

**SOSYOTROPİK VE OTONOMİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNE
SAHİP YETİŞKİNLERİN STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZI VE
RUHSAL BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

TUĞBA BALIK

İŞIK ÜNİVERSİTESİ

2017

SOSYOTROPİK VE OTONOMİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNE SAHİP
YETİŞKİNLERİN STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZI VE RUHSAL
BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

TUĞBA BALIK

İstanbul Haliç Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, 2012
Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans
Programı, 2017

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

IŞIK ÜNİVERSİTESİ

2017

İŞIK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

SOSYOTROPİK VE OTONOMİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNE SAHİP YETİŞKİNLERİN
STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZI VE RUHSAL BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ

TUĞBA BALIK

ONAYLAYANLAR:

Yrd. Doç. Dr. Rukiye Hayran Işık Üniversitesi
(Tez Danışmanı)

Yrd. Doç. Dr. Nazlı Balkır Işık Üniversitesi

Yrd. Doç. Dr. Elif Mutlu Gelişim Üniversitesi



ONAY TARİHİ: 17.01.2017

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS MANAGEMENT STYLE AND PSYCHOLOGICAL SYMPTOMS OF ADULTS WITH SOCIOTROPIC AND AUTONOMIC PERSONALITY TRAITS

ABSTRACT

The aim of this research is to investigate the relationship between sociotropic and autonomic personality traits, stress coping styles and psychological symptoms among university students. 146 university students studying in various classes in Istanbul during the 2015-2016 academic year are included in the study. Sociotropy-Autonomy Scale, Stress-coping Styles Scale, and Mental Symptom Scanning Scale are used to collect research data. The Sociotropy-Autonomy Scale is used to identify the personality traits of the students and the Psychological Symptom Screening Scale is used to identify stress coping styles and mental symptoms in determining the styles of coping with stressful events. In addition, a personal information form developed by the researcher is used to obtain information about the demographic characteristics of the students.

The data obtained in the study is analyzed using SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 program. The Man Whitney-U test is used to compare quantitative continuous data between two independent groups, and the kruskall whallis test is used to compare quantitative continuous data between two independent groups. The man whitney-u test is used as a complement to determine the differences after the Kruskall whalis test.

Spearman correlation and regression analysis are applied among the continuous variables of the study. It is determined that the students with sociotropic personality have a helpless approach and autonomous personality have more self-reliance, optimistic and subversive approach in coping with stress. Sociotropic personality traits positively correlated with psychological symptoms such as somatization, OCD, interpersonal susceptibility, depression, anxiety, hostility, phobic anxiety, paranoid thought, psychotics, and additional items (sleep-appetite disorders and guilt).

Key words: Sociotropy, autonomy, stress coping, spiritual manifestations.

SOSYOTROPİK VE OTONOMİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNE SAHİP YETİŞKİNLERİN STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZI VE RUHSAL BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde sosyotropik ve otonomik kişilik özellikleri ile stresle başa çıkma tarzları ve ruhsal belirtiler arasındaki ilişkinin araştırılmasıdır. Araştırmaya 2015-2016 eğitim yılında İstanbul ilinde çeşitli sınıflarda öğrenim görmekte olan 146 üniversite öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırma verilerinin toplanmasında Sosyotropi-Otonomi Ölçeği, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Ruhsal Belirti Tarama Ölçeği kullanılmıştır. Öğrencilerin kişilik özelliklerini tanımlanmasında Sosyotropi-Otonomi Ölçeği, stres verici olay ile karşılaştıklarında kullandıkları baş etme tarzlarını belirlemede Stresle başa çıkma tarzları ve ruhsal semptomlarını tanımlamak için Ruhsal Belirti Tarama Ölçeğinden yararlanılmıştır. Ayrıca öğrencilerin demografik özellikleri hakkında bilgi edinmek için araştırmacı tarafından geliştirilen bir kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Araştırmada veriler SPSS 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. İki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Man Whitney-U testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında kruskall whallis testi kullanılmıştır. Kruskall whallis testi sonrasında farklılıkları belirlemek üzere tamamlayıcı olarak man whitney-u testi testi kullanılmıştır.

Araştırmanın sürekli değişkenleri arasında spearman korelasyon ve regresyon analizi uygulanmıştır. Stresle başa çıkmada sosyotropik kişilik özelliğine sahip öğrencilerin çaresiz yaklaşımı ve otonomik kişilik özelliğine sahip öğrencilerin kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım ve boyuneğici yaklaşımı daha çok kullandıkları saptanmıştır. Sosyotropik kişilik özellikleriyle somatizasyon, okb, kişilerarası duyarlılık, depresyon, ankisyete, hostalite, fobik ankisyete, paranoid

düşünce, psikotizim ve ek maddeler (uyku- iştah bozuklukları ve suçluluk) gibi ruhsal belirtiler arasında pozitif yönde ilişki saptanmıştır.

Anahtar kelimeler: Sosyotropi, otonomi, stresle başa çıkma, ruhsal belirtiler

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim boyunca çok kıymetli öğretim görevlileri ile çalışma fırsatım oldu öncelikli olarak bu süreçte yer alan bütün hocalarıma teşekkür ederim. Tez sürecim boyunca bana her zaman yardımcı olan, fikir ve önerileriyle tezime büyük katkılarda bulunan, tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Rukiye Hayran'a çok teşekkür ederim. Ayrıca veri toplamama büyük katkı sağlayan süpervizyon hocam Yrd. Doç, Dr. Özlem Sertel Berk'e çok teşekkür ederim.

Tecrübelerinden çok şey öğrendiğim ve bu süreçte benimle değerli bilgilerini paylaşan Prof. Dr. Kültegin Ögel'e ve Doç. Dr. Umut Mert Aksoy'a çok teşekkür ederim. Onlarla tanışmak ve çalışmak muhteşemdi.

Yüksek lisans eğitimim boyunca çok önemli dostlarım, meslektaşlarım oldu. Bu süreç boyunca bana verdikleri desteği unutamam. Canım dostlarım Psk. Tuğçe Şahbaz, Psk. Büşra Gürhan ve Psk. Cansu Karamustafaoğlu'na çok teşekkür ederim.

Son olarak, tüm yaşamım boyunca yanımda olan, cesaretlendiren, kararlarımaya saygı duyan ve desteklerini her zaman hissettiğim canım annem Saniye Balık ve canım babam Adnan Balık'a sonsuz teşekkür ederim. İyi varsınız, iyiki benim ailemsiniz. Sizleri çok seviyorum.

Tuğba BALIK

İÇİNDEKİLER

Abstract

Özet

Teşekkürler

İçindekiler Listesi

Tablolar Listesi

Kısaltmalar Listesi

GİRİŞ.....	1
Araştırmanın Amacı.....	3
Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi	3
Araştırmanın Sınırlılıkları.....	4
Araştırmanın Sayıtları.....	4
Tanımlar	4

BÖLÜM I

1.1. Kişilik	6
1.1.1. Kişiliğin Kaynakları	7
1.1.1.1. Biyolojik Faktörler.....	7
1.1.1.2. Sosyal Faktörler	7
1.1.1.3. Aile Faktörü	8
1.1.2. Huy, Mizaç ve Kişilik.....	9
1.1.3. Kişilik Kuramları.....	10
1.1.3.1. Psikanalitik Yaklaşım	10
1.1.3.2. Fenomolojik Yaklaşım.....	11
1.1.3.3. Sosyal Öğrenme Yaklaşımı	11
1.1.3.4. Özellikler Yaklaşımı	12

1.1.3.5. Bilişsel Yaklaşım	15
1.2. Sosyotropi ve Otonomi Kavramları	15
1.2.1. Sosyotropi ve Otonomi Kavramlarını Tanımlamaya Yönelik Yaklaşımlar	15
1.2.2.Sosyotropi.....	18
1.2.3. Otonomi	19
1.2.4. Sosyotropi ve Otonomi ile İlgili Yurtiçinde Yapılmış Çalışmalar	19
1.3.Stres ve Stresle Başaçıkma Kavramları	21
1.3.1. Stres	21
1.3.2. Stresle Başaçıkma	23
1.3.2.1 Stresle Başaçıkma Kavramını Açıklayan Modeller.....	24
1.3.2.2. Stresle Başaçıkmayı Etkileyen Faktörler.....	27
1.4. Üniversite Öğrencilerinde Stres ve Ruh Sağlığı	32

BÖLÜM II

2. YÖNTEM	33
2.1. Evren ve Örneklem	33
2.2. Veri Toplama Araçları	33
2.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu (Ek-1)	33
2.2.2. Sosyotropi-Otonomi Ölçeği (SOSOTÖ) (Ek-2).....	33
2.2.2.1. SOSOTÖ Güvenilirlik Analizi	34
2.2.3. Stresle Başaçıkma Tarzları Ölçeği (SBÇTÖ) (Ek-3)	35
2.2.3.1. SBÇTÖ Güvenilirlik Analizi	36
2.2.4. Ruhsal Belirti Tarama Testi (SCL-90) (Ek-4)	36
2.2.4.1. SCL-90 Güvenilirlik Analizi	37
2.3. Araştırmanın Modeli ve Hipotezleri	38
2.4. Verilerin İstatistiksel Analizi	39

BÖLÜM III

3. BULGULAR	40
3.1. Öğrencilerin Tanımlayıcı Özelliklerine İlişkin Bulgular	40

3.2. Öğrencilerin Kişilik Özellikleri, Stresle Başaçıkma Tarzları ve Ruhsal Belirtilerine İlişkin Ortalamalar	43
3.3. Kişilik Özellikleri ve Ruhsal Belirtiler Arasındaki İlişki.....	45
3.4. Kişilik Özellikleri ve Stresle Başaçıkma Tarzları Arasındaki İlişki.....	47
3.5. Kişilik Özelliklerin Ruhsal Belirtiler Üzerine Etkisi	48
3.6. Kişilik Özelliklerinin Stresle Başaçıkma Tarzları Üzerine Etkisi	53
3.7. Kişilik Özelliklerinin Demografik Özelliklere Göre Dağılımı	56

BÖLÜM IV

4.TARTIŞMA.....	67
4.1. Demografik Değişkenlerdeki Farklılıkların Tartışılması.....	67
4.2. Kişilik Özellikleri ile Ruhsal Belirtiler Arasındaki İlişkinin Tartışılması	68
4.3. Kişilik Özellikleri ile Stresle Başaçıkma Tarzlarının Tartışılması	73
4.4. Sonuç ve Öneriler.....	75
KAYNAKLAR	77
EKLER	92
ÖZGEÇMİŞ	103

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Öğrencilerin Tanımlayıcı Özelliklerinin Dağılımı	40
Tablo2. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Ortalaması	43
Tablo 3. Öğrencilerin Stresle Başa Çıkma Tarzlarına İlişkin Ortalamalar	43
Tablo 4. Öğrencilerin Ruhsal Belirtilerine İlişkin Ortalamalar	44
Tablo 5. Kişilik Özellikleri ile Ruhsal Belirtiler Arasındaki İlişki	45
Tablo 6. Kişilik Özellikleri ile Stresle Başa Çıkma Arasındaki İlişki	47
Tablo 7. Kişilik Özelliklerinin Boyutlarının Somatizasyon Üzerine Etkisi	48
Tablo 8. Kişilik Özelliklerinin Somatizasyon Üzerine Etkisi (Stepwise)	48
Tablo 9. Kişilik Özelliklerinin Obsesif Kompulsif Üzerine Etkisi	49
Tablo 10. Kişilik Özelliklerinin Kişilerarası Duyarlılık Üzerine Etkisi	49
Tablo 11. Kişilik Özelliklerinin Depresyon Üzerine Etkisi	50
Tablo 12. Kişilik Özelliklerinin Ansiyete Üzerine Etkisi	50
Tablo 13. Kişilik Özelliklerinin Hostilite Üzerine Etkisi	51
Tablo 14. Kişilik Özelliklerinin Fobik Ansiyete Üzerine Etkisi	51
Tablo 15. Kişilik Özelliklerinin Paranoid Üzerine Etkisi	51
Tablo 16. Kişilik Özelliklerinin Psikotizm Üzerine Etkisi	52
Tablo 17. Kişilik Özelliklerinin Psikotizm Üzerine Etkisi (Stepwise)	52
Tablo 18. Kişilik Özelliklerinin Ek Madde Üzerine Etkisi	53
Tablo 19. Kişilik Özelliklerinin Kendine Güvenli Yaklaşım Tarzı Üzerine Etkisi	53
Tablo 20. Kişilik Özelliklerinin İyimser Yaklaşım Tarzı Üzerine Etkisi	54
Tablo 21. Kişilik Özelliklerinin Çaresiz Yaklaşım Tarzı Üzerine Etkisi	54
Tablo 22. Kişilik Özelliklerinin Boyuneğici Yaklaşım Tarzı Üzerine Etkisi	55
Tablo 23. Kişilik Özelliklerinin Boyuneğici Yaklaşım Tarzı Üzerine Etkisi (Stepwise)	55
Tablo 24. Kişilik Özelliklerinin Sosyal Destek Yaklaşım Tarzı Üzerine Etkisi	55
Tablo 25. Kişilik Özelliklerinin Stresle Başa Çıkma Genel Düzeyine Etkisi	56

Tablo 26. Kişilik Özelliklerinin Anne Baba Tanımına Göre Ortalamaları.....	56
Tablo 27. Kişilik Özelliklerinin Anne Eğitimine Göre Ortalamaları	57
Tablo 28. Kişilik Özelliklerinin Baba Eğitimine Göre Ortalamaları	58
Tablo 29. Kişilik Özelliklerinin Birlikte Yaşanılan Kişiye Göre Ortalamaları	58
Tablo 30. Kişilik Özelliklerinin Düşünce ve Davranışların Kabul Görme Düzeyine Göre Ortalamaları	59
Tablo 31. Kişilik Özelliklerinin Gelir Düzeyine Göre Ortalamaları	60
Tablo 32. Kişilik Özelliklerinin Tercihlerini Danıştığı Kişiye Göre Ortalamaları	61
Tablo 33. Kişilik Özelliklerinin Sınıf Düzeyine Göre Ortalamaları.....	61
Tablo 34. Kişilik Özelliklerinin Yaşa Göre Ortalamaları	62
Tablo 35. Kişilik Özelliklerinin Yetiştığı Yere Göre Ortalamaları	62
Tablo 36. Kişilik Özelliklerinin Anne Baba Denetleme Tutumu Düzeyine Göre Ortalamaları	63
Tablo 37. Kişilik Özelliklerinin Anne Baba İlgi Tutumu Düzeyine Göre Ortalamaları	63
Tablo 38. Kişilik Özelliklerinin Anne Baba Kontrol Tutumu Düzeyine Göre Ortalamaları	64
Tablo 39. Kişilik Özelliklerinin Cinsiyete Göre Ortalamaları.....	64
Tablo 40. Kişilik Özelliklerinin Anne Babada Psikiyatrik Tanı Alma Durumuna Göre Ortalamaları	65
Tablo 41. Kişilik Özelliklerinin Psikiyatrik Tanı Alma Durumuna Göre Ortalamaları	65
Tablo 42. Kişilik Özelliklerinin Medeni Duruma Göre Ortalamaları.....	66
Tablo 43. Kişilik Özelliklerinin Temel Bakıma Göre Ortalamaları	66

KISALTMALAR LİSTESİ

SOSOTÖ: Sosyotropi-Otonomi Ölçeği

SBÇTE: Stresle Başaçıkma Tarzları Ölçeği

SCL-90 R: Ruhsal Belirti Tarama Listesi

GİRİŞ

Kişilik psikologları, her bir bireyin özel ve eşsiz olduğundan yola çıkar. Bireyin gerçekten kim olduğuna değişik durumlarda nasıl farklı davrandığına odaklanır. Kişilik ferdin kendisine has, karakteristik ve diğer fertlerden ayırıcı davranışlarını kapsamaktadır. Bireyin sıklıkla yaptığı ya da en tipik davranışlarını ayrıca bu davranışların kişiyi diğer kişilerden nasıl ayırdığını ele alınır (Morgan, 1995).

“Kişilik bireyi diğerlerinden farklı kılan bireyin kendisine özgü özellikleridir”. Bu özellikler bireyin içten ve dıştan gelen uyaranlarla etkileşimi sonucu geliştirdiği, duygu, düşünce, tutum ve davranış örüntüleridir. Kısaca kişilik kavramı kişiye ait kalıcı özelliklerin bütünüdür (Sayar ve Dinç, 2009).

Beck bilişsel kuramında iki boyutlu kişilik tipinden bahseder. Beck (1983) düşünceleri, davranışları ve tutumları içeren iki kişilik boyutu olduğunu bildirmiştir. Beck (1983) sosyotropiyi (sosyal bağlılığı) diğer kişilerle yapılan olumlu değiş tokuş yatırımı olarak ifade etmektedir. Sosyotropiyi bağımlılık (Sato, 2003), duygusal yakınlık ihtiyacı (Bieling, Beck ve Brown, 2000), kendini eleştirme (Clark, Steer, Beck, & Ross 1995), sosyal kaygı ve onaylanmama korkusu (Rude ve Burnham, 1995), diğerlerine kişilerarası alana aşırı duyarlılık (Sato, 2003; Sato & McCann, 1997), eleştirilme ve reddedilmekten korkma (Beck ve ark., 2000) ile ilişkili bulan bir çok araştırma yapmıştır. Yüksek sosyotropik kişiler için, diğer kişilerden onay alma, saygı duyulma ve sevilme fazlasıyla önemlidir. Beck (1983) otonomi (öz yönetimi) ise özgürlük, kişisel başarı ve kişisel yalnızlığa yapılan yatırım olarak ifade etmektedir. Otonomi bağımsız olma, yalnızlık ve kontrol etmeye duyulan ihtiyaç (Clark, Steer Beck & Ross.,1995; Sato & McCann, 1997), kişilerarası alanda duyarsızlık ve kişilerarası problemler (Clark ve Beck, 1991), bireysel başarıya verilen önem ile ilişkilendirilmektedir (Clark ve Beck, 1991; Beck & Brown, 2000).

Sosyotropik özellikleri baskın bireyler rededilme kaygısı yaşarlar ve öteki kişilerden onay alabilmek için çok çaba sarfederler (Fairbrother ve Moretti, 1998).Yüksek otonomik kişilik özelliklerine sahip olan bireyler kişisel başarıyı ve üstünlüğü ayrıca çevre üzerindeki etkinliği önemserler. Otonomik kişilik özelliğine sahip bireyler çekingen ve soğuk bir hale sahiptir. Diğer kişilere karşı daha az samimiyet kurarlar. Çatışmalara daha fazla eğilimlidirler. Otonomik bireyler, başarı odaklı ve kontrolcü bireyler olarak başkalarına karşı savunmacı bir davranış sergilerler (Kabakçı, 2001).

Stres, canlının kendisine ait biyopsikolojik kaynaklarının zorlanarak tükenmesiyle gösterdiği ve bu duruma uyum sağlamaya yönelik çabalarıdır. Bu çabalar sürekli değişen bilişsel ve davranışsal bir yapıdadır. (Copmas, 1987; Folkman, 1984; Moss ve Billings, 1982, 1986; Patterson, Hamilton ve McCubbin, 1987). Stresle başa çıkma tarzları belli bir stres oluşturan koşulda kullanılan düşünsel ve davranışsal stratejilerin stres yataran olay ile değişmesi olarak ele alınmaktadır. (Compas, 1987). Yapılan deneysel çalışmalar sonucunda, başa çıkma stratejilerinin soruna yönelik ve duygulara yönelik başa çıkma şeklinde iki temel kategoride toplandığı görülmüştür. Bu tarzların problemlere, bireylere ve koşullara göre farklılaştığı belirtilmektedir. (Endler ve Parker, 1990). Duygulara yönelik çabalar çoğunlukla kendini kontrol etme, uzaklaşma, kabullenme, sosyal destek arama, koşulları değiştirme gibi gayretleri kapsarken sorun merkezli başa çıkma tarzları, mantıklı, aktif, bilinçli ve serinkanlı gayretleri kapsamaktadır. (Folkman, Lazarus, Gruen ve DeLongis, 1986)

Üniversite döneminde öğrenciler birey olma, sorumluluklarının değişmesi, aileden uzak olma ve yeni hayatını daha bağımsız sürdürme çabalarıyla bir takım stresörlerle baş etmek zorunda kalmaktadır (Ökdem ve Yardımcı, 2010). Üniversite öğrencilerinin bir kısmı, bu geçiş sürecinde karşısına çıkan problemlere yönelik etkili baş etme yöntemleri geliştirirken bir kısmı ise bu yeni ortamın barındırdığı vazife ve rollerin taleplerini karşılayamamakta bunun sonrasında ise bazı problemler yaşayabilmektedir. Bu sorunlarla başa çıkmakta zorlanan gençlerde başarısız olma, kişiler arası ilişkilerde problemler, üniversiteye uyum sağlayamama bununla birlikte gelişen depresif belirtiler, kaygı ve davranış bozukluklarına da rastlanmaktadır (Ültanır, 1996)

Türkiye’de yapılan Ruh Sağlığı Profili Araştırması verilerine göre, ruhsal belirtilerin görülme oranı 2-3 yaş grubunda %10.9, 4-18 yaş grubunda %11.3 ve 18 yaş üstündeki kişilerde ise %17.2’dir (Erol ve ark., 1998). Üniversite gençliğinin de içinde bulunduğu yaş grubu ruhsal bozukluklar için en yüksek grubu oluşturmaktadır.

Araştırmanın Amacı

Bilişsel kuramcılardan Beck (1983)’e göre sosyotropi; onay görme, ayrılmaktan kaygı duyma ve diğerlerini memnun etme gibi otonomi ise; kişisel başarıya sahip olma, özgür olma ve yalnızlıktan hoşlanma gibi kişilik özellikleri ile tanımlanır. Bu çalışmanın amacı ise tanımlanan kişilik özelliğine sahip olan üniversite öğrencilerinin stres yaratan durumla karşılaştığı süreçte baş etme tarzlarının ve ruhsal durum özelliklerinin belirlenmesidir. Bunun yanı sıra otonomik/sosyotropik kişilik özelliklerinin ve demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığı ele alınacaktır.

Temel olarak sosyotropik ve otonomik kişilik özellikleriyle stresle başa çıkma tarzları ve ruhsal belirtiler arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? Sorusuna cevap aranmaya çalışılacaktır.

Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi

Ergenliğin bitmesi ile sosyal hayatta sorumluluk alma durumu gelişmeye başlar. Üniversite dönemi sosyal, ruhsal ve fiziksel anlamda bireylerin olgunlaşmaya başladığı önemli bir dönemdir. Üniversiteye başlayan gençler kendilerini yeni bir akademik ve sosyal ortamın içinde bulur. Bu yeni yaşam gencin geçmiş yaşantılarından farklılık göstermektedir. Üniversite gençleri yeni yaşamlarına geçerken sosyal çevreye uyum, akademik, arkadaşlık kurma ve karşı cins ile arkadaşlık kurma, barınma, aileye ve yaşadığı yere duyulan özlemden dolayı birçok alanda zorlanmalar yaşamaktadırlar. Bu zorlanmalar gençler için stres verici özelliğe sahiptir. Bu noktada işlevsel baş etme tarzları geliştiremeyen gençler depresyon, kaygı gibi bir takım ruhsal sorunlarla da karşılaşmaktadır.

Ergenlikten sonra gençler ailesinden ve çevresinden ayrılmaya başlar yani bağımsızlığa ulaşma dönemine geçmeye başlar fakat bazıları ise ayrışamama durumu devam edebilir. Sosyotropik ve otonomik kişilik özelliği gösteren gençler üniversite döneminde homojen olarak görülebilir. Beck’in teorisinde kişilerarası ilişkilerde kayıp algısı ve red edilme yaşayan sosyotropik kişilerde ve çevre üzerindeki kontrol kaybı

ve başarısızlık yaşıyan otonomik kişilerde depresyonun görülebileceği öne sürülmüştür. Bu noktada bilindiği kadarıyla ülkede sosyotropik ve otonomik kişilik özelliğine sahip gençlerde depresyon dışında diğer ruhsal belirtiler arasında ilişkiyi inceleyen başka bir çalışma olmadığı görülmüştür. Ayrıca stresle başa çıkma bireylerin stres yaratan bir uyaran karşısında kendilerine ve çevrelerine uygun ürettikleri bilişsel ve davranışsal çabalarıdır. Bilindiği üzere A-B tipi kişilik özellikleri, Eysenck kişilik özellikleri ve stresle başa çıkma arasında ilişkiyi inceleyen araştırmalar mevcuttur fakat sosyotropik ve otonomik özellikli kişilerin stres yaratan durumla karşılaştığı süreçte stresle başa çıkmak için hangi tarza sahip olduklarını ele alan bir çalışmanın da olmadığı görülmüştür. Bu bağlamda alan yazına katkı sağlayacağı düşünce bu araştırmanın önemini teşkil etmektedir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Çalışma 2015 – 2016 seneleri arasında İstanbul ilinde eğitim gören 146 üniversite öğrencisiyle sınırlıdır. Çalışmaya yönelik bulgular aşağıda ölçeklerde elde edilen verilerden oluşmaktadır.

- ‘Sosyotropik ve Otonomik Kişilik’– “Sosyotropi-Otonomi Ölçeği”
- ‘Stresle Başa Çıkma Tarzları’– “Stresle Başa Çıkma Tarzları Envanteri”
- ‘Ruhsal Belirti’– “Ruhsal Belirti Tarama Listesi (SCL-90)”

Sayıtlılar

Araştırma kapsamında yer alan öğrencilerin ölçeklerde yer alan sorulara içten ve doğru şekilde cevap verdikleri düşünölmektedir. Ölçeklerden çalışma için gerekli olan verilerin elde edileceği düşünölmektedir.

Tanımlar

Kişilik: Bireyin sahip olduğu, çeşitli durumlarda bilinç ve biliçdişi süreçlerini ayrıca davranışlarını eşsiz bir biçimde etkileyen, yapılaşmış, dinamik özellikler kümesidir (Ryckman, 2008).

Sosyotropik Kişilik: Beck (1983) sosyotropiyi (sosyal bağlılığı) diğer kişilerle yapılan olumlu değiş tokuş yatırımı olarak tanımlamaktadır (Beck,1983).

Otonomik Kişilik: Beck (1983) otonomi (öz yönetimi) ise özgürlük, kişisel başarı ve kişisel yalnızlığa yapılan yatırım olarak tanımlamaktadır (Beck, 1983).

Stres: Kişinin fiziksel ve ruhsal hudutlarının zorlayan ve tehdit edilen bir durumdur (Baltaş ve Baltaş, 2008).

Stresle Başa Çıkma: Kişinin yaşamında tehdit edici olarak aftettiği bir durumu, kendisini daha iyi konuma getirebilmek için, durumu kontrol edebilme ve diğer davranış kalıplarını kapsayan çabaların bütünüdür (Baltaş ve Baltaş, 2008).

BÖLÜM I

Bu bölümde kişilik, sosyotropi ve otonomi, stres ve stresle başa çıkma ve üniversite öğrencilerinde ruhsal sağlık ve stres ile ilgili kuramsal açıklamalar ile yurt içinde yapılmış araştırmaların özetlendirilmiş kısımlarına yer verilmiştir.

1.1. Kişilik

Latince “persona” sözcüğünden ortaya çıkmıştır. Persona; eski Roma devrinde tiyatro oyuncularının suratlarına taktıkları “maske” anlamına gelir. Tiyatro oyuncularının bu maskelerin kullanılmasının hedefi belli bir kişiliği temsil etmek, o kişiliğe ait özellikleri ön plana çıkarmaktır (Erdoğan, 1983 aktaran: Sarıtaş 1997).

İnsan karmaşık, anlaşılması güç bir varlıktır. Bu bağlamda insana ait tanımlar farklı disiplinler tarafından tanımlanmaya çalışılmıştır. Psikolojide kişilik kavramı da en geniş kavramlardan birisidir ve birçok farklı tanımlamaya sahiptir. Kişilik ile ilgilenen psikologlar insanın kişiliğini ne yönde tanımlayacaklarına ayrıca psikolojiye ait bu alt dalın hangi konuları içereceğine dair birçok tartışma yapmışlardır (Mayer, 1998; McAdams, & Emmons, 1995; Sarason, Sarason, & Pierce 1996). Kişilik psikologları, her bir bireyin özel ve eşsiz olduğundan yola çıkar. Bireyin gerçekten kim olduğuna değişik durumlarda nasıl farklı davrandığına odaklanır. Kişilik konusunda araştırmacıların üzerinde görüş birliği yaptıkları tanım ise, bireyin sahip olduğu, çeşitli durumlarda bilişlerini, güdülerini ve davranışlarını eşsiz bir şekilde etkileyen, dinamik, yapılaşmış özelliklerin kümesi olduğudur (Ryckman, 2008).

Kişilik kuramcılarında Allport, kişiliği kişinin kendisine has biliş ve davranışı etkileyen psiko-fiziksel yapıların etkin örgütlenmesi olarak nitelendirmiştir (Allport, 1961 aktaran: İnanç ve Yerlikaya 2008). Bir başka tanımda kişilik, bireyi diğerlerinden farklı kılan doğumla gelen ayrıca sonradan da edinilen, tutarlı olarak gösterilen özellikler olarak ele alınır (Taymur ve Türkçapar, 2012). Köknel insanı subjektif ve

objektif yanlarıyla diğerklerinden ayıran duygu, düşünce, tutum ve davranış özelliklerinin bütünü olarak tanımlar (Köknel, 2005). Bu tanımdan yola çıkarak kişilik; duygu, düşünce ve davranışlardan oluşmaktadır. Günlük yaşantımız bütün bu süreçlerin izlerini taşımaktadır. Kulaksızoğlu'na göre kişilik; bireyin sosyal ve psikolojik tepkilerinin bütünüdür. (Kulaksızoğlu, 2002). Dolayısıyla kişilik geniş kapsamlı bir kavramdır. Yavuzer ise kişiliği; kişinin alaka, tutum ve becerileriyle dış görünüşüne ve çevresine entegrasyon şeklini ele alan bir kavram olarak tanımlamaktadır. (Yavuzer, 2001). Tanımdan yola çıkıldığında bireyin doğasından, kendisinden ve çevresinden gelen her şey onun kişilik özellikleri üzerinde etki sahibidir.

1.1.1. Kişiliğin Kaynakları

1.1.1.1. Biyolojik Faktörler

Kişiliği oluşturan kaynaklardan birisi fizyolojik kaynaklardır. Bireyin fiziksel yapısı ve kişilik özellikleri arasında bir ilişki olduğu varsayılmaktadır.

Sheldon (1954) bireylerin fiziksel yapılarına göre belirlenen üç kişilik tipi önermiştir. Güçlü beden yapısına sahip olanlar kaba ve gürültülü kişilerdir. İnce uzun beden yapısına sahip olanlar için sakin, utangaç ve çekingen kişilerdir. Kısa ve tombulca beden yapısına sahip olanları ise arkadaş canlısı, neşeli, memnuniyet gösteren ve dost canlısı olarak tanımlamıştır (Aktaran: Cüceloğlu, 2005).

Bireylerin sahip olduğu bu farklılıkların hepsi bir kişilik işareti olarak kabul edildiğinde, biyo-fizyolojik yapı özelliklerinin kişiliğe etki eden önemli roller olarak ele alınabilir (Erdoğan 1983, aktaran: Sarıtaş, 1997). Bireyin fiziki görünüşü veya sağlığı kişilik yapısını etkileyebilir. Ayrıca kişi bütün bu yönleriyle diğerklerinden ayrılır.

1.1.1.2. Sosyo-Kültürel Faktörler

Kişiliğin oluşması sadece biyolojik faktörlerle belirlenemez (Güney, 2000). 'İnsan sosyal bir varlıktır' savından yola çıkıldığında bireyin kişiliğini etkileyen faktörlerden bir diğerkini sosyo-kültürel faktörler olarak ele alabiliriz.

Bireylerin kişiliği hem kalıtımın hem de sosyal çevrenin etkileşimi ile oluşur. Çevresel faktörlere bakıldığında bireyleri etkileyen faktörlerden biri kişinin içinde yaşadığı sosyal yapının sosyo-kültürel nitelikleridir. Kimi zaman bireylerin bir takım kişilik özellikleri sosyo-kültürel yapının bir uzantısıdır (Eroğlu, 2000). Bazı davranışsal özellikler kültürel yapıya göre değişir veya şekillenir. Örneğin yemek yeme, giyinme davranışlarındaki farklılıkların kişilik özelliklerini etkilediği düşünülürse kişilik ve sosyo-kültürel ilişki daha anlaşılabilir olur (Yakut, 2006).

1.1.1.3. Aile Faktörü

Kişiliğin oluşmasını büyük oranda etkileyen sosyal faktörlerin içinde ev ve aile koşulları gelmektedir. Aile en küçük sosyal yapıdır ve ilk öğrenmeler bu yapının içinde gerçekleşir. Aile ilk davranışların öğrenildiği, davranışların kazanılmasında ödül ve ceza sisteminin kullanıldığı ortamdır. Bunun yanı sıra sosyal öğrenmenin gerçekleştiği ilk yer ailedir. Çocuğun ilk bilgileri ve davranışları öğreten anne babadır. Depresif, içe kapanık, sosyal olmayan bir anne babaya sahip çocuğunda benzer kişilik özellikleri gösterdiği görülmektedir (Morgan, 1995).

Bobwly bağımlılık kuramına göre aile, çocuk ve anne arasında ilk bağlanmanın gerçekleştiği yerdir. Bu nedenle çocukta oluşan bağlanma şekli de kişiliğin oluşumunda etkilidir. İlk bağımlılık ilişkisi kişinin ilişkilerle ilgili atıflarını oluşturur ve bu atıflar kişinin diğer ilişkilerini de yönlendirir (Hortaçsu, 2003) Anne babalarının tepkileri bazı çocuklar için pekiştirici olurken, bazı davranışları da özgüven oluşmasına engel olabilir. Anne ve baba ilişkilerinin yanı sıra kardeşlik ilişkileri, kişinin doğum sırası ve kardeşlerin cinsiyetlerindeki benzerlik veya farklılıklar kişiliğin oluşmasında önemli bir yer tutar (Koptagel, 1991).

Örneğin; aile tarafından çocuğun aşırı bağımlı, bağımsız ya da karşılıklı duygusal bağlı olarak yetiştirilmesi ile kişilik arasında da doğrudan ilişki olduğuna dair çalışmalar bulunmaktadır (Kağıtçıbaşı, 1998).

1.1.2. Huy (Mizaç), Karakter ve Kişilik

Cloninger ve arkadaşları (1987) kişiliğin mimarisini ve gelişimini tariflemek için, psikobiyolojik kuramı öne sürmüştür. Cloninger kuramında kişiliğin huy ve karakter olmak üzere iki bileşenden oluştuğunu ileri sürmektedir. Cloninger'e göre huy, hislerden temel alan yeteneklerin ve alışkanlıkların sebebi olan duyumsama, motivasyon ve bağlantı kurma süreçleriyle açıklanmaktadır. Karakter ise, olgusal öğrenmeye dayanan soyutlaştırma ve sembolizasyon süreçleriyle açıklanmaktadır. Huyu kişiliğin “duygusal özü”, karakteri ise kişiliğin “kavramsal özü” olarak tanımlamaktadır (Arkar ve ark., 2005).

Akiskal ve arkadaşları (1983) Huy, karakter ve kişiliği birbirinden ayrı tanımlarla tanımlamıştır. Huy, genetik özellikler taşıyan ve yaşam boyunca daha az miktarda değişen yapısal hususiyetlerdir. Karakterse, sosyal çevrenin ve yetiştirilme tarzının etkisi altında gelişen ve öğrenilen tutumlardır. Bundan dolayı zamanla değişime uğrayabilmektedir. Kişilik ise; kalıtımla gelen huyla ve sonradan elde edilmiş karakterin bütünleşmesiyle oluşur (Sayın ve Aslan, 2005).

Baymur huyu, bireyin hissel ve devimsel hayatının özelliklerinin bütünü olarak tanımlamaktadır. Huy da tıpkı karakter gibi kişiliğin tamamını değil sadece bir tarafını oluşturur. Karakter ise ilk sosyal yaşantılar sonucunda birtakım değer yargılarıyla gelişir. İçselleştirilen bu değerler, kişiliğin bir yönünü oluşturur. Bu anlamda karakter ifadesinin kişilik ifadesi ile ilişkisi vardır. Fakat kişilik, karakteride kapsayan ve bireyin kendine özgü fiziki ve ruhi bütün özelliklerini ele alan daha geniş bir terimdir (Aktaran: Çağatay, 2009).

Yapılan tanımlara göre huy duygusal ve genetik özellikler taşıyan özelliklere sahiptir ve kişiliğin sadece bir kısmını oluşturur. Karakter ise öğrenmeye dayanan ve sosyal yaşantılarla şekillenen özellikleri içerir ve kişiliğin diğer kısmını oluşturur. Huy daha az değişebilen nitelikte olup karakter ise geliştirilebilen niteliktedir.

1.1.3. Kişilik Kuramları

1.1.3.1. Psikanalitik Yaklaşım

Psikanalitik kuram, kişiliği yönlendiren ve yöneten bilinçaltında oluşan güdülerini incelemektedir (Atkinson, Atkinson ve Hılgard, 1995). Psikanalitik çerçeve kişiliklerin nasıl geliştiği hususunu gündemine almıştır. Bu bakış açısı kişiliklerin irdelenmesi, bilimsel kuram şeklinde eksikleri ne ise, bugüne değin meydana getirilmiş en etkin kişilik kuramlarından birisi biçiminde belirtilmektedir. Oluşturduğu etki yalnızca psikoloji dalında değil, insan bilimleri, sosyal bilimler, sanat dalları ile genellikle toplumu içermektedir.

Freud kişiliğin oluşumunu bebeklik ve çocukluk yıllarına ait yaşantılara bağlamıştır (Aktaran: Köknel, 2005) Freud, kişilikleri duygusal bakımdan irdelleyip, kişilik olgularının bireysel duygunun yapılarını meydana getirdiğini ileri sürmüş ve kişiliğin id, ego ile süper ego oluştuğunu beyan etmiştir. Üç temel boyutun, her birisi, ayrı bir işleve sahip olmaktadır.

Kişiliklerin en ilkel bölümü olan “id”, haz prensibi ile çalışmakta ve temel biyolojik dürtülerden meydana gelmektedir. Kişilik yapılarının ikinci bölümü, gereksinimlerin her zaman ve hemen tatmin edilmeyeceği gerçeklik ilkesine dayanmakta olan “ego”dur. Ego temel biçimde, kişiliklerin yönetici bölümüdür. Zira hangi hareketlerin uygun olduğuna, hangi id dürtülerinin nasıl tatmin göreceğine o karar kılmaktadır. Kişiliklerin üçüncü bölümü davranışların doğru mu ya da yanlış mı olduklarını yargılayan süper egodur. Süper ego; toplumun değerleri ile ahlaki yargıların içselleştirilmiş temsilidir ve bireyin ahlaki biçimde ideal birey imgesinin yanında, vicdanını da meydana getirmektedir. Çoğunlukla birbirleriyle çatışmakta olan kişilik yapılarından ego,” id ‘in hemen arzu ettiği hazzı tehir eder. Süper ego ise, hem id, hem de ego ile mücadele durumundadır. Zira davranış umumiyetle temsil ettikleri ahlaki kuralların gerisinde kalır. Bütünleşmiş olan bir kişilikte ego, katı fakat esnekleşebilen bir denetimin altında olması süreklilik gösterir ve gerçeklik ilkesindeki hükmü devam ettirmektedir (Aktaran: Zel, 2001).

Freud, erken topografik modelini temel biçiminde, id’in bütününün, egoyla süper egonunsa büyük bir bölümünün bilinçdışına atıldığını öne sürmektedir. Ego ile

süper egonun küçük bölümleri, bilinçte veya ön bilinçtedir (Atkinson, Atkinson, Smith, Bern ve Hoeksema, 2006). Rüyaların içerikleri, korkular ile arzuların dışavurumu mu oldukları hususunda, Freud'un gündeme taşıdığı "rüya analizi" geçerlik kazanmaktadır. İnsanların binlerce yıldan bu tarafa rüyaları yorumlaması, rüya yorumlarını, kapsamlı bir psikolojik kuram ile bütünleştiren ilk kişi Freud'dur (Aktaran: Burger, 2006).

1.1.3.2. Fenomenolojik Yaklaşım

Fenomonolojik yaklaşımında insan "özünde" iyi ve olumlu biçimde gelişme eğilimlerine sahiptir. Söz konusu yaklaşıma göre bireysel biçimdeki farklılıkların ana nedeni, bireylerin kendilerine güven ve bireysel sorumluluk duygularıdır. Bu nedenle fenomenolojik yaklaşımlar bireyleri yaşam içerisindeki tutumlardan ve neticesinde meydana gelecek durumlardan sorumlu tutmaktadır (Morris, 2002). Rogers (1961, 1977) insanın doğasına iyimser bakan psikologlardan olan Rogers kişinin doğumundan başlayarak pozitif gelişimlere açık olduğunu vurgulamıştır. (Aktaran: Cüceloğlu, 2005) Ona göre benlik kuramlarını duygu durumları bozuklukları olan insanlarla yaptığı araştırmalardan meydana getirmiştir. Rogers, kişilik hipotezini meydana getirirken benlik olgusunu odak noktası biçiminde almıştır. Benlik; fikirlerinin farkında olma durumunu, değerleri ile yeteneklerini içermektedir. İnsanların dünya algıları onların "ben" olgusuna göre değişim göstermektedir. İnsanlar benlik olgusunu meydana getiren düşüncelerine uygun olan tavırları gösterebilme eğilimindedirler. Benlik haricinde kalan davranışlar ile duygular insanları rahatsız eder ve gerçek yaşamlar ile insanların benliğindeki düşüncelerin arasında kopukluk meydana getirir. Söz konusu kopukluk ne denli çoksa anksiyete ile duygu durum bozukluklarıyla karşılaşma riskleri o denli fazla artış göstermektedir (Morris, 2002).

1.1.3.3. Öğrenme Yaklaşımı

Sosyal öğrenme yaklaşımı, kişisel farklılıkların öğrenme deneyimlerindeki değişkenliklerden kaynaklandığına ve davranışların çevresel veya durumsal önemine vurgu yapmaktadır. Davranışlar kişisel ile çevresel değişkenlerin arasındaki devamlı olan bir etkileşimin neticesidir. Sosyal öğrenme yaklaşımında, bir bireyin davranışlarında ki dışsal ödüller ile cezaların etkilerinin varlığından söz edilir

Bireylerin davranışları, buldukları ortamların niteliklerine, bireylerin durumları nasıl algıladıklarına ya da başka insanların benzer hallerde ne şekilde hareket ettiklerine göre değişim göstermektedir (Atkinson vd., 1995). Bandura (1977)' a göre öğrenme sosyal çevre ve diğerlerini gözleme yoluyla ile oluşmaktadır. Onun görüşüne göre kişilik diğerlerini gözlemleyerek ve taklit ederek öğrenilmiş davranışlar kalıbıdır (Aktaran: Cüceloğlu, 2005) Öğrenme kavramlarını kullanarak kişilik kavramına ulaşmaya çalışan bir diğer psikologlardan biri Rotter'dır. Rotter (1972)' göre, bireyin davranışlarının neticesi olarak alacakları ödül veya ceza, davranışları yapma olasılıklarında ve beklentilerinde mühimdir. Rotter (1972) insan eylemlerinin sebeplerinin çok karmaşık olduklarını iddia etmekte ve kişiliği açıklayabilmek adına davranış potansiyelleri, beklentileri ve pekiştirme değerleri gibi olgular kullanmaktadır. Belli bir ortamda, belli bir eylemin ortaya çıkma ihtimali davranış potansiyeli şeklinde isimlendirilmektedir. Belli bir eylemi gerçekleştirmeden evvel, söz konusu eylemin belli bir pekiştirici ile neticelenme ihtimali ve pekiştirmenin taşımış olduğu değer hesaplanmaktadır. Eğer bir davranışın pekiştirilme olasılığı düşük ise, o eylemin tekrarlanma ihtimali zayıftır. Fakat bir davranışın karşılığında kıymetli bir şey elde edilecek ise o eylem, büyük ihtimalle tekrardan gösterilmektedir (Aktaran: Cüceloğlu, 2005).

1.1.3.4. Özellikler (Trait) Yaklaşımı

Bu yaklaşımda kullanılmakta olan "trait- özellik" olgusu, insanın kişiliğinin değerlendirileceği kalıcı ve tutarlı bir niteliği temsil eder. Bir kişiyi tarif ederken, onu saldırgan, duygusal, heyecanlı, korkak ya da sosyal biçimde tarif edersek "özellik-trait" terimlerinden faydalanılmış olunur. "Trait" yaklaşımı, kişinin davranışlarına yön veren temel nitelikleri tanımlayan ve araştıran yaklaşımdır. Söz konusu yaklaşım toplumsal kişilikler üzerinde durmakta ve kişilik tanımlaması ile ilgilenilmektedir (Atkinson vd., 1995). Bu yaklaşımda, bireyler arasında mukayese yapılması kolaydır. İnsanların belirli bir "özellik" devamlılığında, başka insanlara göre buldukları konum tespit edilmektedir.

"Özellik" yaklaşımlarını benimsemiş araştırmacılar, umumiyetle bireylerin kişiliklerinin çocukluktan itibaren olan gelişimini değil, yetişkin kimselerin

kişiliklerinin birbirlerinden hangi açıdan farklılaştıkları üzerine yoğunlaşmıştır. Söz konusu yaklaşımclar kişilerin zekâ, bağımlılık, kaygı, duygu-heyecan tutarlılığı, saldırganlık ile sosyallik gibi niteliklere göre farklılık gösterdiklerini savunmaktadır (Morris, 2002).

Özellik kuramlarında, kişilikleri meydana getiren düzeylerin belli bir hiyerarşik intizamda oldukları ve bir düzey kendisini tamamlamasının akabinde, diğer düzeylerin oluşması adına zemin hazırlanmış olduğu savunulmaktadır. “Özellik” üzerinde çalışmakta olan psikologlar genellikle iki yönlü olarak yoğunlaşırlar. Üzerinde durdukları iki yön ise temel “özellikler”in tanımının yapılması ve “özellikler” in değerlendirilmesidir. Temel özelliklerin tespiti, özellik kuramı psikologları adına, anlamlı olan bir kişilik tarifi sağlamaktadır. Temel özelliklerin tespiti adına çalışmakta olan psikologlar; dışadönüklük, sorumluluk, uyum, deneyim ve duygusal kararlılıktan meydana gelen “beş özellik “ boyutuna erişmişlerdir (Atkinson ve ark., 1995).

Özellik yaklaşımı hususunda; ilk olarak çalışan psikolog şeklinde bilinen Gordon Allport (1921), insan kişiliklerinin zaman ilerledikçe değiştiklerini savunarak “Kişilik de yaşamakta olan her şey gibi, büyüdükçe değişir ” fikrini ortaya koymuştur. Allport, bireylerin çocukluk dönemlerindeki davranışları ile yetişkinlik dönemlerindeki eylemleri aynı olsa dahi, bu eylemlerin altında var olan dürtülerin farklı olduklarını savunmaktadır. Allport bilhassa; çocuklarda “kendilik gelişimi” üstünde araştırmalar yapmış ve çocukların doğdukları zaman kendilik olgusunun olmadıklarını belirtmişlerdir. Belli bir süre geçtikten sonra, çocuklar, bedenleri ve hareketlerinin, çevrelerinde bulunan nesnelere değişik olduklarını idrak etmektedir. Allport, çocuklara dokunulduğu zaman, onların hissettiklerini, çocuklarda kimlik oluşumlarının başladıklarını ve sonrasında da kendilik duygusunun meydana geldiğini savunmuşlardır (Aktaran: Burger, 2006).

Özellik yaklaşımına katkı sağlamış psikologlardan birisi de, Raymond Catteldir. Cattel de Allport ve Eysenck gibi kişiliği özelliklerden oluştuğunu beyan etmiştir. Kişinin ne yapacağını ve nasıl davranacağını belirleyen faktörlerden oluştuğu eklemiştir (Aktaran: Yanbastı, 1990). Cattel kişiliği faktör analizi ile incelediğinde çevresel ve psikolojik belli başlı faktörlere ayırmıştır. (Roeckelein, 1998) Oluşturulan bu kişilik faktörleri beş başlıkta toplanabilir. Bu faktörler;

‘Dışadönüklük/İçedönüklük’, Yumuşak Başlılık-Uzlaşılabilirlik/Hırçınlık’, ‘Öz Denetim/Sorumluluk-Yönsüzlük/Dağınıklık’, ‘Duygusal Tutarsızlık/Nörotisizm-Duygusal Tutarlılık’ ve ‘Gelişime Açıklık-Gelişmemişlik’ tir (Aktaran: Somer, 2004)

Özellik yaklaşımına dair mühim katkılarda bulunmuş teorisyenlerden birisi olan Eysenck’e göre özellik kavramı kişinin belli şekilde davranmaya eğilimidir. (Aktaran: Ökte, 2001) Bu yaklaşımda özellikler birbirinden ayrı bir şekilde ‘yatay’ ve ‘dikey’ iki boylam üzerindedir. Yatay çizginin bir tarafını ‘içe dönüklük’, diğer tarafını ‘dışa dönüklük’ olarak dikey çizginin üst kısmını ‘nevrotik’, alt kısmını ‘normal’ kişiler olarak belirlemiştir. (Nesterenko, vd. 2003) Kişilikleri meydana getiren unsurların hiyerarşik etkileşim yapıları olduklarını savunmuşlar ve dört kişilik özellikleri tespit ederek, bunların arasında hiyerarşik olarak bir sıralanış olduklarına vurgu yapmışlardır.

Birinci Düzey; kişiliklerin en alt düzeyini oluşturur ve çok özel olan tepkileri kapsamaktadır. Belli uyaranlara, biyolojik biçimde belli tepkilerin ortaya konulması, kalıtsal niteliklere göre bireylerin belirli nitelikleri taşımaları bu düzeyle alakalıdır.

İkinci Düzey; bireylerin buldukları ortamlardan elde ettikleri, alışkanlıklara dayalı olan nitelikleri ile alakalıdır. Birtakım bilgi ile tecrübeleri elde eden bireylerin, benzer durumların karşısında benzer olan davranışları göstermeleri hali, söz konusu düzeyle bağlantılıdır. Kişiliklerin “ikinci basamağı” olarak adlandırılan söz konusu düzeyde bireysel eylemlerin ve yapıların süreklilik kazanması gerçekleşmektedir.

Üçüncü Düzey; eğilimler düzeyleridir ki bireylerin pek çok alışılmış davranışlar içinde belli eğilimleri kazanmaları evresidir. Belli kalıtsal nitelikler ve alışılmış eylemlerin neticesi şeklinde, kişilerin eğilimleri ortaya konulmakta, bu neticeye göre dar manada kişilik kalıpları ortaya konmaktadır. Eğilimler düzeyinde kişiliklerin devamlılık, bireysel dengesizlik, değişmezlik, doğruluk, heyecanlılık, değişkenlik özellikleri meydana gelmektedir.

Dördüncü düzey; “tip” evresi olarak isimlendirilmektedir. Söz konusu evrede belirgin olan tipler ortaya çıkmaktadır. Eysenck’in yaklaşımına göre “tip”in ortaya çıkışında her bir evrenin baskın unsuru etkilidir. Bireylerin kişilik özelliklerinin hangi seviyelerden daha çok etkilendikleri önemlidir. Kişilikleri etkileyen unsurlar,

dördüncü seviyeye kadar olan evrelerdeki niteliklerin, kişilerde yoğunlaşma şeklidir. Söz konusu yoğunlaşma, her kişide değişik olmalarından “tip” farklılıkları, diğer bir ifadeyle kişilik farklılıkları meydana gelmektedir (Wortman, 1988).

1.1.3.5 Bilişsel Yaklaşım

Bilişsel yaklaşımda, bireysel olan farklılıklar; bireylerin veri işleme evrelerindeki farklılıklar ile tutarlı davranışlar kalıplarında, kişilerin bilgi işlem tarzları ile açıklanmaktadır (Aktaran: Burger, 2006). Söz konusu modelde, kişiliği meydana getiren nitelikler, kendi içlerinde ve karşılaşılan durumlarla etkileşime girerek davranışları ortaya çıkarmaktadır. Söz konusu alanda yapılmış bilişsel terapiler, insanların düşüncelerini değiştirmeyi hedeflemektedir. Bu yaklaşımda öncü psikologlardan olan Albert Ellis’e göre “insanlar, akıldışı inançlara kapıldıkları zaman duygusal problemler yaşamaktadır”. Yapılmakta olan terapilerin yardımı ile kişilerin akıldışı inanışlara nasıl kapıldıklarıyla alakalı bakış açıları kazandırılması hedeflenir. İnsanlarda, terapi yardımı ile zihin dışı inanışlar yerine, zihin yoluyla elde edilen inanışlara yönelmektedir (Aktaran: Burger, 2006). Beck (1983)’a göre kişilik tanımında ise sosyotropi ve otonomi, bilişsel kuramında sıkça bahsettiği ve bireyin psikolojik fonksiyonerliği üzerinde baskın karakteristikler olarak tanımladığı, kişilik özellikleridir. Sosyotropi, onaylanma ve diğer kişilerle ilişkiler anlamında güvence kendini almaya duyulan gereksinim ile eşleştirilirken, otonomi ise başarılı ve kontrollü olmaya ihtiyaç duyma ile eşleştirilir (Mazure, Raghavan, Maciejewski, Jacobs ve Bruce, 2001).

1.2. Sosyotropi ve Otonomi

1.2.1. Sosyotropi ve Otonomi Kavramlarını Tanımlamaya Yönelik Yaklaşımlar

Beck’in sosyotropi ve otonomi kavramlarına ulaşmasında, depresyondaki çeşitli modellerden yararlanmışır. Depresyon için yatkınlık yaratabilecek özellikleri açıklamak amacıyla, değişik kuramsal görüşlere sahip araştırmacılar tarafından, birbirine yakın görüşler ileri sürülmüştür. Psikoanalitik ve bilişsel-gelişimsel bakış açısını savunan Blatt, bilişsel davranışçı yaklaşımlı Beck, etoloji ve obje ilişkileri açısından Bowlby, kişiler arası ilişkileri temel alarak da Arieti ve Bemporad

depresyonla ilintili olabilecek kişilik özelliklerini tanımlamayı amaçlamışlardır (Stein ve ark., 2007).

Akiskal ve arkadaşları (1983) depresyon ve kişilik arasındaki ilişkiyi açıklayan çalışmalardan yola çıkarak dört model olduğunu söylemişlerdir (Ünal, 2000). Bunlar: Patoplastisite modeline göre, kişilik etkenleri depresyonun klinik görünümünü etkilemektedir. Komplikasyon ya da sekel modeline göre, depresyon kişilik işlevlerinde değişikliğe neden olmaktadır. Süreklilik ya da spektrum modeline göre, altta yatan süreçler hem kişilik sorunlarına hem de depresyona neden olmaktadır. Yatkınlık ya da incinebilirlik modeline göre, kişilik özellikleri depresyonun gelişimine zemin hazırlamaktadır. Bilişsel ve psikanalitik teoriler, depresyona yatkın olan kişilik özellikleri ve bu özelliklere uygun olumsuz yaşam olaylarını takip eden depresyona yatkınlık teorisine yönelmişlerdir. Bu eleştiriler sonrasında Beck, iki ayrı kişilik şeklini tanımlamış ve bu iki kişilik şeklini kendi teorisine uyarlamıştır. Bu kişilik tiplerini "otonom ve sosyotrop kişilik" olarak isimlendirmiştir (Beck ve ark., 2003; Morse ve ark., 2002).

Olumsuz şemaların yaşam boyunca depresif bir yönelim sağladığını ileri süren Beck (1983) ise depresif bireyleri bilişsel incinebilirlikleri açısından "sosyotrop" ve "otonom" olmak üzere iki gruba ayırmıştır. Bu ayırımdan yola çıkarak başkalarının onayına ve yakınlığına aşırı gereksinim duyan sosyotrop bireylerin bu alandaki yoksunluğa karşı nörotik/reaktif depresyon geliştirebileceğini; aşırı otonom bireylerin ise başarısızlık karşısında endojenomorfik tipte depresyona girebileceği belirtilmiştir (Ünal, 2000). Blatt ve arkadaşları (1982) da benzeri bir şekilde "anaklittik" (bağımlı) ve "introjective" (kendini eleştiren) terimleri kullanılmıştır.

Otonomik özelliklere sahip kişiler kontrol edilmek istemeyen, bağımsız ve başarılı olmak isteyen kişilerdir. Sosyotropik özelliklere sahip kişiler ise ilişkilerin zayıflamasına ve sona ermesine ayrıca reddedilmeye aşırı hassas kimselerdir. Bu yüzden bu tür durumlar kişileri strese ve depresyon tablosuna kolaylıkla sürükleyebilmektedir.(Çetin, 2008).

Sosyotropik ya da otonomik özellikleri baskın olan kişiler herhangi bir tehdide karşılaştıklarında depresyona daha yatkın olmaktadır. Bir örnekle, sosyotropik özellikleri baskın kişinin hayatındaki önemli bir kimsenin yokluğu depresyona yol

açabilmekte fakat otonom kişilik özellikleri baskın olan kişide bir kayıp sonrası depresyona girme olasılığının daha az olduğu vurgulanmaktadır. Öte taraftan şahsi bir vazifeyi gerçekleştirme noktasında tekrarlayıcı başarısızlıkla otonomik özellikleri baskın kişi depresyona girebilirler (Sato ve McCann, 2007).

Sosyotropi ve otonomi kavramlarının ardından, bu kişilik özelliklerinin kaynakları araştırılmış, özellikle psikoanalitik kurama yakın araştırmacılar tarafından, çocukluk yaşantıları ve anne-baba tutumlarının önemli olabileceği düşünülmüştür. Kabakçı'nın aktardığına göre, McCranie ve Bass (1984) sosyotropik kişilerin, çocukluklarında, annelerinin başat, kontrolcü, duygusal tepkilerinde tutarsız ve başarıdan çok, otoriteye itaat bekleyen kadınlar olabileceklerini öne sürmüşlerdir. Buna karşılık, yüksek otonomik insanların, çocukluklarıyla ilgili olarak, babalarını başat ve hem anne hem de babalarını kontrole önem veren, tutarsız duygusal tepkileri olan ve pasif itaatten çok başarı bekleyen kişiler olarak tanımlayacaklarını ileri sürmüşlerdir. Bu hipotezlerini, üniversite öğrencileri ile test ettikleri çalışmalarında, beklentilerinin bir kısmı doğrulanmıştır. Sosyotropi de alınan yüksek puanların, kontrolcü, başarıdan çok otoriteye itaat bekleyen ve başat anne algısıyla ilintili olduğu bulunmuştur. Buna karşılık, otonomide alınan yüksek puanların, kontrole önem veren, duygusal tepkilerinde tutarsız ve pasif itaatten çok başarı bekleyen anne baba tutumuyla ilintili olduğunu bildirmişlerdir. Beklentilerinin aksine, otonomi, babanın başatlık özelliğiyle bağlantılı bulunmamıştır (Kabakçı, 1997).

Kabakçı'nın aktardığına göre, Whiffen ve Sasseville (1991) de sosyotropik/otonomik (bağımlı/öz eleştirel) kişilik özelliklerinin gelişiminde önemli olabilecek anne baba tutumlarını ortaya çıkartmaya çalışmışlardır. Üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmalarında, sosyotropi ile bağlantılı olabilecek anne baba tutumu belirlenememiştir. Ancak bazı tutumların otonomi ile bağlantılı olabileceği gösterilmiştir. Buna göre çocuklukta annenin başarıya önem vermesi, anne ve babanın çocuk üzerinde aşırı kontrol kurmaları ve sadece erkek çocuklar için, babanın itaatle ilgili taleplerinin otonomi ile bağlantılı olabileceği bildirilmiştir (Kabakçı, 1997).

Bazı araştırmacılar, sosyotropik/otonomik özelliklerin çocukluk döneminde kazanıldığı ve değişmez özellikler olarak daha sonraki yaşlarda gözlenebileceğini düşünmüşler, ancak bu özelliklerin kazanılması ile ilgili genellenebilir sonuçlara

ulaşamamışlardır. Sosyotropi/otonomiyi bilişsel kuram çerçevesinde tanımlayanlar ise, bu özelliklerin kazanılmasında geçmiş yaşantıların önemini vurgulamamışlar, içinde buldukları duruma göre, kişilerin farklılıklar gösterebileceğini düşünmüşlerdir (Beck ve ark., 2003).

1.2.2. Sosyotropi

Beck'e (1983) göre, sosyotropik kişiler; kişisel doyum sağlamak amacıyla kendisinin görüşlerini ve davranışlarını diğerlerine bağımlı olma, edilgen ve itaat eden tutumlara sahip olarak düzenler. Sosyotropi kişinin kişilerarası ilişkilerinde; aşırı şekilde bağlılık, kabul etme, yardım etme ve anlayışa önem vermesiyle ilişkilendirilebilir (Sato ve McCann, 2000).Sosyotropik kişilerin yaşam doyumunu öncelikle diğer insanlarla olan ilişkileriyle alakalıdır. Bu kişilerin olumlu imajlarını sürdürebilmeleri için önemli gördüğü kişilerce önemsenmeleri, onaylanmaları, sevimleri ve sayılmaları gerekir (Gorski ve Young, 2002). Sosyotrop kişiler bireysel ve bağımsız faaliyetlerden çok grup çalışmalarına daha uygundur (Barutçu ve Öktem, 2003).

1.2.3. Otonomi

Otonomi kişinin bağımsızlığını, şahsi haklarını müdafaa edebilme ve bunu artırabilme özelliğidir. Bireyin ilgi ve kapasitelerini geliştirmeye yönelik çabalarını içeren, diğerlerinin dâhil olmadığı, kişisel yatırımlarını tanımlar. Otonom bireyler başarı odaklıdır ve onlar için kontrol çok önemlidir. Bu kişilik özelliği baskın olan kişiler, kendi faaliyetlerini yönetmekten, amacına ulaşmaktan, çevrelerinde olayları kontrol etmekten ve başarıyı yakalamaktan mutlu olurlar (Beck, 1983; Robins, Bagby, Rector, Lynch ve Kenn, 1997).

Otonomik özellikleri baskın sahip kişiler genellikle, bireysel başarısızlık ihtimaline karşı kaygı taşırlar ve çevrelerini en yüksek seviyede kontrol etmek amacıyla başarısızlık ihtimalini en aza seviyeye indirmeye ilişkin davranışlar gösterirler (Peselow, Robins, Sanfilipo, Block, Fieve, 1992). Otonomik kişilik özelliğindeki bireyler bireysel ve daha bağımsız çalışmalara yatkındırlar (Barutçu, Öktem, 2003).

1.2.4. Sosyotropi ve Otonomi ile İlgili Yurtiçinde Yapılmış Çalışmalar

Bedel (2008), Ankara’da bulunan üç ayrı üniversitenin okul öncesi eğitim bölümlerinde lisans eğitimini sürdürmekte olan öğrenciler üzerinde çalıştığı bir araştırmada, öğretmen adaylarının öğretmenliğe yönelik tutumları, içsel-dışsal kontrol odağı eğilimleri, sosyotropi-otonomi eğilimleri ve sosyodemografik özellikleri arasındaki ilişkileri ele almıştır. Sosyotropi ve otonomi eğilimlerinin öğretmenliğe ilişkin tutumlarıyla anlamlı düzeyde ilişki görülmemiştir. Fakat bu ölçeğin alt faktörlerinin analizi sonucunda, tutumlarla onaylanmama kaygısı alt ölçeği arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Sosyodemografik ölçekte yer alan değişkenlere bakıldığında, öğretmenliğe yönelik tutumlarla, yalnızca öğrencilerin babalarının eğitim düzeyleri ile okul öncesi öğretmenliğini seçmeye karar verme zamanları arasında pozitif ilişki bulunmuştur.

Serinkan ve Barutçu (2006), tarafından üniversite öğrencileriyle yaptıkları bir çalışmada kariyer planları ve otonomik-sosyotropik kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Verilerin analizi sonucunda otonomi ve sosyotropi alt ölçeklerinden alınan puanlara göre kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı fark olduğu, kız öğrencilerin sosyotropi puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu, erkek öğrencilerin ise otonomi puanlarının kızlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Kaya ve diğerleri(2006) tarafından yapılmış çalışmada, hemşirelik okuyan öğrencilerin sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri ve ilişkili diğer faktörleri belirlemek hedeflenmiştir. Öğrencilerin otonomik ve sosyotropik kişilik özellikleri akrabasının yanında ve yurttan kalanlara nazaran daha yüksek sosyotropik kişilik özelliğine sahip olduğu bulunmuştur. Katılımcıların sosyotropi alt ölçeği puanı sonrasında aile yapısı arasındaki farka bakıldığında ailesi otoriter, aşırı ilgili ve koruyucu olanların, ailesi ilgisiz olanlardan daha yüksek sosyotropik kişilik özelliklere sahip olduğu görülmüştür.

Çam ve Engin (2006), 22 hemşire üzerinde gerçekleştirdikleri deneysel çalışmada farkındalığı artırma amacıyla, eğitim programının hemşirelerin kişisel performans ölçümlerine olan etkisini araştırmışlardır. Yapılan çalışmada, hemşirelerin tanıtıma yönelik veri formu, sosyotropi-otonomi ölçeği ve öz etkililik-yeterlilik

ölçeği veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Hemşirelerin temel duyguları tanımlayabilmeleri amacıyla eğitim programında düzenlenmiştir. Araştırma, farkındalığı artırmak için geliştirilen eğitim programının, hemşirelerin otonomiye arttırıcı bulgulara rastlanmıştır.

Bir başka çalışma Ceylan (2005) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada, sporcuların stresle başa çıkabilmek için kullandığı bilişsel yöntemlerin belirlenmesi ve kişilik özelliklerinin bu duruma olan etkisi saptanmaya çalışılmıştır. Cinsiyete değişkenine göre, kadın ve erkeklerin stresle başa çıkmada bilişsel yöntemleri kullanma seviyeleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Sporcuların stresle başa çıkmada bilişsel yöntemlerini kullanma seviyeleri ile sosyotropi ve otonomi alt ölçeklerinin yaş korelasyonuna bakıldığında, yaşla sosyotropi ve otonomi alt ölçekleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur.

Kangallı (2005) tarafından gerçekleştirilmiş çalışmada, hemşirelerin otonomi seviyelerinin belirlenmesi ve otonomiye etkileyen mesleki ve kurumsal etmenlerin araştırılması hedeflenmiştir. Eğitim durumlarıyla otonomi puan ortalamalarına birlikte incelendiğinde yüksek lisans mezunu hemşirelerin otonomi puan ortalamaları; meslek lisesi, önlisans ve lisans mezunlarına göre oldukça yüksek bulunmuş ve bu farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Barutçu ve Öktem 2003 yılında yaptığı bir çalışmada, iş ve işgören uyumuna yönelik kişilik özelliklerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Sosyotropik kişilik özelliğine işaret eden işgörenlerin grup çalışmalarına daha ehil oldukları, bunun tam tersi olarak otonomik kişilikteki işgörenlerin ise bireysel ve bağımsız çalışmalara daha ehil oldukları sonucuna varılmıştır.

Kaya (2000) tarafından okul öncesi faaliyet programlarının okul öncesi öğrencilerinde otonomi ve atılganlık puanlarını etkileyip etkilemediği araştırılmıştır. Bununla birlikte özerklik ve atılganlığın bir takım değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığı da araştırılmıştır. Araştırma sonuçları neticesinde kızların özerklik ön-test puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bir diğer bulgular ise okul, yaş ve cinsiyet ile öğrencilerin özerklik ve atılganlık gelişim puan ortalamaları arasında anlamlı fark olduğuna işaret etmektedir.

Seren (1998) tarafından yapılan bir araştırmada, hemşirelerin otonomi düzeylerini belirlemek ve otonomi düzeylerini etkileyen faktörleri incelemek amaçlanmıştır. Araştırmada, Sosyotropi-Otonomi leğinin Otonomi alt leği ile kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma bulguları incelendiğinde; hemşirelerin otonomi düzeylerinin, çalıştığı kurum, eğitim durumu (lisans, nlisans, sağlık meslek lisesi), çalışma yılı, iş doyumunu, daha önce farklı bir kurumda çalışıp çalışmama değişkenlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir.

Kabakçı (1997) tarafından yapılan bir çalışmada üniversitedeki ğrencilerinin sosyotropik-otonomik kişilik özellikleri buna bağlı yaşam olayları ve depresif belirtileri birlikte araştırılmıştır. Ortalama st düzeyde depresif bulgular gösteren öğrenciler, depresif olmayanlara oranla son dönemlerde daha yüksek stres verici sosyotropik olay yaşadıkları tespit edilmiştir. Kişilik zellikleri, yaşam olayları ve depresif belirtiler arasındaki ilişki, sosyotropi ve otonomi açısından farklılığa sahiptir. Kişilik zelliklerine bakılmaksızın depresiflik düzeyi yüksek kişiler, son dönemlerde stres derecesi yüksek sosyotropik olaya maruz kalmıştır. Bunun tam tersi olarak ise otonomik kişiler ise daha stres veren otonomik olay yaşamışlardır.

Öksüz (1997), tarafından yapılan bir araştırmada duyguların paylaşılması eğitiminin niversite ğrencilerinin özerklik düzeylerine etkisi incelenmiştir. Çalışmada 26 ğrenci deney grubunu, 26 ğrenci de kontrol grubu bulunmaktadır. Bu iki gruba Worthington zerklik leği uygulanmış ve ön-test sonuçları belirlenmiştir. Deney grubu 10 seanslık duyguların paylaşılması eğitim programına alınmıştır. Eğitim sonucunda Worthington zerklik leği her iki gruba da tekrar uygulanmış ve ön-test son-test puanları elde edilmiştir. Araştırma neticesinde özerklik düzeyi açısından deney grubu pozitif şekilde etkilediği, duyguların paylaşılması eğitiminin niversite ğrencilerinin özerklik düzeylerini arttırdığı saptanmıştır.

1.3. Stres ve Stresle Başa ıkma

2.3.1. Stres

Stres ile ilgili olarak literatürde farklı tanımlamalar yer almaktadır. Selye (1956)'ye ait ilk çalışmalarda stres dört kategoriye bölünmektedir. Bu kategoriler "hyperstress" (fazla stres), "hypostress" (yetersiz stres), "eustress" (iyi stres), ve

“distress” (kötü stres) şeklinde saptanmıştır. Selye, 1956 yılında yapmış olduğu çalışmalarda bireyin hayattaki gayesini kötü stresin minimum düzeye indirilmesi, iyi stresin maksimum düzeyde tutulması ve hypostress ile hyperstress arasında var olan dengenin tutturulması şeklinde ifade etmektedir (Eskin ark., 2013).

Selye (1956) tarafından yapılan bu sınıflandırmaya göre stres tanımlanırken yalnızca zararlarının değil, olumlu yönlerinin de vurgulanması gerekmektedir. Torrance’a göre organizmaya iyi ya da kötü yönde mühim oranda etki eden her uyarıcı stres olarak tanımlanmaktadır. Selye gibi Torrance da stresin olumlu tarafının olduğunun da belirtilmesinde fayda bulunmaktadır. Stresteki pozitif yön, bireyin daha olumlu performans göstermeye zorlandığı ve yaşamında başarıya yönlendirecek eylemlerde bulunması amacıyla motive edildiğinde ortaya çıkmaktadır (Torrance, 1965).

Raab (1966) ise, stresin kaynağı olan olayların iki bölüme ayrılabilirliğini öne sürmektedir. Birinci grupta bedenin içinde ya da dışındaki uyarıcılar, ikinci grupta ise bedensel ya da psikolojik uyarıcılar bulunmaktadır. Raab’a göre (1966) bireyin yaşamış olduğu stres oranı ve bununla nasıl başa çıkacağını anlamlandırma biçimi, deneyimleriyle bağlantılı olup strese etki eden bir faktördür.

Lazarus’a göre konu ile ilgili yapılan araştırmaların çoğunda stres, bir uyarıcı ve uyarıcıya tepki olarak iki biçimde algılanmaktadır. Uyarıcı anlamını içerdiğinde stres, genel olarak çevre faktörlerinin ortaya çıkardığı (felaket ya da hastalık gibi) bir tepkiye neden olmaktadır. Tepki biçiminde incelendiğinde ise canlıda meydana getirdiği fiziksel negatif durumlardan bahsedilmektedir. (Lazarus, 1984).

Stresin tanımlanmasına ilişkin en yaygın kullanımlardan biri McGrath ve arkadaşlarının yaptığı tanımlamadır. Bu tanımlamaya göre, organizma ve çevrenin sıkı bir ilişki içerisinde olduğunu öne sürmektedir. Stres, organizmanın çevreden gelen talepleri arasında bir dengesizlik olduğunda görülür (McGrath, Jones ve Field, 2016). Sabuncuoğlu ve arkadaşları (2014) ise stresi, bireyin uyum sınırlarına dair zorlamaya, psikolojik ya da fiziksel baskı altında göstermiş olduğu tepki olarak tarif etmektedir.

Farklı değerlendirmelerde ise bireyin yaşamında yer alan dengeler söz konusu olmaktadır. Örneğin organizmalardan her birinin kendi içerisindeki denge

bozulmalarının düzeltilmesi sayesinde canlılığını muhafaza ettiğini belirtmektedir. Bireyin, kendi içinde bulunan dengeleri korumaya yönelik çaba sarf etmesi sonucunda dengede olmasına “homeostasis” denilmektedir. Dengelerde oluşan bozulmalar stres şeklinde de algılanabilmektedir. Ancak belli orandaki stresin fayda sağladığı, hatta yaşamı sürdürebilmenin şartı olduğu da ayrıca vurgulanmaktadır (Şahin, 1994).

1.3.2. Stresle Başa Çıkma

Stres ile başa çıkma, hususi olarak 1980’li senelerden sonra kişilerin fizyolojik ve psikolojik sağlıklarıyla ilişkili olarak psikoloji tarafından yoğun olarak incelenen konulardan birisi olma özelliğine bürünmüştür. Baş etme (coping) terimi, bireylerin hayatlarını sürdürürken karşılaştıkları problemlerle mücadele şekilleri olarak tanımlanabilir. Folkman ve Lazarus baş etmenin hareketli bir aşama oluşunu ve bireyle çevresi arasında bulunan stresli ilişkiler esnasında meydana geldiğini ifade etmişlerdir. Ayrıca, baş etme terimini, stresli yaşam olaylarının dışsal ve içsel gereklilikleri ile mücadele etmek için bireyin davranışsal ve bilişsel gayretleri bulunduğunu dile getirmişlerdir (Türküm, 1999).

Folkman ve diğerlerine (1986) göre stres ile baş etme, bireyde bulunan kaynaklardan öte olan, zorluk durumlarında bu durumları hafife indirmek, üstesinden gelebilmek için sarf ettiği çabaların tümüdür (Aydın, 2003). Kişi stresli bir ortamda bulunduğu, sahip olduğu kişisel nitelikleriyle stresle baş etmek için mücadele vermektedir. Bu mücadele var olan durumu değiştirme adına yapılabildiği gibi; başarıma, kaçınma, duyarsızlaşma, bilgilenme ve kabullenme gibi değişik yöntemleri de kapsamaktadır. Baş etme çabası, kişinin dışsal ve içsel ihtiyaçları arasındaki ilişkinin sonucunda, davranışsal ve bilişsel çabaya dönüşmektedir. Söz konusu çabalar, stresi doğuran durum ya da yaşantıyı değerlendirip, problemin temeline karşı tepkiler verilmesini ya da duygu durumunda farklılıklar meydana getirerek duyguların denetim altına alınabilmesini sağlar.

Tarihsel bağlamda incelendiğinde stres ile baş etme mekanizmalarının 5 değişik açıdan değerlendirildiği gözlemlenmektedir. Bunlar;

- Freud’a ait psikoanalitik yaklaşımda önermiş olduğu istemsiz baş etme yöntemleri.

- Erikson'a ait "yaşam dönemleri" yaklaşım biçiminde belirttiği içsel denetim, öz yeterlilik ya da özgüven gibi kişisel mekanizmalar.
- Evrim düşüncesi ile davranışçı bakış açısındaki sorun çözme gayretleri.
- Selye ve Canon gibi uzmanların öne sürdüğü, hem hayvanların hem de insanların strese karşı sergilediği, kalıtsal açıdan önceden programlanan bir tepki.
- Canlıların, kendilerine ait fizyo-psikolojik temellerinin, azalıp tükenmesi halinde gösterdiği adaptasyona ilişkin, devamlı değişim gösteren, davranışsal ve bilişsel çabalar bütünüdür (Şahin, 1999)

Lazarus (1966, 1967)'un ifade ettiği gibi baş etme çeşitleri; "doğrudan eylem" ve "etkiyi en aza indirme" biçiminde iki aşamadan meydana gelir. Doğrudan eylem, kişinin ilişkilerini kendi çıkarına uygun hale getirmesini kapsayan bir fiildir. Bu fiil, hareketsizlik, kaçma, saldırganlık ve tehlike için hazırlıklı olmak şeklinde ortaya çıkabilmektedir. Baş etmenin ikinci biçimi ise, strese kaynağı olan durumun etkilerini en aza indirme girişimlerinde bulunmak şeklindedir. Lazarus (1976)'un çalışmasında, söz konusu davranış şekli psişik ve semptomatik davranışlar olarak iki alt başlıkta kategorize edilmiştir. Bu yaklaşıma göre, kişinin sakinleştirici ilaç ya da zararlı madde kullanıyor olması semptomatik davranış çeşidi olarak ifade edilir. Eylemin psişik olmasıysa kişinin bilişsel baş etme yöntemlerini kullanıyor olması ile açıklanmaktadır. Birey mantığa büründürme, yansıtma, tepki üretme, yâdsıma, bastırma ve değiştirme vb. savunma mekanizmalarından yararlanarak tehdit unsuru olarak değerlendirdiği durumların olası zararlarını en aza indirme yoluna başvurmaktadır (Özgüven, 1992). Herhangi bir durum, potansiyel bir tehlike şeklinde algılandığında kişi, bunun kendine ne kadar zarar verebileceğini düşünmekte ve bu zararı en aza indirgeyebilmek için hangi savunma mekanizmasından faydalanmasının kendi ruhsal bütünlüğü açısından olumlu olabileceğine karar verebilmektedir. Buna bağlı olarak, kişinin stresli durumları değerlendirme biçimi, kullanmış olduğu savunma mekanizmalarını etkilemekle birlikte, öte yandan yöntemin biçimi de baş etme ve değerlendirme mücadelesinde belirleyicilik arz etmektedir (Aysan, 1988).

1.3.2.1. Stresle Başa Çıkma Kavramını Açıklayan Modeller

Baş çıkmayı açıklamaya çalışmış olan modeller şöyle sıralanabilir:

Kişilik Niteliği Olarak Başaçıkma: Bu yaklaşıma göre insanın kişiliğinin etki ettiği, kendine has bir baş etme tarzı bulunmaktadır. Durumun tarafsız niteliklerine bakılmadan bireyin, tehdit şeklinde değerlendirdiği tüm hallerde benzer biçimde baş ettiği ifade edilmektedir. A tipi davranma modeli şeklinde tanımlanmış olan davranış biçimi, bütünleşmiş baş etme şekli olarak yorumlanabilmektedir. Bu yaklaşımın asıl zayıf noktası, baş etme fiilinin karmaşıklığı ve esnekliğine dikkat kesilmesidir. Kişilik ölçümlenmeleri, kullanılmış olan baş etme aşaması ve sonucunu tahin etme konusunda yeterli olmamasına karşın baş etmede, bireysel niteliklerin oldukça etkili olduğu söylenebilir (Clarke ve Bailet, 1991).

Duruma Has Başaçıkma: Bu bakış açısı baş etmenin, durumun niteliklerine bağlı olarak farklılaştığını, duruma uyumlu baş etme mekanizmalarının geliştirilmesinde kişisel farklılıklar ve öğrenmenin önemine vurguda bulunmuştur. Baş etme işlevsel bir süreçtir ve hedefi yoğun olan tehditleri azaltmak ve durumu farklılaştırmaktır. Tarafsız bir şekilde, yüksek seviyede tehdit eden durumlarda faydalı olmasının yanında, zararsız veya önemsiz ama kişinin davranışının karışıklığını açıklamakta yetersiz kalabilmektedir (Clarke ve Bailey, 1991).

Transaksiyonel-Fenomenolojik Başaçıkma: Kişilerin isteklerini değerlendirerek; istekle ilişkili algılarını farklılaştırarak, isteği farklılaştırmanın imkânsız olduğu noktalarda, fizyolojik veya psikolojik esneme teknikleri veya aza indirgemeci bir metot kullanarak baş ettiği, bu metotları kullanan bireyin zamanla öteki metotları da kullanabileceği veya duruma müsamaha gösterebileceği kabul görmektedir. Bu yaklaşım, öteki yaklaşımları kapsayan ve bunun yanı sıra algılanan tehditle baş etmenin tekrar ele alınmasına müsaade eden dinamik yaklaşımlardan biridir. Farklı değerlendirme teknikleri, alan araştırmaları ve laboratuvar ile desteklenmiş olduğu bilinmektedir (Gök, 1995).

Bilişsel Başaçıkma: Birey değerlendirmeye ve bilgi arama eylemine yönelmiştir. Lazarus ve Folkman (1984), baş etmeyi palyatif, dolaylı ve dolaysız olarak sınıflandırmış, baş etmenin zamanla ve durumla farklılaşabileceğini, denge ile kontrolün yeniden kazanılabileceğini ifade etmişlerdir. İki tür bilişsel başaçıkma yöntemi bulunmaktadır. Bu başaçıkma doğrudan ve dolaylı şekilde gerçekleşir. *Doğrudan:* kişinin duruma ilişkin isteklerini minimuma düşürmek adına dolaysız eylemler gerçekleştirmesidir. *Dolaylı:* isteklerle baş edemeyeceğini veya edilmemesi

gereken konularda bireyin, çevreyle ilgili zihinsel imajını farklılaştırması, bu çevreden ayrılarak daha uyumlu bir çevreye yönelmesi ve birtakım tekniklerden (gevşeme, solunum gibi) yararlanmasıdır. Palyatif baş etme ise; deneyimlenen ya da algılanan tehdit unsurunu bir süreliğine minimize eden eylemler bütünüdür. Örneğin, madde bağımlılığı, sigara, alkol v.b. Söz konusu geçici esneme gittikçe artan bir stres durumuna yol açabilmektedir.

Baş etmenin etkisi, stresli çevre-kişi etkileşimini farklılaştırabilmek için problemin değerlendirilmesi ya da stresli hislerin bir düzene koyulabilmesidir. Baş etme, duruma has önemi, kullanımı ve etki altına alan unsurları belirlemek için duygulanım merkezli ve problem merkezli olarak sınıflanmıştır. Baş etmenin iki biçiminin de stres doğuran hallerde kullanılabildiği, kullanımları sırasında durumun ve kullanımın şeklinin belirleyici olduğu ifade edilmektedir (Goldberger ve Breznist, 1982). *Problem merkezli baş etme*; stresin temelini uzaklaştırma ya da değiştirmeyi hedefleyen çabalardan oluşur. Bunlar; öneri ve bilgi isteme, problemi çözümlen fiilleri uygulama, bireylerarası anlaşmazlıkları çözme, yeni tatmin kaynakları üretme, bağımsızlık ve otonomi için bulunan becerileri yenileme, zamanı verimli kullanma ve hedef belirlemeyi kapsayan eylemlerdir (Folkman ve ark., 1986). *Duygulanım merkezli baş etme*; stresli hisleri aşabilmek için davranışsal ve bilişsel çabalardan oluşmaktadır. Emosyonel stresin azalmasını sağlayarak bireylerin kendilerini daha olumlu hissetmelerini sağlayabilmektedir. Duygulanım merkezli baş etmenin tanımlanmış olan biçimleri; benliğini sorumlu görme, yeniden pozitif değerlendirme, duygusal boşalma, durumu kabul etme, mesafeli durma, kaçınma, kaçma, duyguları denetim altında tutma, duygusal yardım arama ve tehdidi minimize etmedir. Duygulanım merkezli baş etmede, madde kullanımı ve reaksiyon benzeri palyatif ya da doğrudan değerlendirilen eylemler de bulunmaktadır (Folkman ve ark., 1986).

Problem odaklı baş etme değiştirilebilir ya da denetlenebilir olarak değerlendirilebilecek durumlar sırasında yararlanıldığını; duygulanım merkezli baş etmeninse değiştirilemez, kabullenilmesi gereken, aile ve sağlık gibi konularda daha çok kullanıldığı ifade edilmektedir (Folkman ve ark., 1986).

Sosyal-Kişisel Başaçıkma: Toplumsal psikologlardan David Mechanic, baş etmenin birbiri ile ilişkili içerisinde bulunan sosyal ve bireysel yönlerin işlevleri olduğunu iddia etmektedir. Bireysel yönler; özsaygının yokluğu ve varlığı, emosyonel

durumlar, motivasyon, yetenekler ve becerilerdir. Sosyal yönlerse, toplumdaki fertlerin yeterlilik ve becerilerini geliştirmiş oldukları sivil ve resmi kurumlar, işgücüne yönelik değerlendirme, ödül ve teşvik sistemleridir. Bireysel yetenek ve beceriler hangi oranda yeterliyse savunma aşamasına gereksinimin o oranda düşük olacağı ifade edilmiştir. Bu yaklaşım, baş etmenin bütüncül bakışını arttırmakta, liderlik, çatışma ve gücün örgütsel temeldeki işlevini idrak edebilmeyi olağan hale getirmektedir (Gök,1995).

1.3.2.2. Başaçıkmayı Etkileyen Faktörler

Kişinin hayatında yaşadığı stresle başa çıkmada başarılı olabilmesinin önündeki tek engel stresi doğuran olaylar ve de durumlar değildir. Çalışmalar göstermiştir ki bu etkenlerin yanı sıra sorun olan şeyin, kişi tarafından değerlendirilişi ve algılanışı, sorun ve de olayın vuku bulduğu ortamın özellikleri, sorunun üstesinden gelebilmesini etkileyen bireysel özellikleri benzeri etkenler de rol almaktadır (Parkes, 1986). Bu çalışmalar ışığında; baş edebilme davranışlarına etki eden sebepler şunlardır:

Durumsal Etkenler: Durumsal etkenler ve de özellikler stresi doğuran olayların doğası ile ilintilidir (Parkes, 1986). Başa çıkmanın şekillenmesinde kişinin karşılaşılan olayı algılayış ve değerlendiriş biçimi etkilidir. Kişilerin baş etme örüntüleri üzerindeki mühim bir duruma bağlı unsur olan bireysel denetimle ilgili yapılan araştırmalarda, durumu denetim altında tutabilmeye dair inanışlar ve baş etme aşamasının kişilerin hayatlarında kronik veya akut stresli olaylarda uyumu sağlayan başlıca unsurlar olduğu tespit edilmiştir (Compas ve ark., 1991).

Stres içerikli bir yaşantıyla karşılaşan kişinin, kendi becerileri ve olasılıklarla ilgili bakış açısı, bireysel denetim algısına doğrudan etki etmektedir. Durumu denetim altında tutabilmeye ilgili sorun odaklı baş etme ve inançlar, karşılıklı ve olumlu biçimde etkileşim halindedir. Durumun denetim altında olduğu ile ilgili inançların üst seviyede yaşanıyor olması, daha fazla sorun merkezli baş etme davranışının gösterilmesine neden olacaktır. Sorun merkezli baş etme örüntülerinin çevreyi değiştirebilme konusunda etkili olduğu hallerde de durumun denetlenebilir olduğu duygusu artış gösterecektir (Compas ve ark., 1991).

Duygusal merkezli baş etme gayretleri, duygusal istek ya da sıkıntıların seviyesi ile ilişkilidir. Duygusal stres seviyesi, sorun merkezli baş etmeler kullanılmış olduğunda ve olayın denetlenme seviyesi fazla olduğunda düşüş göstermektedir. Duygusal streslerin, durumun algılanabilen kontrol edilme seviyesi düştüğünde ve söz konusu durumda sorun merkezli baş etmeler kullanıldığında yükselebildiği gözlemlenmiştir (Compas ve ark., 1991).

Folkman (1984) çalışmasında, sorun merkezli baş etmenin kullanımı ya da duygu ve olayın değerlendirilmesi arasında bulunan etkileşimi özetlemiştir. Sorun merkezli baş etme örüntüleri, çevre ile kişi arasında bulunan ilişki denetlenebilir ya da değiştirilebilir olarak değerlendirildiğinde daha çok uyuma ilişkin olmasına karşın, duygusal merkezli baş etme örüntüleri karşılaşmış olunan durum değiştirilemez ve denetlenemez olarak değerlendirildiğinde daha çok uyumla ilişkili olduğu gözlemlenmektedir. Fakat kişiler, denetlenebilir olarak algıladıkları stres içerikli olaylarda duygu merkezli baş etme yöntemlerini daha fazla kullandıklarında ve denetlenemez olarak algıladıkları durumlarda sorun merkezli baş etmeleri kullanmaları durumunda anksiyete ve depresyon benzeri ruhsal uyumsuzluklar yükseliş göstermektedir (Compas ve ark., 1991).

Çevresel Unsurlar: Genellikle psiko-sosyal ve fiziki çevre duygular ve davranışlar üzerinde etkilidir. Çevresel nitelikler genellikle stresli durum ya da olayın meydana geldiği çevrede nispeten kalıcı olan psiko-sosyal niteliklerdir (Parkes, 1986). Baş etmeyle ilgili araştırmalarda, stres içerikli olay ya da durumların yaşanmış olduğu çevrenin özelliklerinin, kullanılan baş etme örüntüsünün belirlenebilmesine etki ettiği belirtilmektedir. Toplumsal çevrede özellikle toplumsal destekle alakalı olarak aşağıda bahsedilen önemli bulgulara ulaşılmıştır. Baş etmeyle ilgili olarak toplumsal kaynaklar, bireye sağlamış oldukları bilgi rehberliği, somut yardımlar ve duygusal destekler sayesinde psikolojik ve fiziki sağlıkla olumlu ilişki görülmüştür. Toplumsal kaynaklar ve bu kaynaklardan alınan destek ile ilişkili olarak 2 yaklaşım önem kazanabilmiştir. Bunlardan birincisine göre toplumsal destek, hususi olarak kişi hayatında strese maruz kaldığı sırada önem arz etmektedir. Bu yaklaşım “dolaylı etki” ya da “tampon hipotezi” şeklinde isimlendirilmektedir. İkinci yaklaşım “ana etki hipotezi” şeklinde isimlendirilip toplumsal kaynakların stres faktörüyle karşılaşmasından daha etkili olabildiği üzerinde durulmuştur. Kişiler, toplumsal

yardımın ulaşılabilirliğinin mümkün olduğu olaylarda, hayatlarındaki stres unsuruyla daha etkin biçimde baş edebilmektedir (Moos ve Holahan, 1986).

Çevre kaynaklı unsurlar içinde sosyo-ekonomik seviye de bulunmaktadır. Düşük sosyo-ekonomik seviyedeki bireylerin orta ve üst sosyo-ekonomik seviyedeki bireylere kıyasla daha çok stresli duruma maruz kaldıkları, değişik baş edebilme yöntemlerine başvurdukları ve psikolojik rahatsızlık riskinin çok daha fazla seviyede olduğu belirlenmiştir (Aneshensel ve ark., 1991).

Eğitim seviyesi ve sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan bireylerin toplumsal normlara bağlılık, mantıklı tercihlerde bulunma ve esnekliği kapsayan uyumlu baş edebilme örüntülerini çok daha fazla kullanmış oldukları ve düşük soranda mantıksızlık ve katılığı barındıran savunma odaklı örüntüler ve stres yaşantısını seçici görmezden gelmeyi kullanmış oldukları tespit edilmiştir.

Değişik sosyo-ekonomik seviyelerdeki bireylerin baş etme tutumları arasında bulunan bu değişiklik, Barker ve ark. (1990)'na göre sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan kişilerin faal baş etme fiillerinin başarılı olabileceğine ilişkin inançlarıyla ilişkilidir. Sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan bireylerse karşılaştıkları durumlar karşısında ümitsizlik hissini daha çok yaşayabilmektedirler.

Çevreyle ilişkili olarak diğer bir boyutsa durum veya olayın yaşandığı çevredir. Niteliksel açıdan değişik çevrelerde meydana gelen stresli olayların verilen baş etme cevapları da değişik olmaktadır. Lazarus ve Folkman (1980), aileyle ilgili durumlarda sorun merkezli baş etmenin daha fazla kullanıldığını belirtmişlerdir. Ev ve ille ilişkili durumlarda değişik baş etme örüntülerinin kullanılmış olduğunu tespit etmişlerdir (Parkes, 1986).

Kişisel Unsurlar: stres içerikli durumlarda kişi stresi ele almaya, duygusal yanıtlarını düzenlemeye ve tepki göstermeye çalışmaktadır. Bu sebeple baş etme ve stres aşamasında bireysel niteliklerin önem kazandığı söylenebilir. Kişisel farklılıkların baş etme davranışlarına olan etkisiyle alakalı iki tür açıklama bulunmaktadır. Birincisinde, bireylerin sürekli baş etme biçimleri ya da yönelimlerini karşılaştıkları stres içeren durumların özelliğine göre baş etme becerileri üretmezler. Üretmek yerine belli baş etme yetilerini karşılaştıkları belli şart ve

durumlarda kullanırlar. Fakat bu yaklaşım değişik tartışmalara kapı aralamıştır. Lazarus ve Folkman (1980), baş etmenin hareketli bir aşama oluşunu ve stresli durumun nitelikleri, çevresel ve durumsal unsurlar gibi çok sayıda unsurun etkisinde bulunduğunu ifade ederek bireyin farklı şartlarda farklı cevaplar verebilme esnekliğini bünyesinde barındırdığını belirtmişlerdir.

İkinci yaklaşımdaysa özellikle stres ile baş etme aşamasında seçilmiş olan örüntülerin bireyin belli niteliklerinden etkilendiği zannedilmektedir. Burada birtakım kişisel niteliklerin bireyin baş etmesini biçimlendirdiği belirtilmektedir. Kişinin strese karşı tutumlarına etki eden bireysel unsurlar arasında özsaygı ve denetim merkezi göze çarpmaktadır. Yüksek özsaygıya sahip olan bireylerin stres unsurları karşısında daha olumlu ve aktif baş etme metotları kullandıkları sanılmaktadır (Carver ark., 1989).

Kötümserlik ve iyimserlik de baş etme tutumlarına etki eden bireysel unsurlar olarak tanımlanmıştır. Bu konuda yapılan çalışmalara göre iyimser bireyler, geleceğe dair olumlu beklentiler içinde bulduklarından daha faal baş etme çabalarına başvurmakta ve karşılaşmış oldukları her durumda ellerinden gelenin en güzelini yapmaya gayret etmektedirler (Carver ark., 1989). Vingherhoets ve Van Heck (1989), düşmanca, katı, yetersiz ve nevroitik eğilimler gösteren kişilerin sorunlarını saklamaya meyilli oluşlarını ve duygusal merkezli baş etmeleri daha fazla kullandıklarını belirlemişlerdir. Bunun yanı sır özsaygısı yüksek ve iyimser bireyler sorun merkezli baş etme yöntemlerine daha fazla yönelmektedirler.

Baş etmeye etki ettiği varsayılan diğer bir kişisel unsur tepkisel değildir. Tepkisellik ve mizaçta bulunan kişisel değişiklikler, kişinin stres karşısında yakındığı otomatik tavırlara etki ettiğinden baş etme ile etkileşim halindedir. Compas ve diğerleri (1991)'ne göre, üst seviyede tepkisel niteliklere sahip bireyin davranış açısından tepki eşiği düşüktür ve tekrar eden stresle karşılaştıklarında faaliyet göstermelerinde söz konusu durumun önemi büyük olur. Aşırı tepkisellik genellikle çekimsiz mizaç özellikleriyle ilişkiliyken düşük tepkiselliğin dışadönük mizaçla ilişkili olduğu söylenebilir.

İçedönük ve dışadönük bireylerin stres ve baş etme örüntüleriyle ilgili araştırmalarda, dışadönük nitelikteki bireylerin sorun merkezli baş etme örüntülerini çok daha fazla kullandıkları ve stres içeren duruma çok daha fazla uyum gösterdikleri

düşünülmüştür. İçedönük olmanın gelişmemiş, nörotik baş etmeyle ilgili; dışadönük olmanın ise gelişmiş ve etkili baş etme davranışlarıyla ilgili olduğunu belirtmektedir (Dusek ve Jorgensen, 1990).

Kişilerin kullandıkları baş etme örüntülerinin biçimlenmesinde cinsiyet faktörünün de etkili olduğu tespit edilmiştir. Yapılan araştırmalarda erkek ve kadınların değişik baş etme örüntülerini seçtikleri ana hatlarıyla ortaya konulmuştur. Söz konusu araştırmalarda, bayanların strese karşı genellikle dikkat dağıtan meşguliyetler edindikleri, duygusal tatmin arayışında olduğu ve toplumsal desteğe erkeklere kıyasla daha fazla yöneldiği; erkeklerinde daha faal baş etme metotları kullandıkları belirtilmektedir (Aysan ve ark., 2001; Creasey ve Renk, 2003). Cinsiyet merkezli değişiklikler ve baş etmeyle ilişkili değişik sonuçlara da rastlanılabilmektedir. Örneğin, Robbins ve Tanck (1979) stres ile karşılaşmaları sırasında erkeklerin genellikle cinsel hazlara yöneldiği, madde ve alkol kullanımına başvurdukları, bayanların ise yemeye, derin düşüncelere yöneldikleri, günlük aktiviteleri gerçekleştirmekte güçlük yaşadıkları ve stresli tutumlarda bulduklarını tespit etmişlerdir (Fagot ve Hamilton, 1988).

Kişi, strese sebep olan bir durum ile karşılaştığında duygu haliyle baş etme tutumları arasında etkileşim olduğundan bahsedilmektedir. Duygular, stresli durumlarda baş etmeye etki eden unsurlar arasında bulunmaktadır (Lazarus ve Folkman, 1985). Kişinin stresli durum ile yüz yüze geldiği vakitten sonra strese ilişkin algısı, baş etme ve uyum sağlamanın temeli farklılaşabilmektedir. Bireyin stres veren duruma karşı duyguları bu aşama boyunca değişken bir yapıya sahiptir. Duygusal değişim, yaşanan durumun önem ve anlamının farklılaşmasından etkilenir. Baş etme de değişebilme özelliğine sahiptir. Kişi öncelikle, inkâr ya da kaçınma gibi tutumlara yönelerek olayı anlamayı erteler. Sonrasında ise sorunun üstesinden gelebilmeyi düşünür veya stresli durumun başlangıcında çekingen tutumlara yönelerek baş etmeye gayret edebilir fakat az bir zaman sonra yakın çevresinden duygusal destekler alma yoluna gidebilir (Lazarus ve Folkman, 1985).

Benzer yaşantılarla karşılaşan değişik kişiler, değişik baş etme tutumları yoluyla yaşamış oldukları sıkıntılı durumdan sıyrılmaya çalışırlar. Yukarıda bahsedilmiş olan kişisel, durumsal ve çevresel unsurlar, kişinin hayatındaki stresörle baş etmesini farklı şekillerde etkileyebilmektedir.

1.4. Üniversite Öğrencilerinde Stres ve Ruhsal Problemler

Ergenlikten yetişkinliğe geçiş döneminde bulunan üniversite öğrencileri, aileden ayrışma yolunda ilerlemeye başlar. Bu dönemle birlikte kişinin yetişkin kimliği de son halini almaya başlamaktadır. Üniversiteye başlayan gençler, bir yandan içinde buldukları yaş dönemine ait getirdiği problemlerle yaşarken öte yandan da kendileri için yeni bir ortam olan üniversiteye uyum sağlama gayretleri göstermektedirler. Üniversite öğrencileri, bir takım sosyal değişimlerle birlikte duyu, davranış, akademik, cinsel ve ekonomik değişimleri de deneyimlediği ve bir takım çatışmaların da yaşandığı bir dönemdedir. Bu bağlamda kişinin ruh sağlığı bir takım nedenlerden ötürü olumsuz bir kimliğe dönüşebilmektedir. Bunun sonucunda kişinin kendine dair tutum ve inançları değiştirebilir ve değişimler sonucunda kişinin sağlık davranışları etkilenebilir (Bahadır, 2009).

Üniversite öğrencilerinde yapılan bir çalışmada öğrencilerin yaşamında stres oluşturan etmenlerin maddi problemler, içinde bulunduğu koşulların ihtiyaçları ve kayıt olma sorunlarının olduğu tespit edilmiştir (Bojuwoye, 2002). Hong ve Wengboey (2002)'in, üniversitede öğrencilerin karşılaştıkları ana stres etmenlerini ve bu etmenlerin ne olduğunu araştırmışlardır. Bu etmenlerinin, akademik anlamda güçlük çekme ve olumsuz yaşantılardan kaynakladığı görülmüştür. İngiltere'de yapılan bir diğer araştırmada ise kaygı ve depresyon gibi ruhsal belirtilerdeki artışın maddi sorunlardan kaynaklandığı görülmüştür. Eğitim dönemi ortalarında yaşanan depresyon ve maddi zorlanmaların sınav başarısında düşüşe sebep olduğu belirlenmiştir (Andrews ve Wilding, 2004).

BÖLÜM II

2.YÖNTEM

2.1. Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evrenini 2015-2016 eğitim yılında İstanbul ilinde çeşitli sınıflarında eğitim gören üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini evren içinden “basit seçkisiz örnekleme” yöntemi ile belirlenen 146 katılımcı oluşturmaktadır.

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu (Ek-1)

Araştırmacının oluşturduğu bu formda, üniversite öğrencilerinin cinsiyet, yaş, medeni durum, sınıf düzeyi, kiminle yaşadığı, anne/babanın eğitim durumu, gelir düzeyi, kişinin veya anne/babanın psikiyatrik öyküsü, yetiştiği yer, temel bakım veren kişi, anne/babanın tutumu, diğer kişiler tarafından kabul görme ihtiyacı ve kendi tercihlerini belirleme kaynakları gibi değişkenler konusunda bilgi alan sorulardan oluşmaktadır.

2.2.2.Sosyotropi-Otonomi Ölçeği (SOSOTÖ) (Ek 2)

Sosyotropi-Otonomi Ölçeği Beck ve diğerleri (1983) tarafından insanlara bağımlı olma ve insanlardan özerk olma kişilik özelliklerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin sosyotropi ve otonomi olmak üzere iki alt ölçeği bulunmakta ve bu alt ölçeklerden 2 ayrı puan elde edilmektedir. Altmış maddelik kendini bildirimine dayanan ölçek 5’li Likert tipinde (0= hiç tanımlamıyor, 4= çok iyi tanımlıyor) derecelendirilmektedir. Sosyotropi puanı için 1, 4, 5, 7, 8, 11, 15, 17, 18, 19, 24, 26, 27, 29, 31, 33, 34, 35, 38, 40, 44, 46, 47, 49, 50, 52, 53, 56, 58 ve 59. maddelerden, otonomi

puanı için 2, 3, 6,9, 10, 12, 13, 14, 16, 20, 21, 22, 23, 25, 28, 30, 32, 36, 37, 39, 41, 42, 43, 45, 48, 51, 54, 55, 57 ve 60. maddelerden elde edilir. 30 maddelik alt ölçekten alınabilecek en yüksek puan 120'dir. Yüksek puanlar ilgili alt ölçeğin ölçtüğü kişilik özelliklerinin yüksek olduğuna işaret eder.

Asıl formun güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısının sosyotropi alt ölçeğinin boyutları için .89-.94 arasında; otonomi alt ölçeğinin boyutları için .83-.95 arasında olduğu görülmektedir. Ölçüt bağımlı geçerliği ise Beck Depresyon Envanteri ile Sosyotropi Ölçeği arasındaki korelasyon, .01 ile .60 arasında, Otonomi alt ölçeği ile -.01 ve .28 aralığında bulunmuştur (aktaran: Şahin, Ulusoy ve Şahin, 1993). Formun geçerlilik çalışmasında ise yapılan faktör analizi sonucunda her iki alt ölçeğin üç faktörden oluştuğu görülmektedir. Sosyotropi alt ölçeğinde onaylanmama kaygısı, ayrılık kaygısı ve başkalarını memnun etme; otonomi alt ölçeğinde ise kişisel başarı, özgürlük ve yalnızlıktan hoşlanma boyutları bulunmaktadır

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması, Şahin, Ulusoy ve Şahin (1993) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmasında hasta grubu verileri üzerinden elde edilmiş Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı Sosyotropi alt ölçeği için .70, Otonomi alt ölçeği için ise .81 bulunmuştur. Öğrenci grubu için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ise sosyotropi alt ölçeği için .83, otonomi alt ölçeği için .81 bulunmuştur. Ölçeğin yapı geçerliliği çalışmasında hasta ve öğrenci grupların Sosyotropi-Otonomi Ölçeği puanları açısından karşılaştırıldığında Sosyotropi alt ölçeği hasta ve normal gruplarını birbirinden ayırttığı ($t=6.82$, $p<0.01$) Otonomi altölçeğinde ise ayırtetmediği görülmüştür. Sosyotropi alt ölçeğinin depresyonla ilişkisi olduğu bulunmuştur.

2.2.2.1.SOSOTÖ Güvenirlik Analizi

	Cronbach Alpha
Sosyotropik	,892
Otonomik	,898

Sosyotropik boyutunun değeri 0,892; otonomik boyutunun değeri 0,898 olarak hesaplanmıştır. Bu değerlere göre, her iki boyutunda güvenilirliğinin iyi düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

2.2.3. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBÇTÖ) (Ek 3)

SBÇTÖ, Lazarus ve Folkman (1987) tarafından geliştirilen ve 4'lü Likert tipi derecelendirilen kendini bildirimine dayanan bir ölçektir. SBÇTÖ, Şahin ve Durak (1995) tarafından Türkçe'ye uyarlaması ve ölçeğin kısaltma çalışması yapılmıştır. Ölçeğin madde sayısını 66'dan 30'a indirilmiştir. Ölçeğin amacı "İyimser Yaklaşım (2, 4, 6, 12, 18)", "Kendine Güvenli Yaklaşım (8, 10, 14, 16, 20, 23, 26)" ve "Sosyal Desteğe Başvurma (1*, 9*, 29, 30)" alt boyutlarını kapsayan "Probleme Yönelik /Aktif" tarz ile "Çaresiz Yaklaşım (3, 7, 11, 19, 22, 25, 27, 28)" ve "Boyun Eğici Yaklaşım (5, 13, 15, 17, 21, 24)" alt boyutlarını kapsayan "Duygulara Yönelik/Pasif" tarz olan iki ana stresle başa çıkma tarzını ölçmektir.

Kısa formun güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları sonucunda ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .45 ile .80 arasında yer almaktadır. Alt boyutlar için elde edilen güvenilirlik katsayıları "İyimser Yaklaşım" alt ölçeği için .68 ile .49 arasında; "Kendine Güvenli Yaklaşım" alt ölçeği için .62 ile .80 arasında, "Çaresiz Yaklaşım" alt ölçeği için .64 ile .73 arasında, "Boyun Eğici Yaklaşım" alt ölçeği için .47 ile .72 arasında ve "Sosyal Desteğe Başvurma" alt Ölçeği için ise .47 ile .45 arasında yer almaktadır.

SBTÖ 4'lü likert tipinde bir ölçektir ve her bir soru 0-3 arası bir puan ile puanlanmaya sahiptir. 'Sizi ne kadar tanımlıyor/ size ne kadar uygun' şeklinde sorulan sorulara 0, 1, 2, 3 puanları verilmektedir. Puanlama yapılırken 1 ve 9. maddeler tersine puanlanmaktadır.

Kişilerin 'kendine güvenli', 'iyimser' ve 'sosyal destek' yaklaşımı faktörlerinden elde edilen puanların artışı stresle başa çıkmada aktif tarzları daha çok kullandığı; 'çaresiz' ve 'boyun eğici' yaklaşım faktörlerinden elde edilen puanların artışı stresle başa çıkmada pasif tarzları kullandığına işaret etmektedir.

2.2.3.1.SBÇTÖ Güvenirlilik Analizi

	Cronbach Alpha
Kendine Güvenli Yaklaşım	,894
Çaresiz Yaklaşım	,902
İyimser Yaklaşım	,900
Boyun Eğici Yaklaşım	,897
Sosyal Destek Arama Yaklaşımı	,899

Kendine güvenli yaklaşım boyutu 0,894; çaresiz yaklaşım boyutu 0,902; iyimser yaklaşım boyutu 0,900; boyun eğici yaklaşım boyutu 0,897 ve sosyal destek arama yaklaşımı 0,899 değerine sahiptir. Bu değerlere göre, ‘kendine güvenli yaklaşım’, ‘boyun eğici yaklaşım’ ve ‘sosyal destek arama yaklaşımının’ güvenilirliğinin mükemmel düzeyde, ‘çaresiz yaklaşım’ ve ‘iyimser yaklaşımın’ güvenilirliğinin ise mükemmel düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

2.2.4.Ruhsal Belirti Tarama Listesi (SCL-90) (Ek 4)

Kendini değerlendirme türü bir psikiyatrik tarama aracı olup son şekli Derogatis tarafından geliştirilmiştir (Derogatis ve Cleary 1977). Ölçek psikiyatrik belirti ve yakınmaları içerir. ‘Somatizasyon’ (1, 4, 12, 27, 40, 42, 48, 49, 52, 53, 56 ve 58.), ‘obsesif- kompulsif bozukluk’ (3, 9, 10, 28, 38, 45, 46, 51, 55, 65.), ‘kişilerarası duyarlılık’ (6, 21, 34, 36, 37, 41, 61, 69, 73.), ‘depresyon’ (5, 14, 15, 20, 22, 26, 29, 30, 31, 32, 54, 71, 79.), ‘anksiyete’ (2, 17, 23, 33, 39, 57, 72, 78, 80, 86.), ‘hostilite’ (11, 24, 63, 67, 74, 81.), ‘fobik anksiyete’ (13, 25, 47, 50, 70, 75, 82.), ‘paranoid düşünce’ (8,18, 43, 68,76, 83.), ‘psikotizm’ (7,16, 35, 62, 77,84, 85, 87, 88, 90.) ve ‘ek madde’ (9, 44, 59, 60, 64, 66, 89.) şeklinde 90 madde ve 9 ayrı belirti alt testlerinden oluşur. Her madde için 'hiç yok', 'biraz', 'orta derece', 'oldukça fazla', 'çok fazla' şıklarından birinin seçilmesi ve işaretlenmesi istenir.

Güvenirlilik katsayıları ‘somatizasyon’ alt testi için .86; ‘obsesif-kompulsif’ alt testi için .86; ‘kişilerarası duyarlılık’ alt testi için .86; ‘öfke-düşmanlık’ alt testi için .84; ‘fobik anksiyete’ alt testi için .82; ‘paranoid’ düşünce alt testi için .80; ‘psikotizm’ alt testi için .77; ‘depresyon’ alt testi için .90; ‘kaygı’ alt testi için .85 olarak hesaplanmıştır.

SCL-90'nin Türkçe formunun geçerliği ve güvenilirliği Kılıç tarafından yapılmıştır (Kılıç 1987). Güvenilirlik katsayıları somatizasyon alt testi için .82; obsesif-kompulsif alt testi için .84; kişilerarası duyarlılık alt testi için .79; öfke-düşmanlık alt testi için .79; fobik anksiyete alt testi için .78; paranoid düşünce alt testi için .63; psikotizm alt testi için .73; depresyon alt testi için .78; kaygı alt testi için .73 'ek madde' .77 olarak hesaplanmıştır.

2.2.4.1. SCL-90 Güvenirlik Analizi

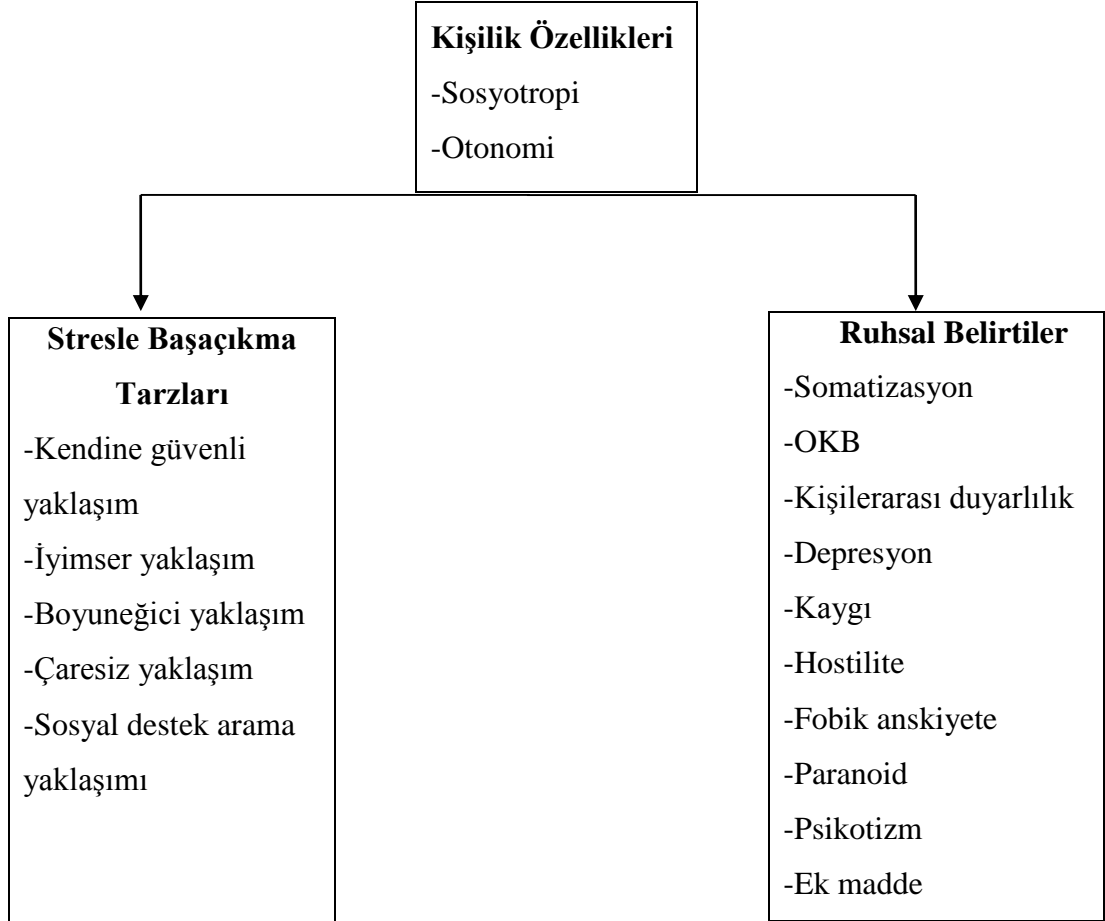
	Cronbach Alpha
Somatizasyon	,880
Obsesif Kompulsif	,884
Kişilerarası Duyarlık	,878
Depresyon	,890
Anksiyete	,891
Öfke Düşmanlık	,874
Fobik Anksiyete	.879
Paranoid Düşünce	,889
Psikotizm	,893
Ek Maddeler (Uyku, İştah Bozukluğu, Suçluluk)	,882

Somatizasyon boyutunun değerı 0,880; obsesif kompulsif boyutunun değerı 0,884; kişilerarası duyarlılık boyutunun değerı 0,878; depresyon boyutunun değerı 0,890; anksiyete boyutunun değerı 0,891; öfke düşmanlık boyutunun değerı 0,874; fobik anksiyete boyutunun değerı 0,879; paranoid düşünce boyutunun değerı 0,889; psikotizm boyutunun değerı 0,893; ek maddeler boyutunun değerı 0,882 olarak hesaplanmıştır. Bu değerlere göre, tüm boyutların güvenilirliğinin iyi düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmaktadır

2.3 Araştırmanın Modeli ve Hipotezleri

Araştırmanın amacı doğrultusunda oluşturulan model Şekil 1’de sunulmuştur.

Şekil 1. Araştırmanın Modeli



Araştırma modelinden aşağıdaki hipotezler türetilmiştir.

H1: Sosyotropik kişilik özelliği ve somatizasyon arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Sosyotropik kişilik özelliği ve kişilerarası duyarlılık arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H3: Sosyotropik kişilik özelliği ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H4: Sosyotropik kişilik özelliği ve anksiyete arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H5: Sosyotropik kişilik özelliği öfke ve düşmanlık arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H6: Sosyotropik kişilik özelliği ve paranoid düşünce arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H7: Otonomik kişilik özelliği ve obsesif kompulsif arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H8: Otonomik kişilik özelliği ve psikotizm arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H9: Otonomik kişilik özelliği ve kendine güvenli yaklaşımı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H10: Otonomik kişilik özelliği ve iyimser yaklaşım arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H11: Sosyotropik kişilik özelliği ile boyuneğici yaklaşım tarzı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H12: Sosyotropik kişilik özelliği ile çaresiz yaklaşım tarzı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H13: Sosyotropik kişilik özelliği ile sosyal destek arama yaklaşımı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H14: Sosyotropik ve otonomik kişilik özellikleri yaş değişkenine göre farklılaşmaktadır.

H15: Sosyotropik ve otonomik kişilik özelliği cinsiyet değişkenine göre farklılaşmaktadır.

H16: Sosyotropik ve otonomik kişilik özelliği gelir düzeyine göre farklılaşmaktadır.

2.4. Verilerin İstatistiksel Analizi

Araştırmada veriler SPSS 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. İki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında man whitney-u testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında kruskall whallis testi kullanılmıştır. Kruskall whallis testi sonrasında farklılıkları belirlemek üzere tamamlayıcı olarak man whitney-u testi testi kullanılmıştır. Araştırmanın sürekli değişkenleri arasında spearman korelasyon ve regresyon analizi uygulanmıştır.

BÖLÜM III

3.BULGULAR

Bu bölümde araştırma sorusuna yönelik analizler, analizlerin bulguları ve bulguların yorumlanması yer almaktadır.

3.1. Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine İlişkin Bulgular

Tablo 1. Öğrencilerin Tanımlayıcı Özelliklerinin Dağılımı

Tablolar	Gruplar	Frekans(n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	114	78,1
	Erkek	32	21,9
	Toplam	146	100,0
Yaş	19 Yaş Ve Altı	35	24,0
	20 Yaş	44	30,1
	21 Yaş	26	17,8
	22-24 Yaş	24	16,4
	25 Yaş Ve üzeri	17	11,6
	Toplam	146	100,0
	Medeni Durum	Bekar	141
Evli		5	3,4
Toplam		146	100,0
Sınıf	1	27	18,5
	2	100	68,5
	3	10	6,8
	4	9	6,2
	Toplam	146	100,0
	Birlikte Yaşanan Kişi	Anne Ve Baba	59
Anne Veya Baba		10	6,8
Yalnız		24	16,4
Eş (çocuk)		5	3,4
Arkadaş (sevgili)		48	32,9
Toplam		146	100,0
Baba Eğitim Durumu	İlkokul Ve Altı	41	28,1
	Orta Okul Mezunu	20	13,7

Tablo 1'in devamı

	Lise Mezunu	39	26,7
	Yüksek Okul Ve üzeri	46	31,5
	Toplam	146	100,0
Anne Eğitim Durumu	İlkokul Mezunu	70	47,9
	Orta Okul Mezunu	25	17,1
	Lise Mezunu	26	17,8
	Yüksek Okul Veya üniversite Mezunu	25	17,1
	Toplam	146	100,0
Gelir Düzeyi	1000 TL Ve Altı	23	15,8
	1001-1500 TL Arasında	23	15,8
	1501-2000 TL Arasında	29	19,9
	2001 TL Ve üzeri	71	48,6
	Toplam	146	100,0
Geçmişte Psikiyatrik Tanı Alma Durumu	Evet	21	14,4
	Hayır	125	85,6
	Toplam	146	100,0
Geçmişte Aileden Psikiyatrik Tanı Alma Durumu	Evet	20	13,7
	Hayır	126	86,3
	Toplam	146	100,0
Yetiştigi Yer	İl	90	61,6
	İlçe	35	24,0
	Köy Ve Kasaba	21	14,4
	Toplam	146	100,0
Temel Bakımının Kim Tarafindan Verildiği	Anne	129	88,4
	Diğer	17	11,6
	Toplam	146	100,0
Anne Babanın Nasıl Tanımlandığı	Demokratik	41	28,1
	Otoriter	50	34,2
	Koruyucu	50	34,2
	Reddedici	5	3,4
	Toplam	146	100,0
Çocuklukta Anne Babanın İlgisi	Aşırı İlgili	38	26,0
	Yeterince İlgili	91	62,3
	Biraz İlgili	17	11,6
	Toplam	146	100,0
Çocuklukta Anne Babanın Kontrollü	Aşırı Kontrollü	32	21,9
	Yeterince Kontrollü	94	64,4
	Biraz Kontrollü	20	13,7
	Toplam	146	100,0
Çocuklukta Anne Babanın Denetleme Tutumu	Aşırı Denetleyen	38	26,0
	Yeterince Denetleyen	85	58,2
	Biraz Denetleyen	23	15,8
	Toplam	146	100,0
Düşünce Ve Davranışların Kabul Görme Düzeyi	Her Zaman Kabul Görürüm	21	14,4
	Gerektiği Zaman Kabul Görürüm	99	67,8

Tablo 1'in devamı

	Bazen Kabul Görürüm	26	17,8
	Toplam	146	100,0
	Tercihlerimi		
Kendine Ait Tercihlerde	KendimBelirlerim	49	33,6
Kime Danışıldığı	Aileme Danışırım	76	52,1
	Arkadaşıma Danışırım	15	10,3
	Partnerime Danışırım	6	4,1
	Toplam	146	100,0

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre 114'ü (%78,1) Kadın, 32'si (%21,9) Erkek olarak dağılmaktadır. Yaş değişkenine göre 35'i (%24,0) 19 yaş ve altı, 44'ü (%30,1) 20 yaş, 26'sı (%17,8) 21 yaş, 24'ü (%16,4) 22-24 yaş, 17'si (%11,6) 25 yaş ve üzeri olarak dağılmaktadır. Medeni durum değişkenine göre 141'i (%96,6) Bekar, 5'i (%3,4) Evli olarak dağılmaktadır. Sınıf değişkenine göre 27'si (%18,5) 1, 100'ü (%68,5) 2, 10'u (%6,8) 3, 9'u (%6,2) 4 olarak dağılmaktadır. Birlikte yaşanan kişi değişkenine göre 59'u (%40,4) Anne ve baba, 10'u (%6,8) Anne veya baba, 24'ü (%16,4) Yalnız, 5'i (%3,4) Eş (Çocuk), 48'i (%32,9) Arkadaş (Sevgili) olarak dağılmaktadır. Baba eğitim durumu değişkenine göre 41'i (%28,1) İlkokul ve altı, 20'si (%13,7) Ortaokul mezunu, 39'u (%26,7) Lise mezunu, 46'sı (%31,5) Yüksek okul ve üzeri olarak dağılmaktadır. Anne eğitim durumu değişkenine göre 70'i (%47,9) İlkokul mezunu, 25'i (%17,1) Ortaokul mezunu, 26'sı (%17,8) Lise mezunu, 25'i (%17,1) Yüksek okul veya üniversite mezunu olarak dağılmaktadır. Gelir düzeyi değişkenine göre 23'ü (%15,8) 1000 TL ve altı, 23'ü (%15,8) 1001-1500 TL arasında, 29'u (%19,9) 1501-2000 TL arasında, 71'i (%48,6) 2001 TL ve üzeri olarak dağılmaktadır. Geçmişte psikiyatrik tanı alma durumu değişkenine göre 21'i (%14,4) Evet, 125'i (%85,6) Hayır olarak dağılmaktadır. Geçmişte aileden psikiyatrik tanı alma durumu değişkenine göre 20'si (%13,7) Evet, 126'sı (%86,3) Hayır olarak dağılmaktadır. Yetiştigi yer değişkenine göre 90'ı (%61,6) İl, 35'i (%24,0) İlçe, 21'i (%14,4) Köy ve kasaba olarak dağılmaktadır. Temel bakımının kim tarafından verildiği değişkenine göre 129'u (%88,4) Anne, 17'si (%11,6) diğer olarak dağılmaktadır. Anne babanın nasıl tanımlandığı değişkenine göre 41'i (%28,1) Demokratik, 50'si (%34,2) Otoriter, 50'si (%34,2) Koruyucu, 5'i (%3,4) Reddedici olarak dağılmaktadır. Çocuklukta anne babanın ilgisi değişkenine göre 38'i (%26,0) Aşırı ilgili, 91'i (%62,3) Yeterince ilgili, 17'si (%11,6) Biraz ilgili olarak dağılmaktadır.

Çocuklukta anne babanın kontrolü değişkenine göre 32'si (%21,9) Aşırı kontrollü, 94'ü (%64,4) Yeterince kontrollü, 20'si (%13,7) Biraz kontrollü olarak

dağılmaktadır. Çocuklukta anne babanın denetleme tutumu değişkenine göre 38'i (%26,0) Aşırı denetleyen, 85'i (%58,2) Yeterince denetleyen, 23'ü (%15,8) Biraz denetleyen olarak dağılmaktadır. Düşünce ve davranışların kabul görme düzeyi değişkenine göre 21'i (%14,4) Her zaman kabul görürüm, 99'u (%67,8) Gerekli zaman zaman kabul görürüm, 26'sı (%17,8) Bazen kabul görürüm olarak dağılmaktadır. Kendine ait tercihlerde kime danışıldığı değişkenine göre 49'u (%33,6) Tercihlerimi kendim belirlerim, 76'sı (%52,1) Aileme danışırım, 15'i (%10,3) Arkadaşıma danışırım, 6'sı (%4,1) Partnerime danışırım olarak dağılmaktadır.

3.2. Öğrencilerin Kişilik Özellikleri, Stresle Başa Çıkma Tarzları ve Ruhsal Belirtilerine İlişkin Ortalamalar

Tablo 2. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Ortalaması

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Sosyotropik Kişilik	146	70,130	14,443	37,000	108,000
Otonomik Kişilik	146	76,315	12,332	39,000	102,000

Öğrencilerin “sosyotropik kişilik” düzeyi ($70,130 \pm 14,443$), “otonomik kişilik” düzeyi ($76,315 \pm 12,332$) olarak saptanmıştır.

Tablo 3. Öğrencilerin Stresle Başa Çıkma Tarzlarına İlişkin Ortalamaları

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Kendine Güvenli Yaklaşım	146	12,733	4,047	1,000	21,000
İyimser Yaklaşım	146	7,932	2,909	0,000	15,000
Çaresiz Yaklaşım	146	10,740	4,200	0,000	23,000
Boyun Eğici Yaklaşım	146	5,788	3,081	0,000	15,000
Sosyal Destek Arama Yaklaşımı	146	7,630	2,375	3,000	12,000
Stresle Başa Çıkma Yaklaşımı Genel	146	44,822	7,080	28,000	69,000

Öğrencilerin “kendine güvenli yaklaşım” düzeyi ($12,733 \pm 4,047$); “iyimser yaklaşım” düzeyi ($7,932 \pm 2,909$); “çaresiz yaklaşım” düzeyi ($10,740 \pm 4,200$); “boyun eğici yaklaşım” düzeyi ($5,788 \pm 3,081$); “sosyal destek arama yaklaşımı” düzeyi ($7,630 \pm 2,375$); “stresle başa çıkma yaklaşımı genel” düzeyi ($44,822 \pm 7,080$); olarak saptanmıştır.

Tablo 4. Öğrencilerin Ruhsal Belirtilerin İlişkin Ortalamalar

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Somatizasyon	146	12,308	8,939	0,000	38,000
Obsesif Kompulsif	146	14,658	8,037	0,000	35,000
Kişilerarası Duyarlılık	146	11,596	7,662	0,000	34,000
Depresyon	146	16,253	11,756	0,000	48,000
Anksiyete	146	9,616	7,830	0,000	36,000
Hostilite	146	5,788	5,262	0,000	22,000
Fobik Anksiyete	146	5,212	5,258	0,000	21,000
Paranoit	146	6,185	4,636	0,000	20,000
Psikotizm	146	8,377	7,422	0,000	29,000
Ek Madde	146	8,733	5,646	0,000	23,000

Öğrencilerin “somatizasyon” düzeyi ($12,308 \pm 8,939$); “obsesif kompulsif” düzeyi ($14,658 \pm 8,037$); “kişilerarası duyarlılık” düzeyi ($11,596 \pm 7,662$); “depresyon” düzeyi ($16,253 \pm 11,756$); “anksiyete” düzeyi ($9,616 \pm 7,830$); “hostilite” düzeyi ($5,788 \pm 5,262$); “fobik anksiyete” düzeyi ($5,212 \pm 5,258$); “paranoit” düzeyi ($6,185 \pm 4,636$); “psikotizm” düzeyi ($8,377 \pm 7,422$); “ek madde” düzeyi ($8,733 \pm 5,646$); olarak saptanmıştır.

3.3. Kişilik Özellikleri İle Ruhsal Belirtiler Arasındaki İlişki

Tablo 5. Kişilik Özellikleri İle Ruhsal Belirtiler Arasındaki İlişki

		Somatizasyo n	Obsesif Kompulsi f	Kişileraras ı Duyarlılık	Depresyo n	Anksiyet e	Hostilit e	Fobik Anksiyet e	Paranoi t	Psikotiz m	Ek Madde
Sosyotropi k Kişilik	r	0,194*	0,308**	0,313**	0,288**	0,232**	0,201*	0,161	0,313**	0,180*	0,262*
	p	0,019	0,000	0,000	0,000	0,005	0,015	0,053	0,000	0,029	0,001
Otonomik Kişilik	r	-0,020	0,009	0,042	0,013	-0,016	0,051	-0,053	0,080	0,005	-0,004
	p	0,809	0,918	0,615	0,877	0,851	0,538	0,527	0,339	0,952	0,959

Tablo 5’de görüldüğü gibi sosyotropik kişilik ve somatizasyon($r=0.194$; $p<0.05$), ansiyete($r=0.232$; $p<0.05$), hostilite ($r=0.201$; $p<0.05$), psikotizm($r=0.18$; $p<0.05$) arasında çok zayıf, pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır.

Sosyotropik kişilik ve obsesif kompulsif($r=0.308$; $p<0.001$), kişilerarası duyarlılık($r=0.313$; $p<0.001$), depresyon ($r=0.288$; $p<0.001$) paranoit ($r=0.313$; $p<0.001$), ek madde ($r=0.262$; $p<0.01$) arasında zayıf, pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır.

3.4. Kişilik Özellikleri İle Stresle Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişki

Tablo 6. Kişilik Özellikleri İle Stresle Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişki

		Kendine Güvenli Yaklaşım	İyimser Yaklaşım	Çaresiz Yaklaşım	Boyun Eğici Yaklaşım	Sosyal Destek Arama Yaklaşımı	Stresle Başa Çıkma Yaklaşımı Genel
Sosyotropik Kişilik	r	-0,032	-0,065	0,425**	0,064	0,069	0,259**
	p	0,705	0,438	0,000	0,439	0,405	0,002
Otonomik Kişilik	r	0,381**	0,232**	-0,084	-0,167*	-0,123	0,150
	p	0,000	0,005	0,316	0,044	0,139	0,072

Tablo 6’da görüldüğü gibi sosyotropik kişilik ve çaresiz yaklaşım($r=0.425$; $p<0.001$) ve stresle başa çıkma genel ($r=0.259$; $p<0.001$) ile zayıf ayrıca pozitif yönde anlamlı ilişki bir saptanmıştır.

Otonomik kişilik ve kendine güvenli yaklaşım ($r=0.381$; $p<0.001$) arasında zayıf ve iyimser yaklaşım($r=0.232$; $p<0.01$) arasında çok zayıf ayrıca pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Otonomik kişilik ve boyun eğici yaklaşım arasında çok zayıf ayrıca negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. ($r=-0.167$)

3.5. Kişilik Özelliklerinin Ruhsal Belirtiler Üzerine Etkisi

Tablo 7. Kişilik Özelliklerinin Somatizasyon Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Somatizasyon	Sabit	6,131	1,117	0,266	2,964	0,055	0,026
	Sosyotropik Kişilik	0,124	2,422	0,017			
	Otonomik Kişilik	-	-	0,584			
		0,033	0,549				

Tablo 7’de kişilik özellikleri ile somatizasyon arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz anlamlı sonuç yaratmamıştır ($F=2,964$; $p>0,05$).

Tablo 8. Kişilik Özelliklerinin Somatizasyon Üzerine Etkisi (Stepwise Regresyon)

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Somatizasyon	Sabit	3,871	1,069	0,287	5,655	0,019	0,031
	Sosyotropik Kişilik	0,120	2,378	0,019			

Tablo 8’de sosyotropik kişilik ile somatizasyon arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan stepwise regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizin anlamlı olduğu saptanmıştır ($F=5,655$; $p<0.05$). Somatizasyon seviyesini belirleyicilik açısından sosyotropik kişilik değişkeni ile ilişkisinin zayıf olduğu saptanmıştır ($R^2=0,031$). Öğrencilerin sosyotropik kişilik seviyesi somatizasyon seviyesini arttırmaktadır ($\beta=0,120$).

Tablo 9. Kişilik Özelliklerinin Obsesif Kompulsif Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	T	p	F	Model (p)	R ²
Obsesif Kompulsif	Sabit	4,000	0,835	0,405	7,591	0,001	0,083
	Sosyotropik Kişilik	0,174	3,895	0,000			
	Otonomik Kişilik	-	-	0,703			
			0,020	0,383			

Tablo 9’da kişilik özellikleri ile obsesif kompulsif arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizin anlamlı olduğu saptanmıştır(F=7,591; p<0.01). Obsesif kompulsif düzeyini belirleyicilik açısından kişilik özellikleri değişkenleri ile ilişkisinin zayıf olduğu belirlenmiştir (R²=0,083). Öğrencilerin sosyotropik kişilik seviyesi obsesif kompulsif seviyesini arttırmaktadır (β =0,174). Öğrencilerin otonomik kişilik düzeyi obsesif kompulsif seviyesini etkilememektedir (p>0.05).

Tablo 10. Kişilik Özelliklerinin Kişilerarası Duyarlılık Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	T	p	F	Model (p)	R ²
Kişilerarası Duyarlılık	Sabit	-	-	0,970	7,786	0,001	0,086
	Sosyotropik Kişilik	0,172	0,038	0,000			
	Otonomik Kişilik	0,166	3,911	0,000			
		0,002	0,032	0,975			

Tablo 10’da kişilik özellikleri ile kişilerarası duyarlılık arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizin anlamlı olduğu saptanmıştır (F=7,786; p<0,001). Kişilerarası duyarlılık düzeyinin belirleyicilik açısından kişilik özellikleri değişkenleri ile zayıf bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir(R²=0,086). Sosyotropik kişilik seviyesi kişilerarası duyarlılık seviyesini arttırmaktadır (β =0,166). Otonomik kişilik seviyesi kişilerarası duyarlılık seviyesini etkilememektedir (p>0.05).

Tablo 11. Kişilik Özelliklerinin Depresyon Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R²
Depresyon	Sabit	1,379	0,195	0,845	6,503	0,002	0,071
	Sosyotropik	0,237	3,603	0,000			
	Kişilik						
	Otonomik	-	-	0,770			
	Kişilik	0,023	0,293				

Tablo 11’de kişilik özellikleri ile depresyon arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizin anlamlı olduğu saptanmıştır (F=6,503; p<0.01). Depresyon seviyesinin belirleyicilik açısından kişilik özellikleri değişkenleri ile zayıf bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir (R²=0,071). Sosyotropik kişilik seviyesi depresyon seviyesini arttırmaktadır (β =0,237). Otonomik kişilik seviyesi depresyon seviyesini etkilememektedir (p>0.05).

Tablo 12. Kişilik Özelliklerinin Anksiyete Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R²
Anksiyete	Sabit	2,793	0,586	0,559	4,223	0,017	0,043
	Sosyotropik	0,129	2,900	0,004			
	Kişilik						
	Otonomik	-	-	0,579			
	Kişilik	0,029	0,556				

Tablo 12’de kişilik özellikleri ile anksiyete arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizin anlamlı olduğu saptanmıştır (F=4,223; p<0.05). Anksiyete seviyesinin belirleyicilik açısından kişilik özellikleri değişkenleri ile zayıf bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir (R²=0,043). Sosyotropik kişilik seviyesi anksiyete seviyesini arttırmaktadır (β =0,129). Otonomik kişilik seviyesi anksiyete seviyesini etkilememektedir (p>0.05).

Tablo 13. Kişilik Özelliklerinin Hostilite Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Hostilite	Sabit	-	-	0,968	3,070	0,049	0,028
		0,131	0,041				
	Sosyotropik Kişilik	0,072	2,397	0,018			
	Otonomik Kişilik	0,011	0,321	0,748			

Tablo 13’de kişilik özellikleri kişilik özellikleri ile hostilite arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizin anlamlı olduğu saptanmıştır (F=3,070; p<0.05). Hostilite seviyesini belirleyicilik açısından kişilik özellikleri değişkenleri ile zayıf bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir (R²=0,028). Sosyotropik kişilik seviyesi hostilite seviyesini arttırmaktadır (β =0,072). Otonomik kişilik seviyesi hostilite seviyesini etkilememektedir (p>0.05).

Tablo 14. Kişilik Özelliklerinin Fobik Anksiyete Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Fobik Anksiyete	Sabit	3,283	1,012	0,313	2,306	0,103	0,018
	Sosyotropik Kişilik	0,062	2,050	0,042			
	Otonomik Kişilik	-	-	0,373			
		0,032	0,893				

Tablo 14’de göre kişilik özellikleri ile fobik anksiyete arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz anlamlı sonuç yaratmamıştır (F=2,306; p>0,050).

Tablo 15. Kişilik Özelliklerinin Paranoid Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Paranoit	Sabit	-	-	0,489	7,893	0,001	0,087
		1,913	0,694				
	Sosyotropik Kişilik	0,099	3,844	0,000			
	Otonomik Kişilik	0,015	0,512	0,609			

Tablo 15’de kişilik özellikleri kişilik özellikleri ile paranoid arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizin anlamlı olduğu saptanmıştır (F=7,893; p=0,001<0.05). Paranoid seviyesini belirleyicilik açısından kişilik özellikleri değişkenleri ile zayıf bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir (R²=0,087). Sosyotropik kişilik seviyesi paranoid seviyesini arttırmaktadır (β=0,099). Otonomik kişilik düzeyi paranoid seviyesine etki göstermemektedir (p=0.609>0.05).

Tablo 16. Kişilik Özelliklerinin Psikotizm Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Psikotizm	Sabit	2,621	0,573	0,568	2,427	0,092	0,019
	Sosyotropik	0,094	2,202	0,029			
	Kişilik						
	Otonomik	-	-	0,829			
	Kişilik	0,011	0,216				

Tablo 16’da kişilik özellikleri ile psikotizm arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz anlamlı sonuç yaratmamıştır (F=2,427; p>0,050).

Tablo 17. Kişilik Özelliklerinin Psikotizm Üzerine Etkisi (Stepwise Regresyon)

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	T	p	F	Model (p)	R ²
Psikotizm	Sabit	1,878	0,623	0,534	4,839	0,029	0,026
	Sosyotropik	0,093	2,200	0,029			
	Kişilik						

Tablo 17’de sosyotropik kişilik özellikleri ile psikotizm arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine stepwise regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizin anlamlı olduğu saptanmıştır (F=4,839; p<0.05). Psikotizm seviyesini belirleyicilik açısından sosyotropik kişilik özellikleri değişkeni ile zayıf bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir (R²=0,026). Sosyotropik kişilik seviyesi psikotizm seviyesinde artış oluşturmaktadır (β=0,093).

Tablo 18. Kişilik Özelliklerinin Ek Madde Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R²
Ek Madde	Sabit	2,745	0,804	0,423	5,383	0,006	0,057
	Sosyotropik	0,104	3,281	0,001			
	Kişilik						
	Otonomik	-	-	0,642			
	Kişilik	0,017	0,466				

Tablo 18’de kişilik özellikleri ile ek madde arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizin anlamlı olduğu saptanmıştır (F=5,383; p<0.01). Ek madde seviyesini belirleyicilik açısından sosyotropik kişilik özellikleri değişkeni ile zayıf bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir (R²=0,057). Sosyotropik kişilik seviyesi ruhsal belirti alt testinde yer alan ek madde seviyesini artırdığı görülmektedir (β=0,104). Otonomik kişilik seviyesi ruhsal belirti alt testinde yer alan ek madde seviyesinde etkiye sahip değildir (p>0.05).

3.6.Kişilik Özelliklerinin Stresle Başa Çıkma Tarzları Üzerine Etkisi

Tablo 19. Kişilik Alt Boyutlarının Kendine Güvenli Yaklaşım Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R²
Kendine Güvenli Yaklaşım	Sabit	4,530	1,939	0,054	12,757	0,000	0,140
	Sosyotropik	-	-	0,300			
	Kişilik	0,023	1,040				
	Otonomik	0,128	5,034	0,000			
	Kişilik						

Tablo 19’da kişilik özellikleri ile kendine güvenli yaklaşım arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizin anlamlı olduğu saptanmıştır(F=12,757; p<0.01). Kendine güvenli yaklaşım seviyesinin belirlemede kişilik özellikleri değişkenleri ile ilişkisinin zayıf olduğu saptanmıştır (R²=0,140). Sosyotropik kişilik seviyesi kendine güvenli yaklaşım seviyesinde etki oluşturmamaktadır (p>0.05). Otonomik kişilik seviyesi kendine güvenli yaklaşım düzeyinde artış oluşturmaktadır (β=0,128).

Tablo 20. Kişilik Özelliklerinin İyimser Yaklaşım Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
İyimser Yaklaşım	Sabit	4,884	2,767	0,006	4,790	0,010	0,050
	Sosyotropik	-	-	0,245			
	Kişilik	0,019	1,168				
	Otonomik	0,058	2,990	0,003			
	Kişilik						

Tablo 20’de kişilik özellikleri ile iyimser yaklaşım arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizin anlamlı olduğu saptanmıştır (F=4,790; p<0.05). İyimser yaklaşım seviyesinin belirleyicisi olarak kişilik özellikleri değişkenleri ile ilişkisinin zayıf olduğuna rastlanmıştır (R²=0,050). Sosyotropik kişilik seviyesi iyimser yaklaşım seviyesinde etki oluşturmamaktadır (p>0.05). Otonomik kişilik seviyesi iyimser yaklaşım seviyesinde artış oluşturmaktadır (β =0,058).

Tablo 21. Kişilik Özelliklerinin Çaresiz Yaklaşım Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Çaresiz Yaklaşım	Sabit	5,334	2,265	0,025	17,848	0,000	0,189
	Sosyotropik	0,129	5,869	0,000			
	Kişilik						
	Otonomik	-	-	0,067			
	Kişilik	0,047	1,847				

Tablo 21’de kişilik özellikleri ile çaresiz yaklaşım arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizin anlamlı olduğu yaratmıştır (F=17,848; p<0.01). Çaresiz yaklaşım seviyesini belirleyicilik açısından sosyotropik kişilik özellikleri değişkeni ile zayıf bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir (R²=0,189). Sosyotropik kişilik seviyesi çaresiz yaklaşım seviyesini arttırdığı görülmüştür (β =0,129). Otonomik kişilik düzeyi çaresiz yaklaşım düzeyinde etkiye sahip değildir (p>0.05).

Tablo 22. Kişilik Özelliklerinin Boyun Eğici Yaklaşım Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R²
Boyun Eğici Yaklaşım	Sabit	7,875	4,152	0,000	2,608	0,077	0,022
	Sosyotropik	0,019	1,049	0,296			
	Kişilik						
	Otonomik	-	-	0,034			
	Kişilik	0,044	2,145				

Tablo 22’de kişilik özellikleri ile boyuneğici yaklaşım arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz istatistiksel olarak anlamlı sonuç yaratmamıştır (F=2,608; p>0,050).

Tablo 23. Kişilik Özelliklerinin Boyun Eğici Yaklaşım Üzerine Etkisi (Stepwise Regresyon)

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R²
Boyun Eğici Yaklaşım	Sabit	8,965	5,650	0,000	4,114	0,044	0,021
	Otonomik	-	-	0,044			
	Kişilik	0,042	2,028				

Tablo 23’de otonomik kişilik ile boyun eğici yaklaşım arasındaki ilişki belirlemek amacıyla stepwise regresyon yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda istatistiksel olarak anlamlılık yaratmıştır (F=4,114; p<0.05). Boyuneğici yaklaşım seviyesini belirleyicilik açısından otonomik kişilik özellikleri değişkeni ile zayıf bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir (R²=0,021). Otonomik kişilik düzeyi boyun eğici yaklaşım düzeyinde azalma yaratmaktadır (β=-0,042).

Tablo 24. Kişilik Özelliklerinin Sosyal Destek Arama Yaklaşımı Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	P	F	Model (p)	R²
Sosyal Destek Arama Yaklaşımı	Sabit	8,605	5,846	0,000	1,644	0,197	0,009
	Sosyotropik	0,014	1,034	0,303			
	Kişilik						
	Otonomik	-	-	0,110			
	Kişilik	0,026	1,608				

Tablo 24’de kişilik özellikleri ile sosyal destek arama yaklaşım arasındaki neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz istatistiksel olarak anlamlı sonuç yaratmamıştır (F=1,644; p>0,05)

Tablo 25. Kişilik Özelliklerinin Stresle Başa Çıkma Yaklaşımı Genel Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	P	F	Model (p)	R ²
Stresle Başa Çıkma Yaklaşımı Genel	Sabit	31,229	7,341	0,000	6,296	0,002	0,068
	Sosyotropik Kişilik	0,120	3,019	0,003			
	Otonomik Kişilik	0,068	1,471	0,144			

Tablo 25’de kişilik özellikleri ile stresle başa çıkmada genel düzey arasında neden sonuç ilişkisine bakılmıştır. Bunun üzerine regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz istatistiksel olarak anlamlı olduğu yaratmıştır (F=6,296; p<0.05). Stresle başa çıkmada genel düzeyi belirlemek açısından sosyotropik ve otonomik kişilik özellikleri değişkeni ile zayıf bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir (R²=0,068). Sosyotropik kişilik düzeyi stresle başa çıkma yaklaşımı genel düzeyini arttırmaktadır (β =0,120). Otonomik kişilik düzeyi stresle başa çıkma yaklaşımı genel düzeyini etkilememektedir (p=0.144>0.05).

3.7.Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Demografik Özelliklere Göre Dağılımı

Tablo 26. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Anne Babanın Nasıl Tanımlandığına Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	Demokratik	41	72,000	13,713	2,129	0,546
	Otoriter	50	69,160	16,226		
	Koruyucu	50	70,200	13,018		
	Reddedici	5	63,800	16,814		
Otonomik Kişilik	Demokratik	41	76,000	12,139	0,219	0,974
	Otoriter	50	76,620	14,651		
	Koruyucu	50	76,480	10,564		
	Reddedici	5	74,200	5,891		

Tablo 26’da kişilik özellikleri puan ortalamalarının anne babanın nasıl tanımlandığı değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında gruplara ait ortalamalar arasındaki farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür(p>0.05)

Tablo 27. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Anne Eğitim Durumuna Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	İlkokul Mezunu	70	69,057	15,734	8,180	0,042
	Orta Okul Mezunu	25	77,520	12,590		
	Lise Mezunu	26	68,539	10,966		
	Yüksek Okul Veya üniversite Mezunu	25	67,400	13,931		
Otonomik Kişilik	İlkokul Mezunu	70	76,314	12,243	0,378	0,945
	Orta Okul Mezunu	25	76,240	12,424		
	Lise Mezunu	26	75,462	11,254		
	Yüksek Okul Veya üniversite Mezunu	25	77,280	14,135		

Tablo 27’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının anne eğitimi durumu değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Gruplar arasındaki farklılığın hangi gruptan oluştuğunu belirlemek üzere Mann Withney U testinden faydalanılmıştır.

Grup ortalamaları arasındaki farkın anlamlı yaratmıştır(KW=8,180; $p<0.05$). Bunun sonucunda; anne eğitim durumu Ortaokul mezunu olanların sosyotropik kişilik puanları ($77,520 \pm 12,590$), anne eğitim durumu İlkokul mezunu olanların sosyotropik kişilik puanlarından ($69,057 \pm 15,734$) yüksek yaratmıştır. Anne eğitim durumu Ortaokul mezunu olanların sosyotropik kişilik puanları ($77,520 \pm 12,590$), anne eğitim durumulise mezunu olanların sosyotropik kişilik puanlarından ($68,539 \pm 10,966$) yüksek yaratmıştır. Anne eğitim durumu Ortaokul mezunu olanların sosyotropik kişilik puanları ($77,520 \pm 12,590$), anne eğitim durumu Yüksek okul veya üniversite mezunu olanların sosyotropik kişilik puanlarından ($67,400 \pm 13,931$) yüksek yaratmıştır.

Otonomik kişilik puanları ortalamalarının anne eğitim durumu değişkeni açısından grup ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür. $p>0.05$).

Tablo 28. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Baba Eğitim Durumuna Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	İlkokul Ve Altı	41	69,073	16,328	0,649	0,885
	Orta Okul	20	67,900	17,900		
	Mezunu					
	Lise Mezunu	39	72,513	13,240		
	Yüksek Okul Ve üzeri	46	70,022	11,988		
Otonomik Kişilik	İlkokul Ve Altı	41	75,781	13,462	5,652	0,130
	Orta Okul	20	77,150	12,542		
	Mezunu					
	Lise Mezunu	39	79,718	9,817		
	Yüksek Okul Ve üzeri	46	73,544	12,755		

Tablo 28’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının baba eğitim değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında gruplara ait ortalamalar arasındaki farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür($p>0.05$).

Tablo 29. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Birlikte Yaşanan Kişiye Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	Anne Ve Baba	59	70,390	12,912	5,930	0,204
	Anne Veya Baba	10	58,900	16,563		
	Yalnız	24	72,375	15,767		
	Eş (çocuk)	5	66,600	18,609		
	Arkadaş (sevgili)	48	71,396	14,203		
Otonomik Kişilik	Anne Ve Baba	59	75,610	11,564	2,155	0,707
	Anne Veya Baba	10	75,600	19,103		
	Yalnız	24	74,750	14,072		
	Eş (çocuk)	5	80,800	8,955		
	Arkadaş (sevgili)	48	77,646	11,163		

Tablo 29’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının birlikte yaşadığı kişi değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını

belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında gruplara ait ortalamalar arasındaki farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Tablo 30. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Düşünce Ve Davranışların Kabul Görme Düzeyine Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	Her Zaman Kabul Görürüm	21	64,857	12,959	6,933	0,031
	Gerektiği Zaman Kabul Görürüm	99	72,364	14,769		
	Bazen Kabul Görürüm	26	65,885	12,596		
	Her Zaman Kabul Görürüm	21	77,762	12,950		
Otonomik Kişilik	Gerektiği Zaman Kabul Görürüm	99	76,475	11,862	1,105	0,576
	Bazen Kabul Görürüm	26	74,539	13,828		

Tablo 30’da kişilik özellikleri puan ortalamalarının düşünce ve davranışların kabul görme değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Gruplar arasındaki farklılığın hangi gruptan oluştuğunu belirlemek üzere Mann Withney U testinden faydalanılmıştır. Grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı sonuç yaratmıştır (KW=6,933; $p=0,031<0.05$). Bunun sonucunda; düşünce ve davranışların kabul görme düzeyi Gerektiği zaman kabul görürüm olanların sosyotropik kişilik puanları ($72,364 \pm 14,769$), düşünce ve davranışların kabul görme düzeyi Her zaman kabul görürüm olanların sosyotropik kişilik puanlarından ($64,857 \pm 12,959$) yüksek sonuç yaratmıştır. Düşünce ve davranışların kabul görme düzeyi Gerektiği zaman kabul görürüm olanların sosyotropik kişilik puanları ($72,364 \pm 14,769$), düşünce ve davranışların kabul görme düzeyi bazen kabul görürüm olanların sosyotropik kişilik puanlarından ($65,885 \pm 12,596$) yüksek sonuç yaratmıştır.

Otonomik kişilik puanları ortalamalarının düşünce ve davranışların kabul görme değişkeni açısından grup ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür. ($p>0.05$)

Tablo 31. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Gelir Düzeyine Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	1000 TL Ve Altı	23	62,826	16,489	11,071	0,011
	1001-1500 TL	23	76,348	10,469		
	Arasında					
	1501-2000 TL	29	67,690	14,984		
Otonomik Kişilik	Arasında				1,618	0,655
	2001 TL Ve üzeri	71	71,479	13,707		
	1000 TL Ve Altı	23	77,435	14,703		
	1001-1500 TL	23	75,435	11,049		
	Arasında					
1501-2000 TL	29	74,103	11,255			
Arasında						
	2001 TL Ve üzeri	71	77,141	12,436		

Tablo 31’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının gelir düzeyi değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Gruplar arasındaki farklılığın hangi gruptan oluştuğunu belirlemek üzere Mann Withney U testinden faydalanılmıştır. Grup ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğu sonucunu yaratmıştır (KW=11,071; p=0,011<0.05). Bunun sonucunda; gelir düzeyi 1001-1500 TL arasında olanların sosyotropik kişilik puanları (76,348 ± 10,469), gelir düzeyi 1000 TL ve altı olanların sosyotropik kişilik puanlarından (62,826 ± 16,489) yüksek yaratmıştır. Gelir düzeyi 2001 TL ve üzeri olanların sosyotropik kişilik puanları (71,479 ± 13,707), gelir düzeyi 1000 TL ve altı olanların sosyotropik kişilik puanlarından (62,826 ± 16,489) yüksek sonuç yaratmıştır. Gelir düzeyi 1001-1500 TL arasında olanların sosyotropik kişilik puanları (76,348 ± 10,469), gelir düzeyi 1501-2000 TL arasında olanların sosyotropik kişilik puanlarından (67,690 ± 14,984) yüksek sonuç yaratmıştır.

Otonomik kişilik puanları ortalamalarının gelir düzeyi değişkeni açısından grup ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür.(p>0.05).

Tablo 32. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Tercihlerin Kime Danışıldığına Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	Tercihlerimi Kendim	49	71,714	14,175	2,536	0,469
	Belirlerim					
	Aileme Danışırım	76	69,671	14,240		
	Arkadaşıma Danışırım	15	70,533	17,046		
	Partnerime Danışırım	6	62,000	12,570		
Otonomik Kişilik	Tercihlerimi Kendim	49	76,041	12,042	1,571	0,666
	Belirlerim					
	Aileme Danışırım	76	76,079	11,389		
	Arkadaşıma Danışırım	15	79,333	15,819		
	Partnerime Danışırım	6	74,000	18,352		

Tablo 32’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının tercihlerin kime danışıldığı değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında gruplara ait ortalamalar arasındaki farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Tablo 33. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Sınıfa Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	1	27	71,222	16,310	2,304	0,512
	2	100	69,490	14,373		
	3	10	68,500	13,468		
	4	9	75,778	10,378		
Otonomik Kişilik	1	27	78,222	14,939	6,562	0,087
	2	100	75,050	11,115		
	3	10	77,200	16,505		
	4	9	83,667	10,087		

Tablo 33’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının sınıf değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında gruplara ait ortalamalar arasındaki farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Tablo 34. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Yaşa Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	19 Yaş Ve Altı	35	69,771	15,613	0,326	0,988
	20 Yaş	44	70,182	12,350		
	21 Yaş	26	71,885	15,713		
	22-24 Yaş	24	70,000	15,206		
	25 Yaş Ve üzeri	17	68,235	15,340		
	21 Yaş	26	13,654	4,890		
	22-24 Yaş	24	13,958	3,665		
	25 Yaş Ve üzeri	17	13,824	3,321		
	Otonomik Kişilik	19 Yaş Ve Altı	35	74,857		
20 Yaş		44	76,977	12,925		
21 Yaş		26	75,923	14,510		
22-24 Yaş		24	78,875	12,177		
25 Yaş Ve üzeri		17	74,588	12,585		

Tablo 34’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının yaş değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında gruplara ait ortalamalar arasındaki farkı anlamlı bulunmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Tablo 35. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Yetiştığı Yere Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	İl	90	70,856	14,452	1,267	0,531
	İlçe	35	70,200	13,262		
	Köy Ve Kasaba	21	66,905	16,453		
	İl	90	76,422	13,104		
İlçe	35	75,371	10,065			
Köy Ve Kasaba	21	77,429	12,781			
Kasaba						

Tablo 35’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının yetişilen yer değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında gruplara ait ortalamalar arasındaki farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Tablo 36. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Çocuklukta Anne Babanın Denetleme Tutumuna Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	Aşırı Denetleyen	38	65,290	14,647	6,996	0,030
	Yeterince Denetleyen	85	71,400	14,696		
	Biraz Denetleyen	23	73,435	11,461		
Otonomik Kişilik	Aşırı Denetleyen	38	78,290	15,306	2,125	0,346
	Yeterince Denetleyen	85	75,177	11,957		
	Biraz Denetleyen	23	77,261	7,053		

Tablo 36'e göre kişilik özellikleri puan ortalamalarının anne babanın denetleme tutumu değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Gruplar arasındaki farklılığın hangi gruptan oluştuğunu belirlemek üzere Mann Withney U testinden faydalanılmıştır. Grup ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğu sonucunu yaratmıştır (KW=6,996; $p < 0.05$). Bunun sonucunda; çocuklukta anne babanın denetleme tutumu Yeterince denetleyen olanların sosyotropik kişilik puanları (71,400 \pm 14,696), çocuklukta anne babanın denetleme tutumu Aşırı denetleyen olanların sosyotropik kişilik puanlarından (65,290 \pm 14,647) yüksek sonuç yaratmıştır. Çocuklukta anne babanın denetleme tutumu biraz denetleyen olanların sosyotropik kişilik puanları (73,435 \pm 11,461), çocuklukta anne babanın denetleme tutumu Aşırı denetleyen olanların sosyotropik kişilik puanlarından (65,290 \pm 14,647) yüksek sonuç yaratmıştır.

Otonomik kişilik puanları ortalamalarının anne babanın denetleme tutumu değişkeni açısından grup ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür ($p > 0.05$).

Tablo 37. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Çocuklukta Anne Babanın İlgisine Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	Aşırı İlgili	38	67,658	12,506	2,973	0,226
	Yeterince İlgili	91	71,604	15,465		
	Biraz İlgili	17	67,765	12,281		
Otonomik Kişilik	Aşırı İlgili	38	74,974	14,762	0,482	0,786
	Yeterince İlgili	91	77,088	11,806		
	Biraz İlgili	17	75,177	9,009		

Tablo 37’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının çocuklukta anne babanın ilgisi değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında gruplara ait ortalamalar arasındaki farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Tablo 38. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Çocuklukta Anne Babanın Kontrolüne Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p
Sosyotropik Kişilik	Aşırı Kontrollü	32	65,563	14,178	3,561	0,169
	Yeterince Kontrollü	94	71,287	15,092		
	Biraz Kontrollü	20	72,000	10,183		
Otonomik Kişilik	Aşırı Kontrollü	32	78,281	14,805	1,060	0,589
	Yeterince Kontrollü	94	75,585	12,182		
	Biraz Kontrollü	20	76,600	8,210		

Tablo 38’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının çocuklukta anne baba kontrolü değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Kruskal Wallis H-Testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında gruplara ait ortalamalar arasındaki farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Tablo 39. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Cinsiyete Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	MW	p
Sosyotropik Kişilik	Kadın	114	68,974	14,087	1 454,500	0,080
	Erkek	32	74,250	15,164		
Otonomik Kişilik	Kadın	114	76,026	12,067	1 664,000	0,449
	Erkek	32	77,344	13,384		

Tablo 39’da kişilik özellikleri puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Mann Whitney-U testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında grup ortalamalarına ait farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür($p>0,05$).

Tablo 40. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Geçmişte Ailede Psikiyatrik Tanı Durumuna Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	MW	P
Sosyotropik Kişilik	Evet	20	71,800	13,725	1 127,500	0,451
	Hayır	126	69,865	14,589		
Otonomik Kişilik	Evet	20	81,550	13,141	872,000	0,027
	Hayır	126	75,484	12,045		

Tablo 40’da kişilik özellikleri puan ortalamalarının geçmişte ailede psikiyatrik tanı değişkeni ile birlikte incelendiğinde anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Grup ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğu sonucunu yaratmıştır (Mann Whitney U=872,000; $p<0,05$). Geçmişte ailesinde psikiyatrik tanı alanların otonomik kişilik puanları ($x=81,550$), Geçmişte ailesinde psikiyatrik tanı almayan otonomik kişilik puanlarından ($x=75,484$) yüksek olduğu sonucunu yaratmıştır.

Sosyotropik kişilik puan ortalamalarının geçmişte ailede psikiyatrik tanı durumu değişkenine göre anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Mann Whitney-U testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında grup ortalamalarına ait farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür($p>0,05$).

Tablo 41. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Geçmişte Psikiyatrik Tanı Alma Durumuna Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	MW	P
Sosyotropik Kişilik	Evet	21	68,191	15,980	1 252,000	0,736
	Hayır	125	70,456	14,213		
Otonomik Kişilik	Evet	21	76,619	15,596	1 266,500	0,797
	Hayır	125	76,264	11,772		

Tablo 41’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının geçmişte psikiyatrik tanı alma değişkenine göre anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Mann Whitney-U testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında grup ortalamalarına ait farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür($p>0,05$).

Tablo 42. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Medeni Duruma Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	MW	p
Sosyotropik Kişilik	Bekar	141	70,440	14,103	277,000	0,416
	Evli	5	61,400	22,412		
Otonomik Kişilik	Bekar	141	76,511	12,069	308,500	0,636
	Evli	5	70,800	19,370		

Tablo 42’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Mann Whitney-U testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında grup ortalamalarına ait farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür ($p>0,05$).

Tablo 43. Öğrencilerin Kişilik Özelliklerinin Temel Bakımının Kim Tarafından Verildiğine Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	MW	p
Sosyotropik Kişilik	Anne	129	70,481	14,286	956,000	0,391
	Diğer	17	67,471	15,788		
Otonomik Kişilik	Anne	129	76,318	11,356	985,000	0,496
	Diğer	17	76,294	18,614		

Tablo 43’de kişilik özellikleri puan ortalamalarının temel bakımın kimin tarafından verildiği değişkenine göre anlamlı farklılığa sahip olup olmadığını belirlemek üzere Mann Whitney-U testi uygulanmıştır. Sonuçlar sonrasında grup ortalamalarına ait farkın anlamlı bulunmadığı görülmüştür ($p>0$).

BÖLÜM IV

4.TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde sosyotropik ve otonomik kişilik özelliğinin stresle başa çıkma tarzları ve ruhsal belirtiler ile ilişkisini belirlemektir. Ayrıca araştırmada kişilik özelliklerinin sosyodemografik değişkenlere göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığı değerlendirilmiştir.

Öncelikle, üniversite öğrencilerinin sosyotropik ve otonomik kişilik özelliğinin stresle başa çıkma tarzları ve ruhsal belirtiler üzerindeki etkisi literatür ışığında değerlendirilecektir. Son olarak, sosyodemografik değişkenler ile ilgili bulgular yorumlanacaktır.

4.1. Demografik Değişkenlerdeki Farklılıkların Tartışılması

4.1.1. Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Kişilik Özelliklerinin Tartışılması

Öğrencilerin sosyotropik kişilik ile otonomik kişilik puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde anlamlı fark bulunamamıştır. Buna göre cinsiyetin kişilik özelliklerinde bir farklılaşma oluşturmadığı düşünülebilir. Ceylan'ın (2009) çalışmasında kadın ve erkeklerin sosyotropi ve otonomi düzeyleri puan ortalamaları arasında fark çıkmamıştır. Keskin ve Yıldırım (2008) tarafından üniversite öğrencilerine yönelik çalışmalarında otonomi düzeylerinin kadın ve erkeklerde bir fark oluşturmadığı görülmüştür. Çetin'in (2008) araştırmasında kadın ve erkeklerin puan ortalamaları sosyotropik ve otonomik olma durumuna göre fark yaratmamıştır. Kaya ve diğerlerinin (2006) yaptığı bir çalışmada öğrencilerin sosyotropik-otonomik kişilik özelliklerinin kadın ve erkeklerde farklılık oluşturmadığı

sonucuna varmıştır. Literatür, araştırmamızdan elde edilen bulguyu destekler niteliktedir.

4.2.2. Öğrencilerin Yaşlarına Göre Kişilik Özelliklerinin Tartışılması

Öğrencilerin sosyotropik kişilik ile otonomik kişilik puanları ortalamalarının yaş değişkenine göre incelendiğinde anlamlı fark bulunamamıştır. Buna göre bireylerin kişilik özelliklerinin yaşa bağlı olarak değişmediği düşünülebilir. Bu bulgu ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde; Seren (1998) hemşirelerle yaptığı bir araştırmada yaş ile sosyotropi-otonomi puanlarının ortalamaları arasında fark bulunamamıştır. Aydın'ın (2007), hemşirelerin kişilik özellikleri incelendiğinde, yaş ile otonomi puan ortalamaları arasındaki fark önemsiz bulunmuştur. Bir başka çalışmada Baydoğan ve Dağ'ın (2008) tarafından gerçekleştirilmiştir. Hemodiyaliz hastalarında yaş ile sosyotropi-otonomi puanlarının ortalamaları arasındaki fark önemsiz bulunmuştur. Akkaya'nın (2009), üniversite öğrencilerinin yaşları ile otonomi-sosyotropi ortalamaları arasında farkın olmadığı görülmüştür. Literatür araştırmamızdan elde edilen bulguyu destekler niteliktedir.

4.2.3. Öğrencilerin Gelir Durumuna Göre Kişilik Özelliklerinin Tartışılması

Öğrencilik kişilik özelliklerinin gelir düzeylerine göre farklılaşması incelendiğinde sosyotropik kişilik alt boyutlarında anlamlı düzeyde 1001-1500 TL arasında geliri olanların en yüksek, 1000 TL ve altı olanların en düşük puana sahip oldukları söylenebilir. Literatürde gelir düzeyinin kişiliğe olan etkisine dair en önemli bulgunun aile içindeki iletişim ve destek ile ilgili olduğu görülmektedir (Saymaz 2003). Bu açıdan gelirin anlamlı etkisi şaşırtıcı olmamıştır. Gelir düzeyinin düşük olması olumsuz niteliklerin artışına sebebiyet verebilir.

4.2. Kişilik Özelliklerinin Ruhsal Belirtiler İle İlişkisinin Tartışılması

4.2.1. Sosyotropik Kişilik Özelliğinin Somatizasyon Düzeyi İle İlişkisinin Tartışılması

Elde edilen bulgular, katılımcı öğrencilerin sosyotropik kişilik özelliği ile somatizasyon düzeyi arasında pozitif anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Somatizasyon

duygu ve düşüncelerini dışarıya yansıtmakta ve ifade etmekte zorlanan, sosyal onay alamayacağı endişesi yaygın olan, kaygılı ve güvensiz kişilerde daha sık görülebilir. Nitekim anksiyete ile somatizasyon birlikte görülebilir hatta bu durum iç içe geçebilir (Lipowski, 1998) Psikosomatik hastalıklar ile birtakım kişilik özellikleri arasında ilişki olduğu bilinmektedir. Özdenetim azlığı kişilerde anksiyete ve somatizasyon gibi bir takım semptomları artırıyor olabilir. (Yousfi ve ark., 2004). Onaylanma kaygısı kişide iç çatışma yaşatabilir. Yaşanan iç çatışma sonrasında bastırılmış duyguların bilinç dışı bedensel yakınmayla kendisini gösterdiği söylenebilir. Bu bağlamda ilgili çalışmalarda, onaylanma ihtiyacı yüksek kişilerde somatizasyon ile anlamlı olarak etkilendiğini ifade etmek yanlış olmayacaktır. Bu bilgiler ışığında, literatüre paralel ve hipotezin desteklendiği bir sonuç elde edildiği söylenebilir.

4.2.2. Sosyotropik Kişilik Özelliğinin Obsesif Kompulsif Düzeyi İle İlişkisinin Tartışılması

Elde edilen bulgulara göre, katılımcı öğrencilerin otonomik kişilik özelliği ile obsesif kompulsif düzeyi arasında bir ilişki bulunmazken sosyotropik kişilik özelliği ile pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgulara göre, katılımcı öğrencilerin sosyotropik kişilik özelliği obsesif kompulsif düzeyini arttırmaktadır. Bartholomew ve Horowitz (1991) göre, korkulu ve saplantılı bağlananların, korkulu ve saplantılı bağlanmayan grupla oranla daha yüksek onaylanmama kaygısı ve başkalarını memnun etme isteği göstermesi beklenmektedir.

4.2.3. Sosyotropik Kişilik Özelliğinin Kişilerarası Duyarlılık Düzeyi İle İlişkisinin Tartışılması

Elde edilen bulgulara göre, katılımcı öğrencilerin sosyotropik kişilik özelliği ile kişilerarası duyarlılık düzeyi arasında pozitif anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Onay bekleme ve karşı tarafa bağımlı olma hali kişilerarası duyarlılığı arttırmaktadır. Kişiler arası ilişkilerde algılanan kayıp veya reddedilmenin etkisinden bahsetmek olası görülmektedir (Karahan, 2009; Kaya vd, 2006). Yapılan bir diğer çalışmada, kişilerarası duyarlılık ile otonomi arasında ilişki bulunmazken, sosyotropi arttıkça

kişilerarası duyarlılığın da arttığı yaratmıştır (Otani K, vd., 2012). Bu bağlamda literatür ile uyumlu veri elde edilmiştir.

4.2.4. Sosyotropik Kişilik Özelliğinin Depresyon Düzeyi İle İlişkisinin

Tartışılması

Elde edilen bulgulara göre, katılımcı öğrencilerin sosyotropik kişilik özelliği ile depresyon düzeyi arasında pozitif anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Sato ve Mc Cann (1998), tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, sosyotropi, otonomi ve depresyon ilişkisi araştırılmıştır. Araştırma bulguları, Beck Depresyon Envanterinden elde edilen ölçümlerin, otonomiye nazaran, sosyotropi ile daha ilişkili olduğunu göstermiştir (Didişen vd., 2016). Sosyotropi ile depresyon arasında ilişkiyi inceleyen başka bir çalışmada orta düzeyde bir ilişkinin bulunduğu ortaya çıkmıştır (Baydoğan ve Dağ, 2008) Alford ve Gerrity'in çalışmasında ise sosyotropi ile depresyon arasında benzer bir ilişkinin bulunduğunu saptamıştır. (Alford ve Gerrity, 2003) Bu bilgiler ışığında, literatüre paralel ve hipotezin desteklendiği bir sonuç elde edildiği söylenebilir.

4.2.5. Sosyotropik Kişilik Özelliğinin Anksiyete Düzeyi İle İlişkisinin

Tartışılması

Elde edilen bulgulara göre, katılımcı öğrencilerin sosyotropik kişilik özelliği ile anksiyete düzeyi arasında pozitif anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Fresco ve diğerleri (2001) çalışmalarında yüksek sosyotropinin, anksiyete ile ilişkiye sahip olduğunu belirtmişlerdir. Sosyotropinin, anksiyete ile pozitif yönde bir ilişkiye sahip olduğunu saptamıştır. Alford ve Gerrity (1995) anksiyete zemin hazırlamada sosyotropi kişilik özelliğinin önemli bir faktör olduğu belirlenmiştir. Diğer insanlarda onay alma ve başkalarını tarafından kabul görme ihtiyaçları olan kişilerin kaygı düzeyleri de yüksek olmaktadır. (Ellis, 1962; Goldfried ve Sobocinski, 1975; Leary ve Kowalski, 1995). Bu bilgiler ışığında, literatüre paralel ve hipotezin desteklendiği bir sonuç elde edildiği söylenebilir.

4.2.6. Sosyotropik Kişilik Özelliğinin Hostilite Düzeyi İle İlişkisinin Tartışılması

Elde edilen bulgulara göre, katılımcı öğrencilerin sosyotropik kişilik özelliği ile hostilite düzeyi arasında pozitif anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Düşünce, duygu ve davranış boyutlarındaki öfke ve düşmanlık anlamına gelen hostilite; bireyin, diğerlerine karşı beslediği hoşlanmama duygularıdır bu durum kişinin diğerlerini olumsuz olarak tariflemesi olarak ortaya çıkar (Boman, 2000). Özerk olmaktan engellenen kişiler bu durumun yarattığı düşmanca eğilimlere sahip olabilirler. Engellenme sonunda bastırılan kızgınlık nasıl olsa yitirmeyeceğimiz insanlara yöneltebilir. Örneğin, diğer insanlarla olan ilişkilerinde öfkesini bastıran kişi açığa çıkmamış öfkesini aile bireylerine yöneltebilir. Diğer kişilerle sevecen yumuşak başlı olmasına karşılık evinde hiddetli ve hırçın davranışlar sergileyebilir (Gençtan, 2008). Sato ve McCann'e (2007) göre, sosyotropik kişiler kendilerine daha yakın olanlara kin besleyebileceklerini ifade etmiştir. Otonomik kişiler ise, kendilerine yakın olmayan kişilere zorbaca davranabilirler, yakın olan kişilere karşı ise çekingen davranırlar. Sosyal çevreden onay alma uğraşları olan bireylerin olumsuz duygularını bastırmaları sonucunda agresyon tepkileri verdiği düşünülebilir. Litartürde bulunan bilgiler elde edinilen bulguyu destekler niteliktedir.

4.2.7. Sosyotropik Kişilik Özelliğinin Paranoid Düzeyine İle İlişkisinin Tartışılması

Elde edilen bulgulara göre, katılımcı öğrencilerin sosyotropik kişilik özelliği ile paranoid düzeyi arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. SCL-90 R ölçeğinde paranoid düşünce; *'sorunlarınızdan pek çoğu için başkalarını suçlamanması gerektiği duygusu'*, *'çoğu kişiye güvenilmemesi gerektiği hissi'*, *'başkalarının sizi gözlediği veya hakkınızda konuştuğu hissi'*, *'başkalarının paylaşım kabul etmediği inanç ve düşüncelerinin olması'*, *'başkalarının size başarılarınız için yeterince takdir etmediği duygusu'* ve *'eğer izin verirsiniz insanların size sömüreceği duygusu'* sorularından oluşmaktadır. Freud'a göre kötülük paranoyalı insanların diğer insanlardaki küçük ayrıntıları alıp kendi referans kuruntularında kullanırlar. Referans kuruntularının anlamı bütün yabancılardan sevgi beklemeldir. (Aktaran: Budak, 1997 s. 201) Psikodinamik kuramlar paranoid semptomların gelişmesini açıklamada

kişilerin aşırı duyarlı kimseler oldukları üzerinde durmaktadır (Hocaoğlu, 2001). Elde edilen bu bulgu literatür ışığında değerlendirildiğinde kişilerarası ilişkilere aşırı önem veren bireylerde bir takım paranoid belirtilerin görülebildiği düşünülebilir. Kesin tanı anamnez, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM) ve yapılandırılmış klinik görüşme tekniği (SCID) ile konulabilir. Sonuç olarak sosyotropi ve paranoya arasında muhtemel bir ilişkinin varlığından söz edilebilir.

4.2.8.Sosyotropik Kişilik Özelliğinin Psikotizm Düzeyi İle İlişkinin Tartışılması

Elde edilen bulgulara göre, psikotizm düzeyi öğrencilerin otonomik kişilik özelliği ile arasında bir ilişkiye sahip değilken sosyotropik kişilik özelliği ile pozitif yönde bir ilişki sahip olduğu görülmüştür. SCL-90 R ölçeğinde psikotizm '*herhangi bir kimsenin düşüncelerinizi kontrol edebileceği fikri*', '*başkalarının duymadıkları sesleri duyma*', '*diğer insanların sizin özel düşüncelerinizi bilmesi*', '*size ait olmayan düşüncelere sahip olma*' '*başkalarıyla birlikte olunan durumlarda bile yalnız hissetme*', '*cinsiyet konusunda size çok rahatsız eden düşüncelerin olması*', '*günahlarınızdan dolayı cezalandırılacağınız hissi*', '*bedeninizde ciddi bir rahatsızlık olduğu düşüncesi*', '*başka bir kişiye karşı asla yakınlık duyamama*' ve '*aklınızda bir bozukluğun olduğu düşüncesi*' sorularından oluşmaktadır. Kernberg (1975)'e göre psikotik örgütlenmede kimlik bütünlüğü bulunmamakta, alt düzey savunma mekanizmaları kullanılmakta ve gerçeği değerlendirme yetisi bozulmuştur. Nevrotik düzeyde örgütlenmede ise kimlik bütünlüğü tam, savunma mekanizmaları üst düzeyde ve gerçeği değerlendirme tamdır (Aktaran: Atakay, 1999). Güleç'e (2006) göre, nevrotik örgütlenme de gerçeği değerlendirme yeteneğinin bozulmaz, daha ziyade psiko-sosyal stres faktörleriyle ilişkili olarak ortaya çıkar. Bu bağlamda olağan dışı düşünceler ve imgeler her zaman psikotik bulgulara işaret etmeyebilir (Peseschkain, 2015) Kesin tanı anamnez, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM) ve yapılandırılmış klinik görüşme tekniği (SCID) ile konulabilir.

4.2.9. Sosyotropik Kişilik Özelliğinin Ek Maddeler (Uyku-yeme problemleri ve suçluluk) Düzeyine İle İlişkisinin Tartışılması

Elde edilen bulgulara göre, katılımcı öğrencilerin sosyotropik kişilik özelliği ile ek maddeler (uyku-yeme problemleri ve suçluluk) pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Lynch, Robins, Morse (2003) tarafından yapılan bir çalışmada, kişilik özellikleri, sosyotropi-otonomi ve depresyondaki hastaların psikopatolojik semptomları arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma sonucunda sosyotropi, kişilerarası duyarlılık, suçluluk ve depresif semptomlarla ilişkili yaratmıştır. Elde ettiğimiz bulguları kısmen desteklemektedir.

Özetle elde edilen bulgular ışığında, katılımcı öğrencilerin sosyotropik kişilik düzeyi somatizasyon, obsesif kompulsif, anksiyete, hostilite, paranoit, psikotizm, kişilerarası duyarlılık ve ek maddeler düzeyini arttırmaktadır. Sosyotropik kişilik düzeyi yüksek kişiler sosyal ilişkilerden sürekli olarak anlam ve yargı çıkarmaya çalışmaktadırlar (Dobson ve Dobson, 2009). Bu sebeple, olumsuzlukla karşılaştıklarında ruh sağlıklarında olumsuz sonuçlar olması şaşırtıcı değildir. Dışa bağımlılık hali kuşkusuz ki istenmeyen ruhsal belirtileri arttırmaktadır. Bu bilgiler doğrultusunda kurulan hipotezler doğrulanmaktadır.

4.3. Kişilik Özelliklerinin Stresle Başa Çıkma Tarzları İle İlişkisinin Tartışılması

4.3.1. Otonomik Kişilik Özelliğinin Kendine Güvenli Yaklaşım Tarzı İle İlişkisinin Tartışılması

Elde edilen bulgulara göre, katılımcı öğrencilerin otonomik kişilik özelliği ile işlevsel stresle başa çıkma tarzı olan kendine güvenli yaklaşım arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bağlamda güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin stresin yarattığı olumsuz duyguları kontrol altına alabildikleri (Mikulincer ve Florian, 1995), olumsuz duygu durumlarını düzeltmede kendilerine güvendikleri (McCarthy ve ark., 2001) ifade edilmektedir. Yapılan bir çalışmada Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin stresle baş etmede en çok kendine güvenli yaklaşım yöntemini kullandıkları bildirilmiştir (Temel, Bahar ve Çuhardar, 2007). Otonominin kişisel başarı faktörüyle kişinin kendine güvenli olması ile bir ilişki kurulabilir. Başarı ile kişinin kendine olan güvenin artmasında bir ilişki bulunmaktadır (Güler ve Çınar, 2010). Elde ettiğimiz bu bulgu literature ile paralellik göstermektedir.

4.3.2. Otonomik Kişilik Özelliğinin İyimser Yaklaşım Tarzı İle İlişkisinin Tartışması

Elde edilen bulgulara göre, katılımcı öğrencilerin otonomik kişilik özelliği ile bir diğer işlevsel stresle başa çıkma tarzı olan iyimser yaklaşım arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki görülmüştür. Kişiler stres yaratan durumlarda kendilerine olan güven duygularını kaybetmediğinde problemlerinin çözümleneceği yönündeki olumlu inançlarını sürdürmeye devam ederler ve daima çaba içerisinde olarak başa çıkmada aktif ve problemin çözümüne yönelik davranırlar. (Akbağ, 2000) Kendine güvenen öğrencilerin stresle başa çıkmada iyimser yaklaşımı da kullandıkları düşünülebilir. Bu bağlamda otonomik kişilik özelliğine sahip öğrencilerin stresle başa çıkmada daha çok kendine güvenli yaklaşımı ve iyimser yaklaşımı kullandıkları söylenebilir. Litaratürden edinilen bilginde bulguları desteklediği sonucuna varılabilir.

4.3.4. Sosyotropik Kişilik Özelliğinin Boyuneğici Yaklaşım Tarzı İle İlişkisinin Tartışılması

Elde edilen bulgulara göre, katılımcı öğrencilerin sosyotropik kişilik özelliği ile boyuneğici yaklaşım tarzı arasında bir ilişki bulunmazken otonomik kişilik özelliği ile negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Yapılan bir araştırmada akademik başarısı nispeten daha düşük olan öğrencilerin boyun eğici davranış düzeyi akademik başarısı nispeten daha yüksek olan öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bunun sonucunda akademik başarı düzeyi yükseldikçe boyuneğici davranışları azalttığı sonucuna varılmıştır (Koç, Bayraktar ve Çolak, 2010) Bu açıdan elde edinilen bulgu beklenen gibidir.

Genel olarak otonomik kişilik özelliğine sahip bireylerin stresle başa çıkmada daha etkili tarzları kullandığı düşünülmektedir. Sporcular üzerinde yapılan çalışmada otonomik kişilik özelliğine sahip kişilerin, stresleriyle daha etkili baş edebildikleri belirtilmiştir (Ceylan, 2005).

4.3.5. Sosyotropik Kişilik Özelliğinin Çaresiz Yaklaşım Tarzı İle İlişkisinin Tartışılması

Katılımcı öğrencilerin sosyotropik kişilik özelliği ile işlevsel olmayan stresle başa çıkma tarzı olan çaresiz yaklaşım arasında pozitif ve anlamlı olduğu görülmüştür. Sosyotropik bireylerin yeteneklerini daha az ortaya koyma eğiliminde oldukları, çaresizlik duygularını daha yoğun yaşadıkları saptanmıştır (Davies, 1982). Yapılan bir araştırmada, dış kontrol odağının çaresiz yaklaşımla pozitif yönde kendine güvenli, iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama ile negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişki gösterdiği saptanmıştır (Gürdil, 2007). Elde edilen bu bulgu literatür çerçevesinde değerlendirildiğinde desteklenmektedir.

4.4.Sonuç ve Öneriler

Sosyotropik kişilik düzeyi yüksek olan öğrencilerin; ruhsal belirtilerin alt boyutları olan somatizasyon, okb, kişilerarası duyarlılık, depresyon, anksiyete hostilite, paranoid, psikotizm ve ek madde düzeyini artırmaktadır. Öğrencilerin otonomik kişilik düzeyi stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından olan kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım düzeyini artırmakta boyuneğici düzeyini ise azaltmaktadır. Öğrencilerin sosyotropik kişilik düzeyi çaresiz yaklaşım ve genel düzeyini artırmaktadır.

Öğrencilerin kişilik özellikleri demografik değişkenlerle birlikte incelendiğinde; öğrencilerin sosyotropik kişilik puanları ortalamalarının anne eğitim durumu değişkeni açısından fark anlamlı saptanmıştır. Öğrencilerin sosyotropik kişilik puanları ortalamalarının düşünce ve davranışların kabul görme düzeyi değişkeni açısından fark anlamlı saptanmıştır. Gerektiği zaman kabul görürüm diyen öğrencilerin sosyotropik kişilik özelliğinin daha yüksek bulunması beklenilmeyen bir bulgu olmuştur. Öğrencilerin sosyotropik kişilik puanları ortalamalarının gelir düzeyi değişkeni açısından fark anlamlı saptanmıştır. Öğrencilerin sosyotropik kişilik puanları ortalamalarının çocuklukta anne babanın denetleme tutumu değişkeni açısından fark anlamlı saptanmıştır. Öğrencilerin otonomik kişilik puanları ortalamalarının geçmişte aileden psikiyatrik tanı alma durumu değişkeni açısından fark anlamlı saptanmıştır.

Araştırma sonucunda elde edilen bulguların, genel olarak literatürle paralellik gösterdiği söylenebilir. Sosyotropik kişilik özelliğine sahip öğrencilerde ruhsal belirtilerin daha sık görüldüğü ve işlevsel-etkili olmayan stresle başa çıkma tarzı kullandığı söylenebilir. Bunun dışında otonomik özelliklere sahip öğrencilerde ruhsal belirtilere rastlanmazken stresle başa çıkma tarzlarında daha çok işlevsel-etkili olan yaklaşımları kullandıkları ifade edilebilir.

Birçok araştırmada olduğu gibi, bu araştırmanın bir takım sınırlılıkları vardır. Çalışma araştırmaya katılan İstanbul'da eğitim gören öğrencilerle sınırlandırılmıştır. Örneklem grubunun özellikleri ve kullanılan ölçeklerin yapısı itibariyle de sınırlılıklar mevcuttur. Bu yüzden, elde edilen sonuçların daha genellenebilir olması için daha geniş gruplarla çalışılması faydalı olacaktır. İleride yapılacak çalışmalar için , kız ve erkek öğrenci sayısının eşit olması, ölçülmek istenen özelliklerin daha farklı ölçüm yöntemleriyle ölçülmesi ve demografik bilgi formunda yer alan soruların farklılaştırılması araştırmanın geçerlik ve güvenilirliği yönünden yarar sağlayacaktır.

Üniversitelerin öğrencilerin otonom birey olmalarına yönelik farkındalık geliştirme programları, bireyselleştirilmiş çalışmalar-faaliyetler, duyguları tanımlama ve açma programları, kişisel gelişim programları açmasının faydalı olabileceği düşünülmektedir. Ruhsal belirtilerin oldukça yaygın görüldüğü üniversite gençlerinde profesyonel müdahalelerin gerekli olacağı söylenebilir. Üniversite bünyesinde uzman kişilerce psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerin verilmesi danışmanlık birimlerinin artırılması ve etkili-işlevsel şekilde çalışmaların devamlılığına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda yapılacak çalışmaların öğrencilerin kendine güvenen, stresle başa çıkmada etkili yöntemleri kullanan ve psikolojik iyi oluş anlamında daha sağlıklı bireyler olmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Aynı zamanda öğrenciler stresle başa çıkmada bilişsel stratejileri kullanma, iletişim ve çatışma çözme becerileri ile streslerini daha etkili bir şekilde başa çıkabilirle

KAYNAKLAR

Akbağ, M. (2000). Stresle Başaıkma Tarzlarının Üniversite Öğrencilerinde Olumsuz Otomatik Düşünceler, Transaksiyonel Analiz Ego Durumları ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yayınlanmamış doktora tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Akçay Didişen, N., Özalp Gerçeker G., Bahire Bolışık Z., Zümrüt Başbakkal D., (2016). Pedyatri hemşirelerinin sosyotropik-otonomik kişilik özellikleri ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 2016;19:2.

Akiskal, H.S., (1983). The bipolar spectrum: new concepts in classification and Physiological And Psychological Expression Of Personality Types, Human Physiology, V. 29,N. 6, s.729.

Akkaya, E. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Otonomik-Sosyotropik Kişilik Özellikleriyle Öğrenilmiş Güçlülük Düzeyleri Arasındaki İlişki. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Alford B. A, Gerrity D. M (2003). The specificity of sociotropy-autonomy personality dimensions to depression vs. anxiety. Journal of Clinical Psychology, 59 (10): 1069-1075.

Andrews, B., & Wilding, J. M. (2004). The relation of depression and anxiety to life-stress and achievement in students. British Journal of Psychology, 95, 509-52.

Aneshensel, C.S., Rutter, C.M. and Lachenbruch, P.A. (1991). Social Structure, Stress, and Mental Health: Competing Conceptual and Analytic Models. American Sociological Review. vol. 56, pp.166-78.

Arkar, H. vd.,(2005). Mizaç ve Karakter Envanteri'nin Türkçe formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. Türk Psikiyatri Dergisi, 16, 190-204.

Akvardar, Ö. Sarı, A. Özerdem ve C. Cimilli, (2005). Mizaç ve Karakter Envanteri'nin Türkçe formunun faktör Yapısı, Geçerlik Ve Güvenirliği. Türk Psikiyatri Dergisi. Cilt. 16, ss.190-204.

Atkinson, R. L., Atkinson, R. C. & Hilgard, E. R. (1995). Psikolojiye Giriş I, Sosyal Yayınlar, İstanbul. Kemal Atakay ve ark. (Çev.)

Atkinson, R.L., Atkinson, R.C., Smith, E.E., Bem, D.J and Hoeksema, S.N. (2006). Psikolojiye Giriş. Sosyal Yayınlar, İstanbul. Kemal Atakay ve ark. (Çev.)

Aydın H.(2007). Psikiyatri Kliniklerinde Çalışan Hemşirelerin Kişilik Özellikleri ve Stresle Baş Etme Durumları. Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Aydın, A.S. (2003) . Ergenlerde Stresle Basaçıkma Tarzları ile Cinsiyet ve Cinsiyet Rollerini Arasındaki İlişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi.

Aydın, A.S. (2003). Ergenlerde stresle başa çıkma tarzları ile cinsiyet ve cinsiyet rollerini arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Aysan F., Hamarat E., Thompson D., Zabrucky K.M., Steele D. and Matheny K.B. (2001). Perceived Stress and coping resource availability as predictors of Life Satisfaction in Young, Middle-Aged, and Older Adults. Exp Aging Res. vol.27(2), pp.181-96.

Aysan, F. (1988). Lise Öğrencilerinin Stres Yaşantılarında Kullandıkları Başa Çıkma Stratejilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Baltaş A. Baltaş Z. (2008). Stresle Başa Çıkma Tarzları. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Bahadır E.(2009). Sağlıkla İlgili Fakültelerde Eğitime Başlayan Öğrencilerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri. H.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

Bailey, R. ve Clarke, M. (1991). Stress and Coping in Nursing. Chapman and Hall, London.

Barker, D.J.P., Bull, A.R., Osmond, C. and Simmond, S.J. (1990). Fetal and Placental Size And Risk of Hypertension in Adult Life. British Medical Journal. vol.301, pp.259-262.

Bartholomew, K. (1994). Assessment of individual differences in adult attachment. Psychological Inquiry, 5, 23-67.

Barutçu, E., ve Öktem, S. (2003).İs-is Gören Uyumu Açısından Kişilik Özelliklerinin Değerlendirilmesi: Bir Uygulama (Özet kitabı). IX. Ulusal Ergonomi Kongresi, Denizli, s.47.

Baydoğan, M., Dağ, İ. (2008). Hemodiyaliz Hastalarındaki Depresiflik Düzeyinin Yordanmasında Kontrol Odağı, Öğrenilmiş Güçlülük ve Sosyotropi – Otonomi. Türk Psikiyatri Dergisi, 19(1), 19-28.

Beck, A. T. (1983). Cognitive Therapy of Depression: New Perspectives. P. J. Clayton & J. E. Barnett (Eds.), Treatment of Depression: Old Controversies And New Approaches. Raven Press, New York.

Beck, R., Taylor, C. and Robbins, M. (2003). Missing Home: Sociotropy and Autonomy and Their Relationship to Psychological Distress and Homesickness in College Freshmen, *Anxiety, Stress and Coping*, 16(2), pp. 155-166.

Bedel, E. F. (2008). Okul Öncesi Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine İlişkin Tutumları ve Bazı Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkiler. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*.

Bieling, B. J., Beck, A. T., and Brown, G. K. (2000). The Sociotropy–Autonomy Scale: Structure and Implications. *Cognitive Therapy and Research*. Vol.24 (6), pp.763–780.

Billings, A.G. and Moos, R.H. (1981). The Role of Coping Response and Social Resources in Attenuating The Stress of Live Events. *Journal of Behavioral Medicine*. vol.4, pp.139-157.

Bojuwoye, O. (2002). Stressful experiences of first year students of selected universities in South Africa. *Counselling Psychology Quarterly*, 15(3), 277-290.

Boman, P. (2003). Gender differences in school anger. *International Education Journal*, 14 (2), 71-77.

Budak, S. (Ed.). (1997). Sigmund Freud Psikopatoloji Üzerine Histerik Fantaziler/Paranoya Ketlemeler, Semptomlar ve Kaygı Diğer Çalışmalar. Öteki Yayınevi Ankara Paranoid Semptomlar ve Sendromlar.

Burger, J. (2006). *Kişilik*. 1. Baskı. Kaknüs Yayınları, İstanbul.

Carver, C. S., Scheier, M. F. and Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. vol.56 (2), pp.267-283.

Ceylan M.(2005). Stresle Başarımda Bilişsel Stratejilerin Kullanılmasında Cinsiyet ve Kişilik Değişkeninin Etkisi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir.

Clark, D. A. and Beck, A. T. (1991). Personality Factors In Dysphoria: A Psychometric Refinement of Beck's Sociotropy-Autonomy Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. vol.13, pp.369-388.

Clark, D. A., Steer, R. A., Beck, A. T., and Ross, L. (1995). Psychometric Characteristics of Revised Sociotropy and Autonomy Scales in College Students. *Behaviour Research and Therapy*. 33(3), pp.325–334.

Compas, B. E. (1987). Coping With Stress During Childhood and Adolescence. *Psychological Bulletin*. vol.101 (3), pp.393-403.

Compas, B. E., Worsham, N. L., Ey, S. (1991) .Conceptual and developmental issues in children's coping with stress. In A. La Greca, L. Siegel, J. Wallander ve C. E. Walker (Eds.). *Advances in Pediatric Psychology: Stress and Coping With Pediatric Conditions*. Guilford, New York.

Compas, B.E. (1987). Coping with Stress During Childhood and Adolescence. *Psychological Bulletin*, vol.101(3), pp.393-403.

Cozzarelli, C., Sümer, N., & Major, B. (1998). Mental models of attachment and coping with abortion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 453-467.

Cüceloğlu, D. (2005). *İnsan ve Davranışı*. 14 Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul.

Çetin, A. (2008) .Yaşlılarda Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri İle Depresyon. Marmara Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Davies, G. M. (1982). Perceived self-efficacy outcome expectancies and negative mood states and stage real disease. *Journal of Abnormal Psychology*, 91, 241-244.

Derogatis, L.R. (1992). The Brief Symptom Inventory (BSI), Administration, scoring and procedures manual= II. Clinical Psychometric Research Inc. diagnosis. In:

Grinspoon, L. Psychiatry Update: The American Psychiatric Association Annual Review, vol. 2. American Psychiatric Press, Washington, DC, pp. 271–292.

Endler, N.S. & Parker, J.D.A. (1990). Multidimensional Assessment of Coping: A Critical Evaluation. Journal of Personality and Social Psychology. vol.58 (5), pp.844-854.

Erdoğan, İ. (1983). İşletmede Davranış. Evrim Ofset Matbaacılık.

Eroğlu, F. (2000). Davranış Bilimleri. 5. Baskı. Beta Basım A.Ş., İstanbul.

Erol, N., Kılıç, C., Ulusoy, M., Keçeci, M. ve Şimşek, Z. (1998). Türkiye Ruh Sağlığı Profili Raporu. T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Ankara.

Eskin M., Harlak H., Demirkıran F., Dereboy Çiğdem G. , (2013). Algılanan Stres Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Güvenirlilik ve geçerlik Analizi.

Fairbrother, N. and Moretti, M. (1998). Sociotropy, Autonomy And Self- Discrepancy: Status In Depressed, Remitted Depressed and Control Participants, Cognitive Therapy And Research, vol.22 (3), pp.279-296.

Folkman, S. ve Lazarus, R. (1980). An Analysis Of Coping In A Middle Aged Community Sample. Journal of Health and Social Behavior. vol.21, pp.219-239.

Folkman, S., Lazarus R.S., Schetter, D.C., DeLongis, A. and Gruen J.R. (1986).

Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes. Journal of Personality and Social Psychology. vol.50(5), pp.992- 1003.

Fresco DF, Sampson WS, Craighead LW, Koons AN (2001). The relationship of sociotropy and autonomy to symptoms of depression and anxiety. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly* 15(1):17-31.

Gaab, J. (2005). Psychological Determinants of the Cortisol Stress Response: The Role Of Anticipatory Cognitive Appraisal. *Journal of Psychoneuroendocrinology*. vol.30, pp. 599-610.

Geçtan E. (2008). İnsan Olmak. İstanbul: Metis Yayıncılık.

Geyran Ç. P. (1991). Anksiyete Bozukluğu Olan ve Normal İki Kadın Grubunda Çalışma Faktörünün Evlilik İlişkisi ve Otonomi Tutumuna Etkileri. Tıpta Uzmanlık Tezi, İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi.

Goldbeck, L. (2001). Parental coping with the diagnosis of childhood cancer: gender effects, dissimilarity within couples and quality of life. *Psycho-Oncology*, (10):325-335.

Goldberger, L. ve Breznist, S. (1982). *Handbook of Stress. Theoretical and Clinical Aspects*. The Free Press, New York.

Gorski, J., and Young, M. A. (2002). Sociotropy/autonomy, Self-Constraint, Response Style, and Gender in Adolescents. *Personality and Individual Differences*, vol.32(3), pp.463-478.

Gök, Ş. (1995). Anksiyete ve depresyonda stresle başa çıkma. Yayımlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İstanbul.

Grant, Sharon and Fox, Janice (2006) .Occupational Stress, Coping and Strain: The Combined/Interactive Longan Effect of the Big Five Traits. *Journal of Personality and Individual Differences*. vol. 41, pp. 719-729.

Güçüyeter, N. (2003). Lise Öğrencilerinin Kullandıkları Başa Çıkma Stratejileri ile Kendini Kabul Düzeyi Arasındaki İlişki. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Güleç, Cengiz (2006). Psikiyatrinin A-B-C'si. İstanbul: Say Yayınları.

Güler Ö, Çınar S. (2010). Hemşirelik öğrencilerinin algıladıkları stresörler ve kullandıkları başatma yöntemlerinin belirlenmesi. Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi, Sempozyum Özel Sayısı.

Gürdil, G. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Travma Yaşantısı, Stresle Başa Çıkma Tarzları ve İç-Dış Kontrol Odağı İnancı ile Riskli Alkol Kullanımı Arasındaki İlişki. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü, Ankara.

Hamilton, S. ve Fagot, B. I. (1988). Chronic Stress and Coping Styles: a Comparison of Male and Female Undergraduates. Journal of Personality and Social Psychology. vol. 55, pp.819–823.

Hocaoğlu Ç., (2001). Paranoid Semptomlar ve Sendromlar, Psikiyatri Dünyası, Cilt 5, Sayı 3.

Hong, L. & Wengboey, K. (2002). Types and characteristics of stress on college campus. Psychological Science (China), 25(4) (138), 398-401.

Hortaçsu, N. (2003). Çocuklukta İlişkiler Ana Baba, Kardeş ve Arkadaşlar. İstanbul: İmge Yayınevi.

İnanç, Y. B. ve Yerlikaya, E. E. (2008). Kişilik Kuramları. Ankara: Pegem Akademi.

Jorgensen, R. S. ve Dusek, J. B. (1990). Adolescent Adjustment and Coping Strategies. Journal of Personality. vol. 58(3), pp.503-513.

Kabakçı, E. (1997). Üniversite Öğrencilerinde Sosyotropik/Otonomik Kişilik Özellikleri, Sosyotropik/Otonomik Yaşam Olayları ve Depresyonda Belirti Kümeleri. Hacettepe Üniversitesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.

Kağıtçıbaşı, C. (1989) . Aile-İç Etkileşim ve Çocuk Gelişimi Türkiye'de Çocuğun Durumu, TC: Başbakanlık D.P.T. Ankara.

Kangallı, P. (2005). Sivas İli Hastanelerinde Çalışan Hemşirelerin Otonomi Düzeyleri ve Otonomiyi Etkileyen Mesleki Ve Kurumsal Faktörlerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Karahan, F.T. (2009). The Effects Of A Communication And Conflict Resolution Skill Training Program On Sociotropy Levels Of University Students, Educational Sciences: Theory & Practice, 9(2): 787-797.

Kaya, A. (2000). Okulöncesi Eğitim Kurumlarında Uygulanan Program ve Farklı Etkinliklerin Çocukların Otonomi (Özerklik) ve Atılganlık Gelişim Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kaya, N., Astı, T., Acaroğlu, R., Kaya, H., ve Sendir M. (2006). Hemşire Öğrencilerin Sosyotropik-Otonomik Kişilik Özellikleri ve İlişkili Faktörlerin İncelenmesi. C. Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi. Cilt. 10(3), ss.1-11.

Kernberg, OF. (1999). Sınır Durumlar ve Patolojik Narsisizm. Çev: Atakay M. İstanbul: Metis Yayınları.

Keskin, G., & Yıldırım, G.Ö. (2008). The evaluation of university students in terms of problem solving, autonomy, multiple intelligences based on constructive approach norms. İnönü University Journal of the Faculty of Education, 9, 16, 67-88.

Koç M., Bayraktar B., Çolak S., (2010). Üniversite Öğrencilerinde Boyun Eğici Davranışlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi Sayı: 28 (257-280 s.).

Koptagel, G.(1991) Tıpsal Psikoloji. Güneş Kitabevi, Ankara.

Köknel, Ö. (2005). Kaygıdan Mutluluğa Kişilik. 17. Baskı, Altın Kitaplar Yayın evi, İstanbul.

Kulaksızoğlu, A. (2002). Ergenlik Psikolojisi, 5. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul.

Lau, B. (2006). Personality Types, Coping, and Stress in The Norwegian Police Service. Journal of Personality and Individual Differences, Volume 41, pp. 971-982.

Lazarus, R. S. (1991). Psychological Stress in the Workplace. Handbook on Job Stress, Ed. by Pamela L. Perrewe. Journal of Social Behavior Personality. vol.6(7), pp. 1-9.

Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: Past, present, and future. Psychosomatic Medicine. vol. 55, pp.234–247.

Lazarus, R. S. ve Folkman, S. (1984) Stress, Appraisal, and Coping. Springer, New York.

Leary MR, Kowalski RM. (1995). Social Anxiety. Guilford: New York.

Lipowski ZJ. (1998). Somatization: The concept and its clinical application. Am J Psychiatry 145:1358-1368.

Lynch TR, Robins CJ, Morse JQ (2003). Couple functioning in depression: the roles of sociotropy and autonomy. Journal of Clinical Psychology 59(12):93-103.

Matud, Pilar M. (2004) Gender Differences in Stress And Coping Styles. Journal of Personality and Individual Differences, vol. 37, pp.1401-1415.

Mazure, C.M., Raghavan, C., Maciejewski P. K., Jacobs S. C., and Bruce M. L. (2001). Cognitive–Personality Characteristics As Direct Predictors of Unipolar Major Depression. *Cognitive Therapy and Research*, vol. 25(2), pp.215-225.

McCarthy, J. J., O. F. Canziani, N. A. Leary, D. J. Dokken, and K. S. White, Eds., (2001). *Climate Change 2001: Impacts, Adaptation, and Vulnerability*. Cambridge University Press, 1032 pp.

McGrath, E., Jones, A., & Field, M. (2016). Acute stress increases ad-libitum alcohol consumption in heavy drinkers, but not through impaired inhibitory control. *Psychopharmacology*, 233(7), 1227-1234.

Mikulincer, M., & Florian, V. (1995). Appraisal of and coping with a real-life stressful situation: The contribution of attachment styles. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 406–414.

Moos, R.H. and Billings, A.G. (1982). Conceptualizing and Measuring Coping Resources and Processes. In L. Goldberger and S. Breznitz (Eds), *Handbook of stress: Theoretical and Clinical Aspects*. Free press, New York.

Morris, C.G. (2002). *Psikolojiyi Anlamak*. Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara. H.Belgin Ayvaşık ve Melike Sayıl (Çev.)

Morse, J.Q., Robins, C.J. and Gittes-Fox, M. (2002). Sociotropy, Autonomy, and Personality Disorder Criteria in Psychiatric Patients, *Journal Of Personality Disorders*, J Pers Disord, vol. 16 (6), pp.549-560.

Ökdem Ş, Yardımcı F (2010) Üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Anadolu Psikiyatr Dergi*; 11: 228–234.

Otani K, Suzuki A, Kamata M, Matsumoto Y, et al (2012). Interpersonal sensitivity is correlated with sociotropy but not with autonomy in healthy subjects. *J Nerv Ment Dis*;200:153–5.

Öksüz Y., (1997). Duyguların Açılımı Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Özerklik Düzeyine Etkisi, Doktora Tezi Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği ABD.

Ökte, M. (2001). Ergenlerde İç Dönüklük-Dış Dönüklük Kişilik Özelliği İle Aile İşlevleri Tarzları ve İç-Dış Kontrol Odağı İnancı İle Riskli Alkol Kullanımı Arasındaki İlişki, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

Özgüven, LE. (1992). Hacettepe kişilik envanteri el kitabı, Ankara: Odak Ofset, 1 - 74.

Parkes, K. R. (1986). Coping in Stressful Episodes: The Role of Individual Differences, Environmental Factors, and Situation Characteristics. *Journal of Personality and Social Psychology*. vol. 51(6), pp.1277-1292.

Parkes, K. R. (1986). Coping in stressful episodes: The role of individual differences, environmental factors, and situational characteristics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1277–1292.

Renk, K. ve Creasey, G. (2003) The Relationship of Gender, Gender Identity, and Coping Strategies in Late Adolescents. *Journal of Adolescence*. ,vol.26, pp.159 - 168.

Robins, C.J., Bagby, R.M., Rector, N.A., Lynch, T.R., and Kenn, S., H. (1997) Sociotropy, Autonomy, and Patterns Of Symptoms in Patients With Major Depression: A Comparison of Dimensional and Categorical Approaches. *Cognitive Therapy and Research*, vol. 21(3), 285-300.

Roeckelein, John E (1998). *Dictionary Of Theories, Laws&Concepts In Psychology*, Greenwood Publishing Group, London, , s.90-91.

Rosenbaum, M. (1980). A Schedule for Assessing Self-Control Behaviors: Preliminary Findings. *Behavioral Therapy*. vol. 11, pp.109-121.

Rude, S. S. & Burnham, B. L (1995). Connectedness and Neediness: Factors of the DEQ and SAS Dependency Scales. *Cognitive Therapy and Research*. vol. 19(3), pp.323- 340.

Sato T,McCann D (2007). Sociotropy-otonomi and interpersonal problems. *Depression and Anxiety*, 24: 153-162.

Sato, T. (2003). Sociotropy and Autonomy: The Nature of Vulnerability. *The Journal of Psychology*. vol. 137(5), pp.447-466.

Sato, T. and McCann, D. (1997). Vulnerability Factors in Depression: Sociotropy and Autonomy. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. vol. 19(1), pp.41-62.

Sato, T. ve McCann, D.(1998). Individual differences in relatedness and individuality: an exploration of two constructs, personality and individual differences 24 (6): 847-59.

Sato, T., & McCann, D. (2000). Sociotropy-autonomy and The Beck Depression Inventory. *European Journal of Psychological Assessment*. vol. 6(1), pp.66-76.

Sato, T., McCann, D. (2007). Sociotropy-Autonomy And Interpersonal Problems, *Depression and Anxiety*, vol.24, pp.153-162.

Saymaz, İ. (2003). Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişkileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Schneider, T. R. (2004). The Role of Neuroticism on Psychological and Physiological Stress Responses. *Journal of Experimental Social Psychology*. vol.40, pp. 795-804.

Selye, Hans M.D. (1974). *Stress Without Distress*. J.B. Lippincott Company, Philedelphia, pp. 24-34.

Sennett, R. (2005). *Karakter Aşınması*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Seren, S. (1998). Hemşirelerin Otonomi Düzeylerinin Belirlenmesi ve Etkileyen Faktörler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Serinkan, C. ve Barutçu, E. (2006). Pamukkale Üniversitesi Öğrencilerinin Kariyer Planları ve Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özelliklerine İlişkin Bir Araştırma. Afyon Kocatepe Üniversitesi, İ.İ.B.F. Dergisi. Cilt.8(2), ss.317-339.

Somer, O., Korkmaz, M. ve Tatar, A.(2004). Kuramdan Uygulamaya Bes Faktör Kişilik Modeli ve Bes Faktör Kişilik Envanteri (5FKE), Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, İzmir.

Stein, D.J., Kupper, D.J. ve Schatzberg, A.F. (2007). Duygudurum Bozuklukları Temel Kitabı. İstanbul: Acar Basım.

Şahin, H. (1994). Stresli ve Düşük Stresli Yaşam Tarzları. Stresle Başa Çıkma Olumlu Bir Yaklaşım. Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.

Temel E, Bahar A, Çuhudar D (2007). Öğrenci Hemşirelerin Stresle Başetme Tarzları ve Depresyon Düzeylerinin Belirlenmesi. Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 2(5): 107-118.

Torrance, E. Paul. (1965). Constructive Behavior: Stress, Personality and Mental Health. University of Minnesota. Wadsworth Publishing Company Inc. Minnesota, pp. 17-31.

Türküm, S.A. (1999). Stresle Başa Çıkma ve İyimserlik. Anadolu Üniversitesi Yayınları, Eskişehir.

Ültanır, E. (1996). Yeni açılan üniversitelerde psikolojik danışma ve rehberlik merkezlerinin açılmasına duyulan gereklilik. Çağdaş Eğitim Dergisi, 220 (21), 10-14.

Ünal, S. (2000). Depresyon ve Kişilik, Duygudurum Dizisi. 2: 72-76.

Vingerhoets, A. J. J. M. and Van Heck, G. L. (1989) Gender, Coping, and Psychosomatic Symptoms. *Psychological Medicine*. vol. 20, pp.125-135.

Welbourne, J. L. (2006). Coping Strategies in The Workplace: Relationships With Attributional Style and Job Satisfaction. *Journal of Vocational Behavior*. pp. 1-12.

Wortman, C. (1988). *Psychology*, Alfred Knopf Inc., New York, 1988.

Yanbastı, G. (1990). *Kişilik Kuramları*, Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir.

Yavuzer, H. (1989). "Aile-İç Etkileşim ve Aile Dışı Öğelerin Doğurduğu Psiko-Pedagojik Sonuçları." "Türkiye'de Çocuğun Durum. T.C. Başbakanlık, D.P.T. Ankara.

Yavuzer, H. (1995). *Ana-Baba ve çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (2001). *Çocuk ve Suç*. 10. Baskı. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yılmaz, Y. (2007). Anne-baba Tutumları ile İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Okul Başarısı ve Özerkliklerinin Gelişimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Yousfi, S., Matthews, G. ve Amelang, M. (2004). Personality and disease: Correlations of Multiple trait scores with various illnesses. *Journal of Health Psychology*, 9, 627-647.

Zel, U. (2001). *Yönetim ve Organizasyon*. Ed: Güney. S. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

Ek:1 Araştırma Bilgi Formu

1.Cinsiyetiniz: K E

2.Yaşınız:

3.Medeni Durumunuz: Bekar Evli Boşanmış

4.Sınıfınız: 1 2 3 4

5.Kiminle Yaşıyorsunuz :

Anne ve baba:

Anne veya baba:

Yalnız:

Eş (çocuk):

Arkadaş (sevgili):

6.Babanızın Eğitim Durumu:

İlkokul mezunu:

Orta okul mezunu:

Lise mezunu:

Yüksek okul veya üniversite mezunu:

7.Annenizin Eğitim Durumu:

İlkokul mezunu:

Ortaokul mezunu:

Lise mezunu:

Yüksek okul veya üniversite mezunu:

8.Gelir Düzeyiniz:

501-1000 ytl arasında:

1001-1500 ytl arasında:

1501-2000 ytl arasında:

2001 ytl ve üzeri:

9.Geçmişte psikiyatrik bir hastalık nedeniyle tanı aldınız mı?

Evet Hayır

10.Geçmişte psikiyatrik hastalık nedeniyle anne,baba ve (kardeşiniz) tanı aldı mı?

Evet Hayır

11.Nerede büyüdüünüz?

- İl İlçe Köy ve Kasaba

12.0-3 yaş arası temel bakımınızı kim tarafından verilmiştir?

- Anne Baba Diğerleri

13.Anne-babanızı nasıl tanımlarsınız?

- Demokratik Otoriter
 Koruyucu Rededici

14.Çocukluğunuzda anne babanızın size karşı ilgisini nasıl hatırlıyorsunuz?

- Aşırı ilgili Yeterince ilgili
 Biraz ilgili İlgisiz

15.Çocukluğunuzda anne babanızın size karşı kontrolünü nasıl hatırlıyorsunuz?

- Aşırı kontrollü Yeterine kontrollü
 Biraz kontrollü Kontrolsüz

16.Çocukluğunuzda anne babanızın sizi denetleme tutumunu nasıl hatırlıyorsunuz?

- Aşırı denetleyen Yeterince denetleyen
 Biraz denetleyen Denetlemeyen

17.Aileniz tarafından düşünce ve davranışlarınız ne ölçüde kabul görür?

- Her zaman kabul görürüm
Gerektiği zaman kabul görürüm
Bazen kabul görürüm
Hiç kabul görmem

18. Kendinize ait tercihlerinizi belirlerken kime danışırsınız?

- Tercihlerimi kendim belirlerim
Aileme danışırım
Arkadaşıma danışırım
Parterime danışırım

Ek 2: Sosyotropi-Otonomi Ölçeği

Bu ölçek, insanların insanlarla olan etkileşim biçimini/tarzını belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Lütfen aşağıdaki cümlelerin her birini okuduktan sonra, o cümlenin sizin kişiliğinizi ne ölçüde tanımladığını değerlendirin ve yanındaki uygun yeri işaretleyin. Bu davranışların “doğru” ya da “yanlış” diye bir değerlendirmesi yoktur. Sözü edilen davranışlar tipik insan davranışlarıdır. Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin

0. Hiç tanımlamıyor
1. Biraz tanımlıyor
2. Oldukça iyi tanımlıyor
3. İyi tanımlıyor
4. Çok iyi tanımlıyor

	0	1	2	3	4
1. Kendimi diğer insanlara hep iyi davranmak zorundaymış gibi hissedirim					
2. Özgür ve bağımsız olmak benim için çok önemlidir.					
3. İyi bir iş yaptığımda bunu benim bilmem, başkalarının bilmesinden daha önemlidir.					
4. Yaşadığım güzel olayları başka insanlarla paylaştığımda o olaylar bana daha güzel gelir.					
5. Diğer insanların duygularını incitmekten korkarım.					
6. İnsanlar benim davranışlarımı ya da yaptığım işleri yönetmeye kalkarlarsa rahatsız olurum.					
7. İnsanlara “hayır” demek bana zor gelir.					
8. Hafta sonlarında başkalarıyla birlikte olacağım bir etkinlik planlamazsam kendimi kötü hissedirim.					
9. Bir grubun üyesi olmaktansa, kendine özgü bir birey olmayı daha değerli görürüm.					
10. Kendimi hasta hissettiğim zaman yalnız kalmayı tercih ederim.					
11. İnsanlar zayıf yönlerimi, hatalarımı bilirlerse, beni sevmeyecekler diye endişelenirim.					
12. Bir konuda kendimi haklı görüyorsam, başkalarının hoşuna gitmese de düşünce ve duygularımı açıkça söylemekten çekinmem.					
13. Misafirlilikteyken sadece oturup konuşmaktan rahatsız olurum.					

Bunun yerine, bir şeyler yapmayı isterim.					
14. Bir işte insanın kendi amaçlarına ve standartlarına ulaşması, diğer insanların koyduğu standartlara ulaşmasından daha önemlidir.					
15. Diğerlerini memnun etmek için kendime ters düşen işler yapmam					
16. Yalnız başıma uzun yürüyüşler yapmaktan hoşlanırım.					
17. Diğer insanların beni sevmeleri, önemli başarılar elde etmemden daha önemlidir.					
18. Bir lokantada kendi başıma akşam yemeği yemek beni rahatsız eder.					
19. Hayatımdaki bir insanın bana gerçekten ilgi duyduğunu hissetmezsem yaptığım işlerden zevk almam.					
20. Bir şey yapmaya karar verirken başka kişilerin düşüncelerinden etkilenmem.					
21. Kalkıp istediğim yere gidebilme özgürlüğüne sahip olmak benim için çok önemlidir.					
22. İşimde başarılı olmak, benim için arkadaş edinmekten daha önemlidir.					
23. Duygularımı kontrol altında tutmanın önemli olduğuna inanırım.					
24. Diğer insanların yanıdayken, benden ne beklidiklerinden emin olmazsam rahatsız olurum.					
25. Diğer insanlara yardım etmeyi, onların bana yardım etmelerinden daha rahat kabul ederim.					
26. İlk defa gideceğim bir yeri tek başıma ziyaret etmek, benim için eğlenceli olmaz.					
27. Eğer bir arkadaşım beni uzun süre aramazsa, beni unuttuğunu düşünerek endişelenirim.					
28. Diğer insanlarla yakın ilişkiler içinde olmaksansa, sürekli çalışıp iş çıkarmak benim için daha önemlidir.					
29. Beni sevmediklerini bildiğim insanların yanında rahatsız olurum.					
30. Bir amaç benim için önemliyse, diğer insanları rahatsız etse bile o amaca ulaşmaya çalışırım.					
31. Sevdiğim insanlardan ayrı olmak benim için zordur.					
32. Bir amaca ulaştığım zaman insanlardan gelecek övgülerden çok, o amaca ulaşmaktan ötürü memnunluk duyarım.					
33. Diğer insanların hoşlanmayacağını düşünerek söyleyeceğim şeyleri dikkatlice seçerim.					

34. Geceleri evde tek başıma kaldığımda, kendimi yalnız hissedirim.					
35. Sık sık ailemi ya da arkadaşlarımı düşündüğümü fark ederim.					
36. Kendi planlarımı kendim yapmayı tercih ederim, böylece diğerleri tarafından kontrol edilmem.					
37. Çevremde başka insanların olmasına ihtiyaç duymadan, bütün bir gün rahatça tek başıma kalabilirim.					
38. Biri benim dış görünüşümü eleştirdiğinde, diğer insanların da beni çekici bulmayacaklarını düşünürüm.					
39. Bir işi bitirmek, insanların o konuda nasıl tepki göstereceklerini düşünüp endişelenmekten daha önemlidir.					
40. Boş zamanlarımı diğer insanlarla birlikte geçirmekten hoşlanırım.					
41. Özel hayatıma karışıldığını düşündüğüm için, özel soruları yanıtlamayı sevmem.					
42. Bir sorunum olduğunda, başkalarının beni etkilemelerine izin vermektense, sorunu kendi başıma düşünüp bir çözüm bulmayı tercih ederim.					
43. İnsanlar kişiler arası ilişkilerde genellikle, birbirlerinden çok şey beklemektedirler.					
44. Yeni tanıştığım bir kişinin beni beğendiğini ya da sevdiğini anlayamazsam rahatsız olurum.					
45. Diğer insanların hedeflerini kabul etmektense, kendi hedeflerimi ve standartlarımı kendim belirlemeyi tercih ederim.					
46. Başkalarını rahatsız ettiğimi düşünmek bana kaygı verir.					
47. Diğerleri tarafından beğenilip/sevilmek ve onaylanmak benim için önemlidir.					
48. Bir işi bitirmek, bana göre o iş için verilecek ödülден daha zevklidir.					
49. Diğer insanlarla yakın ilişkiler kurduğumda kendimi emniyette hissedirim.					
50. Diğer insanlarla beraber olduğumda, onların benimle birlikte olmaktan hoşlanıp hoşlanmadıklarını anlamak için ipuçları ararım.					
51. Yalnız başıma uzaklara gidip, yeni yerler keşfetmeyi, araştırmayı severim.					
52. Herhangi bir kişinin bana kızdığını düşünsem de özür dilemek istemem.					

53. Başıma tatsız bir olay gelirse, başvuracağım bir yakınımın olduğundan emin olmak isterim.					
54. Uzun bir toplantıda sonuna kadar oturmak zorunda kalırsam, kendimi hapsedilmiş gibi hissederim.					
55. İnsanların benim özel hayatıma ait konularda soru sormalarından ya da fikir vermelerinden hoşlanmam.					
56. Diğerlerinden farklı olmak beni rahatsız eder.					
57. Bence bir hapisanede bulunmanın en zor yanı, özgürce dolaşamamaktır.					
58. Yaşlanmanın en kötü yanı yalnız kalmaktır.					
59. Sevdiğim bir insanın öleceğini düşünerek çok endişelenirim.					
60. Diğer insanlar beni reddedecek olsa bile haklarımı savunmaya devam ederim.					

Ek 3: Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği

Bu ölçek, kişilerin yaşamlarındaki sıkıntıları ve stresle başa çıkmak için neler yaptıklarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Lütfen sizin için sıkıntı ya da stres oluşturan olayları düşünerek bu sıkıntılarınızla başa çıkmak için genellikle neler yaptığınızı hatırlayın ve aşağıdaki davranışların sizi tanımlama ya da size uygunluk derecesini işaretleyin. Herhangi bir davranış size hiç uygun değilse, % 0'ın altındaki kutu içine **X** işaretini koyun. Çok uygun ise % 100'ün altını işaretleyin.

Sizi ne kadar tanımlıyor/Size ne kadar uygun

Bir sıkıntım olduğunda

	%0	%30	%70	%100
1.Kimsenin bilmesini istemem.				
2.İyimser olmaya çalışırım.				
3.Bir mucize olmasını beklerim.				
4.Olayı/olayları büyütmeyip, üzerinde durmamaya çalışırım				
5.Başta gelen çekilir diye düşünürüm				
6.Sakin kafayla düşünmeye, öfkelenmemeye çalışırım.				
7.Kendimi kapana sıkışmış gibi hissedirim.				
8.Olayın/olayların değerlendirmesini yaparak en iyi kararı vermeye çalışırım.				
9.İçinde bulunduğum kötü durumu, kimsenin bilmesini istemem.				
10.Ne olursa olsun direnme ve mücadele etme gücünü kendimde bulurum.				
11.Olanları kafama takıp, sürekli düşünmekten kendimi alamam.				
12.Kendime karşı hoşgörülü olmaya çalışırım.				
13.İş olacağına varır diye düşünürüm.				
14.Mutlaka bir yol bulabileceğime inanır, bunun için uğraşırım.				
15.Problemin çözümü için adak adarım.				
16.Her şeye yeniden başlayacak gücü kendimde bulurum.				
17.Elimden hiçbir şeyin gelemeyeceğine inanırım.				
18.Olaydan/olaylardan olumlu bir şey çıkarmaya çalışırım.				
19.Her şeyin istediğim gibi olmayacağına inanırım.				
20.Problem/problemleri adım adım çözmeye çalışırım.				
21.Mücadeleden vazgeçerim.				
22.Sorunun benden kaynaklandığını düşünürüm.				

23.Hakkımı savunabileceğime inanırım.				
24.Olanlar karşısında ‘’kaderim buymuş‘ ’derim.				
25. ‘’Keşke daha güçlü bir insan olsaydım‘ ’diye düşünürüm.				
26.Bir kişi olarak iyi yönde değiştiğimi ve olgunlaştığımı hissederim.				
27. ‘’Benim suçum ne‘ ’diye düşünürüm.				
28. ‘’Hep benim yüzümden oldu‘ ’diye düşünürüm.				
29.Sorunun gerçek nedenini anlayabilmek için başkalarına danışırım.				
30.Bana destek olabilecek kişilerin varlığını bilmek beni rahatlatır.				

Ek 4: SCL -90R

Aşağıda zaman zaman herkeste olabilecek yakınma ve sorunların bir listesi vardır. Lütfen her birini dikkatlice okuyunuz. Sonra bu durumun bugün de dâhil olmak üzere son bir ay içinde sizi ne ölçüde huzursuz ve tedirgin ettiğini göz önüne alarak aşağıda belirtilen tanımlamalardan uygun olanının numarasını seçiniz.

0. Hiç
1. Çok az
2. Orta derecede
3. Oldukça fazla
4. Aşırı düzeyde

	0	1	2	3	4
1. Baş ağrısı					
2. Sinirlilik ya da içinin titremesi					
3. Zihinden atamadığınız yineleyici (tekrarlayıcı) hosa gitmeyen düşünceler					
4. Baygınlık ve bas dönmeler					
5. Cinsel arzuya ilginin kaybı					
6. Başkaları tarafından eleştirilme duygusu					
7. Herhangi bir kimsenin düşüncelerinizi kontrol edebileceği fikri					
8. Sorunlarınızdan pek çoğu için başkalarının suçlanması gerektiği fikri					
9. Olayları anımsamada (hatırlamada) güçlülük					
10. Dikkatsizlik veya sakarlıkla ilgili endişeler					
11. Kolayca gücenme, rahatsız olma hissi					
12. Göğüs veya kalp bölgesinde ağrılar					
13. Caddelerde veya açık alanlarda korku hissi					
14. Enerjinizde azalma veya yavaşlama hali					
15. Yaşamınızın sona ermesi düşünceleri					
16. Başka kişilerin duymadıkları sesleri duyma					
17. Titreme					
18. Çoğu kişiye güvenilmemesi gerektiği düşüncesi					
19. İştah azalması					
20. Kolayca ağlama					
21. Karşı cinsten kişilerle ilgili utangaçlık ve rahatsızlık hissi					
22. Tuzağa düşürülmüş veya tuzağa yakalanmış hissi					

23. Bir neden olmaksızın aniden korkuya kapılma					
24. Kontrol edilmeyen öfke patlamaları					
25. Evden dışarı yalnız çıkma korkusu					
26. Olanlar için kendini suçlama					
27. Belin alt kısmında ağrılar					
28. İşlerin yapılmasında erteleme düşüncesi					
29. Yalnız hissi					
30. Karamsarlık hissi					
31. Her şey için çok fazla endişe duyma					
32. Her şeye karşı ilgisizlik hali					
33. Korku hissi					
34. Duygularınızın kolayca incitilebilmesi hali					
35. Diğer insanların sizin düşündüklerinizi bilmesi hissi					
36. Başkalarının sizi anlamadığı veya hissedemeyeceği duygusu					
37. Başkalarının sizi sevmediği ya da dostça olmayan davranışlar gösterdiği hissi					
38. İşlerin doğru yapıldığından emin olabilmek için çok yavaş yapmak					
39. Kalbin çok hızlı çarpması					
40. Bulantı veya midede rahatsızlık hissi					
41. Kendini başkalarından aşağı görme					
42. Adele (kas) ağrıları					
43. Başkalarının sizi gözlediği veya hakkınızda konuştuğu hissi					
44. Yaptığınız işleri bir ya da birkaç kez kontrol etme					
45. Karar vermede güçlük					
46. Otobüs, tren, metro gibi araçlarla yolculuk etme korkusu					
47. Nefes almada güçlük					
48. Soğuk ve sıcak basması					
49. Sizi korkutan belirli uğras, yer veya nesnelere kaçınma durumu					
50. Hiç bir şey düşünmeme hali					
51. Bedeninizin bazı kısımlarında uyuşma, karıncalanma olması					
52. Boğazınıza bir yumru tıkanmış hissi					
53. Gelecek konusunda ümitsizlik					
54. Düşüncelerinizi bir konuya yoğunlaştırmada güçlülük					
55. Bedeninizin çeşitli kısımlarında zayıflık hissi					
56. Gerginlik veya cosku hissi					
57. Kol ve bacaklarda ağırlık hissi					
58. Ölüm ya da ölme düşünceleri					

60. Aşırı yemek yeme					
61. İnsanlar size baktığı veya hakkınızda konuştuğu zaman rahatsızlık duyma					
62. Size ait olmayan düşüncelere sahip olma					
63. Bir başkasına vurmak, zarar vermek, yaralamak dürtülerinin olması					
64. Sabahın erken saatlerinde uyanma					
65. Yıkanma, sayma, dokunma gibi bazı hareketleri yenileme hali					
66. Uykuda huzursuzluk, rahat uyuyamama					
67. Bazı şeyleri kırıp dökme isteği					
68. Başkalarının paylaşıp kabul etmediği inanç ve düşüncelerin olması					
69. Başkalarının yanında kendini çok sıkılgan hissetme					
70. Çarşı, sinema gibi kalabalık yerlerde rahatsızlık hissi					
71. Her şeyin bir yük gibi görünmesi					
72. Dehşet ve panik nöbetleri					
73. Toplum içinde yer içerken huzursuzluk hissi					
74. Sık sık tartışmaya girme					
75. Yalnız bıraktığımızda sinirlilik hali					
76. Başkalarının sizi başarılarımız için yeterince takdir etmediği duygusu					
77. Başkalarıyla birlikte olunan durumlarda bile yalnızlık hissetme					
78. Yerinizde durmayacak ölçüde rahatsızlık duyma					
79. Değersizlik duygusu					
80. Size kötü bir şey olacakmış duygusu					
81. Bağırma ya da eşyaları fırlatma					
82. Topluluk içinde bayılacağımız korkusu					
83. Eğer izin verirsiniz insanların sizi sömüreceği duygusu					
84. Cinsellik konusunda sizi çok rahatsız eden düşüncelerinizin olması					
85. Günahlarınızdan dolayı cezalandırmanız gerektiği düşüncesi					
86. Korkutucu türden düşünce ve hayaller					
87. Bedeninizde ciddi bir rahatsızlık olduğu düşüncesi					
88. Başka bir kişiye karşı asla yakınlık duymama					
89. Suçluluk duygusu					
90. Aklınızda bir bozukluğun olduğu düşüncesi					

ÖZGEÇMİŞ

Tuğba Balık 1987 yılında Konya’da doğdu. 2005 yılında Kıbrıs Girne Amerikan Üniversitesi Psikoloji eğitimine başladı. 2008 yılında Diyalog Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi’nde ilk stajını yaptı. 2009 yılında İstanbul Haliç Üniversitesi’ne yatay geçiş yaptı. 2009-2010 yılları arasında İstanbul Bahçelievler Yenibosna Lisesi’nde iki sömester boyunca ikinci stajını tamamladı. 2010 yılında İstanbul BRSHH (Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi) klinik psikoloji üzerine üçüncü stajını tamamladı. 2012 yılında İstanbul Haliç Üniversitesi Psikoloji bölümündeki mezuniyetinin ardından 2012-2015 yılları arasında Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi’nde görev aldı. 2012 yılında İstanbul Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji alanında yüksek lisans eğitimine başladı. 2015-2016 yılı İstanbul BRSHH (Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi) psikiyatri servisinde klinik psikoloji üzerine stajını tamamladı. 2016 yılından itibaren Küçükçekmece Belediye’si Bağımlılıkla Mücadele Danışmanlık ve Rehabilitasyon Merkezi’nde görev almaktadır.

E- mail: psk.tugba.balik@gmail.com