

PSİKOPATOLOJİK BELİRTİLERİN; KİŞİLERARASI İLİŞKİ  
TARZLARI VE TEMEL KİŞİLİK TİPLERİ YÖNÜNDEN  
İNCELENMESİ

BATUHAN MEHMET BİLEN

IŞIK ÜNİVERSİTESİ  
2019

PSİKOPATOLOJİK BELİRTİLERİN; KİŞİLERARASI İLİŞKİ  
TARZLARI VE TEMEL KİŞİLİK TİPLERİ YÖNÜNDEN  
İNCELENMESİ

BATUHAN MEHMET BİLEN

İstanbul Bilgi Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, 2016

Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Bölümü, 2019

Bu tez, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne Yüksek Lisans (MA) derecesi  
ile sunulmuştur.

IŞIK ÜNİVERSİTESİ

2019

IŞIK ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

PSİKOPATOLOJİK BELİRTİLERİN; KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI VE TEMEL  
KİŞİLİK TİPLERİ YÖNÜNDE İNCELENMESİ

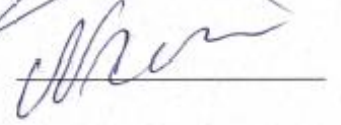
BATUHAN MEHMET BİLEN

ONAYLAYANLAR:

Dr.Öğr.Üyesi S. Vicdan Yücel Işık Üniversitesi  
(Tez Danışmanı)



Doç.Dr. Nazlı Balkır Neftçi Işık Üniversitesi



Dr.Öğr.Üyesi Ayşenur Aktaş Acıbadem Üniversitesi



ONAY TARİHİ: 21.05.2019

# **INVESTIGATION OF PSYCHOPATHOLOGICAL SYMPTOMS IN TERMS OF RELATIONSHIP BETWEEN INTERPERSONAL RELATIONSHIP STYLES AND BASIC PERSONALITY TYPES**

## **Abstract**

**Objective:** The aim of this research is investigate to relationship between basic personality types and interpersonal relationship styles, then investigate these relational variables that are they predict or not psychopathological symptoms.

**Method:** The research was done with 360 participant face to face, who live in Istanbul, above 18 years old, no psychiatric diagnosis and no psychiatric drug user. As part of the research, Brief Symptom Inventory, Interpersonal Relationship Styles Scale and Short-form Revised Eysenck Personality Questionnaire, Sociodemographic Properties and Information Form was used for data collector tools.

**Results:** There wasn't found any meaningful relationship between introversion and avoidant style. There was positive and meaningful relationship found between neurotic personality type and angry style. Plus, there was positive and meaningful relationship found between extraversion personality type and angry style.

Extraversion personality type was unsuccessful to predict hostility symptoms but angry style successfully predicted to hostility symptoms. Neurotic personality type and angry style both, meaningful predictor for anxiety and depression symptoms.

**Conclusion:** In light of these informations, people who are above 18 years old and healthy, there are meaningful relationships between interpersonal relationship styles and personality types and these relations have affects on psychopathological symptoms.

**Key Words:** Interpersonal Relationship Styles, Psychopathological Symptoms, Personality Types

# PSİKOPATOLOJİK BELİRTİLERİN; KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI VE TEMEL KİŞİLİK TIPLERİ YÖNÜNDEN İNCELENMESİ

## Özet

**Amaç:** İstanbul ili içerisinde ikamet eden, sağlıklı yetişkinlerin temel kişilik tipleri ve kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiye bakmak ve aradaki bu ilişkinin, psikopatolojik belirtileri yordayıp/yordamadığını incelemektir.

**Yöntem:** Araştırma, herhangi bir psikopatolojik rahatsızlığı bulunmayan, psikiyatrik bir ilaç kullanmayan, 18 yaş ve üstünde ve İstanbul'da ikamet eden 360 kişi üzerinde, yüz yüze yapılmıştır. Araştırma kapsamında veri toplama araçları olarak Sosyodemografik Özellikler ve Bilgi Formu, Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği (KİTÖ), Eysenk Kişilik Anketi Gözden Geçirilmiş Kısa Formu (EKA-GGK) ve Kısa Semptom Envanteri (KSE) kullanılmıştır.

**Bulgular:** İçe dönüklük kişilik tipi ve kaçınan tarz arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunamamıştır. Nevrotik kişilik tipi ve öfkeli tarz arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Dışa dönük kişilik ve öfkeli tarz arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Dışa dönüklük kişilik tipi hostilete belirtilerini yordamakta başarısız olurken, öfkeli tarz hostilete belirtilerini anlamlı bir şekilde yordamıştır. Nevrotik kişilik tipi ve öfkeli tarzın birlikte depresyon ve anksiyete belirtilerinin anlamlı bir yordayıcısı oldukları bulunmuştur.

**Sonuç:** Bu bilgiler doğrultusunda 18 yaş ve üstü sağlıklı bireylerin, kişilerarası ilişki tarzları ve kişilik tipleri arasında anlamlı ilişkiler olduğu ve bu ilişkilerin psikopatolojik belirtiler üzerinde etkileri olduğu belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Kişilerarası İlişki Tarzları, Psikopatolojik Belirtiler, Kişilik Özellikleri

## **Teşekkür**

Araştırma ve yüksek lisans eğitimim boyunca değerli katkılarını benden hiç esirgemeyen, süreç boyunca bana motivasyon sağlayıp, öz verili ve içten bir şekilde her konuda destek olan ve mesleki anlamdaki bilgileriyle bana ışık tutan Sayın Dr. Vicdan Yücel'e,

Süpervizyon eğitimim boyunca bana değerli katkılar sağlayan Sayın Prof. Feryal Çam Çelikel'e,

Yüksek lisans eğitimim boyunca, beni hem bireysel hem de mesleki yönden zenginleştiren bütün hocalarıma,

Karamsarlığa düştüğüm noktalarda bana ışık tutan ve desteğini her zaman yanımda hissettiğim bana inanan ve güvenen sevgili eşim Burcu Bilen'e,

Araştırma boyunca bana yardımcı olan sevgili dostlarım Psk. Hülya İzgiş ve Psk. Ege Polater'e ve program boyunca yoldaşlık yaptığım bütün dostlarıma,

Bana olan inançları ve desteklerinden dolayı sevgili babam Ali Bilen, annem Esra Erdoğan, babaannem Hatice Bilen ve dedem Mehmet Bilen'e,

En içten şekilde teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

## İÇİNDEKİLER

### GİRİŞ

Onay Sayfası .....	i
Abstract .....	ii
Özet .....	iii
Teşekkür .....	iv
İçindekiler .....	v
Tablolar Listesi .....	viii
Kısaltmalar .....	ix

### BÖLÜM 1

1. Giriş .....	1
1.1 Araştırmanın Amacı .....	3
1.2 Araştırma Soruları ve Hipotezi .....	3
1.3 Araştırmanın Sayıltıları .....	4

### BÖLÜM 2

2. Genel Bilgiler .....	5
2.1 Kişilik ve Kişiliğe Dair Kuramsal Tanımlamalar .....	5
2.2 Kişiliğin Sınıflandırılması .....	6
2.2.1 Dışa dönük Kişilik .....	7
2.2.2 Nevrotik Kişilik .....	7
2.2.3 İçe dönük Kişilik .....	8
2.3 Kişilerarası İlişkiler .....	8
2.4 Kişilerarası İlişki Tarz ve Boyutlar .....	9
2.4.1 Kişilerarası İlişkilerde Öfke .....	10
2.4.2 Kişilerarası İlişkilerde Kaçınma .....	11
2.5 Psikopatolojinin Tanımı .....	11
2.5.1 Depresyonun Tanımı .....	12
2.5.2 Anksiyete Bozukluğunun Tanımı .....	13
2.5.3 Olumsuz Benliğin Tanımı .....	13
2.5.4 Hostilitenin (Öfke/düşmanlık) Tanımı .....	14
2.6 Kavramların Birbiriyle İlişkisi .....	14

2.6.1 Kişilerarası İlişki Tarzları ve Psikopatolojik Belirtiler .....	14
2.6.1.1 Kişilerarası İlişkilerde Kaçınan Tarz ve Olumsuz Benlik Belirtileri .....	15
2.6.1.2 Kişilerarası İlişkilerde Öfkeli Tarz ve Anksiyete Belirtileri ....	16
2.6.1.3 Kişilerarası İlişkilerde Öfkeli Tarz ve Depresyon Belirtileri ....	16
2.6.1.4 Kişilerarası İlişkilerde Öfkeli Tarz ve Hostilite (Öfke/Düşmanlık) Belirtileri	16
2.6.2 Psikopatolojik Belirtiler ve Kişilik Tipleri .....	17
2.6.2.1 Hostilite (Öfke/Düşmanlık) Belirtileri ve Dışa Dönük Kişilik .....	17
2.6.2.2 Olumsuz Benlik Belirtileri ve İçe Dönük Kişilik .....	18
2.6.2.3 Anksiyete. Depresyon Belirtileri ve Nevrotik Kişilik .....	18
2.6.3 Kişilik Tipleri ve Kişilerarası İlişki Tarzları .....	19
2.6.3.1 İçe Dönük Kişilik ve Kişilerarası İlişkilerde Kaçınan Tarz .....	19
2.6.3.2 Nevrotik Kişilik ve Kişilerarası İlişkilerde Öfkeli Tarz .....	20
2.6.3.3 Dışa dönük Kişilik ve Kişilerarası İlişkilerde Öfkeli Tarz .....	21

### **BÖLÜM 3**

3.Yöntem .....	22
3.1 Araştırmanın Örnekleme .....	22
3.2 Veri Toplama Araçları .....	22
3.2.1 Sosyodemografik Özellikler ve Veri Formu (EK A) .....	22
3.2.2 Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği (KİTÖ) (EK B) .....	23
3.2.3 Kısa Semptom Envanteri (KSE) (EK C) .....	23
3.2.4 Gözden Geçirilmiş Eysenck Kişilik Anketi Kısaltılmış Formu (EKAGGK)(EK D).....	23
3.3 Araştırmanın Yöntemi .....	24
3.4 Veri Analizi .....	24

### **BÖLÜM 4**

4. Bulgular.....	25
4.1 Araştırma Ölçeklerinin Betimleyici İstatistikleri .....	25
4.2 Örneklemin Sosyodemografik Bilgileri .....	26
4.3 Değişkenlerin Korelasyon Analizi .....	27
4.4 Çoklu Regresyon Analizi .....	29

### **BÖLÜM 5**

5. Tartışma .....	34
5.1 Sonuç ve Öneriler .....	37

### **Kaynaklar**



## EKLER

EK A Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu

EK B Sosyodemografik Özellikler ve Bilgi Formu

EK C Eysenck Kişilik Anketi Gözden Geçirilmiş Kısaltılmış Formu

EK D Kişilerarası İletişim Tarzları Ölçeği

EK E Kısa Semptom Envanteri

Özgeçmiş

## TABLULAR LİSTESİ

4.1.1 Ölçeklerin Normallik Testi Sonuçları

4.1.2 Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri

4.2.1 Örneklemin Sosyo-demografik Özellikleri

4.3.1 Matrix Korelasyon Tablosu

4.4.1 Nevrotik Kişilik Tipi ve Kişilerarası Öfkeli Tarzın Anksiyeteyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

4.4.2 Çoklu Regresyon Modelinde Anksiyete Belirtilerini Açıklayan Katsayılar

4.4.3 Nevrotik Kişilik Tipi ve Kişilerarası Öfkeli Tarzın Depresyonun Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

4.4.4 Çoklu Regresyon Modelinde Depresyon Belirtilerini Açıklayan Katsayılar

4.4.5 Dışa-dönük Kişilik ve Kişilerarası Öfkeli Tarzın Depresyon Belirtilerini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

4.4.6 Çoklu Regresyon Modelinde Hostilite Belirtilerini Açıklayan Katsayılar

## KISALTMALAR LİSTESİ

EKA: Eysenck Kişilik Anketi

KİTÖ: Kişilerarası İletişim Tarzları Ölçeği

KSE: Kısa Semptom Envanteri

Ort. : Ortalama

$\beta$ : Beta

SH: Standart Hata

SS: Standart Sapma

SEK: Standardize Edilmemiş Katsayılar

SK: Standardize Katsayılar

# BÖLÜM 1

## 1.GİRİŞ

Kişilik kavramı; bireyin başkalarından ayırt edilebilen, şahsına ait özelliklerin bütünüdür. Bu özellikler, bireyin olayları öznel olarak yorumlamasına (bilişsel ve duygusal) bağlı olarak, iç ve dış dünyada ki duyuş, düşünüş ve davranış örüntülerini kapsar. Bu örüntüler ise, engellenme ve çatışma karşısında yerleşmiş baş etme tarzları ve savunma mekanizmaları ve belli duygusal durumlarda belli duygusal tepki gösterebilme becerileridir. Kişiliğin şekillenmesinde; çocukluk çağındaki fiziksel ve psikolojik koşullar, doğum öncesi ve sonrası koşulların yanında ayrıca öğrenme, toplumsallaşma ve olgunlaşma (maturation), etkenleri rol oynamaktadır. Kişilik; bireye has, onun değişmeyen özelliklerini tanımlar ve bireyin “nasıl bir kişi” olduğunu betimler. (Öztürk, 2002).

Somer (1998)'e göre, belirli koşullar altında, belirli bir tarzda davranma eğilimi olarak tanımlanabilecek kişilik özellikleri; kişilerarası ilişkilerle alakalı emareler barındırır. Blatt ve Shicman (1983)'a göre kişilik gelişimi başlıca iki görevi içerir. Bunlardan biri istikrarlı, dayanıklı ve karşılıklı olarak doyurucu kişilerarası ilişkiler kurma kapasitesidir. Diğeri ise; ayrılmış, sağlamlaşmış, sabit, gerçekçi ve pozitif bir kimlik, kişilik elde etmektir. Normal bir gelişimde ise; bu iki süreç (kişilerarası ilişkiler kurma ve kimlik, kişilik gelişimi), birbirine bağımlı diyalektik bir süreçtir. (Blatt ve Shichman, 1983)

Bireyin diğerleri ile yakın ve samimi ilişkiler kurabiliyor olması sağlıklı bir kişiliğin göstergesidir. Diğer taraftan, yakın ve samimi ilişkiler de bireyin kişilik gelişimini ve sosyal gelişimine etki eder. Sağlıklı kişilerarası ilişkilerin temeli ise çocuklukta bakım veren(ler)le olan ilişkilerde saklıdır. Kurulan bu ilk ilişkiler, ileride bireyin diğerleri ile olan kişilerarası ilişkilerinde önemli yer tutar. Ayrıca diğerleri ile kurulan bu ilişkiler kişiliğin şekillenmesinde de etkilidirler. (Hamarta, 2012)

Hortaçsu (1997) 'ya göre, bireyin diğerleri ile olan ilişkilerinin, karşılıklı bir etkileşim içerisinde olduğu varsayımından yola çıkarsak, her kişinin içerisinde yaşadığı fiziksel ve sosyal ortamdan etkilenir. Karşı taraftan, bireyin kişiliği ve davranışları, etkileşim içinde olduğu bireyin düşünce ve davranışlarını da etkiler. Kişilerarası ilişkideki bu dualite ve ilişkinin niteliğine de bağlı olarak, bireylerin sosyal çevrelerindeki farklı kişilerle ilişkilerine de yansır (akt. Karlı, 2008)

Kişiliğin ve ilişkilerin, çağdaş kuramsal açıdan incelenmesi Sullivan'ın 1930 ve 1940'larda ki çalışmalarıyla başlamıştır. Sullivan, kişilerarası ilişkilerin; kişiliğin ve insan davranışlarındaki değişkenliğin kaynağı olduğunu öne süren ilk kişilerdendir. Teorisinde bireyi incelemektense, onun ilişkilerini incelemenin, bireyin davranışlarını analiz etmede daha etkili olacağını savunmuştur. Sullivan bireysel kişilik kavramını desteklemedi ve bireyin ne kadar çok kişilerarası ilişkiye sahipse, o kadar çok kişiliği olduğunu varsaydı. (Ingraham ve Wright, 1987) Diğerleri ile kurmuş olduğu ilişkiler çerçevesinde hayatta kalmayı sağlayabilen ve sürdürebilen insan, kişilerarası ilişkilerinde çevresinden hem etkilenen hem etkileyen konumdadır. İki veya daha fazla birey arasında kurulan bu kişilerarası ilişkiler, farklı ihtiyaçlardan kaynak alan, tanışıklıktan samimiyete değin uzanabilen, karşılıklı emosyon ve davranımlardır. (İmamoğlu, 2009)

Saymaz (2003)'a göre; "kişilerarası ilişkiler genel anlamıyla bireylerin diğer kişilerle olan ilişkilerinde yaşadıkları, duygu, düşünme ve davranış stillerini ifade etmektedir." (s. 30) Kişilerarası ilişkiler kişiyi doğrudan etkilemekte (Durmaz, 2004; Erözkan, 2009; Oral, 2006; Yılmaz, 2010; Yüksel, 2008), zamanla bireyler arasında gözlenen kişilerarası ilişki tarzlarını şekillendirmektedir (Karlı ve Koç, 2008) (akt. Hasta ve Güler, 2013), Kişilerarası ilişki tarzı, bireyin muhtelif ilişki ve hallerde ortaya koyduğu genel davranış yönelimi ve kişilik örüntüsünü kapsamaktadır. (Buss ve Craik, 1983) Kişilerarası ilişki tarzındaki olumsuzluklar; kişilerin yaşam kalitesini ve yaşam doyumunu negatif biçimde etkilemekte ve bireyin diğerleri ile olan etkileşimlerinde, çatışma ve problem yaşamasının kaynağını oluşturmaktadır. Kişilerarası ilişkilerde uyumun yakalanması ise bireyin kişilik tarzları ile yakından ilişkilidir. (Kiesler, 1983)

Kişilerarası ilişki tarzları, iletişim sürecinde meydana gelen etkileşimlerin neticesi olarak ortaya çıkmakta ve kişilerarası ilişkilerin nasıl algılanacağından, ruh sağlığına

kadar geniş bir yelpazede bireylerin yaşamını etkilemektedir (Erözkan, 2009; Durak Batıgün ve Hisli Şahin, 2009; Hisli Şahin, Durak Batıgün ve Uzun, 2011; akt. Hasta ve Güler, 2013). Sullivan da, kişilik ve ek olarak psikopatolojiyi, bireyin kişilerarası durumlarda ki farklı tepki biçimlerinin basit bir yapılanması olarak görür. (Sullivan, H. S., 1972)

Bireydeki temel kişilik tipleri ve kişilerarası ilişki tarzları ilişkisinin bilinmesinin, psikopatolojik belirtilerinin gelişimi ve tedavisi yönünden aydınlatıcı veriler sağlayacağı düşünülmüştür. Alan yazını incelendiğinde, kişilik tipleri ve kişilerarası ilişki tarzlarının, psikopatolojik belirtilerle ilişkisine ayrı ayrı bakılmış fakat kişilik tipleri ve kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiye ve bu ilişkinin psikopatolojik yatınlıkları yordayıp/ yordamadığına dair alanyazınına rastlanmamıştır. Bu da, araştırmanın kısıtlılığını oluşturmaktadır.

### **1.1 Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı; İstanbul ili içerisinde ikamet eden, sağlıklı yetişkinlerin temel kişilik tipleri ve kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiye bakmak ve aradaki bu ilişkinin, psikopatolojik belirtileri yordayıp/yordamadığını incelemektir.

### **1.2 Araştırmanın Soruları ve Hipotezi**

Araştırmada, ilgili sorulara yanıt aranmıştır:

- Kişilik tipi dışa dönük olan bireylerle, kişilerarası ilişkilerde öfkeli tarzı olan kişiler arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Kişilik tipi içe dönük olan bireylerle, kişilerarası ilişkilerde kaçınan tarzı olan kişiler arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Kişilik tipi nevrotik olan bireylerle, kişilerarası ilişkilerde öfkeli tarzı olan kişiler arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Aralarında pozitif yönlü bir ilişki bulunan, nevrotik kişilik ve öfkeli tarza sahip bireyler, depresyon belirtilerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?
- Aralarında pozitif yönlü bir ilişki bulunan, nevrotik kişilik ve öfkeli tarza sahip bireyler, anksiyete belirtilerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?
- Aralarında pozitif yönlü bir ilişki bulunan, dışa dönük kişilik ve öfkeli tarza sahip bireyler, hostilite belirtilerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

- Aralarında pozitif yönlü bir ilişki bulunan, içe dönük kişilik ve kaçınan tarza sahip bireyler, olumsuz benlik belirtilerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

**Araştırmanın hipotezi:** Kişilik tipleri ve kişilerarası ilişki tarzları arasındaki pozitif yönlü ilişki, psikopatolojik belirtilerin yordanmasında etkilidir.

### **1.3 Araştırmanın Sayıtları**

- 1.Örneklem büyüklüğünün evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
2. Uygulanan yöntemin araştırmanın amacına uygun olduğu varsayılmıştır.
3. Kullanılan ölçeklerin ilgili değişkenleri ölçtüğü varsayılmıştır.
4. Soruları yanıtlayan kişilerin dürüst, tarafsız ve içten yanıtlar verdikleri varsayılmıştır.

## BÖLÜM 2

### 2. GENEL BİLGİLER

#### 2.1. Kişilik ve Kişiliğe Dair Kuramsal Tanımlamalar:

Kişilik kavramı, psikoloji tarihi boyunca bir çok farklı kuramcı tarafından ilgilenilen bir alan olmuş ve bugün başat saydığımız her kuram, kişiliğe dair kendi özgün tanımlamasını getirmiştir. Kişiliğe dair, getirilen tek bir tanımlama olmaması sebebiyle farklı kuram ve kuramcıların kişilik kavramını nasıl ele aldıklarına değinilecektir.

Psikoanalitik kuramın kurucu Freud'a göre kişiliğin temel elementini iç güdüler oluşturur. Onları, davranışı güdüleyen ve davranışın yönünü belirleyen itici kuvvet olarak görür. Freud iç güdünün amacının, haz ilkesi uyarınca, bireyin ihtiyacını tatmin etmek olduğunu, bu yolla kişinin intrapsişik gerilimini azalttığını ve homeostazisini koruduğunu savunur. Freud, iç güdülerini; yaşam ve ölüm iç güdüsü olmak üzere iki kategoriye ayırır. Yaşam iç güdüsü (life instinct); kişinin yaşamsal ihtiyaçlarını karşılayarak hayatta kalmasına hizmet eder. Freud, yaşam enerjisinden bahsederken, kişilik için en önemli olgunun cinsellik olduğundan söz eder. Cinselliğe verdiği önem sadece erotik değil bütün haz veren düşünce ve davranışları kapsar. Ona göre cinsellik, birincil güdümüzdür. İnsanları baskın olarak haz arayan varlıklar olarak tanımlar. Bu sebeple kişilik teorisi, cinsel istekleri baskılama veya bastırma etrafında döner. Freud' un orjinal kavramı kişiliği üç seviyeye böler. Bunlardan ilki, bütün duyumsamalarımızı ve farkında olduğumuz bütün deneyimlerimizi kapsayan bilinçli yanımızdır. Kişiliğimizi oluşturan bu bilinçli yanımızın sınırlı olduğunu düşünmüştür. En büyük önemi bilinç dışına verir. Burada ki dilek ve arzularımızın davranışlarımızı yönlendirdiğini varsayar. Bu iki yapı arasına da ön bilinci koyar. Ön bilincinde, o an bilinçli olarak farkında olmadığımız ancak istenildiğinde kolayca bilince geri çağırılabilen düşünceler olduğunu öne sürer.



Freud daha sonraları kişiliğin üç seviyesine dair olan nosyonunu revize etmiş ve kişiliğin anatomisini id, ego ve süperego olarak tanımlamıştır. Id'i, iç güdü ve libidonun rezaruarı olarak tanımlamış ve onun haz ilkesi uyarınca yönetildiğini, anlık hazların peşinde koştuğunu iddia etmiştir. Üst benliğin ise kişiliğin ahlaki tarafı olduğunu söyler. Egonun ise kişiliğin rasyonel tarafı olduğunu ifade eder. Ayrıca Freud farklı erotejenik bölgelerin, değişik yaşlardaki çatışmanın kaynağı olduğunu savunmuş, bu sebeple de kişiliğin gelişimini psikoseksüel dönemlere ayırmıştır. Ona göre kişilik gelişimi, yaşamın ilk beş yılından sonra sona ermektedir. Psikoanalitik kuramı eleştiren Neo-Freudiyenlerse; kişiliğin bu deterministik tanımına karşı çıkmışlardır. (D. Schultz ve S. Schultz, 2005)

Psikoanalitik kuramdan ayrılan Jung'un kişilik kuramına yapmış olduğu en önemli katkı oluşturduğu tipoloji kavramıdır. Bu kavrama göre, Jung, bireylerin dünyaya farklı şekillerde tepkiler verdiğini öne sürer. Bu farklı tepki biçimlerini de; dışa dönüklük ve içe dönüklük olarak iki temele dayandırır. Ayrıca Jung, tipoloji kuramında, kişiliği; düşünme, algılama, hissetme ve sezgi gibi dört zihinsel işleve ayırır. Bireyin gerçekliği, bunların biriyle algılama eğiliminde olduğunu öne sürer. (Corsini ve Wedding, 2012)

Humanistik kuramın kurucuları olan Carl Rogers ve Abraham Maslow'a göre ise; kişiliğin merkezi özelliğini kişinin kendi hakkındaki algısı yani kendilik kavramı (self-concept) oluşturur. Rogers; bireyin benlik kavramı pozitifse, dünyayı algılamasının da öyle olacağını; kişinin benlik kavramı negatifse yani birey kendi gözünde ideal benliğinden uzaktaysa, hoşnutsuz ve mutsuz hissedeceğini savunur. (Mayers, 2010)

İncelenen alanyazında, bilişsel davranışçı kuramın kişiliği bütünüyle tanımlamasına rastlanmamıştır. Bu görüşün, Merrill ve Strauman (2004) 'ın yazdığı makalesi ile de desteklendiği görülmektedir. Kişiliğin bilişsel davranışçı terapilerde bugüne kadar sınırlı bir rol oynadığını ve kişiliğin sadece maladaptif yönüne odaklanıldığından, adaptif yönüne ise araştırmalarda hiç yer verilmediğinden bahseder.

## **2.2. Kişiliğin Sınıflandırılması:**

İnsanın kişiliği tanımlama ve sınıflandırma isteği eski çağlardan beri hep var olmuştur. Psikolojik yönden kişilik tipleri ilk olarak psikoanalitik kuramın

çalışmalarında yer bulmuştur. Bu kurama göre kişilik özellikleri, çocukluk çağında ki saplanmalara (fixation) göre şekillenmiştir. Bu teoriye göre kişilik türleri; oral, anal ve genital olarak sınıflandırılmıştır. Claininger' in, kişilik kuramı modelinde ise; huy ve karakter olarak iki temel bileşen ortaya çıkar. Claininger' in kuramında, huy, birbirinden bağımsız dört boyuttan oluşur. Bunlar; yenilik arayışı, zarardan kaçış, ödül bağımlılığı ve sebat etme olarak sınıflandırılır. Karakterin ise üç boyutu olduğunu öne sürer ve bunları; kendini yönetme, kendini aşma ve işbirliği yapma olarak kategorilere ayırıp, tanımlar. Eysenck ise; kişiliği üç boyutu ile ele alır. Bunlar; içe dönüklük-dışa dönüklük, nörotiklik- dengelilik ve psikotiklik boyutlarıdır. Bu boyutların birbirlerinden bağımsız olduğunu öne sürer. (Öztürk ve Uluşahin, 2016)

### **2.2.1. Dışa dönüklük Kişilik**

Jung'a göre dışa dönük kişi; yaşam enerjisini (libido), benliğinden dışarı, dışsal olaylara ve kişilere yönlendirir. Bu kişilerin farklı durumlar içerisindeyken sosyal ve kendine güvenleri olduğunu vurgular. (D. Schultz ve S. Schultz, 2008) Eysenck ve Eysenck (1975) ise, dışa dönüklüğün sosyallik ve dürtüsellik temsil ettiğini, bu boyutun baskın olduğu kişilerin, sevecen, girişken, yalnız olmaktansa insanlarla olmayı seçen bireyler olduğunu öne sürmüştür. Ayrıca dışa dönüklüğü kontrolsüz duygularla ve zaman zaman güvenilir olmayan kişilik özellikleri ile de ilişkilendirmiştir. (akt. Karancı, Dirik, Yorulmaz, 2007)

Rocklin ve Revelle (1981)'e göre, Eysenck ölçeğini oluştururken Guilford'un ölçeğinden uyarlamalar yapmıştır. İkisinin dışa dönüklüğün tanımında ortak noktaları vardır. İkisi de dışa dönüklüklüğü bir yönüyle, dürtüsel davranışlar sergileme ve kendini dizginlemede yetersizlikle ilişkilendirmiştir. Bir diğer yüksek oranda örtüşen faktör ise onların sosyallik kavramıdır. (akt. Wilt ve Revelle, 2016)

### **2.2.2. Nevrotik Kişilik**

Nevrotiklik; mutsuzluk, kaygı ve öfke gibi olumsuz duygulanım ve duyguları kapsar. (Widifer, 2017) Horney (1945,1950)'e göre; hayat zordur ve hepimiz çatışmalar deneyimleriz ancak nevroitik çatışmalarla, normal çatışmalar birbirlerinden farklıdır. Sağlıklı çatışmalar bilinçlidirler ve genellikle çözülürler. Ancak nevroitik çatışmalar daha şiddetli, çözümsüz görünen ikilemler içerir ve genellikle derinden bastırılırlar.

(akt. Ewen, 2009). Ewen (2009) 'a göre; Horney nevrozu çocukluk çağından beri örşelenmiş kişilerarası ilişkilerin bir ürünü olarak görür.

Horney (2017) 'e göre; çocukluk çağında maruz kalınan; kayıtsız ve tutarsız davranışlar, aşağılayıcı ve küçümseyici davranışlar, aşırı korumacılık, düşmanca bir yaşam alanı ve bireysel ihtiyaçlara saygı duyulmaması gibi bir çok faktör, çocuğun güvensizlik duygusu yaşamasına sebep olabilir. Gelişimsel süreci kesintiye uğratılan çocuk, yaşamına devam etmenin yollarını ararken, baş etmek için bilinçdışı yöntemler geliştirir. Ancak bunu yaparken sadece geçici yöntemler geliştirmez. Kişiliğinin bir parçası haline gelen kalıcı karakter eğilimleri de geliştirir. Bunlara “nevrotik eğilimler” denir. Bu eğilimler zaman içersinde kişilerarası ilişkilerde; insanlara yönelik hareket etme, insanlara karşı hareket etme ya da insanlardan uzaklaşma olarak tezahür eder. (akt. Kavut, 2018)

### **2.2.3. İçe dönüklük:**

Cattell (1969) içedönüklüklerin, dış dünyayla ilgilenmek yerine, zihinlerinin içsel düşünce ve duygularıyla meşgul olduğunu; Good (1959) ise içe dönükleri, sosyal ilişki kurmaktan çekinmeye eğilim, açık etkinliklerden ziyade gizli ve imsel aktiviteleri tercih eden ve fazla kişisel duyarlılığı olan kişiler olarak tanımlar.(Akt. Henjum, 1983)

Horney (1945) içe dönüklüğü; nevrotik kopma (neurotic detachment) olarak adlandırır ve diğerleri ile yakın temasta ortaya çıkan çatışmalardan kaçınma olarak tanımlar. İçe dönükler nispeten daha geri çekilen, içine kapanık, sessiz ve planlıdır. Sessiz kalma ve pozitif duygulanımlarını koruma, şüpheli görüş ve konumları benimseme ve bireysel çalışmayı tercih etme eğilimleri vardır. (Apa dictionary of psychology)

### **2.3. Kişilerarası İlişkiler:**

Hamarta (2002)'ya göre, kişilik yaşamın ilk yıllarında biçim almaya başlar. Bu yıllarda birbirlerinin duygularını anlayan ve iletişim kurmaya gönüllü olan kişiler arasında meydana gelen yakınlaşma kişilerarası ilişkilerde önemli yer tutmaktadır. Hayatın ilk senelerinde kurulan yakın ilişkiler, daha sonra kurulacak olan ilişkilerin zeminini oluşturmaktadır. Kişinin etrafındaki bireylerle kurmuş olduğu yakın ilişkiler, kişinin kendisine ait bilgiler bütünü olan kişiliğinin şekillenmesinde etkilidir. Leary (1957)'e göre, kişilerarası ilişkiler bireylerin hayatında büyük rol oynamaktadır. İlişki,

bir kişinin diğeri bir kişiye ya da kişilere karşı sergilediği davranışların bütünüdür (akt. Tunç ve Kaygas, 2016) Ingraham ve Wright (1987) 'a göre; ilişkiler ve kişiliğin kuramsal yönden beraber incelenmesi, 1930 ve 1940'lı senelerde Sullivan ile başlamıştır. Sullivan 'kişilerarası kuramı'nda bireyden ziyade ilişkilere önem verir ve kişilerarası ilişkilerdeki davranışları başat tutar. Zucker (1989) 'a göre; Sullivan, gelişimin başka kişilerle etkileşim yoluyla yaşamın çok erken dönemlerinden beri kademe kademe sosyal bağlam içerisinde ortaya çıktığını öne sürmektedir (akt. Karşlı, 2008).

Heider (1958), Gold ve Elizabeth (1997)'e göre; sosyal etkileşimin daha özel bir formu olan *kişilerarası ilişki*, iki veya daha çok birey arasındaki her çeşit ilişkiyi tanımlamaktadır. Heider (1958)'a göre; kişilerarası ilişkilerde her kişinin ilişkiye sundukları ve diğeri birey ya da bireyler üzerinde tesiri bulunmaktadır (akt. Batıgün ve Şahin, 2009) Saymaz (2003)'a göre; kişilerarası ilişkiler, genel manasıyla kişilerin diğeri bireylerle olan ilişkilerinde yaşantıladıkları düşünme, duygu ve davranış biçimlerini ortaya koymaktadır.

#### **2.4. Kişilerarası İlişki Tarz ve Boyutları:**

Doğan ve Sapmaz (2012) kişilerarası ilişki tarzları, diğeri ile olan ilişkilerde isteklerin elde edilme yolu ya da kendini ortaya koyma olarak nitelenebilir. Bireyler amaçlarına, kişilerarası ilişki tarzları aracılığıyla erişmeye çalışırlar. Heider (1958) ve Bandura (1969)'ya göre; kişilerarası ilişkilerde her kişinin, diğeri birey ya da bireyler üzerinde etkisi ve ilişkiye katkısı vardır. Birtchnell (1983)'a göre, bu ilişki içerisinde bireylerin kiminle, nasıl ve hangi şartlar altında iletişim kurdukları, farklı bir söyleyişle *iletişim tarzları*; etkileşim süreci üzerinde etkilidir. (akt. Batıgün ve Şahin, 2009) Buss ve Craik (1983)'e göre tüm bu etkilerin neticesinde, kişiden kişiye farklılık gösteren etkileşim biçimleri, yani *kişilerarası tarzlar* oluşmaktadır. Daha net bir ifadeyle, kişilerarası tarz, bireyin diğeri ile olan ilişkilerinde ve olaylar karşısında genel olarak sergilediği temel davranış eğilimi ve kişilik örtüntüsü olarak tarif edilebilir. Kiesler (1983)'a göre bireylerin kişilik tarzlarının, kişilerarası etkileşimlerindeki uyumluluklarına tesir etmesi ise kaçınılmazdır

Diğeri bireyler, duygularımızın oluşmasında en önemli etkenlerden birini oluşturmaktadır (Parkinson,1996). Wu ve Schwartz (1992); öfke, korku, mutluluk, aşk

ve mutsuzluk hakkında altı yüzdenden fazla yapılan tanımları kategorileştirmiş ve dörtte üçünden fazlasında, kişinin diğer insanlarla olan ilişkisinin, duyguların asıl kaynağı olduğunu görmüştür. İlişkili olarak, Kemper (1978) insani duyguların büyük bir çoğunluğunun; gerçek, beklenen, hayal edilen ve hatırlanan sosyal ilişkilerin bir ürünü olduğunu öne sürer. (Akt. Parkinson, 1996)

Parkinson (1996)'a göre, duygu/ların ifade edilmesiyle birlikte diğer birey de birtakım duygu/lar yaşantılamaya başlamaktadır. Kişilerarası faktörler ise duyguların oluşmasının ana nedenidir ve bireyin sosyal bir ilişkiye girmesine öncülük edebileceği gibi geri çekilmesine de sebep olabilir. Rivera (1984)'ya göre; birçok duygunun kişisel olmaktan ziyade ilişkisel anlamı vardır. (akt. Parkinson, 1996) Parkinson'a göre, bu duyguların duygusal etkileşim içerisinde ifade edilmesi, belirli kişilerarası işlevlere hizmet eder.

#### **2.4.1. Kişilerarası İlişkilerde Öfke:**

Törestad (1990) öfkenin tasarlanarak meydana gelen bir durum olmadığını, genellikle engellenme, haksızlığa uğrama, eleştirilme, küçümsenme gibi durumlarda belirtildiğini; Spielberg ve arkadaşları (1991) ise öfkeyi, basit bir "sinirlilik" veya "kızgınlık" pozisyonundan, şiddetli bir "hiddet" haline kadar değişebilen farklı dereceleri olan bir hal olarak tanımlamıştır (akt. Balkaya ve Şahin, 2003).

Öfke genel olarak doyurulmamış isteklere, karşılanmayan beklenti ve istenmeyen neticelere karşı verilen son derece doğal bir duygusal tepkidir. Sağlıklı olarak ifade edildiğinde, kişilerarası iletişimi de düzeltebilecek bir duygudur. (Soykan, 2003)

Duyguların oluşumunda kişilerarası faktörlerin önemi, Averill (1983) tarafından vurgulanmaktadır. Averill, öfkeden kişilerarası bir duygu olarak söz eder ve sosyal bağlamın dışında tam olarak anlaşılamayacağını savunur. Araştırmasında, öfkenin yabancı olan kişilerden ziyade, sevilen, iyi tanınan birine daha çok aktarıldığını; sebebini de, tanıdık olanın öfkemize olan tepkisinin daha kestirilebilir olması ile açıklar.

Bununla birlikte öfke, kişilerarası sorunlu ilişkilere, evliliklerin bitmesine, iş hayatındaki işlevselliğin ve üretkenliğin düşmesine, ruhsal ve fiziksel sağlıkta önemli problemler doğmasına sebep olabilir. (Martin ve Watson, 1997; akt. Soykan, 2003) Günlük yaşamda sıklıkla yaşanan bir duygu olan öfke, aslında iki kişinin de

mutsuzluğuna kaynaklık etmektedir. Kısaca belirtmek gerekirse, öfke hem duygunun kaynağında hem de yansıtılan kişide olumsuz bir yaşantı oluşturmaktadır. (Soykan, 2003)

#### **2.4.2. Kişilerarası İlişkilerde Kaçınma:**

Bir kişinin başka bir kişiye yönelik yakınlık arama ve bunu sürdürebilmesi olarak tanımlanan bağlanma kavramı, kişilerarası ilişkilerin doğasını etkileyen önemli bir faktördür. (Kandemir ve İlhan, 2017) Bowlby'nin gözlemlerini temel alan Ainsworth ve ark. (1978), üç bağlanma şekli ortaya koymuşlardır. Bunlar; güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınan tiptir. (akt. Hazan ve Shaver,1987)

Kaygı ve kaçınma güvensiz bağlanmanın iki temel boyutudur. (Erdem ve Kabasakal, 2015) Kişisel güvenliğini sağlamak amacıyla kaçınmacı bir strateji geliştiren birey özellikle acı veren ve stresli koşullarda yakın sosyal temaslardan kaçınır. Bunu telafi içinse sosyal olmayan aktivitelere yönelir. Yetişkin bağlanmalarıyla ilgili yapılan araştırmalar, kaçınmanın; yakınlığa duyulan korku ve yakın ilişkilere karşı mesafeyi sürdürme eğilimi olarak tecelli ettiği görülmektedir. Ayrıca kaçınmacı bireylerin ilişkilere daha pesimistik bakışları olduğu ve bununla ilişkili olarak, daha yüksek oranda ilişkisel çözülme (relationship dissolution) yaşadıkları görülmüştür. (Hazan ve Shaver, 1994) Fazla kaçınmacı kişiler diğer insanlara ilişkin olumsuz bakış açısı, saplantılı özgüven, ilişkilerde yakınlıktan kaçınma, diğer insanlara güvenmeme eğilimi ve genellikle işleri tek başına yapmaya çalışma ile karakterize edilebilir (Hazan ve Shaver, 1987; Mikulincer ve Shaver, 2007; akt. Erdem ve Kabasakal, 2015).

#### **2.5. Psikopatolojinin Tanımı:**

Psikopatoloji, psikolojik bozuklukların anlaşılması için yapılan bilimsel çalışmalarını içerir. Psikolojik bozukluk bireyin yaşadığı sıkıntı (distress), işlevsellikte bozulma ve tipik olmayan veya kültürel olarak beklenmeyen tepkilerle ilişkilendirilip tanımlanır. (Barlov ve Durand, 2012) Tanı Ölçütleri Başvuru Kitabı'nın 5. versiyonuna (DSM-5) göre ise; "Ruhsal bozukluk, ruhsal işlevselliğin altında yatan ruhsal, biyolojiyle ilgili ya da gelişimsel süreçlerde işlevsellikte bir bozulma olduğunu gösteren, kişinin biliş, duygu düzenlemesi ve davranışlarında klinik açıdan belirgin bir bozukluk olmasıyla belirli bir sendromdur. Ruhsal bozukluklar genellikle belirgin bir sıkıntı ya da

toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında yetersizlik ile gider.” (Köroğlu, 2014, s. 5)

### **2.5.1 Depresyonun Tanımı:**

Depresyon kelime anlamı itibariyle; çökme, kederli hissetme ve yaşamsal aktivitenin azalması durumlarını kapsayan duygusal bir yaşantıdır. Fakat bu gibi durumlar sıklıkla olumsuz bir yaşam olayının ardından da yaşanabilecek, olağan tepkilerdir. Bu sebeple, depresyondan söz edilebilmesi için öncelikle, bireyin belirtilerindeki süreklilikten ve yine bireyin günlük faaliyetlerini ve işlerini görebilirliğindeki yoğun bozulmadan söz etmek gerekir. (Işık E., Işık U., Taner Y., 2013 ve Cimilli C., 2001; Akt. Çelik ve Hocoğlu, 2016)

Bilişsel model depresyonun psikolojik alt katmanlarının, üç kavramla ilişkili olduğunu varsayar. Bunlar kognitif üçlü, şemalar ve kognitif hatalardır (hatalı bilgi işleme). Kognitif üçlü kavramına göre, depresyondaki bireyin; kendine, geleceğine ve sürmekte olan deneyimlerine ait yorumlaması olumsuz yönde bozulur. Kognitif üçlünün ilk ayağı olan kendine karşı olan bozulmada kişi kendini; kusurlu, yetersiz, hasta ve yoksun görür. Kognitif üçlünün ikinci ayağında, depresif birey süregiden deneyimlerini olumsuz yönde yorumlama eğilimindedir. Dünyayı ondan aşırı talep eden ve/veya hedeflerine ulaşmasında başa çıkılmaz engeller koyan bir yer olarak görür. Üçüncü ve son olarak depresif birey, yaşadığı zorlukların veya acının süresiz olarak devam edeceğini tahmin eder, uzun süreli ön görülerde bulunur. (Beck, Rush, Shaw, Emery, 1979)

Psikoanalitik kurama göre; aşırı muhtaçlık, bağımlılık ve duygu tezatlığının (ambivalence) olduğu sevgi ilişkilerindeki nesnenin kaybının, depresyona yatkınlık kazandırdığını savunur. Ayrıca erken bakım ve duygusal bağın, savaş ya da kaç sisteminin ve fiziksel-duygusal bağın merkezi olduğunu söyler. Buna bağlı olarak da, bunların yetişkinlikteki depresif hastaların kırılanlıklarının anlaşılmasında önemli olduğunu savunur. Çevresel ve genetik faktörlerin de depresyonda rol oynadığını savunur. (Taylor, 2008)

### **2.5.2. Anksiyete Bozukluğunun Tanımı:**

Anksiyete strese karşı verdiğimiz normal reaksiyonlardır ve bu tepkiler bazı durumlarda faydalı da olabilir. Ancak anksiyete bozuklukları normal gerginlik ve endişelilik halinden farklıdır. Anksiyete geleceğe dönük endişeli beklenti, kas gerginliği ve kaçınma davranışı ile ilişkilidir. Anksiyete bozuklukları; yaygın anksiyete bozukluğu, panik bozukluk, sosyal anksiyete bozukluğu, ayrılık anksiyetesi bozukluğu ve fobiler olmak üzere kendi içinde kategorilere ayrılır.

(Parekh, 2017)

Beck, Emery ve Greenberg (2005)'a göre “Anksiyete bozuklukları, bir tehdide yönelik bir savunma tepkisini hareket geçirmeye veya ortadan kaldırmaya yarayan sistemin fonksiyon bozukluğuna işaret eder ki bu tepki, temel bir mekanizmanın (kaçma, donup kalma veya çöküş gibi) daha uyumlu bir durum üzerindeki (sosyal rekabet gibi) uygunsuz baskılaması olarak anlaşılabilir uyumsuz bir tepkidir.” (Öztürk, 2015)

Freud, anksiyete nevrozunun klinik belirtilerini şu şekilde tarifler. Bu kişilerde genel tedirginlik hali olduğunu ve buna bağlı olarak bu kişilerde sinirlilik, işitsel aşırı duyarlılık ve uykusuzluk görüldüğünden söz eder. Anksiyetenin bir diğer tipik özelliği ise endişeli bekleyiştir. Freud bunu nevrozun çekirdek belirtisi olarak ifade eder. Ayrıca bu kişilerin bir olasılık olmaktan ileriye gitmeyen durumları abarttıklarını söyler. Diğer anksiyete belirtileri arasında, geçen gelen terleme, baş dönmesinin eşlik ettiği yoğun açlık nöbetleri, solunum güçlükleri ve çarpıntıdan söz eder. (Hakan, 1999)

### **2.5.3. Olumsuz Benliğin Tanımı:**

Hamachek (1981)'e göre; Benlik algısı kişinin kendisi ile ilgili algılarının bütünüdür kapsar. Kişinin kendini tanımlayıcı nitelikleri, kapasitesi, eksiklikleri, sınırları, değerlerinin bütünü olarak tarif edebiliriz. (akt. Kılıç, Kırılı, Esen, 2017)

Bireydeki benlik saygısı olumlu ya da olumsuz yönde olabilir. Olumlu benlik saygısına sahip kişilerin; kişilerarası ilişkileri daha pozitif ve kendilerine ait olumsuz taraflarını değerlendirirken, bunlarla daha kolay yüzleşebilirler. (Özcan, 2006) Diğer taraftan olumsuz benlik kavramı olan bireyler, değersizlik ve çaresizlik



duygularını daha sıklıkla yaşarlar. Bu da kişilerarası etkileşimlerinde daha çok problem yaşamalarına sebep olur. Kişideki bu olumsuz benlik; tartışmalardan kaçınmaya, bedensel ve fizyolojik olarak iyi olmama durumuna, sosyal kaygıya ve bireylerarası duyarlılığın fazla olmasına sebep olabilmektedir. (O'Connor, Berry, Weiss ve Guilt, 2002; akt. Aydın ve Hiçdurmaz, 2016)

#### **2.5.4. Hostilitenin (Öfke/Düşmanlık) Tanımı:**

Öfkenin ifade edilme tarzı farklılıklar barındırır. Bu tarzların en önemlileri arasında saldırganlık yer almaktadır. Saldırganlık iki türlü şekilde ifade bulur. Fiziksel saldırganlık olan ilki motor davranışlarla bağlantılıdır. Burada hedeflenen öfke duyulana, kişi ya da nesne, zarar vermektir. (Berkowitz 1990) Saldırganlığın sözel olan şekli ise, dışavurulmuş öfke olarak açıklanır. (Kassinove ve Sukhodolsky 1995; akt. Balkaya ve Şahin, 2003) Hostilite ise; öfke duygularının eşlik ettiği ve diğerlerine yönelik saldırgan davranışı harekete geçiren, motivasyon olarak tanımlanır. Özetle; öfke ve hostilite duygu ve tutumlar ile bağlantılıyken; saldırganlık nesne veya insanlara karşı zarar verici davranışlarla ilişkilidir. (Spielberger ve ark. 1995; akt. Balkaya ve Şahin, 2003)

Çeşitli teorik yaklaşımlar saldırganlığın sebebini çoklu faktörlerin bir araya gelmesi ile açıklar. Bunlar; duygular (örneğin; olumsuz duygulanım, öfke), biliş (örn; değerlendirme, atıflar, inançlar, değerler, tutumlar), öz- düzenleme (örn; kendini-kontrol, kişisel- farkındalık) ve çevresel faktörler (örn; psikososyal stres, çevredeki şiddete maruz kalma) gibi unsurlar içermektedir. Bütün bu bilgiler ışığında, öfke (duygusal bileşen) ve hostilitenin (bilişsel bileşen) saldırgan davranışların görülmesinde baskın rol oynayan unsurlar olduğu ortaya konmuştur. (Garay, Carrasco, Amor, 2016)

### **2.6. Kavramların Birbiriyle İlişkisi**

#### **2.6.1 Kişilerarası İlişki Tarzları ve Psikopatolojik Belirtiler:**

Leavy ve Miller (1986)'a göre, kişilerarası ilişkiler normal dışı davranışların biçimlenmesi ve sürmesinde katkıda bulunur. Pek çok psikolojik problemin, kişilerarası ilişkilerden doğduğunu iddia eder. (akt. Hovardaoğlu,1995) Bireysel davranışların anlaşılması, bir diğer kişinin davranışlarıyla karşılaştırılarak

mümkündür. Bu sebeple “diğerinin” davranışlarını incelemek, ruhsal bozuklukların anlaşılmasında önemli katkıda bulunur. (Hovardaoğlu, 1995)

Heider (1958)’a göre; en az iki birey arasında olabilen bu ilişki, kişinin öbür kişi hakkındaki duygu ve düşünceleri, öbür kişiyi nasıl algıladığı, öbür kişiye yönelik davranışları, öbür bireyin düşünce ve davranışları ile alakalı olarak umdukları, öbür kişinin davranışına ne reaksiyon verdiği üzere birden fazla miktarda etmeni barındırmaktadır ve psikolojik sağlık ile yakından bağlantısı olan bir unsurdur. (akt. Akdur ve Batıgün, 2017) Kişilerarası ilişki tarzları, iletişim esnasında oluşan etkileşimlerin neticesi olarak meydana gelmekte ve bireyler arası ilişkilerin nasıl algılanacağından, ruh sağlığına varıncaya değin geniş bir spektrumda kişilerin yaşamını etkilemektedir. (Erözkan, 2009; Batıgün ve Şahin, 2009; Şahin, Batıgün ve Uzun, 2011; akt. Hasta ve Güler, 2013) Sullivan (1953)’a göre; akut olarak bireysel organizma veya sosyal kalıtımı araştıran değil de, kişilerarası olaylar vasıtasıyla, ruh sağlığı veya ruh sağlığı bozukluklarını araştıran bir disipline ihtiyaç vardır. (akt. Strack, 2005)

#### **2.6.1.1. Kişilerarası İlişkilerde Kaçınan Tarz ve Olumsuz Benlik Belirtileri:**

Kundu ve Rani (2007)’ ye göre benlik saygısı dilimizde farklı biçimlerde, örneğin “kendine güven” veya “kendilik saygısı” gibi ifadelerle yer bulsa da, özetle kişinin kendisini tanımlarken yaptığı, olumlu ya da olumsuz, subjektif yorumlama ve tanımlamaları içerir. Baumeister’e (2003) göre; düşük benlik saygısına sahip kişi kendini olumsuz bir biçimde tanımlar. (akt. Tunç ve Kutanis, 2013) Ramis, Psenicka ve Alves (2002)’e göre, kaçınma diğerlerine düşük ilgi ile ilgilidir. Kaçınan kişiyi sorumluluktan kaçan, yan çizen ve geriçekilen kavramlarıyla ilişkilendirir.

Bireyin bağlanma tarzı, onun benlik modeli ve kişilerarası tarzını ortaya koyar. Bartholomew ve Horowitz (1991)’in geliştirdiği bağlanma figürü modeline göre; kendilik tasarımı olumsuz olan birey değersizlik duyguları içindedir ve diğer taraftan başkalarını da olumsuz değerlendirir, onları güvenilmez ve reddedici bulur. Bu tip benlik modeli ve kişilerarası ilişkilere sahip bireyleri kaçınan bağlanma stili başlığı altında inceler ve korkulu stil olarak adlandırır. (akt. Sümer ve Güngör, 1999) Tunç ve Kutanis (2013)’in yaptığı araştırmanın sonucuna göre; benlik saygısı ile kaçınma davranışı arasında negatif yönlü bir bağlantı bulunmuştur. Bu sonuca göre;

bireydeki düşük benlik saygısının onu kaçınma davranışına yönlendirdiği varsayılmaktadır.

#### **2.6.1.2. Kişilerarası İlişkilerde Öfkeli Tarz ve Anksiyete Belirtileri:**

Öfke ve kişilerarası tarz bileşenlerinin, anksiyete ve anksiyete bozukluklarıyla bağlantılı olduğu bilinmektedir. Araştırma sonuçları da bunu destekler niteliktedir. Buna göre kaygı bozukluğu olan bireylerin ilişkilerinde daha çok öfke tecrübe ettikleri ve bunu dışa vurdukları ortaya çıkmıştır. Aynı zamanda bu kişilerin intikama dönük, pasif agresif ve içi dönük öfke tepkileri tecrübe ettikleri ve daha saldırgan ve kaygılı davranışlar sergiledikleri bulunmuştur. (Hisli, Batıgün, Uzun, 2011)

#### **2.6.1.3. Kişilerarası İlişkilerde Öfkeli Tarz ve Depresyon Belirtileri:**

Şahin, Batıgün ve Koç (2011)'a göre, depresyon teşhisi almış kişilerin bireylerarası ilişkileri olumsuz, öfkeli ve benliklerine yönelik algıları da olumsuzdur. Depresyonda ki bireyler bu tanıyı almamış olanlara kıyasla; öfkelenirildiklerinde daha çok saldırgan ve intikama dönük tepkiler verirler. Kişilerarası iletişim tarzları yönünden bakıldıkların da ise, daha çok öfkeli, baskın, kaçınan ve duyarsızdırlar. Depresyonda ki bireyin öfkesi daha çok saldırgan ve içe döndürülmüş öfke ile ilişkilidir. Ayrıca depresyonun şiddet düzeyine bağlı olarak öfkenin de şiddet düzeyinin artış göstermesinin altında “intikama yönelik tepkiler” deki artış gösterilebilir. Bu saldırgan öfke davranışı ise içe-döndürülmüş öfkenin dışa vurumu olarak değerlendirilebilir.

#### **2.6.1.4. Kişilerarası İlişkilerde Öfkeli Tarz ve Hostilite (Öfke/ Düşmanlık) Belirtileri:**

Kişilerarası ilişki tarzlarındaki olumsuzluk (öfkeli, baskın, duyarsız, kaçınan) ve kişilerarası öfke karşılıklı devinimsel bir ilişki içindedir. Öfke ile bağlantılı tavırlar fazlaştıkça (bilhassa saldırgan ve kaygılı tavırlar), kişilerarası iletişim tarzlarının negatifleştiği (bilhassa öfkeli, duyarsız, baskın ve kaçınan tarzlar) ve tersi yönden de aynı ilişkinin görüldüğü saptanmıştır. (Şahin, Batıgün ve Koç, 2011) Berkowitz (1990)'e göre, öfke ve hostilite arasında açık bir bağlantı vardır. Öfkenin, hostilitenin duygusal bir yansıması olduğunu savunur.

## **2.6.2. Psikopatolojik Belirtiler ve Kişilik Tipleri:**

Kişilik ve psikopatoloji arasındaki ilişki on yıllardır tartışma konusudur. Bu tartışmanın kalbinde iki temel soru bulunmaktadır. Bunlardan biri; kişilik diye bir şeyin var olup olmadığı diğeri ise, kişilik anormal davranışı tahmin edebilir mi üzerinedir. Henüz aradaki nedenselliği yani, kişilik özelliklerinin; ruhsal bozuklukların ortaya çıkmasında aracı mı olduğu yahut ruhsal bozukluklara eşlik eden bir şey mi olduğu ya da ruhsal bozukluğun bir sonucu mu olduğunu ortaya koyan bir net bir çalışma yoktur. Bu konu hakkında farklı görüşler olmasına karşın, kişilik özelliklerinin var olduğu ve kişilik özelliklerinin hem normal, hem de anormal davranışlarla ilişkisinin varlığına yönelik fikir birliği büyümektedir. Beş faktör kişilik modeli, geçen yıllarda üzerinde bir çok bilimsel çalışmanın yapıldığı, klinik değerlendirme ve araştırmalarda sıkça kullanılan bir modeldir. Bu sebeple, psikopatoloji ve kişilik arasındaki bu ilişkiyi ortaya koyabilmek adına beş faktör kişilik modeli bize stabil ve sağlam bir kişilik modeli sunar. (Trull ve Sher, 1994)

Costa ve McCrae (1992)'ye göre; temel kişilik boyutlarından alınan skor, alınan tanıyla ilgili bilgi ve katkı sağlar. Yine Costa ve McCrae (1992)'ya göre; kişilik özellikleri ve birinci eksen bozuklukları arasındaki ilişkiyi incelemek bir kaç açıdan önemlidir. Bunlardan biri elde edilen bu verilerin kişilik boyutları temelinde, tanı alan grubun tanı almayanlardan ve diğeri eksen bir bozukluk tanısı olanlardan ayırt edilebilmesi açısındandır. Trull ve Sher (1994)'in araştırmasının sonucu, kişilik tipleri ve eksen bir bozuklukları arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur. Ayrıca eksen bir bozuklukları arasından çeşitli tanıları almış kişilerin, hiç bir tanı almayanlarla temel kişilik boyutları zemininde farklılıklar gösterdiği ve aldığı skorlarda farklılaştıkları ortaya konmuştur.

### **2.6.2.1. Hostilite (Öfke/Düşmanlık) Belirtileri ve Dışa Dönük Kişilik:**

Guilford'un kişilik ölçeği ve kendi kişilik ölçeğini oluştururken ondan uyarlamalar yapan Eysenck'in, dışa dönüklük tanımlarında ortaklıklar bulunur. Bunlar dışa dönüklerin dürtüsel davranışlar sergileme ve kendini dizginlemedeki yetersizlikleridir. (Wilt ve Revelle, 2016)

Eysenck, Suç ve Kişilik (*Crime and Personality*) (1964) adlı kitabında da, suçluların dışa dönüklük, psikotizm ve nevrozizm ölçeklerinden yüksek puan alma eğiliminde

olabileceklerini belirtir. Ayrıca, genelde dışa dönüklükten yüksek skor alanların, düşük alanlara göre daha az sosyalleştiklerini; bundan dolayı daha çok anti-sosyal davranışlar sergilediklerini savunur. (Akt. Rushton ve Chrisjohn, 1980) Bu konuda yapılan araştırmada ise; dışa dönüklük ve psikotizm ölçeklerinden alınan yüksek skorların suçluluk (*delinquency*) ile belirgin bir şekilde ilişkili olduğu ancak, nevrotilikle ilgili bir ilişkisi olmadığına bulunmuştur. (Rushton ve Chrisjohn, 1980)

#### **2.6.2.2. Olumsuz Benlik Belirtileri ve İçe Dönük Kişilik:**

Çocuk aşamalı olarak genişleyen sosyal karşılaşmalar içerisinde bulunur ve bu sırada deneyimlediği bir şey de kendini diğerlerinden ayırtmaya başlamasıdır. Bu ayrılmış parça ben, benlik ya da benlik kavramı kelimeleri ile tanımlanır. Benlik ortaya çıkarken çocuk diğerleri tarafından kabul, sevgi ve onaylanmak ister. Bu erken dönem ilişkilerimiz benlik kavramımızı şekillendirir. Rogers'a göre, koşullu olarak sevilen bir çocuk, hangi şartlarda sevildiğine yönelik, ebeveynlerinin bu standart ve normlarını içselleştirir. Sevildiğini ve önemsendiğini hissettiği bu koşullar haricinde kişi kendini değersiz, kötü ve olumsuz olarak değerlendirir. (Schultz, D. ve Schultz, S., 2005)

İncelenen alanyazında, içe dönük kişilik ile olumsuz benlik arasındaki ilişkiye dair açıklamalarda bulunulan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak yukarıda ki bilgiler ışığında, olumsuz benlik kavramına sahip bireylerin yaşam alanlarının; kabul gördükleri ve değerli hissettirildikleri içselleştirilmiş standart ve normlara bağlı olması, bireyin yaşam alanında sınırlılık/darlık yaratabileceğini düşündürmüştür. Bu sebeple, içe-dönüklüğün sosyal ortamlardan geri durma, içe çekilme, fazla uyaranlardan kaçınma gibi özelliklerinin de olduğu göz önüne alınarak, olumsuz benlik ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür.

#### **2.6.2.3. Anksiyete, Depresyon Belirtileri ve Nevrotik Kişilik:**

Combs, Spillane ve Smith (2011)'e göre, depresif duygudurum, endişelilik (*anxiousness*) ve duygu düzenleme ile ilgili bilimsel olarak geçerli tedaviler geliştirmek adına hatırı sayılır bir çaba sarf edilmektedir. Presnall (2013)'da depresif duygu durum, endişelilik ve duygu düzenlemenin nevrotilik kişilik arasında bağıntı kurulabileceğini öne sürer. (akt. Widiger ve Presnall, 2013)

Eysenck ve Rachman (1965)'a göre, nevroitiklik genellikle duygusal stabil olmama ve anksiyeteye meyilli olma ile tanımlanır. Ayrıca anksiyete ve depresyon belirtileri olan kişilerin nevroitiklik düzeylerinin yüksek olduğunu varsayarlar. Middeldorp, Cath, Berg, Beem, Dych ve Boomsma (2006)'nın yaptıkları araştırmada anksiyete, depresyon ve nevroitiklik arasındaki bu ilişkiyi destekler niteliktedir. İlgili araştırmada kişilik ve psikopatoloji boyutları arasındaki en yüksek korelasyon kaygı ve nevroitiklik benzer şekilde depresyon ve nevroitiklik arasında bulunmuştur. (akt. Middeldorp, Cath, Berg, Beem, Dyck ve Boomsma, 2006) Casto ve McCrea (1992)'ya göre, nevroitiklik klinisyenlerce en tanıdık ve en sık karşılaşılan boyuttur. Nevroitiklik kişilik boyutundan yüksek alan bireylerde sıkça psikiyatrik rahatsızlıklar görülür. Bunlar arasında anksiyete ve depresyon öne çıkar.

### **2.6.3. Kişilik Tipleri ve Kişilerarası İlişki Tarzları:**

Kişilik ve kişiler arası ilişki arasındaki ilişki birbirlerini etkileme konusunda kuvvetli bir bağa sahiptir. Aradaki ilişkinin bu iki yönlülüğünü saptama için, önce kişiliğin kişilerarası ilişkiler üzerindeki etkisine, ardından kişilerarası ilişkilerin kişilik üzerindeki etkisine bakılmıştır. Buna göre, insanların aktiviteleri büyük ölçüde kişilik özellikleri tarafından belirlenir. Buna bağlı olarak kişilerarası ilişkileri de şekillenir. Diğer yandan kişilerarası ilişkiler belirgin bir biçimde kişiliğin oluşumu ve gelişiminde önemli bir yere sahiptir. Bunu gözlemlemek için en iyi yol aile ortamı ile ailedeki genç birey/bireylerin kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Örneğin; çocuk yetiştirilirken fazlaca bireysel özgürlük tanınanların ileride bağımsız, girişken, duygusal olarak güvenli ve daha az asabi olacakları; reddedici ve/veya baskılayıcı anne baba ilişkilerininse, bağımlı yada edilgenliğe sebep olduğu bir çok araştırma ile ortaya konulmuştur. (Mihailovic ve Lojic, 2003)

#### **2.6.3.1. İçer Dönük Kişilik Ve Kişilerarası İlişkilerde Kaçınan Tarz:**

İçer dönük bireyler kişilerarası etkileşim yerine, kendi kendine iletişim ve/veya kitle iletişimi kurmayı seçme eğilimindedirler. Bunu biyolojik olarak tanımlayacak olursak, içer dönüklerin beyin zarı uyarımlarının eşığı, dışa dönüklerinkine kıyasla daha düşüktür. Bu sebeple, coşku ve stimulanlardan kaçınarak, homeostazlarını korumaya çalışmaktadırlar. (Hazar, 2006)

İlgili olarak, Erich Fromm bir kişilik tipi olarak tanımladığı geri çekilmeye (*withdrawal*) eğilimli bireyin, yüzeysel ilgi alanları olduğunu ve güçlü bir sosyal güdüden yoksun olduğunu savunur. Bu sebeple, diğerleri ile ilişkilerinde mesafeli/uzak olmak ister. Horney kişilerarası ilişkilerde üç tip karakteristik özellikten söz etmiştir. Bunlardan biri olan insanlardan uzaklaşma da (*moving away from people*), diğer insanlarla sosyalleşirken dayanılmaz bir gerilim yaşama ve yalnız kalmayı istemek, nevrotik geriçekilme/kaçmanın bir belirtisidir. Bu tek başlılığın zorlanmadan kaçınmak için tercih edildiğini savunur. (Mihailovic ve Lojic, 2003)

### **2.6.3.2. Nevrotik Kişilik ve Kişilerarası İlişkilerde Öfkeli Tarz:**

Yüksek nevrotiklik düzeyi hostile, impulsif davranışlar ve etkisiz başa çıkma stratejileri ile yakından ilişkilidir. (Ansell ve Pincus, 2004) Karen Horney psikoanalitik kuramında, kişilik ve kişilerarası ilişkiler açısından önemli olan, nevrotik eğilimler (*neurotic trends*) tanımını ortaya atmıştır. Buna bağlı olarak, insanlara doğru, insanlara karşı ve insanlardan uzaklaşma olarak üç tipten söz eder ve nevrozun temelini bu eğilimler arasındaki çatışmadan doğduğunu savunur. İnsanlara karşı olma boyutunda nevrotik kişinin saldırgan eğilimlerinin baskın olduğunu savunur. Ayrıca bu kişilerin dünyayı adeta bir arena gibi gördüklerini ve gücünün güçsüzü ortadan kaldıracığı ve böylece hayatta kalacağına yönelik, Darwinci bir bakış açısına sahip olduklarını ifade eder. Bu sebeple diğerlerinin üstünde güç ve kontrol sağlama eğilimleri vardır. Bu kişilerin alarında olduklarını, tartışmaya hevesli ve öfke dışı vurumları olduğunu savunur. (Karen Horney, 1945)

Özyeşil (2012)'in de yaptığı çalışmada nevrotik kişilik ve öfke, içe-dönük öfke, dışa-dönük öfke arasında pozitif yönlü bir korelasyon bulunmuştur. Nevrotiklik düzeyinin, belirgin bir biçimde öfke özelliklerini tahmin etmekte başarılı olduğu saptanmıştır. Bu da teorik bulgularla tutarlı olduğunu göstermektedir. Nevrotik bireyler; anksiyete, öfke, dürtüsellik, olumsuz duygular, duygusal olarak stabil olmama ve kolay incinebilirlik deneyimleme eğilimleri ile karakterizedirler. Bu da kişilerarası ilişkilerini etkiler (Chamorro-Premuzic, 2015). Donellan, Larsen-Rife ve Cogner (2005)'e göre de, nevrotik bireylerin çabuk öfkelenme, gerginlik ve anksiyete eğilimleri ilişkiler için yıkıcıdır.

### **2.6.3.3. Dışa Dönük Kişilik ve Kişilerarası İlişkilerde Öfkeli Tarz:**

Bak (2009)'a göre, dışa dönüklerin öfkeyi ifade etmeleri diğer kişilik tiplerine kıyasla daha etkilidir. Dışa dönüklüğün diğer bir kutbu olan içe dönüklerin, kızgın veya öfkeli olduklarında öfke duygularını bastırdıklarını ve tutma eğilimi gösterdikleri görülmüştür. Ayrıca Martin ve arkadaşları (1999), içe döndürülmüş öfke ve dışa dönüklük arasında ters bir ilişki bulmuş ve dışa dönüklüğün heyecan arayan yönünün, reaktif saldırganlıkla belirgin bir ilişkisi olduğunu savunmuştur. (akt. Pease ve Lewis, 2015)



## BÖLÜM 3

### 3.YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde; örneklem seçimi, veri toplama araçları, araştırmanın modeli ve verilerin analiz yöntemleri hakkında bilgiler yer almaktadır.

#### 3.1. Örneklem

Türkiye İstatistik Kurumu Konya Bölge Müdürlüğü Adrese Dayalı Nüfus Sistemi (ADNKS) 2016 sonuçlarına göre; “ Türkiye'nin 18 yaş ve üzeri nüfusu” konulu çalışmasında, İstanbul'da belirlenen 18 yaş ve üstü kişi sayısı 10.843.658.28 olarak belirlenmiştir. Bu bağlamda, güven aralığı %95, hata payı %5 baz alınarak hesaplandığında örneklem büyüklüğü 385 olarak hesaplanmıştır. Dışlama kriterleri; daha önce herhangi bir psikopatolojik rahatsızlığı bulunmamış olmak, psikiyatrik bir ilaç kullanmıyor olmak, 18 yaş ve üstünde olmak ve İstanbul'da ikamet etmektir. Bu bağlamda uygun örnekleme yöntemi kullanılarak topluma, yüz yüze olmak üzere uygulama yapılması hedeflenmektedir.

#### 3.2. Veri Toplama Araçları:

Araştırmada verilerin toplanması için, Sosyodemografik Özellikler ve Bilgi Formu, Gözden Geçirilmiş Eysenck Kişilik Anketi-Kısaltılmış Formu (EKA-GGK), Kişilerarası İletişim Tarzları Ölçeği (KİTÖ) ve Kısa Semptom Envanteri (KSE) kullanılmıştır.

##### 3.2.1 Sosyodemografik Özellikler ve Veri Formu (EK A)

Kişilerin sosyodemografik özellikleri, psikiyatrik durumları hakkında bilgi almak için araştırmacı tarafından hazırlanmış soruları içermektedir. Bu bağlamda, kişilerin yaş, ikamet, psikiyatrik rahatsızlıklarının bulunup/bulunmadığı veya psikiyatrik bir ilaç kullanımları olup/olmadığına dair sorular sorulmuştur.

### **3.2.2 Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği (KITÖ) (EK B)**

60 maddelik bir ölçek olup, kişilerarası ilişki tarzlarını belirlemeyi amaçlamaktadır. Maddeler 5’li likert tipinde olup “size ne kadar tanımlıyor” sorusuna göre yanıtlanır. Toplamda ölçekten alınabilecek puan 60 ila 300 arasında yer almaktadır. Faktör analizi sonucunda baskın tarz, kaçınan tarz, duyarsız/duygudan kaçınan tarz, öfkeli tarz, manipülatif tarz ve alaycı/küçümseyici tarz gibi 6 faktör elde edilmiştir. Ölçeğin güvenirlik çalışmasında hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .93 bulunmuştur. Test- tekrar test güvenirlik katsayısı  $r = .72$  olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin alt boyutları arasındaki korelasyon katsayıları ise  $r = .64$  ile  $r = .81$  arasında değişiklik göstermektedir. Her bir alt boyutun iç tutarlılık katsayıları ise şu şekildedir: baskın tarz= .86, kaçınan tarz= .80, öfkeli tarz= .80, duyarsız/duygudan kaçınan tarz= .71, manipülatif tarz= .72 ve alaycı/küçümseyici tarz= .66’dır. Kültürümüze özgü olarak Şahin ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilmiştir.

### **3.2.3 Kısa Semptom Envanteri (KSE) (EK C)**

Ölçek Derogatis (2012)’in geliştirdiği 90 maddelik SCL-90 Semptom Belirleme Listesi’nden kısaltılarak oluşturulmuştur. Toplamda 53 sorudan oluşan, 0 ve 4 arasında puanlanan likert tipi bir ölçektir. Alınabilecek puan aralığı 0 ile 212 arasındadır. Ölçeğin geliştirilme amacı hem normal örneklemelerde hemde medikal ve psikiyatrik rahatsızlıklarda ortaya çıkabilecek bazı psikolojik semptomları yakalamaktır. Ölçek Şahin ve Durak (1994) tarafından, üç ayrı çalışma ile Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ölçeğin beş faktörden oluştuğu sonucuna varılmıştır. Bunlar, hosilite, olumsuz benlik, anksiyete, depresyon ve somatizasyon alt boyutlarıdır. Alt ölçeklerin cronbach alfa katsayıları .75 ile .87 arasında değişiklik göstermektedir.

### **3.2.4 Gözden Geçirilmiş Eysenck Kişilik Anketi- Kısaltılmış Formu**

#### **(EKA-GGK) (EK D)**

Ölçek, Eysenck Kişilik anketi ve aynı anketin kısa formunun (48 madde) tekrar incelenmesi neticesinde, Francis ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 24 sorudan oluşmakta ve kişiliğin 3 ana boyutunu değerlendirmeyi hedeflemektedir. Bunlar; dışa dönüklük, nörotizm ve psikotizmdir. Birde geçerliliğini kontrol etmek için yalan alt ölçeği bulunmaktadır. Sorular; Evet (1) ve Hayır (0) şeklinde olup, her bir alt boyut 6 madde ile değerlendirilmektedir. Her bir kişilik özelliğinden alınabilecek puan 0 ile 6 arasında değişiklik göstermektedir. Ölçeğin geçerlik ve

güvenirlilik çalışmaları Karancı ve arkadaşları (2007) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları şu şekildedir: nörotisizm .78, dışa dönüklük .65, psikotisizm .42 ve yalan .64'tür. Test tekrar test tutarlılığı ise; nörotisizm .82, dışa dönüklük .84, psikotisizm .69 ve yalan .69 olarak hesaplanmıştır.

### **3.3 Araştırmanın Yöntemi**

Araştırmada psikopatolojik belirtiler, kişilerarası ilişki tarzları ve temel kişilik tipleri arasındaki ilişki yönünden incelenmektedir. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalıdır, Katılımcılara araştırmanın amacı hakkında bilgi veren Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu uygulanmıştır. Araştırma formları yüz yüze uygulama uygulanarak toplanmıştır. Araştırma formları sırasıyla, Sosyodemografik Özellikler ve Bilgi Formu, EKA-GGK, KİTÖ ve KSE olarak uygulanmıştır. Formların doldurulması yaklaşık olarak 20 dakika sürmektedir.

### **3.4 Veri Analizi**

SPSS v22.0 istatistiksel analiz programı kullanılmıştır. Kullanılan testler, tanımlayıcı istatistikler (frekans analizi, betimsel istatistikler), korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizidir. Verilerin analizinde frekans, aritmetik ortalama, standart sapma, minimum, maksimum gibi tanımlayıcı istatistiklerden faydalanılmıştır. Verilerin analizinde normallik sınamaları yapılmıştır ve parametrik testlerden faydalanılmıştır.

Ölçekler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla pearson momentler çarpım korelasyon analizi uygulanmıştır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki yordama gücünü saptamak içinse çoklu doğrusal regresyon analizi (enter metodu) kullanılmıştır. Elde edilen bulgular %5 anlamlılık düzeyinde ve %95 güven aralığında değerlendirilmiştir.

## BÖLÜM 4

### 4.BULGULAR

#### 4.1 Araştırma Ölçeklerinin Betimleyici İstatistikleri

**Tablo 4.1.1: Ölçeklerin Normallik Testi Sonuçları**

Ölçekler	Shapiro-Wilk			Skewness (Çarpıklık)	Kurtosis (Basıklık)
	Statistic	df	p		
KSE	0,939	360	0,000	0,734	-0,212
KİTÖ	0,978	360	0,000	0,427	-0,323
EKA-GGK	0,970	360	0,000	-0,054	-0,696

Araştırmada Kısa Semptom Envanteri, Kişilerarası İletişim Tarzları Ölçeği ve Kişilik Tipleri ölçek puanına yönelik normallik dağılımı değerlendirildiğinde; verilerin normal dağılım göstermediği görülmüştür. ( $p < .05$ ). Ancak puanların normal dağılım göstermemesine rağmen normal dağılımın diğer varsayımları olan basıklık ve çarpıklık değerlerinin  $\pm 1,5$  arasında olması ve örneklem hacminin merkezi limit teoremi gereği 30 ve üzerinde olduğundan (Tabachnick ve Fidell, 2013) kısa semptom envanteri, kişilerarası iletişim tarzları ölçeği ve kişilik ölçek puanlarına ait verilerin normal dağıldığı kabul edilmiştir.

**Tablo 4.1.2 Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri**

Ölçekler	Ort.	SS	Min	Max
KİTÖ	132.31	38.17	63	270
KSE	49.89	33.10	1	152
EKA-GGK	11.99	3.17	4	20

**Tablo 4.2.1 Örneklemin Sosyo-demografik Özellikleri**

**Yaş**

N	360
Kayıp Veri	0
Ort.	32.8694
Minimum	18.00
Maximum	68.00

Araştırmaya toplam 375 kişi katılım göstermiştir. Veriler girilmeden önce işleme kriterlerini (18 veya 18 yaşından büyük olma, İstanbulda ikamet, psikiyatrik rahatsızlık ve psikiyatrik ilaç kullanımı) karşılamayan 15 birey araştırma kapsamı dışında bırakılmıştır. Bu katılımcılardan 7'si psikiyatrik ilaç kullandığı sebebiyle, 5'i psikiyatrik bir rahatsızlığı olması sebebiyle 4'ü de 18 yaşından küçük olması sebebiyle araştırmaya dahil edilmemiş ve elenmişlerdir.

Katılımcıların yaş ortalaması 32,87 olup, yaş aralığı ise 18 ila 68 arasında değişiklik göstermektedir.

### 4.3 Değişkenlerin Korelasyon Analizi

Tablo 4.3.1 Matrix Korelasyon Tablosu

	Anksiyete	Depresyon	Olumsuz Benlik	Hostilite	Dışa-dönüklük	Nevrotiklik	Öfkeli Tarz	Kaçınan Tarz
Anksiyete	1							
Depresyon	<b>0,842**</b>	1						
Olumsuz Benlik	<b>0,851**</b>	<b>0,856**</b>	1					
Hostilite	<b>0,788**</b>	<b>0,716**</b>	<b>0,746**</b>	1				
Dışa-dönüklük	0,082	0,035	<b>0,117*</b>	<b>0,091*</b>	1			
Nevrotiklik	<b>0,557**</b>	<b>0,593**</b>	<b>0,517**</b>	<b>0,560**</b>	<b>-0,046**</b>	1		
Öfkeli Tarz	<b>0,478**</b>	<b>0,385**</b>	<b>0,434**</b>	<b>0,617**</b>	<b>0,126**</b>	<b>0,400**</b>	1	
Kaçınan Tarz	<b>0,460**</b>	<b>0,380**</b>	<b>0,458**</b>	<b>0,509*</b>	<b>0,008</b>	<b>0,233**</b>	<b>0,683**</b>	1

\*p≤0,05, \*\*p≤0,01

Ölçekler arasındaki ilişkiye Pearson korelasyon yöntemi kullanılarak bakılmıştır. Korelasyon katsayısı (r) olarak gösterilmiştir. Aradaki ilişkinin kuvvetini/şiddetini belirtmek için kullanılan aralık şu şekildedir: (+/-) 1.00= mükemmel ilişki, (+/-) .60-.99 güçlü ilişki, (+/-) .30- .59= orta ilişki, (+/-) .30' dan küçükse= zayıf ilişki, 0= ilişki yok. Artı (+) ve eksi (-) işaretleri ise ilişkinin yönüne dair bilgi vermektedir.

Araştırmada hipotez edildiği üzere önce bağımsız değişkenler arası (dışa-dönük ve öfkeli tarz, dışa-dönük ve kaçınan tarz [dışa-dönüklüğün diğer kutubu içe-dönüklüktür ve dışa dönüklük korelasyon katsayısının, kaçınan tarz ile arasında ters yönlü negatif bir ilişkisi olması beklenmektedir.], nevroitik ve öfkeli tarz) korelasyon ilişkisine bakılmış ardından bu değerlerin ilgili bağımlı değişkenlerle (hostilite, olumsuz benlik, anksiyete ve depresyon) ilişkisine bakılmıştır.

Tablo incelendiğinde, dışadönüklük ile kaçınan tarz arasında anlamlı bir ilişki ( $r=.008$ ,  $p\leq.01$ ) bulunmamıştır. Olumsuz benlik ile kaçınan tarz arasında pozitif yönlü anlamlı ve orta bir ilişki ( $r=.458$ ,  $p\leq.01$ ), olumsuz benlik ve dışadönüklük arasında da pozitif yönlü anlamlı ve zayıf bir ilişki ( $r=.117$ ,  $p\leq.05$ ) bulunmuştur.

Dışadönüklük ile öfkeli tarz arasında pozitif yönlü anlamlı ve zayıf bir ilişki ( $r=.126$ ,  $p\leq.01$ ), dışadönüklük ile hostilite arasında pozitif yönlü anlamlı ve zayıf bir ilişki ( $r=.091$ ,  $p\leq.05$ ), öfkeli tarz ve hostilite arasında da pozitif yönlü anlamlı ve güçlü bir ilişki ( $r=.617$ ,  $p\leq.01$ ) bulunmuştur.

Nevrotiklik ile öfkeli tarz arasında pozitif yönlü anlamlı ve orta bir ilişki ( $r=.400$ ,  $p\leq.01$ ), nevroitiklik ile depresyon arasında pozitif yönlü anlamlı ve orta bir ilişki ( $r=.593$ ,  $p\leq.01$ ), öfkeli tarz ve depresyon arasında da pozitif yönlü anlamlı ve orta bir ilişki ( $r=.385$ ,  $p\leq.01$ ) bulunmuştur.

Nevrotiklik ile anksiyete arasında pozitif yönlü anlamlı ve orta bir ilişki ( $r=.557$ ,  $p\leq.01$ ), öfkeli tarz ve anksiyete arasında da pozitif yönlü anlamlı ve orta bir ilişki ( $r=.478$ ,  $p\leq.01$ ) bulunmuştur.

### **Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi:**

Regresyon analizine başlamadan önce bir takım ön koşulların sağlanmış olması gerekmektedir. Bu amaçla oto korelasyon yani tahmin hataları arasında bağımlılık olması durumu Durbin-Watson değeri ile incelenmiş ve regresyon analizlerinin yapıldığı sırayla; 2.061, 2.037 ve 2.004 değerleri elde edilmiştir. 2 ve 2'ye yakın değerler normal sınırlar arasında kabul edilmekte olduğundan normal olduğu yani otokorelasyon olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Field, 2013). Bağımsız değişkenler arasında çoklu doğrusal bağıntı (multicollinearity) problemi olup olmadığı da incelenmelidir. Çoklu bağıntı problemi bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon katsayısı  $r=.9$  ve üstünde olduğunda gerçekleşmektedir. Ayrıca VIF değerlerinin 10'un üstünde, tolerans değerlerinin .10'un altında olması durumunda da çoklu bağıntı problemi söz konusudur (Pallant, 2007). Araştırmada bağımsız değişkenlere ait Tolerans ve VIF değerleri incelenmiş, Tolerans değerleri Öfkeli Tarz ile Nevrotiklik değişkeni için 1.190, Dışa-dönüklük ve Öfkeli Tarz değişkeni için 0.984, VIF değerleri ise Öfkeli Tarz ile Nevrotiklik değişkeni için 0.840, Dışa-dönüklük ve Öfkeli Tarz değişkeni için 1.016 olarak saptanmıştır.

Ayrıca bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon katsayısı .126-.400 arasında değişmektedir. Tolerance değerleri açısından .10'dan küçük ve VIF değerlerinde 10'dan büyük değer gözlenmediği ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları .90'dan küçük olduğundan bağımsız değişkenlerin ilişkisiz olduğu bir başka deyişle çoklu bağıntı problemi göstermediği söylenebilir. Değişken seçiminde kullanılan metod, tüm tahmin değişkenlerinin eş zamanlı olarak modele girdiği zorla ekleme (enter) metodudur.



**Tablo 4.4.1 Nevrotik Kişilik Tipi Ve Kişilerarası Öfkeli Tarzın Anksiyeteyi Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları**

Model	R	R <sup>2</sup>	Düzeltilmiş R <sup>2</sup>	SH	F	p
1	.623	.388	.384	6.24696	113.028**	.000

\*\*p≤.001

**Tablo 4.4.2 Çoklu Regresyon Modelinde Anksiyete Belirtilerini Açıklayan Katsayılar**

Model		SEK		SK		t	p
		B	SH	β			
1	(Sabit)	-2.817	1.052	-	-2.677	.004	
	Öfkeli tarz	.311	.046	.305	6.741	.000	
	Nevrotiklik	1.756	.182	.435	9.623	.000	

**Tablo 4.4.1**'e bakıldığında, nevroitik kişilik tipi ve kişilerarası öfkeli tarzın birlikte, anksiyeteye ilişkin toplam varyansın %38,4'ünü açıkladığı görülmektedir. (Düzeltilmiş R<sup>2</sup>= .384) Enter metodu kullanılarak oluşturulan modelin anlamlılık değerine bakıldığında F<sub>(2,357)</sub>=113.028, p≤.001), öfkeli tarz ve nevroitik kişilik bağımsız değişkenlerinin, bağımlı değişken olan anksiyete belirtilerini bir bütün olarak anlamlı bir şekilde açıkladığı görülmektedir.

Değişkenlerin tek tek anksiyete belirtilerini açıklamada anlamlı bir yordayıcı olup olmadıklarını saptamak için **Tablo 4.4.2**'de ki p değerlerine bakıldığında, hem öfkeli tarzın (p=.000, p≤.001) hem de nevroitik kişiliğin (p=.000, p≤.01) anksiyete belirtilerini anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etki gücünü saptamak için, **Tablo 4.4.2**'de ki bağımsız değişkenlere ilişkin t testi sonuçlarının, beta (β) değerlerine bakıldığında; nevroitik kişilik tipinin (β=.435, p≤.01), öfkeli kişilerarası tarza (β=.305, p≤.01) göre, anksiyete belirtilerini daha güçlü yordadığı görülmektedir. Beta (β) değerinin yönünün her iki değişken için de pozitif (+) olması, nevroitiklik ve anksiyete, öfkeli tarz ve anksiyete arasında doğrusal yönlü bir ilişki olduğunu; yani nevroitiklik puanı

yükseldikçe anksiyete puanında yükseldiğini, ayrıca öfkeli tarz puanı yükseldikçe anksiyete puanında yükseldiğini göstermektedir.

**Tablo 4.4.3 Nevrotik Kişilik Tipi Ve Kişilerarası Öfkeli Tarzın Depresyonu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları**

Model	R	R <sup>2</sup>	Düzeltilmiş R <sup>2</sup>	SH	F	p
1	.614	.377	.374	7.47607	108.095**	.000

\*\*p≤.01

**Tablo 4.4.4 Çoklu Regresyon Modelinde Depresyon Belirtilerini Açıklayan Katsayılar**

Model		SEK		SK	t	p
		B	SH	β		
	(Sabit)	1.259	1.259	-	1.000	.003
1	Öfkeli tarz	.213	.055	.176	3.861	.000
	Nevrotiklik	2.502	.218	.522	11.460	.000

**Tablo 4.4.3'e** bakıldığında, nevrotik kişilik tipi ve kişilerarası öfkeli tarzın birlikte, depresyona ilişkin toplam varyansın %37,4'sini açıkladığı görülmektedir. (Düzeltilmiş R<sup>2</sup>=.374) Enter metodu kullanılarak oluşturulan modelin anlamlılık değerine bakıldığında  $F_{(2,357)}=108.095$ ,  $p\leq.001$ , öfkeli tarz ve nevrotik kişilik bağımsız değişkenlerinin, bağımlı değişken olan depresyon belirtilerini bir bütün olarak anlamlı bir şekilde açıkladığı görülmektedir.

Değişkenlerin tek tek depresyon belirtilerini açıklamada anlamlı bir yordayıcı olup olmadıklarını saptamak için, **Tablo 4.4.4'te** ki p değerlerine bakıldığında, hem öfkeli tarzın ( $p=.000$ ,  $p\leq.01$ ) hem de nevrotik kişiliğin ( $p=.000$ ,  $p<.01$ ) depresyon belirtilerini anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etki gücünü saptamak için, bağımsız değişkenlere ilişkin t testi sonuçlarının beta ( $\beta$ ) değerlerine baktığımızda; nevrotik kişilik tipi ( $\beta=.522$ ,  $p\leq.01$ ), öfkeli kişilerarası tarza ( $\beta=.176$ ,  $p\leq.01$ ) göre depresyon belirtilerini daha güçlü yordadığı görülmektedir. Beta ( $\beta$ ) değerinin yönünün her iki değişken için de pozitif (+) olması, nevrotiklik ve depresyon, öfkeli tarz ve depresyon arasında doğrusal yönlü

bir ilişki olduğunu; yani nevrotilik puanı yükseldikçe anksiyete puanında yükseldiğini, ayrıca öfkeli tarz puanı yükseldikçe anksiyete puanında yükseldiğini göstermektedir.

**Tablo 4.4.5 Dışa-dönük Kişilik ve Kişilerarası Öfkeli Tarzın Hostilite Belirtilerini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi**

Model	R	R <sup>2</sup>	Düzeltilmiş R <sup>2</sup>	SH	F	p
1	.617	.381	.377	4.17508	109.781**	.000

\*\*p≤.001

**Tablo 4.4.6 Çoklu Regresyon Modelinde Hostilite Belirtilerini Açıklayan Katsayılar**

Model		SEK		SK		t	p
		B	SH	β			
	(Sabit)	-1.192	.956	-		1.000	.036
1	Öfkeli tarz	.417	.028	.615		3.861	.000
	Dışa- Dönüklük	.068	.205	.014		11.460	.741

**Tablo 4.4.5'e** bakıldığında, dışa-dönük kişilik ve kişilerarası öfkeli tarzın birlikte, hostilite belirtilerine ilişkin toplam varyansın %37,7'sini açıkladığı görülmektedir. (Düzeltilmiş R<sup>2</sup>= .377) Enter metodu kullanılarak oluşturulan modelin anlamlılık değerine bakıldığında  $F_{(2,357)}=109.781$ ,  $p\leq.001$ , öfkeli tarz ve dışa dönük kişilik bağımsız değişkenlerinin, bağımlı değişken olan hostilite belirtilerini bir bütün olarak anlamlı şekilde açıkladığı görülmektedir.

Değişkenlerin tek tek hostilite belirtilerini açıklamada anlamlı bir yordayıcı olup olmadıklarını saptamak için, **Tablo 4.4.6'da** ki p değerlerine bakıldığında, öfkeli tarzın ( $p=.000$ ,  $p\leq 0.01$ ) hostilite belirtilerini anlamlı bir şekilde yordadığını, ancak dışa-dönük kişiliğin ( $p=.741$ ,  $p\leq 0.01$ ) hostilite belirtileri üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı bulunmuştur. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etki

gücünü saptamak için, bağımsız değişkenlere ilişkin t testi sonuçlarının beta ( $\beta$ ) değerlerine baktığımızda; öfkeli tarzın ( $\beta=.615$ ,  $p\leq.01$ ) hostilite belirtilerinin güçlü bir yordayıcısı olduğu bulgulanmıştır. Beta ( $\beta$ ) değerinin yönünün öfkeli tarz değişkeni için pozitif (+) olması, öfkeli tarz ve hostilite belirtileri arasında doğrusal yönlü bir ilişki olduğunu; yani öfkeli tarz puanı yükseldikçe hostilite puanında yükseldiğini, göstermektedir.

Regresyon analizinin ön şartlarından biri değişkenler arasında korelasyonel bir ilişki bulunuyor olmasıdır. Dışa dönüklük ve kaçınan tarz arasında bir ilişki bulunmadığı için regresyon analizine dahil edilmemiştir.

## BÖLÜM 5

### 5. TARTIŞMA

Araştırmada kişilerarası ilişki tarzları ve temel kişilik tipleri arasındaki ilişkinin psikopatolojik belirtileri yordayıp yordamadığına bakılmıştır. Bu bağlamda, öncelikle bağımsız değişkenler arası ilişkiler incelenmiştir. Ardından, pozitif yönden anlamlı bulunan değişkenler birlikte regresyon analizine sokulmuş ve bu iki bağımsız değişkenin birlikte bağımlı değişken üzerinde ki yordama etki ve gücüne bakılmıştır. Korelasyon analizinde birlikte anlamlı bir bağıntı göstermeyen değişkenler regresyon analizine dahil edilmemişlerdir.

Bu bağlamda öncelikle, dışa dönüklük ve kişilerarası kaçınan tarz arasında ki ilişki incelenmiştir. Eysenck'in kuramına göre, dışa dönüklüğün bir diğer kutbu içe dönüklüktür. Ancak, kullanılan ölçekte içe dönüklük adı ile bir alt boyut bulunmamaktadır. Özetle belirtilebilirki, içe dönüklük boyutu, dışa dönüklük boyutu içinde yer alan ve aynı spektrum üzerinde bulunan ancak, kişilik özelliğinin zıt kutuplarına işaret eden bir boyuttur. Bu bilgiler ışığında, kaçınan tarz ve dışa dönüklük arasında negatif yönlü bir korelasyon çıkması beklenmekteydi. Kaçınan tarzın artış gösterip, dışa dönüklüğün azaldığı bir ilişkide, karşıtı olarak bunun, içe dönüklük ve kaçınan tarzın bir ilişkisi olduğu anlamına geleceği düşünülmekteydi. Ancak, yapılan korelasyon analizi sonucunda, dışa dönüklük ve kaçınan tarz arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmamıştır. Bunun sebebinin ilgili alt boyutun (dışa dönüklük), diğer bir değişkenle ters ilişkisinin içe dönüklüğü açıklayacağına dair olan varsayımda ki yanlışlıktan kaynaklı olabileceğidir. Aslen dışa dönüklüğü ölçen soruların, içe dönüklüğün çıkarsanmasında doğru bir yol olmadığı düşünülmüştür. Bunu düşündüren bir diğer sebepte, içe dönüklük ve kaçınan tarz arasında ki ilişkinin literatürde sıkça yer almasına rağmen, örneğin Hazar (2006)'a göre içe dönük bireyler kişilerarası etkileşim yerine uyarılardan kaçarak yalnız kalmak eğilimindedirler, yapılan araştırmada buna dair bir bulguya rastlanamamış olmasıdır.

Kuramsal yaklaşımda iki boyutlu (dışa dönük- içe dönük) olarak tarif edilen bu kişilik özelliğinin, ölçek bazında bunu ölçmek için doğru bir tercih olmadığı sonucuna varılmıştır.

Bir sonraki aşamada, nevrotik kişilik tipi ve öfkeli tarz arasında ki ilişki merceğe altına alınmıştır. Bu iki değişken arasındaki ilişki beklendiği üzere, pozitif yönlü ve orta şiddette anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Yani, nevrotik kişilik tipinden alınan skorlar artış gösterdiğinde, öfkeli tarzdan alınan skorlar da artış göstermektedir. Bu bulgular literatürden edinilen bilgilerle de örtüşmektedir. Özyeşil'in (2012) de yaptığı çalışmada nevrotik kişilik ve öfke, içe-dönük öfke, dışa-dönük öfke arasında pozitif yönlü bir korelasyon bulunmuştur. Nevrotik bireyler aynı zamanda çabuk öfkelenme, duygusal instabilite, gerginlik ve zayıf baş etme yöntemleri ile de karakterizedir. Bu bağlamda düşünüldüğünde araştırma bulguları, alanyazında ki bilgileride destekler niteliktedir. Aradaki ilişkinin pozitif yönlü anlamlılığında bağlı olarak sırasıyla; bu iki değişkenin birlikte, önce anksiyete ardından depresyon belirtilerini açıklayıp açıklamadığına ilişkin incelemeler yapılmıştır.

Elde edilen veriler ışığında, önce kişilerarası öfkeli tarz ve nevrotik kişilik tipinin, anksiyete belirtilerini anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur. Yani kişilerarası ilişkilerinde öfkeli bir tarzın hakim olduğu ve nevrotik kişiliğe sahip bireylerde, anksiyete belirtileri görülmesi beklenmektedir. Her ne kadar incelenen alanyazında bu üç değişkene bir arada yer verilen bir araştırmaya rastlanmamış olsada, ayrı ayrı yapılan çalışmalar, araştırma bulgularını destekler niteliktedir. Örneğin; Eysenck ve Rachman (1965) nevrotikliği, anksiyeteye meyilli olmak olarak tanımlar. Casto ve McCrea (1992)'ye göre ise, nevrotik kişilik boyutundan yüksek alan bireylerde sıkça anksiyete öne çıkar. Bir diğer yandan, Hisli, Batıgün ve Uzun (2011)' un yaptıkları çalışmaya göre kaygı bozukluğu olan bireylerin ilişkilerinde daha çok öfke tecrübe ettikleri ve bunu dışa vurdukları ortaya çıkmıştır. Bu bilgiler ışığında değerlendirildiğinde, araştırmada nevrotik kişilik, öfkeli tarz ve anksiyete belirtilerine bir arada yer verilmiş olmasının, kavramların ilişkisinin bütüncül bir açıdan ele alınmasını açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Araştırmada ayrıca birlikte analize sokulan iki bağımsız değişkenden hangisinin anksiyete üzerinde daha etkili olduğuna da yer verilmiştir. Bu bağlamda, nevrotik kişilik tipinin anksiyeteyi yordayıcı gücü, öfkeli tarza kıyasla daha güçlü bulunmuştur. Bunun sebebinin,

öfkenin, anksiyete yaşayan bireylerde sıkça karşılaşılan bir semptom olmasına karşın, nevroitiklik ve anksiyete arasında ki ikili bağın genel düzeyde daha ilişkili ve kapsayıcı bir bütün oluşturmasından dolayı olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın bir diğer boyutu ise yine kişilerarasında öfkeli tarza hakim olan ve kişilik tipi nevroitik olan bireylerde ki depresyon belirtilerini incelemektir. Bu incelemenin neticesinde de kişilerarası iletişimlerinde öfkeli tarzın hakim olduğu ve kişilik tipi nevroitik olan bireylerin, depresyon belirtilerini anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur. Yani kişilerarası ilişkilerinde öfkeli bir tarzın hakim olduğu ve nevroitik kişiliğe sahip bireylerde, depresyon belirtileri görülmesi beklenmektedir.

İncelenen alanyazın çerçevesinde, daha önce yapılmış çalışmalarda, bu üç değişkene aynı araştırma içerisinde yer verilmemiş olduğu, ancak değişkenlerin ayrı ayrı incelendiği araştırmalara rastlanılmıştır. Örneğin, Şahin, Batıgün ve Koç (2011), depresyon tanısı almış ve bu tanıyı almamış kişiler üzerinde yaptıkları çalışmada, depresyon tanısı almış bireylerin öfkelenirildiklerinde öfke ve intikama dönük tepkilerinin daha fazla olduğunu bulgulamışlardır. Kişilerarasında ki iletişim tarzlarına bakıldığında ise, öfkeli tarzın baskın olduğu bulunmuştur. Middeldorp, Cath, Berg, Beem, Dych ve Boomsma (2008)'nin yaptıkları çalışmada ise, nevroitiklik ve depresyon, aralarında en yüksek korelasyonun bulunduğu iki kavramdan biri olarak ortaya çıkmıştır. Bu bilgiler ışığında değerlendirildiğinde, nevroitiklik ve öfkeli tarzın aynı araştırma içerisinde depresyon belirtilerini açıklıyor olmasının daha kapsamlı bir ilişkiyi ortaya koyar nitelikte olduğu düşünülmüştür.

Araştırmada ilişkili olduğu varsayılan diğer boyutlar ise, dışa dönüklük ve öfkeli tarz arasındadır. Bu iki boyut arasında pozitif yönlü yani, dışa dönüklük skorları artış gösterirken öfkeli tarzdan alınan skorlarında artış gösterdiği, anlamlı, ancak zayıf şiddetli bir ilişki bulunmuştur. Eysenck ve Eysenck (1975) dışa dönüklüğün kontrolsüz duygular, dürtüsellik ve kendini dizginlemedeki yetersizlikle; Bak (2009), dışa dönüklerin öfkeyi ifade etmelerinin diğer kişilik tiplerine göre daha etkin olmasıyla ve son olarak Martin ve arkadaşlarının (1999), içe döndürülmüş öfke ve dışa dönüklük arasında ters bir ilişki bulmuş olmaları, araştırmada bulgularındaki bu ilişkiyi destekler niteliktedir. Aradaki ilişkinin zayıf çıkmasının nedeninin, kişilik ölçeğinde dışa dönüklüğü ölçen soruların yapısı ile ilgili olabileceğidir. Dışa dönüklüğü ölçen sorular genellikle sosyallik, iletişim kurma isteği ve sosyal

ortamlarda ki canlılık, enerjilik ile ilgili olup, öfke ve dürtüselliğe dair bir madde içermemektedir. Bu sebeple aradaki ilişkinin zayıf çıkmış olabileceği düşünülmüştür.

Aradaki ilişkinin pozitif yönlü ve anlamlılığına bağlı olarak dışa dönüklük ve öfkeli tarzın, hostilete belirtilerini yordayıp yordamadığına bakılmıştır. Bu bağlamda, öfkeli tarzın hostilete belirtilerini açıklamada etkili olduğu ancak dışa dönüklükle hostilete arasında böyle bir etkiye rastlanmadığı görülmüştür. Dışa dönüklüğün hostilete belirtilerinin anlamlı bir yordayıcısı olmaması yine, dışa dönüklük ölçeğindeki maddelerin içeriği ile ilgili olabileceği yönündedir. Özetle, dışa dönüklük boyutu ölçek olarak, kuramsal açıklamaların aksine, öfke, dürtüsellik ve saldırganlığa dair yeterli bilgi vermemektedir.

Yordama gücü açısından değerlendirildiğinde ise, öfkeli tarzın hostilete belirtilerinin önemli bir yordayıcısı olduğu sonucuna varılmıştır. Aradaki ilişkinin kuvveti ve yordayıcılığındaki anlamlılığın, her iki boyuttaki maddelerin ölçmeyi hedefledikleri şeyin, yakından bağlı olması ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Öfkeli tarza ait maddeler sözel öfke ve bunun dışa vurumu ile ilgili maddeler içeriyorken; hostilete belirtilerini ölçmeyi hedefleyen maddeler ise öfkelenme ve sinirlilik hallerinin yanında eyleme dönük olan saldırganlık kısmına da ait maddeler içermektedir. Berkowitz (1990)'e göre de, öfke ve hostilete arasında açık bir bağlantı vardır. Özetle belirtilebilir ki, kişilerarası iletişimlerinde öfkeli tarza sahip bireylerde, hostilete belirtileri görülmesi beklenmektedir.

### **5.1 Sonuç ve Öneriler:**

Araştırmada psikopatolojik belirtilerin, kişilik tipleri ve kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişki yönünden incelenmesi hedeflenmiştir. Bu bağlamda nevrotik kişilik tipi ve öfkeli tarz arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuş ve bu iki boyut anksiyete ve depresyon belirtilerini başarılı bir şekilde açıklamıştır. Diğer yandan dışa dönük kişilik ve öfkeli tarz arasında da bir ilişki bulunmuş ancak, dışa dönüklük kişilik tipi hostilete belirtilerini yordamakta yetersiz kalırken, öfkeli tarz hostilete belirtilerini anlamlı bir şekilde yordamıştır. Son olarak içe dönüklük (dışa dönüklüğün ters kutbu) ve kaçınan tarz arasındaki ilişki incelenmek istenmiş ancak aralarında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Sonuç olarak, kişilik tipleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasında anlamlı bir ilişki



vardır. Ayrıca bu ilişki psikopatolojik belirtilerin yordanmasında anlamlı sonuçlar vermiştir. Bazı durumlarda kişilik tipleri direkt olarak psikopatolojik belirtileri açıklamakta yetersiz kalsalarda, kişilerarası ilişki tarzları bu belirtileri yordamada daha başarılı olmuşlardır.

Araştırmanın bir takım kısıtlılıkları da bulunmaktadır. Bunların başında araştırmanın sadece bir şehirde uygulanmış olması ve ülke içinde ki tüm bireylere genellenebilirliği açısından yetersizlik oluşturmasıdır. Bu sebeple bir sonraki araştırmaların Türkiye'nin farklı bölgelerinde, daha geniş bir örneklem grubuna uygulanmasına ihtiyaç vardır. Diğer bir yandan, araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerin, diğer boyutları arasında ki ilişkilerinde incelenmesinin, araştırma konusunun genellenebilirliği ve güvenilirliği açısından katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

Araştırma bulgularına göre öfkeli kişilerarası tarz psikopatolojik belirtilerin önemli yordayıcılarındandır. Bu nedenle bireylere iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik eğitimler verilmesinin ve öfke ile başa çıkma yöntemleri gösterilmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir. Yine araştırmanın bulgularına göre kişilik özelliklerinden nevrozlu psikopatolojik belirtilerin önemli yordayıcılarındandır. Nevrotik bireylerde sıklıkla görülen depresyon, öfke kontrolü, olumsuz duygu durum ve kaygı bozuklukları gibi sorunlara sahip olan bireylerin psikolojik yardım almaları yönünde toplumun bilinçlendirilmesi ve yönlendirilmesi yararlı olabilir. Bunun için okul rehberlik servisleri, aile mahkemeleri, toplum ruh sağlığı merkezlerinin gerekli çalışmaları düzenlemeleri önerilebilir. Diğer yandan, erken dönemden itibaren oluşmaya ve şekillenmeye başlayan kişilik özellikleri hakkında ailenin önemine dikkat çekilerek okul öncesi dönemden başlanmak üzere ailelere yönelik eğitim programları düzenlenebilir.

Bütün bu bilgiler ışığında genel bir değerlendirme yapılacak olursa; kişilik tipleri ve kişilerarası iletişim tarzları arasındaki ilişkinin psikopatolojik belirtiler üzerindeki etkilerinin incelenmesinin, psikiyatrik rahatsızlıkların anlaşılması açısından katkı sağladığı düşünülmektedir. Günümüzde psikiyatrik rahatsızlıkların tedavi edilmesinde biyolojik yaklaşımın yanında, bireyin hem kişisel özelliklerinin hem kişilerarası ilişkilerinde ki seçimlerin psikopatolojik semptomlar üzerinde bu denli etkilerinin bulunuyor olması, psikolojik rahatsızlıklara bütüncül bir bakışın daha kapsayıcı olacağını düşündürmüştür.

Bireyin hem kişisel özelliklerini ve eğilimlerini, hem de diğerleri ile olan ilişkilerini anlıyor olmanın, tedavi sürecinde de etkili olabileceği düşünülmektedir. Çünkü insan sosyal bir varlıktır ve diğerleri ile ilişki içerisinde olmadan varolamaz. Ayrıca, terapi de insan-insana yapılan, ilişkisel bir süreçtir. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, hem bireysel olarak hemde bireyin diğerleri ile ilişkisini anlamının sürece olumlu katkılar sağlayacağı düşünülmüştür.

## KAYNAKLAR

Ainsworth, M. D. S., Blehai, M. C, Waters, E., ve Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Akdur, S., Batgün, A. D. (2017). Mizah tarzları ile kişilik özellikleri, kişilerarası ilişki tarzları ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Yazıları*, 20(39),1-10.

Ansell, E. B., & Pincus, A. L. (2004). Interpersonal perceptions of the Five-Factor Model of personality: An examination using the structural summary method for circumplex data. *Multivariate Behavioral Research*, 39(2), 167-201. doi: 10.1207/s15327906mbr3902\_3

Apa Dictionary of Psychology. Introversion. Erişim adresi: <https://dictionary.apa.org/introversion>

Averill, J. R. (1983). Studies on anger and aggression, implications for theories of emotion. *American Psychologist* 38(11), 45-60. doi: 10.1037/0003-066X.38.11.1145

Aydın, A., Hiçdurmaz, D. (2016). Kişilerarası duyarlılık ve hemşirelik. *Journal of Psychiatric Nursing*, 7(1), 45-49. doi: 10.5505/phd.2016.96158

Bak, W. (2009, Temmuz). Personality predictors of experience expressive and control of anger [Öz]. The 11th European Congress of Psychology sunulan bildiri, The John Paul II Catholic University of Lublin, Poland.

Balkaya, F., Şahin, N. H. (2003). Çok boyutlu öfke ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 192-202.

Bandura, A. (1969). *Principles of behavior modification*. USA: Holt, Rinehart and

Bartholomew, K. ve Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-241.

Batgün, A. D., Şahin, N. H. (2009). *Kişilerarası tarz, öfke ve benlik algısı: psikopatolojilerde ortak öğeler* (Proje No. 08B5358001). Ankara: Ankara Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri

Baumeister R. F. Campbell J. D. Krueger J. I. and Vohs K. D. (2003) Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in The Public Interest* 4(1):1-44.

Beck, A.T. Rush A.J., Shaw, B.F., Emery G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York, NY: Guilford Press

Beck, A.T., Emery G., Greenberg, R. L. (2005). Anksiyete Bozuklukları ve Fobiler, Bilişsel Bir Bakış Açısı (Öztürk, V., çev.). İstanbul: Litera

Berkowitz, L. (1990). On the formation and regulation of anger and aggression: A cognitive-neoassociationistic analysis. *American Psychologist*, 45(4), 494-503. doi: 10.1037/0003-066X.45.4.494

Birtchnell, J. (1993). *How humans relate: a new interpersonal theory*. UK: Psychology Press.

Blatt, S. J., & Shichman, S. (1983). Two primary configurations of psychopathology. *Psychoanalysis & Contemporary Thought*, 6(2), 187-254.

Buss, D. M. ve Craik, G. H. (1983). The act frequency approach to personality. *Psychological Review*, 90 (2), 105-126

Chamorro-Premuzic, T. (2015). *Personality and individual differences* (3<sup>rd</sup> ed.). British Psychological Society ve John Wiley& Sons Ltd.

Cimilli C., (2001). Depresyonda sosyal ve kültürel etmenler. Duygu durumu bozuklukları- 4. Çizgi Tıp yayınevi, Ankara; 157-68.

Combs, J. L., Spillane, N. S. ve Smith, Gregory T. (2011). Core dimensions of dysfunction: Toward a diagnostic system based on advances in clinical science. In F. Columbus (Ed.), *Advances in psychology research* vol.77 (pp. 141–164). New York, NY: Nova Science Publishers.

Corsini, R. J., Wedding, D. (2012). *Modern psikoterapiler* (1. bs.). İstanbul: Kaknüs.

Costa, P. T., McCrae, R. R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO Personality Inventory. *Psychological Assessment*, 4(1), 5-13.

de Rivera, J. H. (1984). The structure of emotional relationships. In P. Shaver (Ed.), *Review of personality and social psychology* (Vol. 5, pp. 116-145). Beverly Hills, CA: Sage.

Değerlendiren, Çelik, F. H., Hocaoğlu, Ç. (2016). Major depresif bozukluk tanımı, etyolojisi ve epidemiyolojisi: bir gözden geçirme. *Journal Of Contemporary Medicine*, 6(1), 51-66. Doi: 03180

Doğan, T., Sapmaz, F. (2012). Kişilerarası ilişki tarzları ve öznel iyi oluş. *Türk eğitim bilimleri dergisi* , 10(3), 581-603. doi: 10.1037/1040-3590.4.1.5

Donnellan, M. B., Larsen-Rife, D., ve Conger, R. D. (2005). Personality, Family History, and Competence in Early Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(3), 572. doi: 10.1037/0022-3514.88.3.562

- Durand, V. M., Barlow, D. H. (2012). *Essentials of Abnormal Psychology* (6th ed.) Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning
- Durmaz, M. (2004). Kişilerarası iletişim ve motivasyon. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- Erdem, Ş., Kabasakal, Z. (2015). Psikolojik iyi olma ve yetişkin bağlanma boyutları. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4, 82-90.
- Erözkan, A. (2009). Lise öğrencilerinde kişilerarası ilişki tarzlarının yordayıcıları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 21, 543- 551.
- Ewen, R. B. (2009). *An Introduction to Theories of Personality* (7<sup>th</sup> ed.) London: Psychology Press
- Eysenck H. J. (1964). *Crime and personality*. Routledge. London.
- Eysenck H. J., Eysenck S. B. (1975) *Manual of the Eysenck Personality Questionnaire (adult and junior)*. Hodder & Stoughton, London.
- Eysenck, H. J., & Rachman, S. (1965). *The causes and cures of neurosis*. San Diego, CA: Knapp.
- Freud, S. (1985; 1926). *Psikopatoloji* (Hakan, A., 1999, Çev.). İstanbul: Payel
- Garay, F., R., Carrasco, M., Amor, P. J. (2016). Aggression, anger and hostility: Evaluation of moral disengagement as a mediational process. *Scandinavian Journal of Psychology* 57(2), 129-135. doi: 10.1111/sjop.12270
- Gold, M. & Elizabeth, D. (1997). *Interpersonal relations*. In: A new outline of social psychology. Washington, DC: American Psychological Association. Bandura, A. (1969). *Principles of behavior modification*. USA: Holt, Rinehart and Winston, Inc. s. 45-48
- Hamachek, D. (1981). *Encounters With The Ego*. Mexico: Interamericana.
- Hasta, D., Güler, M. E. (2013). Saldırganlık: Kişilerarası ilişki tarzları ve empati açısından bir inceleme. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 64-104. doi: 10.1501/sbeder\_0000000051
- Hazan, C., Shaver R. P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524. doi: 10.1037//0022-3514.52.3.511
- Hazan, C., Shaver R. P. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 1-22. doi: 10.1207/s15327965pli0501\_1
- Hazar, Ç. (2006). Kişilik ve İletişim Tipleri. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 4(2), 125-140.

Henjum, A. (1982). Introversion: a misunderstood "individual difference" among students. *Education*, 103(1), 39-43.

Horney, K. (1945). *Our Inner Conflicts*, New York, NY: W.W. Norton&Company

Horney, K. (2017). İçsel Çatışmalarımız. 3.Baskı. Çev. Z. Koçak, İstanbul: Sel Yayıncılık

Hortaçsu, N. (1997). *İnsan ilişkileri*. (2.baskı). Ankara: İmge Kitabevi.

Hovardaoğlu, S. (1995). Kişilerarası İlişkiler ve Davranış Bozuklukları. *Kriz Dergisi*, 3(1-2), 4-9. doi: 10.1501/Kriz\_0000000106

İmamoğlu, S. E. ve Aydın, B. (2009). Kişilerarası ilişki boyutları ölçeğinin geliştirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 29, 39-64.

Ingraham, Loring J.,Wright, Thomas L. (1987). *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 52(6), Jun 1987, 1212-1218

Işık E., Işık U., Taner Y.(2013), Çocuk, Ergen, Erişkin ve Yaşlılarda Depresif ve Bipolar Bozukluklar; Ziraat Gurup Matbaacılık, Ankara.

Kandemir, M., İlhan, T. (2017). Kişilerarası ilişkilerde bağlanma stilleri ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması. 2. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresi içinde (s.174-175). İstanbul: Üsküdar Üniversitesi

Karancı, A. N., Dirik, G., Yorulmaz, O. (2007). Eysenck Kişilik Anketi- Gözden Geçirilmiş Kısaltılmış Formu'nun (EKA-GGK) Türkiye'de Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 254-261.

Karlı, E. (2008). *Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve psikosomatik bozukluklar*. (Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara)

Kassinove H., Sukhodolsky, D.,G (1995). Anger disorders: basic science and practice issues. *Anger Disorders: Definition, Diagnosis and Treatment*. Kassinove H (Ed.), Washington, Taylor & Francis.

Kavut, S. (2018). Karen Horney ve nevrotik kişilik üzerine bir araştırma: Blue Jasmine örneği. *Journal of International Social Research*, 11, 512-524. doi: 10.17719/jisr.20185537224

Kemper, T. D. (1978). *A social interactional theory of emotions*. New York: Wiley.

Kılıç, B., Kırılı, G., Esen, F. Ö. (2017). The Relationship Between The Usage of Social Media and Self Perception: A Research On Tourists, *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 16, 1, 70-85. doi: 10.21547/jss.283064

Kiesler, D. J. (1983). The 1982 Interpersonal circle: A taxonomy for complementarity in human transactions. *Psychological Review*, 90, 185-214.

Köroğlu, E. (çev.). (2014). Amerikan Psikiyatri Birliği, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El kitabı, Beşinci Baskı (DSM-5), Hekimler Yayın Birliği, Ankara.

Kundu S. C. and Rani S. (2007). Human Resources' Self-esteem Across Gender and Categories: A Study. *Industrial Management&Data Systems*, 107(9):1366-1390.

Leary, R. M. , Miller, R. S. (1986). *Social Psychology and Dysfunctional Behavior Origins Diagnosis, and Treatment*, NewYork Spnnger-Verlag

Leary, T. (1957). *Interpersonal diagnosis of personality*. New York: The Ronald Press Company.

Martin, R. ve Watson, D. (1997). Style of anger expression and its relation to daily experience, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23(3),284-294

Martin, R., Wan, C. K., David, J. P., Wegner, E. L., Olson, B. D. ve Watson, D. (1999). Style of anger expression: Relation to expressivity, personality, and health. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25(10), 1196–1207.

Mayers, D. G. (2010). *Exploring Psychology* (8th ed). New York, NY: Worth Publishers

Merrill, K. A., Strauman T. J. (2004). The role of personality in cognitive- behavioral therapies. *Behavior Therapies*, 35, 131-146. doi:10.1016/S0005-7894(04)80008-X

Middeldorp, C. M., Cath, D. C., Berg, M. v. d., Beem, A. L., Dyck, R. V. ve Boomsma, D. I. (2006). The Association of Personality with Anxious and Depressive Psychopathology. In T. Canli (Ed.), *Biology of personality and individual differences* (pp. 251-272). New York, NY, US: The Guilford Press.

Mihailovic, D.,Lojic, R. (2003). Interaction of personality and interpersonal relations. *Tourism and Hospitality Management*, 9(2), 97-106.

Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.

O'Connor L. E., Berry J. W., Weiss, J. ve Gilbert, P. (2002) Guilt, fear, submission, and empathy in depression. *Affect Disorder*; 71:19–27.

Oral, N. (2006). *Yeme Tutumu Bozukluğu İle Kişilerarası Şemalar, Bağlanma Stilleri, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Öfke Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Özcan A. (2006) *Hemşire Hasta İlişkisi ve İletişim*. Hemşire Hasta İlişkisi ve İletişim. 2. Baskı. Ankara: Sistem Ofset. p. 24-57.

Öztürk , M. O., Uluşahin, N. A. (2016). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları* (14. bs.). Ankara: Bayt

Özyeşil, Z. (2012). Five Factor Personality Traits As Predictor Of Trait Anger And Anger Expression. *Education and Science*, 37(163), 322-332.

Parekh, R. (2017). What are anxiety disorders? Erişim adresi: <https://www.psychiatry.org/patients-families/anxiety-disorders/what-are-anxiety-disorders>

Parkinson, B. (1996). Emotions are social. *British Journal of Psychology*, 87 (4), 663-683. doi: 0.1111/j.2044-8295.1996.tb02615.x

Pease, C. R., & Lewis, G. J. (2015). Personality links to anger: Evidence for trait interaction and differentiation across expression style. *Personality and Individual Differences*, 74, 159-164. doi:10.1016/j.paid.2014.10.018

Rahim M. A., Psenicka C., Alves M. G. (2002). A Model of Emotional Intelligence And Conflict Management Strategies: A Study in Seven Countries. *The International Journal of Conflict Management*, 10(4), 302-326. doi: 10.1108/eb028955

Rocklin, T. ve Revelle, W. (1981). The measurement of extraversion: A comparison of the Eysenck Personality Inventory and the Eysenck Personality Questionnaire. *British Journal of Social Psychology* , 20 (4), 279–284

Rushton, J. P., Chrisjohn, R. D. (1980). Extraversion, neuroticism, psychoticism and self-reported delinquency: evidence from eight separate samples. *Person and Individual Differences*, 2, 11-20. doi: 10.1016/0191-8869(81)90047-7

Saymaz, İ. (2003) . Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

Schultz, D. P., Schultz, S. E. (2005). *Theories of Personality* (8th ed.). Belmont, CA: Thomson/Wadsworth

Schultz, D. P., Schultz, S. E. (2008). *A History of Modern Psychology* (9<sup>th</sup> ed.), Belmont, CA: Thomson/Wadsworth

Somer, O. (1998). Beş faktör kişilik modeli. *Türk Psikoloji Yazıları*, 1, 35-62.

Soykan, Ç. (2003). Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11(2), 19-27. doi: 10.1501/Kriz\_0000000192

Spielberger C. D., Crane R. S., Kearns W. D. ve ark. (1991) Anger and anxiety in essential hypertension. *Stress and Emotion: Anxiety, Anger and Curiosity*. Spielberger CD (Ed.), New York, Taylor&Francis, s. 265-279.

Strack, S. (ed.). (2005). *Handbook of Personology and Psychopathology*. Hoboken, New Jersey: John Wiley& Sons.

Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York, NY, US: W W Norton & Co



Sullivan, H. S. (1972). *Personal psychopathology: Early formulations*. Oxford, England: W. W. Norton.

Sümer, N., Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin türk örneklemleri üzerinde psikometrik değerlendirilmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43) 71-106.

Sünbül, Ali Murat, Muştta, Muammer, *Bağlanma teorisi ve yetişkin ilişkilerinde bağlanma*, Hamarta. (Konya: Eğitim Kitabevi Yayınları, 2008.

Şahin, N. H., Batıgün, A. D., Koç, V. (2011). Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(1), 17-25. doi: 10.5080/u6264

Şahin, N. H., Batıgün, A. D., Uzun, C. (2011). Anksiyete bozukluğu: Kişilerarası tarz, kendilik algısı ve öfke açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(2), 107-113.

Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (sixth ed.) Pearson, Boston

Taylor, D. (2008). Psychoanalytic and psychodynamic therapies for depression: the evidence base. *Advances in Psychiatric Treatment*, 14, 401-413. doi: 10.1192/apt.bp.107.004382

Trull, T. J., & Sher, K. J. (1994). Relationship between the five-factor model of personality and Axis I disorders in a nonclinical sample. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(2), 350-360. doi: 10.1037/0021-843X.103.2.350

Tunç, E., Kaygas, Y. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve psikolojik eğilimlerinin incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9, 53-78.

Tunç, T., Kutanis, R. (2013). Benlik Saygısının Çatışma Yönetim Stilleri Üzerindeki Etkisi: Bir Üniversite Hastanesi Örneği. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, 16(1), 23-43.

Widiger, T. A. (Ed.).(2017). *The Oxford Handbook of Five Factor Model*. Oxford: Oxford University Press

Widiger, T. A., & Presnall, J. R. (2013). Clinical application of the Five-Factor Model. *Journal of Personality*, 81(6), 515-527. doi: 10.1111/jopy.12004

Wilt, J., Revelle, W. (2016). Extraversion. *The Oxford Handbook of the Five factor Model of Personality*. doi:10.1093/oxfordhb/9780199352487.013.15

Yılmaz, M. (2010). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma düzeyleri arasındaki ilişki, Muğla Üniversitesi, Muğla: Yayımlanmamış yüksek lisans tezi.

Yüksel, Ç. (2008). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkilerinde yaşadıkları problemleri çözme becerilerinin değerlendirilmesi. Selçuk Üniversitesi, Konya: Yayımlanmamış yüksek lisans tezi.

Zucker, H. (1989). Premises of interpersonal theory. *Psychoanalytic Psychology*, 6(4), 401-419.

## EKLER

### EKA- BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU

#### **“PSIKOPATOLOJİK BELİRTİLERİN; KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI VE TEMEL KİŞİLİK TIPLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ YÖNÜNDEN İNCELENMESİ” Başlıklı Tez Araştırması İçin;**

Bu araştırmanın amacı; temel kişilik tipleri ve kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkinin, ruh sağlığına etkisinin olup/olmadığının incelenmesidir.

Araştırma için sizden yapmanızı istediğimiz, size ilettiğimiz formlardaki her soruyu tek tek okuyarak size en uygun yanıtları vermenizdir. Anlamadığınız sorularda araştırmacıdan yardım isteyebilirsiniz. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmaya katılmanız halinde kişisel bilgilerinizin gizliliğine saygı gösterilecek, araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında da özenle korunacaktır. Araştırmada gerçek kimliğinizle ilgili hiçbir bilgiye yer verilmeyecektir. Veriler, gizli kalmak koşuluyla bu ve farklı araştırmalarda kullanılacaktır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Araştırmayı yarıda bırakmanız durumunda ise tüm cevaplarınız yok edilecek ve araştırma verilerine dahil edilmeyecektir. Anketleri doldurmanız ortalama 20 dakikanızı alacaktır.

Araştırma hakkında sorularınız olması durumunda [batuhan.bilen@hotmail.com](mailto:batuhan.bilen@hotmail.com) e-posta adresinden iletişim sağlayabilirsiniz.

Bu yazıyı okuduktan sonra, araştırmamıza gönüllü olarak katılmak istiyorsanız aşağıdaki onay bölümünü doldurunuz ve imzalayınız.

Değerli katılımlarınız için teşekkür ederiz.

**Katılımcının Beyanı:** Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda Batuhan Mehmet Bilen tarafından yürütülen bu çalışma hakkında verilen yukarıdaki bilgileri okudum. Yapılan tüm açıklamaları ayrıntıları ile anlamış bulunuyorum. Araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi.

Bu koşullarla söz konusu araştırmaya kendi isteğimle katılmayı kabul ediyorum.

Tarih: ...../...../.....

İmza:

## **EK B- SOSYODEMOGRAFİK ÖZELLİKLER VE VERİ FORMU**

Lütfen aşağıdaki soruları cevaplayınız. Verdiğiniz cevaplar sadece araştırma kapsamında gerekli olan istatistiksel veriler için kullanılacaktır. Araştırma dışında, kesinlikle ikinci bir yerde kullanılmayacak ve başka kişilerle paylaşılmayacaktır.

1) Yaşınız:

2) Nerede ikamet etmektesiniz (İl olarak):

3) Herhangi psikiyatrik bir rahatsızlığınız var mı?

0= Hayır 1= Evet

4) Kullandığınız herhangi psikiyatrik bir ilaç var mı?

0= Hayır 1= Evet

**EK C- EYSENCK KİŞİLİK ANKETİ GÖZDEN GEÇİRİLMİŞ KISA FORM**  
**(EKA-GGK)**

Lütfen, aşağıdaki her bir soruyu 'Evet' ya da 'Hayır' kutucuğunu işaretleyecek şekilde cevaplayınız. Doğru veya yanlış cevap ve çeldirici soru yoktur. Hızlı cevaplayınız ve soruların tam anlamları ile ilgili çok uzun düşünmeyiniz. Katkılarınız için çok teşekkür ederiz.

EVET      HAYIR

1	Duygu durumunuz sıklıkla mutlulukla mutsuzluk arasında değişir mi?		
2	Konuşkan bir kişi misiniz?		
3	Borçlu olmak sizi endişelendirir mi?		
4	Oldukça canlı bir kişi misiniz?		
5	Hiç sizin payınıza düşenden fazlasını alarak açgözlük yaptığınız oldu mu?		
6	Garip yada tehlikeli etkileri olabilecek ilaçları kullanır mısınız?		
7	Aslında kendi hatanız olduğunu bildiğiniz birşeyi yapmakla hiç başka birini suçladınız mı?		
8	Kurallara uymak yerine kendi bildiğiniz yolda gitmeyi mi tercih edersiniz?		
9	Sıklıkla kendinizi her şeyden bıkmış hissedersiniz mi?		
10	Hiç başkasına ait olan bir şeyi (toplu iğne veya düğme bile olsa) aldınız mı?		
11	Kendinizi sinirli bir kişi olarak tanımlar mısınız?		
12	Evliliğin modası geçmiş ve kaldırılması gereken bir şey olduğunu düşünüyor musunuz?		
13	Oldukça sıkıcı bir partiye kolaylıkla canlılık getirebilir misiniz?		
14	Kaygılı bir kişi misiniz?		
15	Sosyal ortamlarda geri planda kalma eğiliminiz var mıdır?		
16	Yaptığınız bir işte hatalar olduğunu bilmeniz sizi endişelendirir mi?		
17	Herhangi bir oyunda hiç hile yaptınız mı?		
18	Sinirlerinizden şikayetçi misiniz?		
19	Hiç başka birini kendi yararınıza kullandınız mı?		
20	Başkalarıyla birlikte iken çoğunlukla sessiz misinizdir?		
21	Sık sık kendinizi yalnız hissedersiniz mi?		
22	Toplum kurallarına uymak, kendi bildiğinizi yapmaktan daha mı iyidir?		

23	Diğer insanlar sizi çok canlı biri olarak düşünürler mi?		
24	Başkasına önerdiğiniz şeyleri kendiniz her zaman uygular mısınız?		

## **EK D- KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI ÖLÇEĞİ (KİTÖ)**

Lütfen her ifadeyi dikkatle okuyup, sizi ne kadar tanımladığını sağ tarafındaki seçeneklerden birini işaretleyerek belirtiniz. Lütfen boş bırakmayınız. Seçeneklerde "doğru" ya da "yanlış" diye bir değerlendirme yoktur. Önemli olan sizin kendinizi nasıl tanımladığınızdır. Lütfen isim yazmayın. Katkılarınız için çok teşekkür ederiz.

### **Sizi ne kadar tanımlıyor**

0% 25% 50% 75% 100%

1	İnsanlarla konuşurken iğneleyici sözler söylemekten çekinmem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2	Problemini anlatan bir kişinin, duygularından bahsetmesinden rahatsız olurum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3	Problem yaşadığım bireyin ne hissettiğiyle ilgilenmem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4	Karşımdaki insanı yapmasını istediğim davranış konusunda zorlarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5	İnsanlara emir vererek bir işi daha çabuk yaptırabileceğimi düşünürüm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6	Kendi çıkarım için başkalarına hoş sözler söylemekten kaçınmam.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7	Eleştirilmemek ya da reddedilmemek için kendi doğrularımı kendime saklarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8	İstediklerimi yapmaları için gerektiğinde insanlara gözdağı veririm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9	Karşımdaki bireyle konuşurken onu küçük düşürücü ifadeler kullandığım olur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10	Sorduğum sorularla karşımdakini sıkıştırmaktan hoşlanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11	İnsanları dinlerken, sık sık sıklıkla konuyu değiştirmeye çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12	Birilerini dinlerken genelde elimde bir şeylerle oynuyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13	Birini dinlerken oturduğum yerde kıpırdanmadan duramam.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14	Haksız olsam da karşımdaki kişi ne derse desin, kendimi savunurum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

15	Karşımdaki kişiye açıklama yapmaktansa, doğrudan ne yapması gerektiğini söylemeyi tercih ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16	Sohbet sırasında birini dinlemek istemesem de dinliyormuş gibi görünürüm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17	İnsanlarla çatışmaktan ve aramızda var olan problemleri tartışmaktan kaçınırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18	İnsanlarla sorunlarımı çözerken, kendi ihtiyaçlarımı ön planda tutarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19	İnsanlara istediğim bir şeyi yaptırmak için onları pohpohlarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
20	Sinirlendiğimde sonradan pişman olacağım sözler söylerim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
21	Biri beni eleştiriyorsa “asıl sen kendine bak” derim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
22	Arkadaşlarıma kendi taktığım isimlerle seslenirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
23	Dertlerini anlatan arkadaşşıma, bunları boş vermesini söylerim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
24	Genellikle karşımdakileri dinlerken hiç soru sormam.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
25	Karşımdakileri eleştirmekten kaçınmam.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
26	İnsanlarla konuşurken duygularımı gizlemeye çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
27	Başkalarının hatalarını görürsem yüzlerine vururum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
28	Karşımdakilerin sorunlarını dinlemekten kaçınırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
29	Başka insanların beğendiğim özelliklerini övmekten çekinirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
30	Birini dinlerken anlamadığım ya da kaçırdığım bir yer olduğunda, sözünü kesip anlayamadığımı ya da kaçırdığımı söyleyemem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
31	Söylediklerimin aynen yapılmasını beklerim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
32	İnsanların çoğunun aptal olduğuna inanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)



33	Öfkeli olduğimde genellikle bağırıp çağırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
34	Eğer bir kişiye kızmışsam öfkemi başkalarından çıkarırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
35	Birisıyla konuşurken göz teması kurmaktan rahatsız olurum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
36	Birini dinlemek istemezsem ilgisiz sorularla geçiştirmeye çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
37	Sıkıcı konular açıldığında; konuyu hemen değiştiririm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
38	Sıklıkla konuşulan konu sonlanmadan başka bir konuya geçtiğimi fark ettiğim olmuştur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
39	Kişilerarası sorunumu çözerken, karşımdakini anlamak zorunda olmadığımı düşünürüm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
40	Genelde, almak istediğim cevabı alacağım türden sorular sorarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
41	İnsanlar yaptığım övgüleri hak etmeseler de onları överim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
42	Biriyle tartışırken, tek amacım o tartışmayı kazanmaktır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
43	Karşımdakilerle içten içe alay etmekten hoşlanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
44	İnsanlara nasihat vermeyi severim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
45	İnsanların dış görünüşleri onlara karşı davranışlarımı/konuşma biçimimi/ilişkilerimi belirler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
46	İnsanlar istediklerimi yapmazlarsa onlara küseceğimi bilirler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
47	Arkadaşlarıma isim takmaktan hoşlanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
48	Karımdakini sorguya çekiyormuşum gibi sorular sorarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
49	Çoğu zaman isteklerimi yaptırmak için insanlara karşı tehditkar olurum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
50	Karşımdaki kişi ile aynı düşünceleri paylaşmadığımda söylediklerini sonuna kadar dinleyemem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
51	Çevremdeki insanları kendi istek ve gereksinimlerime göre yönlendiririm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
52	Başkalarına emirler vermekten hoşlanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

53	Karşımdakini dinlerken aklımda başka düşünceler olsa da onu anlıyormuş gibi görünmeye devam ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
54	Çok öfkeli olduğum zaman gözüm hiç kimseyi görmez.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
55	Başkasıyla konuşurken, cevabını pek önemsemediğim halde sorular sorarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
56	Birileri benimle tartışırsa sonunda kırılacaklarını bilirler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
57	İnsanların çoğunun riyakar olduğuna inanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
58	Birisi bana sorunlarını anlatmaya başladığında içimden “umarım fazla uzatmaz” diye geçiririm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
59	İsteklerimi soru şeklinde (yapar mısın, eder misin gibi) yöneltmek yerine doğrudan (yap, et gibi) ifade etmeyi tercih ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
60	Kendi düşüncelerimi savunmak için gerekirse karşımdakini kırarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

## EK E- KISA SEMPTOM ENVANTERİ (KSE)

Aşağıda insanların bazen yaşadıkları belirtiler ve yakınmaların bir listesi verilmiştir. Listedeki her maddeyi lütfen dikkatle okuyun. Daha sonra o belirtilerin size bugün dahil, **son bir haftadır** ne kadar rahatsız ettiğini yandaki kutulardan uygun olanın içini  işaretleyerek gösterin. Her belirti için sadece bir yeri işaretlemeye ve hiçbir maddeyi atlamamaya özen gösterin. Fikir değiştirirseniz ilk yanıtınızın üstünü karalayın.

	Hiç	Biraz	Orta Derecede	Oldukça Fazla	Ciddi Derecede
1. İçinizdeki sinir ve titreme hali					
2. Baygınlık, baş dönmesi					
3. Bir başka kişinin sizin düşüncelerinizi kontrol edebileceği inancı					
4. Başınıza gelen sıkıntılardan dolayı başkalarının suçlu olduğu düşüncesi					
5. Olayları hatırlamada güçlük					
6. Çok kolayca kızıp öfkelenme					
7. Göğüs (kalp) bölgesinde ağrılar					
8. Meydanlık (açık) alanlardan korkma					
9. Yaşamınıza son verme düşünceleri					
10. İnsanların çoğuna güvenilmeyeceği düşüncesi					
11. İştahta bozukluklar					
12. Hiç bir nedeni olmayan ani korkular					
13. Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları					
14. Başka insanlarla beraberken bile yalnızlık hissetme					
15. İşleri bitirme konusunda kendini engellenmiş hissetme					
16. Yalnızlık hissetme					
17. Hüzünlü, kederli hissetme					
18. Hiçbir şeye ilgi duymama					
19. Ağlamaklı hissetme					
20. Kolayca incinebilme, kırılma					
21. İnsanların sizi sevmediğine kötü davrandığına inanmak					
22. Kendini diğerlerinden daha aşağı görme					
23. Mide bozukluğu, bulantı					
24. Diğerlerinin sizi gözlediği ya da hakkınızda konuştuğu inancı					

25. Uykuya dalmada güçlük					
26. Yaptığımız şeyleri tekrar tekrar doğru mu diye kontrol etme					
27. Karar vermede güçlükler					
28. Otobüs, tren, metro gibi umumi vasıtalarla seyahat etmekten korkma					
29. Nefes darlığı, nefessiz kalma					
30. Sıcak, soğuk basmaları					
31. Sizi korkuttuğu için bazı eşya, yer etkinliklerden uzak kalmaya çalışma					
32. Kafanızın birden bomboş kalması					
33. Bedeninizin bazı bölgelerinde uyuşmalar, karıncalanmalar					
34. Günahlarınız için cezalandırılmanız gerektiği düşüncesi					
35. Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları içinde olmak					
36. Konsantrasyonda (dikkati bir şey üzerine toplamada) güçlük/zorlanma					
37. Bedenin bazı bölgelerinde zayıflık, güçsüzlük hissi					
38. Kendini gergin ve tedirgin hissetme					
39. Ölüm ve ölmek üzerine düşünceler					
40. Birini dövme, ona zarar verme, yaralama isteği					
41. Bir şeyleri kırma/dökme isteği					
42. Diğerlerinin yanındayken kendini çok fazla gözlemek, yanlış bir şeyler yapmamaya çalışmak					
43. Kalabalıklarda rahatsızlık duyma					
44. Bir başka insane hiç yakınlık duymamak					
45. Dehşet ve panik nöbetleri					
46. Sık sık tartışmaya girme					
47. Yalnız bırakıldığında/kalındığında sinirlilik hissetme					
48. Başarılarınız için diğerlerinden yeterince takdir görmediğiniz düşüncesi					
49. Yerinde duramayacak kadar gergin ve tedirgin hissetme					
50. Kendini değersiz görme, değersizlik hissi					
51. İzin verdiğiniz takdirde insanların size sömüreceği düşüncesi					
52. Suçluluk duyguları					
53. Aklınızda bir bozukluk olduğu düşünceleri					

## Özgeçmiş

Batuhan Mehmet Bilen 1992’de İstanbul’da doğdu. 2016 yılında İstanbul Bilgi Üniversitesi İngilizce Psikoloji bölümünden, onur derecesiyle mezun oldu. Lisans eğitimi boyunca Surp Pırgıç Ermeni Hastanesi, Silivri Engelli ve Koordinasyon Merkezi, Med Amerikan Tıp Merkezi gibi yerlerde stajlarını tamamladı. Çeşitli sosyal sorumluluk projelerinde gönüllü olarak yer aldı ve bunların bir kısmında sunuculuk yaptı. Mezun olduktan sonra 1 sene boyunca, İstanbul Bilgi Üniversitesi’nde TÜBİTAK destekli yürütülen “Psikodinamik Oyun Terapisinin Etkinliğinin İncelenmesi: Oyun Türleri, Terapötik Müdahaleler ve Terapötik İttifak” adlı projenin araştırmasında görev aldı. 1 sene boyunca Psikeİstanbul bünyesinde gerçekleştirilen “Psikanalize Giriş Seminerleri” ni tamamladı. Ardından, Hanna Scherler eğitmenliğindeki 2 sene boyunca süren “Gestalt Bakış Açısına Giriş” programını tamamladı. 2017 yılında Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek lisans programını yapmaya başlamıştır. Yüksek lisans eğitimi kapsamında Bakırköy Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi’nde zorunlu stajını tamamlamıştır.