyolojik Destek:** Madam de Prie'nin bir sağlık sorunu bulunmamaktadır. Ancak uykusuna, beslenmesine dikkat etmemesi, kendi bedenine bakmayı ihmal etmesi onu sağlıksız bir duruma sokmaya başlamıştır.

**Çevresel Fiziksel Destek:** Madam de Prie'nin Paris'teki hayatında çevresinde birçok faaliyet yapabileceği alanlar vardır. Burada sanatsal ve eğlence faaliyetlerine katılabilmektedir. Ancak sürgündeki şatosu çevresinde sadece doğa vardır. Sanatsal ya da eğlence faaliyeti yapabileceği herhangi bir yer yoktur ancak burada da dinlenmek için, doğayla iç içe olabilmek için imkânı vardır.

## SONUÇ

Madam de Prie, saraydan gönderilmesini kabul edememiş, sarayda etkin rol alma ile kazandığı hayranlık, statü ve saygıyı sürgün edilerek kaybetmiş ve sürgünde olduğu süre boyunca eski günlerine geri dönmeye çalışmış ancak sonuç alamamıştır. Bu süreç Gestalt terapi yaklaşımı açısından incelendiğinde Madam de Prie, kendisi ve çevresi ile temas kurmakta zorlandığı fark edilmektedir. Çünkü yeterince Kendisi yeterince empati kuramamakta, yakın ilişkilerini sadece kendi baskın ihtiyaçları için kurmakta, diyalog oluşturamamakta, öfkesini ve olumsuz duygularını kendine ve başkalarına zarar verecek şekilde yaşamakta ve neşesini ve olumlu duygularını çok az yaşamaktadır. Dolayısıyla bu durum onun temas kurma kapasitesini daraltmaktadır. Madam de Prie, kendi ihtiyaçlarını yeterince karşılayamamaktadır. Çünkü İhtiyaçlarını fark edememekte, ihtiyaçlarını yargılamakta, öncelikli ihtiyaçlarını sıralayamamakta, tamamlanmamış işlerini fark edememekte, çevresel alternatiflerinin etkili şekilde kullanamamakta ve kendi ihtiyaçlarının sorumluluğunu üstlenmede yetersiz kalmaktadır. Daha sıklıkla duyarsızlaşma temas biçimini kullanmaktadır. İlişki kurma kapasitesi açısından yakın ilişki ve iç içe geçme deneyimlerini yaşayamadan geri çekilme, temas ve izolasyon arasında sıkışıp kalmaktadır. Bilişsel destek sistemleri iyi olmasına rağmen kişilerarası destek, biyolojik destek ve çevresel fiziksel destekleri özellikle sürgün edildikten sonra etkili şekilde kullanamamıştır.

Gestalt terapi açısından bakıldığında Madam de Prie'nin en temel sorununun etkili şekilde temas kuramamak olduğu ileri sürülebilir. Nitekim Madam de Prie, gerek kendisi ile gerek çevresi ile temas kurmakta zorlandığı için farkındalık yaşayamamaktadır. Bu nedenle Madam de Prie'nin sorunlarını çözmek için Gestalt terapisinin tekniklerinden diyalog, boş sandalye, bitilmemiş işler, duygunla kal, tersine çevirme ve rol değiştirme teknikleri kullanılabilir (Voltan-Acar, 2017). Bu teknikler aracılığı ile Madam de Prie'nin kendi ile temas kurması daha sonra ise çevresi ile temas kurması sağlanarak farkındalık kazanması sağlanabilir. Bu gelişen farkındalık sorununun çözümü için Madam de Prie'de değişimi başlatacak güç olabilir. Tüm bu bilgiler ışığında birçok psikolojik sorunun çözümünde etkili olduğunu bildiğimiz (Raffagnino, 2019) Gestalt terapisinin temel kavramları ve tekniklerinin gerçek danışanların yanı sıra edebi metin ve karakterlerin incelenmesinde de kullanılabilirliği bu çalışmada görüldüğünden farklı edebi metinlerde yer alan farklı karakterlerin Gestalt terapistisi açısından incelenmesi önerilmektedir.

## KAYNAKÇA

- Akça, F., Şahin, G., & Vazgeçer, B. (2011). Üniversite öğrencilerinin kendilik algıları, gestalt temas biçimleri ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 18-28.
- Akyıldız-Ercan, C. A., & Balkaya, D. (2019). Stefan Zweig’in “Sabırsız Yürek” adlı romanında acıma ve suçluluk duygusu. *Atatürk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, (62), 305-316.
- Bazarkaya, O. K., & Tuna, S. (2020). Stefan Zweig’in değişim rüzgârı adlı yapıtında iyi oluş ve intihar: diyalektik bir okuma. *Homeros*, 3(1), 1-12. <https://doi.org/10.33390/homeros.3.001>
- Biçer, Y., Epli, H., & Batık-Vural, M. (2021). Üniversite öğrencilerinde temas engelleri, benlik kurgusu ve başa çıkma tutumları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(3), 392-414. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.787917>
- Bozkurt, S. (2004). Gestalt haritaları: Bir vaka formülasyonu. *Temas: Gestalt Terapi Dergisi*, 1(3), 59-82.
- Caffaro, J. (1989). *A factor analytic study of the gestalt contact boundary styles among professional gestalt therapists* [Unpublished doctoral thesis]. The Fielding Institute.
- Candır, Z., & Çelik, Y. (2019). Gestalt bakış açısıyla edebiyat eleştirisi-bir uygulama: Servi, Sabahattin Ali. *DEÜ Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 6(2), 426-447.
- Candır, Z. (2020). *Sabahattin Ali’nin eserlerinin gestalt kavramlarıyla incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi.
- Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları* (Çev. T. Ergene). Mentis.
- Coşan, L. (2017). Stefan Zweig’in eserlerinde Yahudi kimlik bilincinin uyanışı. *Mediterranean Journal of Humanities*, 7(1), 77-86. <https://doi.org/0.13114/MJH.2017.321>
- Daş, C. (2020). *Gestalt terapi bütünleşmek ve büyümek*. Altınordu Yayınları.
- Gökdemir-Aktaş, C. (2002). *Gestalt temas biçimleri ölçeği yeniden düzenlenmiş formunun Türk örnekleminde faktör yapısı geçerliği ve güvenilirliği* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Gökdemir-Aktaş, C., & Daş, C. (2002). Gestalt temas biçimleri ölçeği yeniden düzenlenmiş formunun Türk örnekleminde faktör yapısı geçerliği ve güvenilirliği. *Temas: Gestalt Terapi Dergisi*, 1(1), 81-108.
- Heiden, M. E. F. (2006). *Gestalt contact styles/resistances and the masculine experience of intimacy* [Unpublished doctoral thesis]. Fielding Graduate University.
- Karabulut, M. (2021). Stefan Zweig’in “satranç” adlı eserinde dönemin panoraması. *Diyalog*, 9(2), 411-428. <https://doi.org/10.37583/diyalog.1030291>
- Kaygın, Ş. (2014). Stefan Zweig’in “acı duygular” adlı romanında özyaşamöyküsünden izler. *Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(13), 17-24. <https://doi.org/10.9775/kausbed.2014.002>
- Keser, M. (2020). Stefan Zweig’in nasyonal sosyalizme karşı yükselen sesi: Castello Calvin’e karşı. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 3(1), 63-72.
- Kılıç, M. (2021). Yunus Emre’nin şiirlerinde yer alan psikolojik danışma ilkelerinden seçme örnekler. *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 105-130. <https://doi.org/10.21054/deuifd.1051794>
- Luebering, J. E. (2022). Stefan Zweig. <https://www.britannica.com/biography/Stefan-Zweig> adresinden 17 Temmuz 2022 tarihinde alınmıştır.
- Murdock, N. L. (2016). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları* (Çev. Ed. F. Akkoyun). Nobel.
- Perls, F. S. (1969/1972). *Gestalt therapy verbatim*. Real Papers Press.

- Perls, F. S. (1973/1981). *The gestalt approach & Eye witness to therapy*. Science and Behaviour Books, Inc.
- Perls, F.S., Hefferline, R., & Goodman, P. (1994). *Gestalt therapy*. The Gestalt Journal Pres.
- Prosnick, K. P., & Woldt, A. L. (2015). *The Gestalt inventory of resistance loadings (GIRL): A guide to its development and use* (GIRL test manual). Gestalt Sanctuary for Personality-Oriented Testing.
- Raffagnino, R. (2019). Gestalt therapy effectiveness: A systematic review of empirical evidence. *Open Journal of Social Sciences*, 7(6), 66-83. <https://doi.org/10.4236/jss.2019.76005>
- Sezgin, N. (2002). Geştalt psikoterapisi: Temas işlevleri ve temasın engellenmesi. *Temas: Geştalt Terapi Dergisi*, 1(1), 15-41.
- Sharf, R. S. (2017). Geştalt terapi: Yaşantısal terapi (Nilüfer Voltan-Acar). Nilüfer Voltan-Acar (Çev. Ed.), *Psikoterapi ve psikolojik danışma kuramları içinde* (s.214-249). Nobel.
- Swanson, J. L. (1988). Boundary processes and boundary states: A proposed revision of the Gestalt theory of boundary disturbances. *Gestalt Journal*, 11(2), 5-24.
- Tagay, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinin temas engellerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (19), 71-86.
- Yalçın, İ., & Acar, N. V. (2006). Candan Erçetin'in seslendirdiği şarkıların gestalt terapi açısından değerlendirilmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20, 01-10.
- Voltan-Acar, N. (2017). *Gestalt terapi ne kadar farkındayım*. Nobel.
- Wheeler, G., & Axelsson, L. (2015). *Gestalt therapy*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14527-000>
- Yontef, G., & Jacobs, L. (2012). *Geştalt terapisi* R. J. Corsini & D. Wedding (Ed.), Modern Psikoterapiler içinde (s. 524-583). Kaknüs.
- Yontef, G. M. (1993). *Awareness, dialogur and process: Essey on gestalt thepay*. The Gestalt Journal Pres.
- Zeleskov-Djoric, J. (2019). Useful methodology in gestalt research. P. Brownell (Ed.) *In Handbook for Theory, Research, and Practice in Gestalt Therapy* (pp.103-139). Cambridge Scholars Publishing.
- Zinker, J. C. (1998). *In search of Good Form*. GICPress. <https://doi.org/10.4324/9780203766859>
- Zweig, S. (2005). *Ruh yoluyla tedavi* (Çev. H. Salihoğlu). İmge. (1931).
- Zweig, S. (2017). *Bir çöküşün öyküsü* (Çev. M. İ. Çelebi). Panama. (1910).

## EXTENDED ABSTRACT

Madame de Prie is a person who rarely thinks about what other people are thinking or feeling. While in exile, she fell in love with the priest's nephew, then got bored with her as a toy, and could not show patience in her past emotional relationships (which was why she was exiled), just because she was in exile. she did not or could not empathize when she used the priest's nephew for her own wishes, while others came to her mind only because of her own needs, uttering harsh words against her lover (the priest's nephew) and humiliating her and then wanting to be with her again the day before his death. The fact that people who will survive while thinking about death think that they will continue their lives happily and are jealous of them is a clear indication that they cannot empathize with other people. The only thing he empathizes with is when he thinks others have written a lot of the letters he wrote to the Crown in desperation because of his own exile. Again, this is the product of their own needs. While Madam de Prie found people's interest and concern for her important enough to see her as a reason for living, she never thought of other people as much as her own needs, she never tried to understand what they felt and thought, this lack of empathy in her relationships led her to desolation and desolation to death. Although Madame de Prie saw the Count of Belle-Isle as the person who caused her exile, she spoke to him with a smile, trying to express the negative feelings inside her by appearing strong to him. He expressed his anger against the officer who brought the exile letter, not directly, but indirectly by telling a disparaging story about the officer's hometown. He always seemed to smile so as not to show his feelings towards other people. She generally chose to experience her anger and negative emotions within herself, did not talk to anyone when her negative emotions were reflected on her face and body, and could easily express her negative feelings towards her lover only once when she felt humiliated, but as a result, she was subjected to physical violence. He did not express his anger and negative feelings to any guest during the days of his party and lived within himself. All these events show that Madame de Prie specially concealed her anger and negative emotions and was very afraid of their being known to other people. The only need that Madame de Prie focuses on is the need for attention and attention. It is seen that she does not take into account her physiological and psychological needs other than that. the interest, the admiration, which he hopes to receive from others.

The first fascination attracted him, and especially the reason he saw his removal from the palace as death was that this interest and admiration would be lost. As a matter of fact, the fact that he ended his own life because this need was not met is clear proof of his blindness to his other needs. However, on the day of his exile, we realize that while he was looking at the clouds, he said that he never looked at the clouds in Paris and that the clouds made him feel good there, and that he found it difficult to stay here and now. The events he experienced show that he did not realize

the need to be respected and loved. Madame de Prie wanted attention, to be noticed, but she was trying to do this by ignoring other people's needs without caring about them, she didn't show respect when she wanted respect, she didn't seem to love anyone and didn't expect love from anyone. However, although he is a person who wants to be so close to people and even though he has lovers, the relationship he establishes with them is not based on respect and love, but on seeing the other person as a slave, responding to the attention he receives from them, and usually, by giving money or something material, he does not realize these needs shows. One of the main reasons why Madame de Prie could not realize that her real need is to be respected and loved may be that she judged to show love and respect to others and to expect love and respect from others. It may be that he tries to provide attention, respect, and love, that is, the admiration of other people for him, through financial means or power and power.

### **Conclusion**

Madame de Prie could not accept her dismissal from the palace, she lost the admiration, status, and respect she gained by taking an active role in the palace by being exiled. When this process is examined in terms of the Gestalt therapy approach, it is noticed that Madam de Prie has difficulty establishing contact with herself and her environment. Because he cannot empathize enough, establishes close relationships only for his own dominant needs, cannot establish dialogue, experiences anger and negative emotions in a way that harms himself and others, and experiences little joy and positive emotions. Therefore, this situation narrows his capacity to make contact. Madame de Prie cannot adequately meet her own needs. Because they cannot realize their needs, judge their needs, rank their priority needs, not realize their unfinished business, cannot use their environmental alternatives effectively, and fall short of taking responsibility for their own needs. More often it uses the form of depersonalization contact. In terms of the capacity to build relationships, they are stuck between withdrawal, contact, and isolation without experiencing close relationships and intertwining. Although their cognitive support systems were good, they could not effectively use interpersonal support, biological support, and environmental physical support, especially after the exile.

From the point of view of Gestalt therapy, it can be argued that Madam de Prie's most basic problem is not being able to make effective contact. As a matter of fact, Madam de Prie cannot experience awareness because she has difficulty in contacting both herself and her surroundings. Therefore, in order to solve Madam de Prie's problems, she can use the techniques of Gestalt therapy such as dialogue, an empty chair, unfinished work, staying with emotion, reversing, and role-changing (Voltan-Acar, 2017). Through these techniques, it can be ensured that Madam de Prie establishes contact with herself and then gains awareness by establishing contact with her surroundings. For the solution of this growing awareness problem, Madam de Prie can be the



power to initiate the change. In light of all this information, it is recommended to examine different characters in different literary texts in terms of Gestalt therapy, as it is seen in this study that the basic concepts and techniques of Gestalt therapy, which we know to be effective in solving many psychological problems (Raffagnino, 2019), can be used in the examination of literary texts and characters as well as real clients.

# Bibliometric Analysis of Scientific Publications on Child Mental Health (2000-2022) and Turkey's Contribution

Çocuk Ruh Sağlığı Konusundaki Bilimsel Yayınların (2000-2022) Bibliyometrik Analizi ve Türkiye'nin Katkısı

Nesibe GÜNAY MOLU<sup>[1]</sup> Neslihan DURMUŞOĞLU SALTALI<sup>[2]</sup>

Received Date: December 21, 2022

ABSTRACT

Accepted Date: February 28, 2023

Bibliometric analysis studies are studies that reveal research trends by examining existing studies in the literature on certain subjects and guide future research based on this. Child mental health is also an important issue that attracts the attention of the scientific world and is the subject of scientific publications. In this study, using bibliometric analysis method, it is aimed to reveal the status of scientific publications on child mental health between 2000-2022 and Turkey's contribution to these publications. In the study, the Scopus database was examined with the bibliometric data analysis technique. As a keyword, a search was made using the phrase "child mental health" in English in the title section. All articles published between 2000 and 2022 were included in the study. Articles published outside the journal were excluded from the study. In the study, 7960 studies were reached with keywords at the beginning. 6914 of them were made in 2000 and later. 5015 of them are research articles published in a journal. In the study, analyzes were made on these 5015 articles. The languages of the related articles are English ( $n = 4782$ ), German ( $n = 64$ ) and Spanish ( $n = 49$ ), respectively, in terms of frequency. The country with the highest number of publications on child mental health is the United States ( $n = 1821$ ). There are 52 articles from Turkey contributing to this issue, and it is in the nineteenth place. According to the productivity criteria, when compared to the 2000s, publications on child mental health have increased approximately five times in the 2020s.

**Keywords:** bibliometric analysis, child mental health, scientific publication

Başvuru Tarihi: 21 Aralık 2023

ÖZ

Kabul Tarihi: 28 Şubat 2023

Bibliyometrik analiz çalışmaları; belirli konularda literatürdeki mevcut çalışmaları inceleyerek araştırma eğilimlerini ortaya koyan, buna dayalı olarak da gelecekteki araştırmalara yön gösteren çalışmalardır. Çocuk ruh sağlığı da bilim dünyasının yoğun ilgisini çeken ve bilimsel yayınlara konu edilen önemli bir konudur. Bu çalışmada, bibliyometrik analiz yöntemi kullanılarak, çocuk ruh sağlığı konusu ile ilgili 2000-2022 yılları arasında yapılan bilimsel yayınların durumunun ve Türkiye'nin bu yayınlara katkısının ortaya koyulması amaçlanmıştır. Çalışmada Scopus veri tabanı bibliyometrik veri analiz tekniği ile incelenmiştir. Anahtar kelime olarak başlık bölümünde İngilizce dilinde "child mental health" ifadesi kullanılarak tarama yapılmıştır. Çalışmaya 2000 ve 2022 yılları arasında yayımlanmış tüm makaleler dâhil edilmiştir. Dergi dışı bir yerde yayımlanan makaleler çalışma dışı bırakılmıştır. Çalışmada başlangıçta anahtar kelimelerle 7960 çalışmaya ulaşılmıştır. 6914'ü 2000 yılı ve sonrasında yapılmıştır. 5015'i bir dergide yayımlanmış araştırma makalesidir. Çalışmada analizler bu 5015 makale üzerinden yapılmıştır. İlgili makalelerin yazım dilleri sıklık açısından sırasıyla İngilizce ( $n = 4782$ ), Almanca ( $n = 64$ ) ve İspanyolca ( $n = 49$ ) dilleridir. Çocuk ruh sağlığı konusunda yayınların en fazla olduğu ülke Amerika Birleşik Devletleri'dir ( $n = 1821$ ). Türkiye'den bu konuda katkı sağlayan 52 makale olup, on dokuzuncu sırada yer almaktadır. Üretkenlik ölçütlerine göre 2000'li yıllarla karşılaştırıldığında 2020'li yıllarda çocuk ruh sağlığı konusundaki yayınlar yaklaşık beş kat artış göstermiştir.

**Anahtar kelimeler:** bibliyometrik analiz, çocuk ruh sağlığı, bilimsel yayın

**Atıf Cite** Günay Molu, & Durmuşoğlu Saltalı. (2023). Bibliometric analysis of scientific publications on child mental health (2000-2022) and Turkey's contribution. *Humanistic Perspective*, 5 (1), 769-774. <https://doi.org/10.47793/hp.1222674>

<sup>[1]</sup> Dr. Öğr. Üyesi | Necmettin Erbakan Üniversitesi | Hemşirelik Fakültesi | Konya | Türkiye | ORCID: 0000-0002-2452-6205 | nesibegunaymolu@gmail.com

<sup>[2]</sup> Dr. Öğr. Üyesi | Necmettin Erbakan Üniversitesi | Sağlık Bilimleri Fakültesi | Konya | Türkiye | ORCID: 0000-0002-6912-7080

## INTRODUCTION

**H**uman is a biopsychosocial being. Mental health is just as important as physical health (Çiçekoğlu, Duran 2018). In fact, WHO emphasizes how important mental health is in terms of human health with the words “if you do not have mental health, you do not have health” (Duran, 2015). The problems that may arise related to the mental health of the individual may have many negative reflections personally, socially and economically (Mutlu, 2009). However in recent years, there has been an increase in the incidence and severity of mental problems in both childhood and adulthood (WHO, 2021). Individuals can encounter mental problems at any age, and the important thing is to prevent these problems before they occur. The treatment of mental disorders requires a more difficult process than the maintenance of mental health (Yıldız, 2021). For this reason, it is important to investigate the causes of mental health problems and the factors associated with them, to identify risk groups, and to carry out preventive studies.

It is important that the subject of mental health is meticulously addressed and followed from the moment the individual is born (Olfson et al., 2021). Many development theorists (Freud-Psychosexual development theory, Erickson-Psychosocial development theory, Bowlby-Attachment theory, etc.) argue that the behaviour of the individual in adulthood is related to childhood experiences (Atay, 2011; Bayat, 2019). In addition, many studies in the literature show that the origin of mental problems that occur in adulthood is childhood experiences (Copeland et al., 2015). Child mental health is more complex than adult mental health due to the developmental milestones of childhood and shows some differences (Wolf & Shi, 2012). Child mental health is open to the effects of factors related to family and society as well as characteristics related to the child herself/himself such as gender, age and genetics (Connor & Zhang, 2006; Margarita et al., 2018; Yıldırım & Şimşek, 2005). Especially the issues such as the incomplete personality development in infancy and early childhood, and the need for adult care cause the mental health of children to be heavily affected by external influences (Margarita et al., 2018). The childhood period is important for the prevention of mental disorders and the protection of mental health. All these make the issue of child mental health important for psychological counselor, educators, child development professionals, health workers and other related professional groups. Therefore, the subject of child mental health attracts the attention of the scientific world and is often the subject of scientific studies. In this study, it is aimed to review the global literature on child mental health and to reveal the situation of our country in related publications by using the bibliometric analysis method.

## METHOD

### Research model

In this study, document analysis method, one of the qualitative research methods, was used. Document review is defined as the analysis of written materials containing information about the situation to be investigated (Yildirim & Şimşek, 2005). Scopus bibliometric database was used as a document in this study. Within the scope of the study, the bibliometric analysis approach was used to determine the global analysis of the publications in the Scopus database on child mental health in the field of medicine worldwide since the 2000s and to determine the contribution of the publications from Turkey.

### Process

Elsevier-Scopus was used as a bibliometric database in the study. The words “child mental health” in English were used in the title section as a keyword. All articles published since 2000 were included in the study. However, some exclusion criteria were used to identify studies that would not be included in the study. Accordingly, publications that were not in the type of article and were not published in journals were excluded from the study. Since the continuous updating of the daily number of publications can create differences in terms of parameters such as the number of citations of the articles and the number of annual publications, the data to be analyzed was taken from the database in a single day. Within the scope of the study, the keywords used in the articles included in the study, the number of publications by country, the number of publications by years, the journals published, the number of citations of the publications, the name of the journal, the name of the author were evaluated bibliometrically. Publications on child mental health from Turkey have been analyzed and presented in order to present an idea about Turkey's contribution. The results obtained are presented in the form of graphics and tables created by the researcher. Ethics committee approval was not received as the study was conducted within the scope of document analysis method. While presenting the results of the study, bibliometric data were evaluated based on frequency and percentages. In the study; data analysis, tables and graphs were made using Microsoft Office Excel.

## RESULTS

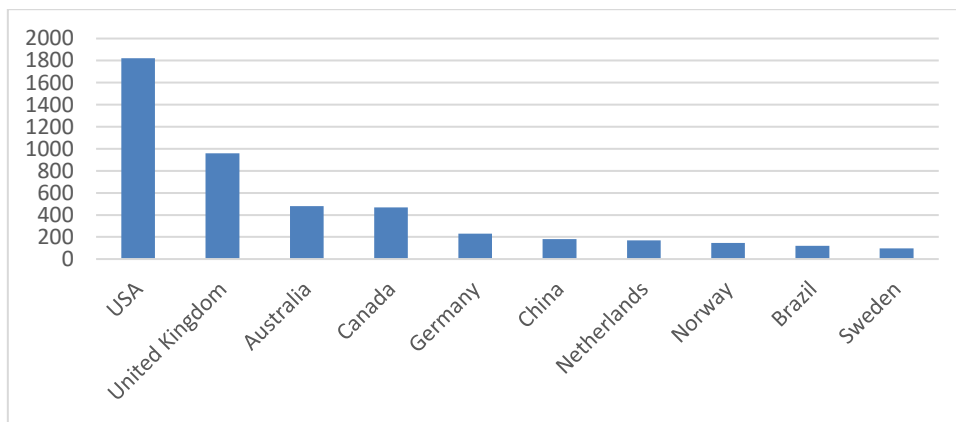
### Descriptive Information on Publications

A total of 7960 publications were detected in the search made with keywords without any exclusion. Of these, 6914 belonged to the period after the 2000s. 5015 of them were articles published in a journal. In our study, these 5015 articles were analyzed in detail. Human ( $n=3523$ ), child ( $n = 3247$ ), and mental health ( $n=2862$ ) were the most frequently repeated keywords.

English ( $n=4782$ ), German ( $n=64$ ) and Spanish ( $n=49$ ) were the most frequently preferred article writing languages.

### **Countries and Number of Publications**

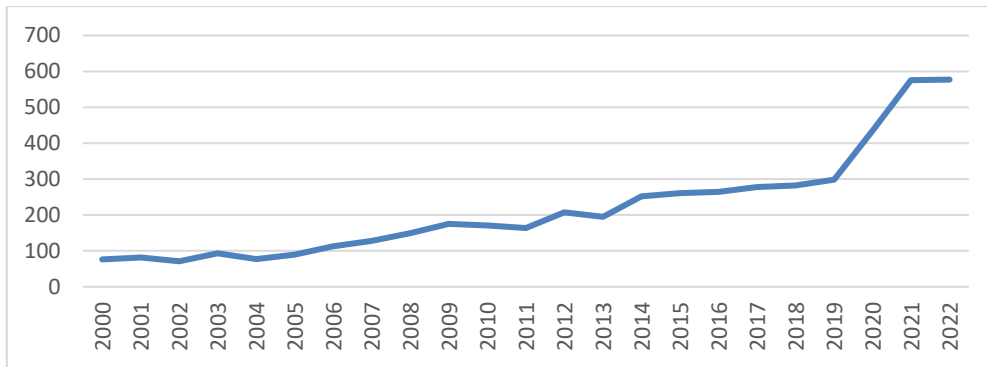
The country with the highest number of publications on child mental health was the United States of America ( $n=1821$ ). Panos Vostanis of the Leicester School of Medicine (England) is the most widely published author in the Scopus database on child mental health, with 47 articles co-authored. Ranking of the 10 countries that publish the most on the child soul; USA ( $n=1821$ ), United Kingdom ( $n=959$ ), Australia ( $n=479$ ), Canada ( $n=469$ ), Germany ( $n=231$ ), China ( $n=180$ ), Netherlands ( $n=169$ ), Norway ( $n=146$ ), Brazil ( $n=120$ ) and Sweden ( $n=98$ ) (Graph 1). 36.31% of the publications in Scopus on child mental health are carried out by the USA.



Graph 1. Top 10 countries with the most publications on child mental health

### **Number of Publications by Years**

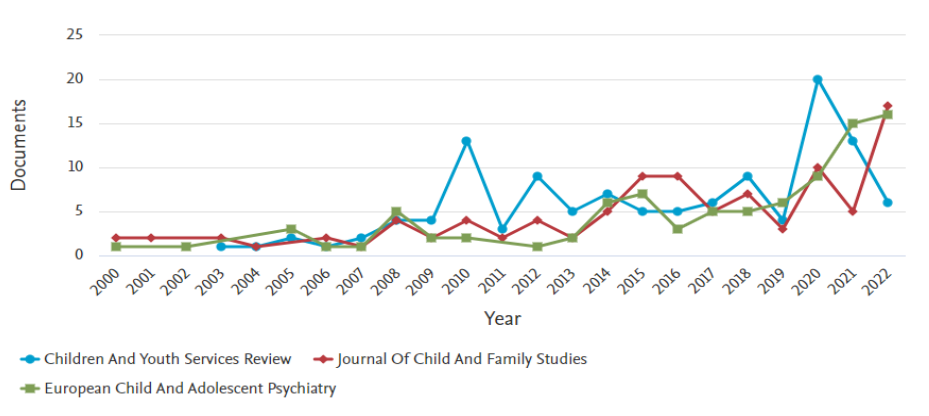
When evaluated in ten-year periods, it was determined that there were 1054 publications between 2000-2009, 2372 between 2010-2019, and 1589 publications in 2020 and beyond. According to the productivity criterion obtained by dividing the number of publications by the number of years, the annual productivity of publications on child mental health, which was 105.4 in the 2000s, reached 529.6 in the 2020s. The number of publications by year is presented in Graph 2. As can be seen from the productivity criteria, the publications on child mental health have increased around five times in the 2020s when compared to the 2000s.



Graph 2. Number of publications by years

### Publishing Journals

Journals that are in the top 10 in the list of journals that publish the most articles on child mental health are Children & Youth Services Review ( $n=120$ ), Journal of Child & Family Studies ( $n=98$ ), European Child & Adolescent Psychiatry ( $n=91$ ), Clinical Child Psychology & Psychiatry ( $n=90$ ), Administration and Policy in Mental Health & Mental Health Services Research (84), Child & Adolescent Mental Health ( $n=62$ ), Child Abuse & Neglect ( $n=61$ ), International Journal of Environmental Research & Public Health ( $n=58$ ), Psychiatric Services ( $n=56$ ), and Frontiers in Psychiatry ( $n=55$ ). The distribution of publications by years of the three journals with the most publications on child mental health is shown below (Graph 3).



Graph 3. Distribution of the three most published journals by years

### Citation Analysis

The publication titled “Unmet need for mental health care among U.S. children: Variation by ethnicity and insurance status” received the most citations (1057). The number of publications with more than 100 citations is 209. Of the publications on the subject, 855 publications (17.04%) were not cited at all. Information on the 20 most cited publications is presented in Table 1



**Table 1***Information on the most cited publications*

<b>Publication Name</b>	<b>Authors</b>	<b>Journal Name</b>	<b>Citation Number</b>	<b>Publication Year</b>
Unmet need for mental health care among U.S. children: Variation by ethnicity and insurance status	Kataoka, S.H., Zhang, L., Wells, K.B.	American Journal of Psychiatry	1057	2002
The British child and adolescent mental health survey 1999: The prevalence of DSM-IV disorders	Ford, T., Goodman, R., Meltzer, H.	Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry	933	2003
MAOA, maltreatment, and gene-environment interaction predicting children's mental health: New evidence and a meta-analysis	Kim-Cohen, J., Caspi, A., Taylor, A., Williams, B., Newcombe, R., Craig, I.W., Moffitt, T.E.	Molecular Psychiatry	878	2006
Mental health need and access to mental health services by youths involved with child welfare: A national survey	Burns, B.J., Phillips, S.D., Wagner, H.R., Barth, R.P., Kolko, D.J., Campbell, Y., Landsverk, J.	Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry	844	2004
The validity of the multi-informant approach to assessing child and adolescent mental health	De Los Reyes, A., Augenstein, T.M., Wang, M., Thomas, S.A., Drabick, D.A.G., Burgers, D.E., Rabinowitz, J.	Psychological Bulletin	750	2015
Community violence: A meta-analysis on the effect of exposure and mental	Fowler, P.J., Tompsett, C.J., Braciszewski, J.M., Jacques-Tiura, A. J., Baltes, B.B.	Development and Psychopathology	591	2009

health outcomes of children and adolescents				
The effects of poverty on the mental, emotional, and behavioural health of children and youth	Yoshikawa, H., Aber, J.L., Beardslee, W.R.	American Psychologist	542	2012
Strengths and difficulties questionnaire as a dimensional measure of child mental health	Goodman, A., Goodman, R.	Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry	515	2009
The effect of lifetime victimization on the mental health of children and adolescents	Turner,H.A., Finkelhor, D., Ormrod, R.	Social Science and Medicine	492	2006
The mental health of young people in Australia: Key findings from the child and adolescent component of the national survey of mental health and well-being	Sawyer, M.G., Arney, F.M., Baghurst, P.A., Clark, J.J., Graetz, B.W., Kosky, R.J., Nurcombe, B., Patton, G.C., Prior, M.R., Raphael, B., Rey, J.M., Whaites, L.C., Zubrick, S.R.	Aust N Z J Psychiatry	450	2001
Review of child and adolescent refugee mental health	Lustig, S.L., Kia-Keating, M., Knight, W.G., Geltman, P., Ellis, H., Kinzie, J.D., Keane, T., Saxe, G.N.	Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry	444	2004
Mental health of transgender children who are supported in their identities	Olson,K.R., Durwood, L., Demeules, M., McLaughlin, K.A.	Pediatrics	410	2016
Children's antisocial behavior, mental health, drug use, and educational	Murray, J., Farrington, D.P., Sekol, I.	Psychological Bulletin	399	2012

performance after parental incarceration: A systematic review and meta-analysis				
Pathways into and through mental health services for children and adolescents	Farmer, E.M.Z., Burns, B.J., Phillips, S.D., Angold, A., Costello, E.J.	Psychiatric Services	399	2003
Barriers to Children's Mental Health Services	Owens, P.L., Hoagwood, K., Horwitz, S.M., Leaf, P.J., Poduska, J.M., Kellam, S.G., Ialongo, N.S.	Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry	391	2002
Age of onset of child maltreatment predicts long-term mental health outcomes	Kaplow, J.B., Widom, C.S.	Journal of Abnormal Psychology	389	2007
Behaviours problems of children with autism, parental self-efficacy, and mental health	Hastings, R.P., Brown, T.	American Journal on Mental Retardation	389	2002
A population survey of mental health problems in children with epilepsy	Davies, S., Heyman, I., Goodman, R.	Developmental Medicine and Child Neurology	386	2003
Predicting type of psychiatric disorder from Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) scores in child mental health clinics in London and Dhaka	Goodman, R., Renfrew, D., Mullick, M.	European Child and Adolescent Psychiatry	384	2000
Impact of child sexual abuse on mental health: Prospective study in males and females	Spataro, J., Mullen, P.E., Burgess, P.M., Wells, D.L., Moss, S.A.	British Journal of Psychiatry	377	2004

<https://www.scopus.com/>

### **Areas Addressing Child Mental Health**

It was determined that the articles on the subject of child mental health in the Scopus database were mostly studied by academics in medicine (3464), psychology (1842), social sciences (1234) and nursing (443).

### **Analysis of Articles Published on Child Mental Health from Turkey**

In the Scopus database, 52 articles were found on child mental health, which were conducted after the 2000s and contributed from our country. This number constitutes 1.03% of all articles. Our country is in the nineteenth place in the list of published countries. Of the 52 publications from our country, 26 (50%) involve collaborations with other countries. A total of 160 scientists are included in 52 articles contributed by our country. The author who has the most publications in our country is Ceren Koç ( $n=10$ ). Among the most cited list of articles contributed by our country is the publication named "Measuring mental health and well-being of school-children in 15 European countries using the KIDSCREEN-10 Index" published in the International Journal of Public Health with 114 citations. The publication was written by authors from different countries. Müjgan Alikaşifoğlu from Cerrahpaşa Medical Faculty in Turkey is among the authors of the publication. Of the publications contributed from our country, 48 are in English, three in Turkish and one in Spanish. In our country, the two institutions with the highest number of studies on the subject in the journals scanned in Scopus are the Re-Health and Education Association ( $n=11$ ) and Marmara University ( $n=6$ ). Eight journals with two or more articles from our country are Clinical Child Psychology and Psychiatry ( $n=5$ ), Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology ( $n=3$ ), Anatolian Journal of Psychiatry ( $n=2$ ), Current Psychology ( $n=2$ ), European Child and Adolescent Psychiatry ( $n=2$ ), International Journal of Developmental Disorders ( $n=2$ ), Journal of Affective Disorders ( $n=2$ ), and Journal of Clinical Psychiatry ( $n=1$ ).

### **DISCUSSION, CONCLUSION AND RECOMMENDATIONS**

Historical, economic and sociological changes in societies have brought along some positive and negative changes in family structures, the place and value of the child in the family, and the attitudes and behaviours of parents about parenting (Ram, 2018). During these changes, awareness of the importance of not only the physical health of the child but also the mental health of the child has increased in the society and in the families (Durak, 2015). In addition, with the changing living conditions, the frequency and severity of mental illnesses in the child (under 18 years old) age group have also increased (Mutlu, 2009). All these factors have made the subject of child mental health a popular topic that attracts scientific interest at the national and international level. In this study, bibliometric analysis of the publications in the Scopus database on child mental health in 2000 and later was made and the contribution of Turkey to these publications was tried

to be determined. 5015 articles meeting the criteria determined in the study were analyzed. It was determined that the three countries that published the most on child mental health were the USA ( $n=1821$ ), England ( $n=959$ ) and Australia ( $n=479$ ). Although there is no bibliometric analysis study on child mental health publications in the literature, the USA ranks first in bibliometric analysis studies on different topics related to mental health, similar to our study (Gutman et al., 2018; Ram, 2018; Tran et al., 2018; Zhang et al., 2017). The fact that all of the top three countries are at a high level of economic development according to the World Bank data (<https://data.worldbank.org/country>) suggests that the resources and incentives they may have allocated for scientific publications may be related to the high number of publications. In addition, the fact that the official language of the USA and England, and the language spoken by the majority of the population in Australia, is English, may have been an advantage in terms of broadcast production. In terms of the number of publications by years, a five-time increase has been detected from the 2000s to the 2020s. This shows that the interest in the subject is increasing day by day. In addition, the increase in studies in the field of child mental health may enable early preventive interventions to protect community mental health.

Türkiye is in the nineteenth place with 52 publications on child mental health. However, it is known that there has been an increase in the number of academic publications in Türkiye in recent years, and that our country is even in the top ten in bibliometric analysis studies on many subjects (Sönmez, 2020; Topal et al., 2020). The situation that emerged in our study made us think that the publications from our country on child mental health were published in national journals or in journals scanned in other indexes. Of the 52 publications from our country, 26 (50%) involve collaborations with other countries. Larivière and Grant (2017) state that Turkey is one of the three countries with the least international cooperation in the field of mental health. Supporting international collaborations by universities and related institutions in terms of publications on child mental health may contribute to our ranking at the top of the lists.

It has been observed that articles on child mental health have been written by scientists from different disciplines such as medicine, psychology, social sciences, and nursing. This finding can be explained by the fact that the subject of child mental health is a broad subject and a multidisciplinary subject that is the subject of joint work in many fields. In particular, preventive measures such as screening, home visits, parent training and school-based programs that should be taken to improve child mental health require cooperation with many disciplines such as physicians, nurses, child development specialists, psychologists, psychological counselor, etc. (Ayhan et al., 2022) It is thought that multidisciplinary studies are needed for the development of child mental health, which is a broad concept, to determine the multifaceted factors affecting child mental health, and to provide preventive and preventive care. The three most widely published

journals on child mental health are Children and Youth Services Review, Journal of Child and Family Studies, and European Child and Adolescent Psychiatry. All three of these journals are journals that publish twelve issues per year. The impact factors are 2,519, 2,784 and 5,349, respectively ([www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)). The fact that the magazines are published twelve issues annually and that they are well-known magazines in the field may have been influential in their being the most widely published journal.

There are some limitations of this study, which presents bibliometric results on the studies on child mental health scanned in Scopus. First of all, the results of this study are limited to articles published in a journal on child mental health in the field of medicine in the Scopus database.

According to the productivity criteria, when compared to the 2000s, publications on child mental health have increased approximately five times in the 2020s. However, considering the contribution of our country in these publications, there is a need to increase the number of publications scanned in relevant international and important indexes. Researchers who will conduct research similar to this study can make international comparisons by scanning other databases such as Pubmed, Web of Science, and Google Scholar. In addition, it is recommended that researchers who will study child psychology, development and mental health in the future conduct bibliometric analysis studies on different keywords.

**Funding and Conflict of Interest:** This research did not receive any specific grants from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors. The authors do not declare any conflict of interest.

**Author Contributions:** NGM; Study design, data collection, analysis and interpretation of results, writing the report, deciding to send it for publication, NDS; data collection, analysis and interpretation of results, writing the report.



## REFERENCES

- Atay, M. (2011). Erken çocukluk döneminde gelişim 2. Kök Yayıncılık.
- Ayhan, C. H., Uluman, Ö., & Buzlu, S. (2022). Çocuk ve ergenlerin ruh sağlığını koruma ve geliştirmede önemli bir güç: hemşireler. *Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi*, 8(2), 87-96. <https://doi.org/10.55646/jaren.2022.08769>
- Bayat, M. (2019). Addressing challenging behaviors and mental health issues in early childhood. Routledge.
- Connor, K. M., & Zhang, W. (2006). Resilience: Determinants, measurement, and treatment responsiveness. *CNS Spectrums*, 11(S12), 5-12. <https://doi.org/10.1017/S1092852900025797>
- Copeland, W. E., Wolke, D., Shanahan, L., & Costello, E. J. (2015). Adult functional outcomes of common childhood psychiatric problems: a prospective, longitudinal study. *JAMA Psychiatry*, 72(9), 892-99. <https://doi:10.1001/jamapsikiyatri.2015.0730>
- Çiçekoğlu, P. & Duran, S. (2018). Dünyada ve Türkiye’de toplum temelli koruyucu ruh sağlığı hizmetleri. (Barlas, Ü.G. Ed.) Toplum Ruh Sağlığı Hemşireliği, Türkiye Klinikleri.
- Durak, Ş. E. (2015). Çocuk ruh sağlığı. Çocuk Ruh Sağlığı. (Aydoğan, Y. & Gültekin-Akduman, G. Ed.) Eğiten Kitap.
- Gutman, S. A., Brown, T., Precin, P., Chan, L. J., Czuj, D. C., Hartman, B. N., et al. (2022). A bibliometric analysis of the occupational therapy literature addressing interventions for children and adolescents with mental health needs. *Occupational Therapy in Mental Health*, 38(1), 1-48. <https://doi.org/10.1080/0164212X.2021.1980175>
- <https://data.worldbank.org/country> Ülkelere ait ekonomik göstergeler, Erişim tarihi:19.10.2022. <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic#basic> Veritabanından seçilen anahtar kelimelerle makale taranarak bibliyometrik veri elde edilmesi Erişim tarihi:19.10.2022
- Larivière, V., & Grant, J. (2017). Bibliometric analysis of mental health research:1980--2008. *Rand Health Quarterly*, 6(2).
- Margarita, A., NeMoyer, A., Falgas Bague, I., Wang, Y., & Alvarez, K. (2018). Social determinants of mental health: where we are and where we need to go. *Current Psychiatry Reports*, 20(95), 1-13. <https://doi.org/10.1007/s11920-018-0969-9>
- Mutlu, C. (2009). *Çocuk ruh sağlığı hizmetlerinde öncelik belirleme yöntemlerinin değerlendirilmesi* [Yayınlanmamış Uzmanlık tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Olfson, M., Druss, B. G., & Marcus, S. C. (2015). Trends in mental health care among children and adolescents. *New England Journal of Medicine*, 372(21), 2029-38. <https://doi:10.1056/NEJMsa1413512>
- Ram, S. (2018). "Word Blindness"(Dyslexia): A bibliometric analysis of global research in last fifty years. *DESIDOC Journal of Library & Information Technology*, 38(4), 286. <https://doi.org/10.14429/djlit.38.4.1279>
- Sönmez, Ö. F. (2020). Bibliometric analysis of educational research articles published in the field of social study education based on web of science database. *Participatory Educational Research*, 7(2), 216-229. <https://doi.org/10.17275/per.20.30.7.2>
- Topal, Z., Bahsi, I., & Tufan, A. E. (2020). Evaluation of the psychiatric research output from Turkey via Web of Science database: a bibliometric analysis. *Psychiatry Clin Psychopharmacol*, 30(4), 1-33. <https://doi.org/10.5455/PCP.20201117083927>
- Tran, B. X., Pham, T. V., Ha, G. H., Ngo, A. T., Nguyen, L. H., Vu, T. T. M. et al. (2018). A bibliometric analysis of the global research trend in child maltreatment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(7), 1456.

- World Health Organization. Mental Health Atlas 2020. Geneva; 2021. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.). 0; <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo> Erişim tarihi: 22.10.2022.
- [www.sciendirect.com](http://www.sciendirect.com) Adı geçen dergilere ait impakt faktörü bilgisi. Erişim tarihi:19.10.2022.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2005). Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri (5. Baskı.). Seçkin Yayıncılık.
- Yıldız, M. (2021). Ruh sağlığını koruma ve ruhsal bozuklukları önleme ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Akademik Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 4(1), 7-13.
- Wolff, N. & Shi, J. (2012). Childhood and adult trauma experiences of incarcerated persons and their relationship to adult behavioral health problems and treatment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 9(5), 1908-26. <https://doi.org/10.3390/ijerph9051908>
- Zhang, J., Chen, X., Gao, X., Yang, H., Zhen, Z., Li, Q., et al. (2017). Worldwide research productivity in the field of psychiatry. *International Journal of Mental Health Systems*, 11(20). <https://doi.org/10.3390/ijerph15071456>

## GENİŞLETİLMİŞ ÖZET

### Giriş

İnsan biyopsikososyal bir varlıktır. Fiziksel sağlığı ne kadar önemli ise ruhsal sağlığı da o kadar önemlidir (Özcan, 2001). Bireyin ruh sağlığı ile ilgili ortaya çıkabilecek problemlerin kişisel, toplumsal ve ekonomik olarak birçok olumsuz yansıması olabilir (Mutlu, 2009). Ancak son yıllarda gerek çocukluk gerekse yetişkinlik çağında ruhsal problemlerin görülme sıklığı ve şiddetinde bir artış söz konusudur (WHO, 2021). Bireyler ruhsal sorunlar ile her yaşta karşılaşabilir ve önemli olan bu sorunlar oluşmadan önleyebilmektir. Ruhsal bozuklukların tedavisi, ruh sağlığının korunmasından daha zor bir süreci gerektirmektedir (Yıldız, 2021). Bu yüzden de ruh sağlığı ile ilgili problemleri yaratan sebeplerin ve ilişkili olduğu faktörlerin araştırılması, risk gruplarının saptanması, koruyucu ve önleyici çalışmalar yapılması önem arz etmektedir. Çocukluk dönemi ruhsal bozuklukların önlenmesi ve ruh sağlığının korunması için önemlidir. Bütün bunlar çocuk ruh sağlığı konusunu psikolojik danışmanlar, eğitimciler, çocuk gelişimciler, sağlık profesyonelleri ve diğer ilgili meslek grupları için önemli hale getirmektedir. Dolayısıyla da çocuk ruh sağlığı konusu bilim dünyasının ilgisini çekmekte, sıklıkla bilimsel çalışmalara konu edinilmektedir. Bu çalışmada bibliyometrik analiz yöntemini kullanarak, çocuk ruh sağlığı konusunda yapılmış global literatürün gözden geçirilmesi ve konu ile ilgili yayınlarda ülkemizin durumunun ortaya koyulması amaçlanmıştır.

### Yöntem

Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi yöntemi kullanılmıştır. Doküman olarak Scopus bibliyometrik veri tabanı kullanılmıştır. Çalışma kapsamında 2000’li yıllardan itibaren dünya çapında tıp alanında “çocuk ruh sağlığı” konusunda yapılan ve Scopus veri tabanında yer alan yayınların global analizini ve Türkiye’den yapılan yayınların bunlara katkısını belirlemek için bibliyometrik analiz yaklaşımı kullanılmıştır. Çalışmada bibliyometrik veri tabanı olarak Elsevier-Scopus kullanıldı. Anahtar kelime olarak başlık bölümünde İngilizce dilinde “child mental health” kelimeleri kullanıldı. Çalışmada 2000 yılından itibaren yapılmış bütün makaleler çalışma kapsamına alınmıştır. Ancak çalışmaya dahil edilmeyecek çalışmaların belirlenmesinde bazı dışlama kriterleri kullanılmıştır. Buna göre makale türünde olmayan ve dergilerde yayınlanmayan yayınlar çalışma dışı bırakılmıştır. Günlük yayın sayısının sürekli güncellenmesi makalelerin aldığı atıf yıllık yayın sayısı gibi parametreler açısından farklılaşmalar yaratabileceğinden analiz edilecek verilerin veri tabanından alınması tek günde gerçekleştirildi (18.10.2022). Çalışma kapsamında makaleler; çalışmalarda kullanılan anahtar kelimeler, ülkelere göre yayın sayısı, yıllara göre yayın sayısı, yayın yapılan dergiler, yayınların atıf sayısı, dergi adı, yazar adı açısından bibliyometrik olarak değerlendirildi. Türkiye’den çocuk ruh sağlığı konusunda

yapılan yayınlar Türkiye'nin katkısına ilişkin bir fikir ortaya koyması bakımından kendi içinde de analiz edilerek sunulmuştur.

### **Bulgular**

Çalışmada herhangi bir dışlama yapmaksızın anahtar kelimelerle yapılan taramada toplam 7960 yayın tespit edildi. Bunların 6914 tanesi 2000'li yıllardan sonrasına aitti. 5015 tanesi bir dergide yayınlanmış makale idi. Çalışmamızda bu 5015 makale ayrıntılı analiz edildi. İngilizce ( $n=4782$ ), Almanca ( $n=64$ ) ve İspanyolca ( $n=49$ ) en sık tercih edilen makale yazım dilleri idi. Çocuk ruh sağlığı konusunda en çok yayın yapan üç ülke ABD ( $n=1821$ ), İngiltere ( $n=959$ ) ve Avustralya ( $n=479$ )'dır. Yayın sayısı yıl sayısına bölünerek elde edilen üretkenlik ölçütüne göre çocuk ruh sağlığı konusunda yıllık yayın üretkenliği 2000'li yıllarda 105.4 iken, 2020'li yıllarda yıllık 529.6'ya ulaşmıştır. Scopus veritabanında çocuk ruh sağlığı konusuyla ilgili yer alan makalelerin en çok tıp ( $n=3464$ ), psikoloji ( $n=1842$ ), sosyal bilimler ( $n=1234$ ) ve hemşirelik ( $n=443$ ) alanı akademisyenleri tarafından çalışıldığı saptanmıştır. Scopus veritabanında çocuk ruh sağlığı konusunda 2000'li yıllardan sonra yapılmış ülkemizden katkı sağlanan 52 makale bulunmuştur. Ülkemiz yayın yapılan ülkeler sıralamasında on dokuzuncu sıradadır. Ülkemizden yapılan 52 yayının 26'sı (%50) başka ülkelerle iş birliği içermektedir.

### **Tartışma ve Sonuç**

Toplumlarda tarihsel, ekonomik, sosyolojik değişimler aile yapılarında, çocuğun aile içerisindeki yeri ve değeri, anne babaların ebeveynlikle ilgili tutum ve davranışlarında olumlu ve olumsuz birtakım değişimleri beraberinde getirmiştir (Erol & Aloğlu, 2017). Bu değişimler sırasında toplumda ve ailelerde çocuğun sadece fiziksel sağlığının değil ruh sağlığının da önemli olduğuna ilişkin farkındalık artmıştır (Durak, 2015) Bunun yanında değişen yaşam koşullarıyla birlikte çocuk (18 yaş altı) yaş grubunda ruhsal hastalıkların sıklık ve şiddeti de artış göstermiştir (Mutlu, 2009). Bütün bu faktörler çocuk ruh sağlığı konusunu ulusal ve uluslararası düzeyde, bilimsel anlamda ilgi çeken popüler bir konu haline getirmiştir. Bu çalışmada da çocuk ruh sağlığı konusunda Scopus veri tabanında 2000 yılı ve sonrasındaki yayınların bibliyometrik analizi yapılmış ve Türkiye'nin bu yayınlara katkısı belirlenmeye çalışılmıştır. Çocuk ruh sağlığı konusunda en çok yayın yapan üç ülkenin ABD ( $n=1821$ ), İngiltere ( $n=959$ ) ve Avustralya ( $n=479$ ) olduğu saptanmıştır. İlk üç sırada yer alan ülkelerin hepsinin Dünya Bankası verilerine göre yüksek ekonomik gelişmişlik seviyesinde bulunmaları (<https://data.worldbank.org/country>) bilimsel yayınlar için ayırmış olabilecekleri kaynak ve teşviklerin yayın sayısının yüksek olmasıyla ilişkili olabileceğini düşündürmüştür. Ayrıca bu ülkelere ABD ve İngiltere'nin resmi dilinin, Avustralya'nın ise nüfusun büyük çoğunluğunun konuştuğu dilin İngilizce olması da yayın üretimi açısından bir avantaj olmuş olabilir.

Ülkemiz çocuk ruh sağlığı konusunda yapılmış 52 yayımla on dokuzuncu sıradadır. Halbuki son yıllarda ülkemizde akademik yayın sayısında artış olduğu hatta birçok konuda yapılan bibliyometrik analiz çalışmasında ülkemizin ilk onda yer aldığı bilinmektedir (Topal ve ark., 2020; Sönmez, 2020). Bizim çalışmamızda ortaya çıkan durum çocuk ruh sağlığı ile ilgili ülkemizden yapılan yayınların ulusal dergiler ya da başka indekslerde taranan dergilerde yayınlandığını düşündürmüştür. Ülkemizden yapılan 52 yayının 26'sı (%50) başka ülkelerle iş birliği içermektedir. Çocuk ruh sağlığı konusundaki yayınlar açısından uluslararası iş birliklerinin üniversiteler ve ilgili kurumlarca desteklenmesi listelerde üst sıralarda yer almamıza katkı sağlayabilir.

Çocuk ruh sağlığı konusunda yapılan makalelerin tıp, psikoloji, sosyal bilimler, hemşirelik gibi farklı disiplinlerden bilim insanları tarafından yazıldığı görülmüştür. Bu bulgu da çocuk ruh sağlığı konusunun kapsamı geniş ve multidisipliner bir konu olması ile açıklanabilir. Özellikle çocuk ruh sağlığının geliştirilmesi için yapılması gereken taramalar, ev ziyaretleri, ebeveyn eğitimleri ve okul tabanlı programlar gibi koruyucu önlemler hekim, hemşire, çocuk gelişimci, psikolog, psikolojik danışman vb. birçok disiplin ile iş birliği içinde çalışmasını gerektirmektedir. (Ayhan ve ark., 2022). Geniş bir kavram olan çocuk ruh sağlığının gelişimi, çocuk ruh sağlığını etkileyen çok yönlü faktörlerin belirlenmesi, koruyucu ve önleyici bakımın sağlanması için multidisipliner çalışmalara ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir.

Çocuk ruh sağlığı ile ilgili Scopus'ta taranan çalışmalara ilişkin bibliyometrik sonuçlar sunan bu çalışmanın bazı sınırlılıkları da vardır. Öncelikle bu çalışmanın sonuçları Scopus veri tabanında tıp alanında çocuk ruh sağlığı konusunda yapılan, bir dergide yayınlanan makalelerle sınırlıdır. Bu çalışmaya benzer araştırmalar yapacak araştırmacılar Pubmed, Web of Science, Google Scholar gibi diğer veri tabanlarını da tarayarak uluslararası karşılaştırmalar yapabilir. Ayrıca gelecekte çocuk ruh sağlığı ve çocuk gelişimi ile ilgili çalışma yapacak araştırmacıların farklı anahtar kelimeler ile ilgili bibliyometrik analiz çalışmaları yapmaları önerilmektedir.