

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ
DEPRESİF BELİRTİLER VE ÖFKE İFADE BİÇİMLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Evrım Türkmen

181180162

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Hatice Nevzat Uçtım Muhtar

İstanbul

T.C. Maltepe Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Aralık, 2019

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ
DEPRESİF BELİRTİLER VE ÖFKE İFADE BİÇİMLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Evrım Türkmen

181180162

Orcid: 0000-0002-0260-9843

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Hatice Nevzat Muhtar

İstanbul

T.C. Maltepe Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Aralık, 2019



JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

GÜLNIHAL ÖCAL'ın "Yardım Arama Davranışı Gösteren ve Göstermeyen Çiftlerin Evlilik Uyumu ve Yardım Arama Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı tezi 27.12.2019 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından değerlendirilerek "Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği" nin ilgili maddeleri uyarınca Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans/~~Doktora~~ tezi oy birliğiyle/oy çokluğuyla, başarılı/başarısız olarak kabul edilmiştir.

	Unvanı, Adı ve Soyadı	İmza
Üye (Tez Danışmanı)	Dr. Öğr. Üyesi Nihan Tezer YÖRÜK Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi	
Üye	Dr. Öğr. Üyesi Kuntay ARCAN Maltepe Üniversitesi	
Üye	Dr. Öğr. Üyesi Başak BAHTİYAR Maltepe Üniversitesi	



Prof. Dr. Ahu TUNÇEL ÖNKAL
Enstitü Müdürü

ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI

 maltepe üniversitesi	ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI	Doküman No	FR-178
		İlk Yayın Tarihi	01.03.2018
		Revizyon Tarihi	
		Revizyon No	00
		Sayfa	1/1

Revizyon Takip Tablosu

REVİZYON NO	TARİH	AÇIKLAMA
00	01.03.2018	İlk yayın.

ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI

27/12/2019

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarından bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilmeyen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; çalışmamın Maltepe Üniversitesinde kullanılan “bilimsel intihal tespit programı” ile tarandığını ve öngörülen standartları karşıladığımı beyan ederim.

Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara razı olduğumu bildiririm.


Gülnihal Öcal

Hazırlayan	Kalite Koordinatörü	Kurumsal Yetkili
İlgili Birim	Dr. Öğr. Üyesi Şafak GÜNDÜZ	Prof. Dr. Belma AKŞİT

(Doküman No: FR-178; Yayın Tarihi: 01.03.2018; Revizyon Tarihi: ; Revizyon No:00)

TEŞEKKÜR

Tez sürecimdeki değerli katkılarından dolayı sayın tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Nevzat Muhtar'a ve jürimde bulunarak bilgi ve deneyimlerinden faydalanmamı sağlayan Dr. Betül Tanacıoğlu Aydın'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Bu süreçte de olduğu gibi hayatımdaki her zorlukta her daim yanımda olan ve beni ayakta tutan başta babam Ali Türkmen olmak üzere bütün aileme yolumu aydınlattıkları için teşekkür ederim.

Sürecimin her anına ortak olan ve desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen varlıklarına minnettar olduğum dostlarıma en içten teşekkürlerimle...

Son olarak akademik hayatımın en zorlu ve en öğretici sürecini yaşamama vesile olan bu çalışmaya çok şey borçlu olduğumu hissediyorum.

Evrin Türkmen

Aralık, 2019

ÖZ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ ÖFKE İFADE BİÇİMLERİ VE DEPRESİF BELİRTİLERİN ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Evrım Türkmen
Yüksek Lisans Tezi
Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Nevzat Uçtım Muhtar
Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2019

Araştırmada üniversite öğrencilerin kişilik özellikleri ile depresyon ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiyi belirlemek amaçlanmaktadır.

Tanımlayıcı olarak tasarlanan araştırmada 228 öğrenciye ulaşılarak anket uygulanmıştır. Veriler araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu, Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği (BFI), Beck Depresyon Envanteri (BDE) ve Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ) kullanılarak survey yöntemiyle elde edilmiştir. Araştırmada elde edilen veriler istatistik programı ile analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemler olarak sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Bağımsız İki grup arasındaki niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Mann Whitney-U testi , ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında ise Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Araştırmanın sürekli değişkenleri arasında Sperman korelasyon analizi uygulanmıştır.

Araştırma sonucunda; sürekli öfke ile dışadönüklük arasında pozitif; uyumluluk, sorumluluk, duygusal dengelilik ve zeka hayal gücü arasında negatif; kontrol edilebilmiş öfke ile dışadönüklük arasında negatif; uyumluluk, sorumluluk ve zeka hayal gücü arasında pozitif; dışa vurulan öfke ile dışadönüklük arasında pozitif; uyumluluk, sorumluluk, duygusal dengelilik ve zeka hayal gücü arasında negatif; içte tutulan öfke ile dışadönüklük ve dengelilik arasında negatif; depresyon ile dışadönüklük ve duygusal dengelilik arasında negatif; içte tutulan öfke arasında ise pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: 1. Kişilik Özellikleri; 2. Depresyon; 3. Öfke İfade Biçimleri.

ABSTRACT

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONALITY TRAITS, ANGER EXPRESSION STYLES AND DEPRESSIVE SYMPTOMS IN UNIVERSITY STUDENTS

Evrım Türkmen

Master of Thesis

Department of Psychology

Clinical Psychology Programme

Advisor: Asst. Prof. Nevzat Uçtım Muhtar

Maltepe University Graduate School of Social Sciences, 2019

In this study, the relationship between, the personality traits, depression and anger styles were investigated of university students.

The research was designed as descriptive and 228 students were reached a questionnaire was applied. The data was collected by the survey method with personal information form which was prepared by invstigator, The Five Factor personality traits scale (BFI), The Beck Depression Inventory (BDI) and the Continuous Anger-Anger Style Scale (CAASS). The data obtained in the study were analyzed using the statistical program. Number, percentage, mean, standard deviation were used as descriptive statistical methods in the evaluation of the data. The Mann Whitney-U test was used to compare quantitative continuous data between two independent groups, and the Kruskal-Wallis test was used to compare quantitative continuous data between more than two independent groups. Sperman correlation was applied among the continuous variables of the study.

As a result of study, it has been identified a positive correlation between constant anger and extroversion; negative between compliance, responsibility and imagination-intelligence; a negative between extraversion with anger controlled; positive correlation between compliance, responsibility, intelligence-imagination; a positive between extraversion and anger expression; negative between compliance, responsibility, emotional strength and intelligence- imagination; negative between anger introversion and emotional strength; negative correlation between depression with extraversion and emotional strength; positive correlation between anger introversion.

Keywords: 1. Personality Traits; 2. Depression; 3. Anger Expression Styles.

İÇİNDEKİLER

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI.....	ii
ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI.....	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZ.....	v
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLolar LİSTESİ.....	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	x
KISALTMALAR.....	xi
ÖZGEÇMİŞ.....	xii
BÖLÜM 1. GİRİŞ.....	1
1.1. PROBLEM.....	1
1.2. AMAÇ.....	4
1.3. ÖNEM.....	5
1.4. VARSAYIMLAR.....	5
1.5. SINIRLIKLAR.....	5
BÖLÜM 2. İLGİLİ LİTERATÜR.....	7
2.1. ERGENLİK DÖNEMİ.....	7
2.1.1. Ergenlikte Gelişim.....	7
2.1.1.1. Fiziksel Gelişim.....	8
2.1.1.2. Cinsel Gelişim.....	9
2.1.1.3. Bilişsel Gelişim.....	9
2.1.1.4. Psiko-Sosyal Gelişim.....	10
2.1.2. Ergenlik Dönemi Kuramsal Açıklamalar.....	11
2.1.2.1. Sigmund Freud Psikanalitik Kuram.....	11
2.1.2.2. Eric Ericson'un Psikososyal Gelişim Kuramı.....	12
2.1.2.3. Jean Piaget'in Bilişsel Gelişim Kuramı.....	13
2.2. KİŞİLİK KAVRAMI.....	14
2.2.1. Kişilik Kuramları.....	15
2.2.1.1. Sigmund Freud Psikanalitik Kuram.....	15
2.2.1.2. Carl Jung'un Analitik Kuramı.....	19
2.2.1.3. Alfred Adler'in Bireysel Psikoloji Kuramı.....	20
2.2.1.4. Eric Ericson'un Psikososyal Gelişim Kuramı.....	20
2.2.1.5. Karen Horney'in Temel Düşmanlık ve Temel Kaygı Kuramı.....	23
2.2.1.6. Melanie Klein ve Donald Winnicott Nesne İlişkileri Kuramı.....	25
2.2.1.7. Bilişsel Kuram.....	26
2.2.1.8. Sosyal Öğrenme Kuramı.....	27
2.2.1.9. Carl Rogers'ın İnsancıl Kuramı.....	27
2.2.1.10. Biyolojik Kuram.....	29
2.2.1.11. Ayırıcı Özellik Kuramı.....	31
2.2.1.12. Beş Faktörlü Kişilik Kuramı.....	33
2.3. ÖFKE KAVRAMI.....	36
2.3.1. Öfkeyi Açıklayan Kuramsal Yaklaşımlar.....	38
2.3.2. Öfkenin Nedenleri.....	40
2.3.3. Öfkenin İfade Edilme Tarzları.....	42
2.3.4. Öfke ve Kişilik Özellikleri ile İlgili Yapılan Araştırmalar.....	43

2.4. DEPRESYON.....	47
2.4.1. Depresyon Epidemiyolojisi.....	48
2.4.2. Öfke ve Depresyon İlişkisi	49
2.4.3. Depresif Belirtiler ve Kişilik Özellikleri ile İlgili Yapılan Araştırmalar	51
2.4.4. Öfke ve Depresif Belirtiler ile İlgili Yapılan Araştırmalar	52
BÖLÜM 3. YÖNTEM.....	56
3.1. ARAŞTIRMA MODELİ	56
3.2. EVREN VE ÖRNEKLEM.....	56
3.3. VERİLERİN TOPLANMASI.....	57
3.3.1. Veri Toplama Araçları	58
3.3.1.1. Kişisel Bilgi Formu.....	58
3.3.1.2. Beck Depresyon Envanteri	58
3.3.1.3. Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeği	59
3.3.1.5. Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği	60
3.4. VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ.....	60
BÖLÜM 5. TARTIŞMA.....	78
5.1. KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE ÖFKE İFADE BİÇİMLERİNİN TANIMLAYICI ÖZELLİKLERE İLİŞKİN TARTIŞILMASI	78
5.2. KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE DEPRESİF BELİRTİLERE İLİŞKİN TARTIŞMA	80
5.3. ÖFKE İFADE BİÇİMLERİ VE DEPRESİF BELİRTİLERE İLİŞKİN TARTIŞMA	82
BÖLÜM 6. SONUÇ	84
6.1. ÖZET	85
6.2. YARGI.....	86
6.3. ÖNERİLER.....	87
EK'LER	88
EK-1 BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU	88
EK-2 KİŞİSEL BİLGİ FORMU	90
EK-3 BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ ÖLÇEĞİ.....	91
EK-4 BECK DEPRESYON ENVANTERİ (BDE)	95
EK-5 SÜREKLİ ÖFKE ÖFKE İFADE TAZLARI ÖLÇEĞİ (SÖÖT)	99
KAYNAKÇA.....	101

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Tanımlayıcı Özellikler Tablosu	57
Tablo 2. Kişilik Özellikleri Puan Ortalamaları	62
Tablo 3. Sürekli Öfke ve Öfke Tarzları Puan Ortalamaları	62
Tablo 4. Depresyon Puan Ortalaması.....	63
Tablo 5. Kişilik Özellikleri, Depresyon ve Öfke İfade Tarzları Arasında Spearman Korelasyon Analizi	63
Tablo 6. Kişilik Özelliklerinin Sosyoekonomik Duruma Göre Farklılaşma Durumu66	
Tablo 7. Kişilik Özelliklerinin Yaşa Göre Farklılaşma Durumu	68
Tablo 8. Öfke İfade Tarzlarının Sosyoekonomik Duruma Göre Farklılaşma Durumu70	
Tablo 9. Öfke İfade Tarzlarının Yaşa Göre Farklılaşma Durumu	71
Tablo 10. Depresyon Puanlarının Sosyoekonomik Duruma Göre Farklılaşma Durumu	73
Tablo 11. Depresyon Puanlarının Yaşa Göre Farklılaşma Durumu	73
Tablo 12. Kişilik Özelliklerinin Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu	74
Tablo 13. Kişilik Özelliklerinin Psikiyatrik Hastalık Varlığına Göre Farklılaşma Durumu	75
Tablo 14. Öfke İfade Tarzlarının Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu	75
Tablo 15. Öfke İfade Tarzlarının Psikiyatrik Hastalık Varlığına Göre Farklılaşma Durumu	76
Tablo 16. Depresyon Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu	76
Tablo 17. Depresyon Puanlarının Psikiyatrik Hastalık Varlığına Göre Farklılaşma Durumu	77

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Maslow İhtiyaçlar Hiyerarşisi	28
Şekil 2. Eysenck Kişilik Kuramı	32
Şekil 3. Beş Faktörlü Kişilik Kuramı	34



KISALTMALAR

APA	: Amerikan Psikiyatri Derneği
BDE	: Beck Depresyon Envanteri
BM	: Birleşmiş Milletler
DSM	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
SÖÖTÖ	: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği
UNESCO	: Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü
WHO	: Dünya Sağlık Örgütü



ÖZGEÇMİŞ

Evrım Türkmen

Psikoloji Anabilim Dalı

Eğitim

<i>Derece Yıl</i>	<i>Üniversite, Enstitü, Anabilim/Anasanat Dalı</i>
Y.Ls.	2018 Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı
Ls.	2012 Işık Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Anabilim Dalı
Lise	2006 Özel Doğa Koleji

İş/İstihdam

<i>Yıl</i>	<i>Görev</i>
2018- 19	Psikolog, Özel Kartal Avicenna Umut Hastanesi

Mesleki Birlik/Dernek Üyelikleri

<i>Yıl</i>	<i>Kurum</i>
2019 - Üye:	Türk Psikologlar Derneği

Alınan Burs ve Ödüller

<i>Yıl</i>	<i>Burs/Ödül</i>
2012	Işık Üniversitesi Eğitim Bursu

Kişisel Bilgiler

Doğum yeri ve yılı	: İstanbul, 1994	Cinsiyet: K
Yabancı diller	: İngilizce (çok iyi)	
GSM / e-posta	: 05427990843 / evrim.trkmn@gmail.com	

BÖLÜM 1. GİRİŞ

1.1. PROBLEM

Çocukluk döneminden yetişkinliğe geçiş dönemi olan ergenlik, bireyin kişiliğini oturtmaya ve kim olduğunu bulmaya çalıştığı önemli bir yaşam evresidir. Bu dönemde birey büyümek için kişiliği ile varoluşunu ortaya koymaya çalışmaktadır. Bu noktada üniversite öğrencilerini de içine alan ergenlik döneminde “kişilik” kavramı öğrencilerin davranışlarını, psikolojik süreçlerini ve tepkilerini anlamada önemli bir değişkendir. Bireyi diğerlerinden ayıran kendine özgü, tutarlı, kalıplaşmış objektif ve subjektif özellikler ile davranışların tümü olarak tanımlanan kişilik kavramı üzerinde pek çok görüş ve yaklaşım ortaya çıkmıştır. (İnanç ve Yerlikaya, 2012).

Son yıllarda psikologlar “Beş Faktörlü Kişilik” yapısı üzerine yoğunlaşmışlardır (Digman, 1990; Goldberg, 1990). Bu kuram kişiliğe yönelik ortaya konulan bütün kuramları bütünleştirmiş ve kişiliğin beş genel boyutu ile bu boyutların içinde barındırdığı bireye özgü kişilik özelliklerine vurgu yapmıştır. Patolojik olmayan bireylerde de kullanılabilecek olan Goldberg ve arkadaşlarının geliştirdiği “*Beş faktör modeli*” ile ilgili yapılan araştırmalar neticesinde beş farklı özellik ortaya çıkmıştır. Bu beş özellik; “*dışa dönüklük*”, “*uyumluluk*”, “*özdenetim*”, “*nörotizm*” ve “*deneyime açıklık*”tır. “*Dışa dönüklük*”, sosyalleşmeyi seven, girişken, pozitif, enerjik olarak; “*uyumluluk*”, yardım etmeyi seven, duygusal, yumuşak başlı, dürüst olarak; “*özdenetim*”, hırslı, güven verici, istikralı, düzenli olarak; “*nörotizm*”, kaygılı, öfkeli, duygusal, güvensiz, hastalık hastası olarak; “*deneyime açıklık*”, yeni keşifleri seven, yaratıcı, hayalperest olarak tanımlanmaktadır (Şenyuva, 2007, s.32). Türkiye’de daha öncesinde bu konu ile ilgili pek çok araştırma, uyarlama ve ölçek çalışmaları yapılmıştır. Depresyon ise “Beş Faktör Kişilik Özellikleri” ile sıklıkla ele alınmış bir konu olup erişkinlerde depresif semptomların tipik kişilik özellikleri kalıbı gösterdiği anlaşılmıştır. Genellikle yüksek nörotizm ve düşük uyumluluk düzeyleriyle ilişkilendirilmiştir (Malouff ve ark., 2005).

Ergenlik dönemi kişilik oluşumunun yanı sıra birçok farklı değişim ve gelişim (fiziksel, cinsel, bilişsel, psiko-sosyal) sürecini de içine almaktadır. Bu süreçler ergenin

yaşantısında yaşantısında büyük değişimlere ve “kriz”lere yol açabilmektedir (Kim, 2003). Ergenlik dönemi içerisinde geç ergenliğe denk gelen üniversiteye giriş de en önemli yaşam olaylarından biri olmaktadır. Bu süreçte ergenler, büyüme duygusu yaşamakta, ortaya çıkan bireysel, eğitsel ve sosyal yaşamlarında bir takım sorumlulukları üstlenmekte, farklı ortamlar içerisine girmekte ve bu süreçlere uyum sağlaması gerekmektedir (Santrock, 2018). Uyum sağlama noktasında ergenler hem gelişimsel krizleri hem de yeni sorumlulukları ile ortama uyum sağlamaya çalışmaktadır. Bazı ergenler sahip oldukları kişilik yapıları üzerinden bu kadar sorumluluk ve yenilikle başa çıkma konusunda zorlanmakta ve farklı psikolojik sorunlar ile karşı karşıya gelebilmektedir (Koç, 2004; Dopheide, 2006; Sürücü ve Bacanlı, 2010). Bu sorunlardan en önemlisi de ergenin bütün bireysel ve akademik yaşamını olumsuz etkileyen depresyondur.

Depresyon; fiziksel, bilişsel, duygusal ve davranışsal bazı belirtilerle kendini göstermektedir (Köknel, 1986). Her yaştan bireyde psikolojik çöküntü olarak kendini gösteren ve ruhsal bir bozukluk olan depresyon, bireyin hayatının her alanını olumsuz etkilemesi kaynaklı son derece ciddi bir psikolojik rahatsızlıktır (Bakırcıoğlu, 2012). Özellikle üniversite döneminde yaygın olarak görülen depresyon, üniversite öğrencilerinin ergenlik dönemi gibi kritik ve zorlu bir süreç sırasında, bir başka zorluk olan aileden ayrılma, yeni ve farklı ortamlara uyum sağlama, yeni ilişkiler kurma, tek başına yaşama gibi zorlukların yaşanabildiği bir sürecine girmelerinden kaynaklanabilmektedir (Korkmaz, 2008). Üniversite döneminde ergen, karşılaştığı tüm bu zorluklarla genel anlamda tek başlarına mücadele etmek durumunda kalmakta ve strese girebilmektedir. Bu yeniliklere uyum sağlamada her birey farklılık gösterse de kişilik yapısı olarak bağımlı ve pasif ergenler daha fazla depresif belirtiler gösterebilmektedir (Giordano ve ark., 2000; Kabakçı, 2001).

Üniversite öğrencilerinde gözlenen bir diğer psikolojik sorun ise öfke ve öfkeyi yanlış ifade etme biçimi olmaktadır. Ergenlik döneminde yoğun biçimde yaşanan öfke; korku, mutluluk, mutsuzluk gibi temel ve doğal duygulardan biri olarak görülmektedir. Fakat doğal bir duygu olarak görülen öfke, kontrol edilemediği bazı durumlarda yıkıcı olarak saldırganlığa ve olumsuz davranışlara yol açmaktadır (Kılıçarslan, 2000; Gürbüz, 2008).

Ceyhan'a (2012) göre öfke duygusu “*durumluk*” ve “*sürekli*” olarak iki alt boyutta ayrılıp incelenebilir. Durumluk öfkenin; hedefe yöneltilmiş davranışın kesilmesi ya da haksızlığa uğrama algısı karşısında, şiddet, gerginlik, huzursuzluk gibi öznel semptomların yaşandığını gösteren bir duygudur. Bu öfke biçimi zamana, mekâna, olaya göre değişiklik gösterebilmekte ve uyarıcıya göre de farklılaşabilmektedir. Sürekli öfke ise durumluluğun genelde ne kadar sıklıkta yaşandığını gösteren bir kavramdır. Bununla birlikte “*içsel (internal)*” ve “*dışsal (external)*” nedenlerden kaynaklanabilen daha çok kişiler arası iletişimde pek çok sorun, çatışma ve başarısız sorun çözme becerisi ile de ilgili olmaktadır.

Son yıllarda öfkeye yol açan birçok neden psikologlar tarafından ortaya konulmuştur. Öfke duygusuna yol açan etmenlerin başında baskı, engellenme, umursanmama, rencide edilme ve şiddete uğrama gelir. Bireylerin hedeflerine ulaşması ve ihtiyaçlarına ulaşması konusunda engellenmeler ya da engelleyici bireyler öfke duygusunun oluşmasına neden olabilir (Atkinson, 1996). Tek bir çatı altında toplanamayan öfke nedenlerinin araştırmalarda kolaylıkla ortaya konulması için çalışmacılar sınırlandırmaya gitmiştir. Buna paralel biçimde öfke duygusu “*içsel*” ve “*dışsal*” neden kategorileri altında toplanmıştır. Bu etmenlerden bireyin etkisinin bulunduğu “*içsel*”; bireyin hiçbir etkisinin olmadığı ise “*dışsal*” etmenler olarak tanımlanmaktadır (Semerci, 2005).

Ergenler, öfkeyi kişiliği ya da aile yapısı kaynaklı uygun biçimde ifade edemediğinde birçok fizyolojik (terleme, baş ağrısı, kalp atımında artış gibi), davranışsal (ağlama, saldırganlık, çekingenlik gibi) ve psikolojik (depresyon, anksiyete, anoreksiya, bulimia gibi) sorunlar yaşayabilmektedir (Özyiğit, 2010; Aydın, 2014). Öfkeyi ifade etme biçimleri; “*öfke içte*”, “*öfke dışta*” ve “*kontrol edilen öfke*” değişkenleri üzerinden tanımlanmaktadır. Buna göre *öfke içte*; bireyin öfke yaratan duygu ve düşüncelerini bastırma eğilimini; “*öfke dışta*”, çevredeki obje ya da bireylere karşı öfkesini açıkça, sıkça sözel ve saldırgan davranışlar ile gösterme eğilimini; “*kontrol edilen öfke*” ise, öfkenin önce fark edilip hissedilmesi sonra da bu duyguyu etkili biçimde ifade etme ya da engelleme yeteneğini yansıtmaktadır (Chasseguet-Smirgel, 1991).

Sonuç olarak, üniversite öğrencileri kişilik yapılarıyla birlikte yeni yaşam düzeni ve ortamı içerisinde yaşamlarındaki önemli etmenlerden olan depresyon ve öfke ifade biçimlerinin çalışılması, üniversite öğrencilerinin gelişim sürecinin daha sağlıklı olmasına yönelik bilgiler içermesi açısından önemli olmaktadır. Bu bilgiler ve araştırma bulguları ışığında üniversite öğrencilerinin depresyon ve öfke ifade biçimlerinin anlaşılması olumsuz yaşantıları, psikolojik ve akademik sorunları önleyebilmesi ve iyileştirme çalışmalarında kullanılabilecek ipuçları sağlaması bakımından da önemlidir.

1.2. AMAÇ

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde kişilik özellikleri, öfke ifade biçimleri ve depresif belirtilerin incelenmesidir. Üniversite öğrencilerinin öfke ifade biçimlerini, depresif belirtilerini ve kişilik özelliklerini araştırmak bu çalışmanın temel amacıdır. Üniversite öğrencilerinde depresif belirtilerin, öfke ifade biçiminin ve kişilik özelliklerinin bir arada farklılaşması beklenmektedir.

H1: Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin öfke ifade biçimleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H3: Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri tanımlayıcı faktörlere (cinsiyet, yaş, sosyoekonomik durum, psikiyatrik hastalık geçmişi) göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H4: Üniversite öğrencilerinin öfke ifade tarzları tanımlayıcı faktörlere göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H5: Üniversite öğrencilerinin depresyon tanımlayıcı özelliklere göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H6: Üniversite öğrencilerinin depresif belirtileri ile içte tutulan öfke arasında anlamlı bir ilişki vardır.

1.3. ÖNEM

Son yıllarda yapılan çalışmalarda üniversite öğrencilerinde mutsuzluk, depresyon ve öfkenin arttığı görülmüştür. Üniversite ortamının getirdiği yenilikle ve zorluklarla mücadele içerisinde öğrenciler kendi kişilikleri doğrultusunda bu zorluklarla mücadele edebilmekte ya da yığınlığa uğrayabilmektedir. Yapılan çalışmalar üniversitenin getirdiği yaşamsal ve akademik zorluklar ile gelecek kaygılarının öğrencilerdeki depresyon düzeyini artırdığını ortaya koymuştur. Son yıllarda ülkemizde yer alan üniversiteler içerisinde öfkelerini sağlıklı yollarla ifade edemeyen öğrenciler de dikkat çekici biçimde artış göstermektedir. Öfke duygusunu tanımayan ve doğru biçimde göstereceğini bilmeyen öğrenciler bu durumun nedeni olarak gösterilebilmektedir. Bu nedenle öğrencilerin sahip olduğu kişilik özelliklerinin depresif belirtiler ve öfke ifade biçimlerinin incelenmesi depresif belirtileri ve doğru ifade edilmeyen öfkeyi azaltma noktasında yol gösterici olması kaynaklı önemlidir.

Ortaya konulan problem durumu ve araştırmanın önemi ile birlikte depresyonda öfke konusu üzerinde pek çok çalışma yapılmış bir konu olup depresyondaki öfkenin sıklıkla psikanalitik kuramla bağlantılı olduğu görülmektedir. Bazı kuramlara göre depresyonu “içe dönen öfke” diye tanımlandığını görürüz. Bu çalışmanın en önemli amaçlarından biri de depresif belirtiler gösteren üniversite öğrencilerinde gözlenen öfke ifadesini belirlemek ve kişilik özelliklerinin depresif belirtiler ile öfke ifadesinin birlikte değişip değişmediği saptamaktır. Bu bağlamdaki literatür eksikliğini gidermek amaçlanmaktadır.

1.4. VARSAYIMLAR

Kaynaklardan elde edilen bilgi, görüş ve düşünceler doğru kabul edilmiştir. Ankete katılan yöneticiler anketi samimî, ciddî ve objektif bir şekilde yanıtladıkları ve anket soruları araştırmanın amacına hizmet eder nitelikte olduğu kabul edilmiştir.

1.5. SINIRLIKLAR

Araştırmanın sınırlılıklarından biri örneklemin üniversite öğrencilerinden oluşması da iddiaların çeşitli yaş gruplarına genellenmesini zorlaştıran sınırlılıklardan biridir. Araştırma veri toplama “online survey” aracılığı ile yapıldığından çeşitli bağlantı

sorunları oluşması ve anketlerin tamamlanmadan yarıda kalması şeklinde kullanılmayacak verilerin oluşması da mümkün olmaktadır. Ulaşılabacak bulgular göz önüne alınarak varılacak olası sonuçlar ve genellemeler, araştırma evreninin tamamı için geçerli olmaktadır. Araştırmadaki bir diğer sınırlılık ise verilerin normal dağılmamasından dolayı regresyon analizinin uygulanamaması olmuştur. Bu noktada analizin uygulanamaması değişkenler arasındaki ilişkilerin detaylı incelenmesine olanak vermemiştir. Ayrıca katılımcıların psikolojik durumlarıyla detaylı bilgi alınmaması da bu araştırmadaki sınırlılıklardan biridir.



BÖLÜM 2. İLGİLİ LİTERATÜR

2.1. ERGENLİK DÖNEMİ

Ergenlikle ilgili literatürde birçok farklı tanım bulunmaktadır. Latince “olgunlaşma, büyüme” (adolescere) anlamına gelen ergenlik, Dünya Sağlık Örgütü (WHO, 2013, s.7) tarafından 10-19 yaş aralığındaki bireyler olarak tanımlanmaktadır. Birleşmiş Milletler Örgütü’nün (BM) tanımına göre ergenlik dönemi 12-25; UNESCO’ya göre (Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü, 2011), 15-25 yaş arasındaki bireyler olarak tanımlanmaktadır (Kulaksızoğlu, 2008, s.29). Bazı tutum, davranış ve fiziksel gelişimler belli yaşlarda ortaya çıkma eğiliminde olmaktadır. Bu sebepten dolayı, gelişim psikologları tarafından yaş dönemleri ile ilgili düzenlemeler yapılmıştır. Buna göre ergenlik; *erken* (10-14 yaş), *orta* (14-18 yaş) ve *geç ergenlik* (18-25) olmak üzere üç grup altında sınıflandırılmaktadır (Boivin ve ark., 1995, s.766).

WHO ergenlik dönemini, insan hayatında bireyin çocuk olmadığı fakat erişkin de olmadığı “ara dönem” olarak tanımlanmaktadır (WHO, 2013, s.7). Başka bir ifade ile ergenlik, insan yaşamı içerisinde çocuklukla yetişkinliği birbirine bağlayan bir geçiş dönemi ile karakterize olmaktadır (Santrock, 2018). Amerikan Psikiyatri Birliği (APA, 2015) ise ergenlik dönemini fiziksel ve duygusal süreçlerin yol açtığı fiziksel ve psiko-sosyal olgunlaşma ile başlayan ve bireyin bağımsızlığı ile sosyal üretkenliğini kazandığı, belirsiz bir zamanda sona eren kronolojik bir dönem olarak tanımlanmaktadır.

2.1.1. Ergenlikte Gelişim

Ergenlik dönemi gelişimi, biyolojik olarak erken ergenlik döneminde başlamakta ve geç ergenliğe kadar sürmektedir. Bu süreçte fiziksel değişim ve gelişimler, birincil ve ikincil cinsiyet özelliklerinin olgunlaşması da dahil olmak üzere, vücut biçimlerindeki (morfoloji) değişikliklerle sonuçlanan uzun bir süre boyunca hem nöral hem de endokrin seviyelerinde bir dizi karmaşık değişiklik içermektedir (Dorn ve Biro, 2011; Natsuaki ve arkadaşları, 2014). Bununla birlikte ergenliğin “kriz dönemi” olarak adlandırılması kaynaklı da psiko-sosyal gelişim ve değişimlerden de geçmektedir. Ergenlik dönemi biyolojik, psikolojik ve sosyal gelişimsel değişimlerle karakterizedir.

Ergenlikte biyolojik gelişim bedensel olarak hızlı büyüme ve cinsel gelişim ile psikolojik gelişim ise bilişsel gelişim ve sosyal/kimlik gelişimi özellikleriyle belirlenmektedir (Steinberg ve ark. 2009).

2.1.1.1. Fiziksel Gelişim

Fiziksel gelişim ve değişimler ergenlik döneminde meydana gelen psiko-sosyal değişimlerin başladığı ve düzenleyicisi olduğu için büyük önem taşımaktadır. Bu dönem, çocukluk döneminde azalan fiziksel büyüme ve gelişmenin tekrar hızlandığı ve özellikle fiziksel özelliklerin olgunlaştığı bir evre olmaktadır. Bu sebepten dolayı hızlı fiziksel değişim ile *büyümenin sıçrama* yaptığı bir dönemdir. (Yavuzer, 2019).

Ergenlik dönemi başlangıcı (erken ergenlik), birbiriyle etkileşimli ve bağlantılı bir sürü genetik ve çevresel etmen tarafından belirlenmektedir. Bu sebepten dolayı bireyler, cinsiyetler ve kültürlerarası farklılık göstermektedir. Kızlar için fiziksel gelişim ile başlayan ergenlik, kızlarda daha erken yaşlarda (10,5-13) başlamaktadır. Erkekler ergenliğe kızlardan daha geç (13-15 yaş) girmektedir (Kulaksızoğlu, 2008).

Erken ergenlik dönemi ile başlayan fiziksel gelişimler kızlarda erkeklerden yaklaşık iki yıl önce başlamaktadır. Kızlarda yaklaşık 10,5, erkeklerde ise 14 yaşında boy uzunluğu zirve yapmakta ve ağırlıklarında ani artışlar olmaktadır. Bu noktada fiziksel ani büyüme el, ayak, kol ve bacakların uzamasıyla başlamaktadır. Bu sebepten dolayı sakarlıklar artmaktadır (Tanner, 1962). Fiziksel gelişimin ikincil değişimini gövdenin büyümesi izlemekte ve böylece vücut oranları yeniden düzenlenmiş olmaktadır. Fiziksel olarak büyümenin son dönemi olan orta ergenlikte; erkeklerde (17 yaş) omuzlar ve göğüs kafesi genişleyerek kas kitleleri ve gücü artmaktadır. Kızlar (15 yaş) için ise vücut şeklindeki değişimler, göğüsler, kalça ve basenlerde yağ depolanması ile kalçalarda genişlemeleri içermektedir (Dyk, 1993). Bununla birlikte derideki yağ kitleleri büyümekte, bu durum da akne ve sivilcelerin oluşumuna yol açmaktadır (Morris, 2002).

2.1.1.2. Cinsel Gelişim

Ergenlik döneminde, hızlı fizyolojik değişimlerin hızlı biçimde ortaya çıkışı bazı hormonların etkinliklerinin artmasına yol açmıştır. Buna paralel biçimde de, cinsel özellikli çeşitli gelişimler ve dürtüler de ortaya çıkmaktadır (Geçtan, 2004).

Fiziksel gelişimin farklılık göstermesine rağmen ergenlerde her iki cinsiyet de cinsel açıdan gelişime benzer yaşlarda ulaşmaktadır (Özbay ve Öztürk, 1992). Bu dönemde ergende gözlenen yeni cinsel gelişim, dürtü ve kimlik oluşumu çok yönlü ve uzun bir süreç olmaktadır. Kız ve erkeklerde cinsel gelişimin başladığını gösteren primer ve sekonder cinsiyet özellikleri görülmektedir. Primer cinsiyet özellikleri üreme organlarındaki değişimleri; sekonder cinsiyet özellikleri ise vücut yapısındaki değişimleri içermektedir (Dinçel, 2006).

Erken ergenlik dönemindeki cinsel gelişimin ilk işaretleri; kızlarda memelerdeki gelişme (10,5-11 yaş) ile kendini göstermektedir (Powers ve ark., 1989, s.202). Fakat kızların %10-20'sinde pubik kıllanmanın da ilk işaret olabileceği söylenebilmektedir. Meme gelişimini takip eden süreci pubik bölgesindeki kıllanma (12 yaş) izlemekte; ortalama 12-13 yaşları arasında da menstual dönem başlamaktadır (Marshall ve Tanner,1970).

Erkeklerde ise cinsel olgunlaşmanın ilk işaretleri testislerin büyümesi (12 yaş) ile kendini göstermektedir. Erkeklerde testislerin büyümesini penisin büyümesi izlemekte bir süre sonra pubik kıllanma (ortalama 13 yaşında) ortaya çıkmaktadır. İlerleyen yıllarda ise yüzde kıllanma gözlenmektedir (Bundak ve arkadaşları, 2002). Sesin kalınlaşması ise erkeklerdeki cinsel gelişim ve olgunlaşmanın son işareti (14 yaş) olmaktadır (Morris, 2002).

2.1.1.3. Bilişsel Gelişim

Ergenlik dönemi ile birlikte çocuk somut düşünme döneminden soyut düşünmeye ve akıl yürütmeye geçmektedir (Freud, 1936).Bu sebepten dolayı diğer gelişim dönemlerinden farklı bilişsel gelişmeler göstermektedir.

Ergenler soyut düşünme ile birlikte soyut terimleri, metafizik konuları anlayabilmekte, zihinsel şemalarıyla deneyimleme, düşünce sistemlerine ekleme ve çıkartma yaparak değişiklik gösterme becerileri geliştirebilmektedirler (Gardner, 1982).

Bilişsel gelişim düzeyleri erken ve geç ergenlik arasında farklılık göstermektedir. Erken ergenler geç ergenlere oranla kendilerine yönelik objektif bakış açısına sahip olamayabilmekte ve ahlaki yargılamalarda derin bir anlayışa henüz ulaşmamaktadır. Bununla birlikte herkesin kendi gibi düşünmediği ve diğerlerinin farklı görüşleri olabileceği farkındalığı oldukça düşüktür (Harris ve Liebert, 1991).

2.1.1.4. Psiko-Sosyal Gelişim

Dönemsel olarak büyüme sadece fiziksel ya da cinsel gelişmelerle değil psikolojik, sosyal ve duygusal gelişimlerle birlikte edinilen ergenlik rolleriyle de kendini göstermektedir. Çünkü ergenlik psikolojik ve sosyal olarak, genç yetişkin rolüne hazırlanılan bir dönem olmaktadır. Ergenler bu dönemde bir yandan bağımsızlaşmaya çalışırken bir yandan da yetişkin rol ve sorumluluklarından korkmaktadır (Morris, 2002).

Her dönemin gerekliliklerinden biri olduğu gibi, ergenlikte de sosyal gelişimin temel taşı olarak nitelendirilen görevler, büyümenin de en temel koşulu olmaktadır. Özellikle son ergenlik evresi ile birlikte ergen birey davranışlarını yeniden düzenleme ve şekillendirme sürecine girmektedir (Lau-Walker, 2004).

Psiko-sosyal gelişim, ergenin içinde yer aldığı toplum tarafından kabul edilebilir biçimde davranmayı öğrenme biçimi ile karakterize olmaktadır. Bu gelişim süreci öncelikle ebeveynlerden sonrasında ise toplum, çevre, bazı belirli kişilerarası deneyimler ve eğitsel sonuçlar ya da başarılar yoluyla gelişmektedir. Buna paralel biçimde ergenler psiko-sosyal gelişim dönemlerinde ahlaki, bilişsel, psikolojik olarak gelişmekte, dünyaya bakışı değişmekte, soyut, sorgulayıcı düşünmekte ve yetiştiriliş biçimine paralel kararlar vermesi gerekliliğiyle aile ile toplum tarafından bir dizi yeni görev üstlenmektedir (Çağdaş ve Seçer, 2002). Başka bir ifade ile ergenler, bir yönden yetişkin erkek ya da kadın bedensel farklılıkları kazanırken diğer taraftan, toplumun ondan beklediği cinsiyet rolünü üstlenmekle ve bu özellikleri benimsemekle de yükümlü olmaktadır (Geçtan, 2004). Bununla birlikte bu dönemde ergenlerin sağlıklı ve

istikrarlı bir benlik imajının gelişimi psiko-sosyal gelişimin en önemli hedeflerinden biri olmaktadır. Bununla birlikte ergenlerin psikolojik ve sosyal açıdan sahip olduğu dürtüsellik ile risk alma davranışları da bu gelişim süreci için önemli olmaktadır (Köse, 2011).

Ergenlik döneminde gözlenen psiko-sosyal gelişim diğer gelişimlerden farklı olarak ergenlik dönemi sorunlarının yordanması için önemli bir etmen olmaktadır. Ergenler psiko-sosyal gelişiminde sıkıntılar yaşadığında akran ve aile ilişkilerinde zorluklar dahil, sosyal izolasyon, depresyon, öfke patlamaları, olumsuz beden imgesi, düşük benlik saygısı, kötü akademik performans ve riskli davranışlar gösterebilmektedir (Hazen ve ark., 2008).

2.1.2. Ergenlik Dönemi Kuramsal Açıklamalar

Ergenliğin tanımı, onu oluşturan evrelerin sınıflandırılması ve içeriği kuramcılar arasında farklılık göstermektedir. Bu sebepten dolayı her bir kuramcı kendi kuramı üzerinden farklı biçimlerde ergenliği ortaya koymaktadır.

2.1.2.1. Sigmund Freud Psikanalitik Kuram

Ergenlik bilimi ve psikanaliz, literatürün ikizleri olmaktadır. Çünkü iki kavramın da ortaya çıkışı aynı döneme (1896) denk gelmektedir. Bu sebepten dolayı ergenlik-psikanaliz ilişkisi oldukça önemli olmaktadır (Parman, 1998).

Psikanalitik kuramın öncüsü olan Sigmund Freud (1905) ergenliği, “Cinsellik Kuramı Üzerine Üç Deneme” kitabında psiko-seksüel gelişim kuramı üzerinden tanımlamıştır. Bununla birlikte kuramsal ve kültürel önemi üzerinde durmuştur. Freud’a göre ergenlik psikoseksüel gelişimin beş evresinin (*oral* (0-1 yaş), *anal* (1-3 yaş), *fallik* (3-5 yaş), *latent* (5-11 yaş) ve *genital dönem* (11-18 yaş) gizil dönemin sona ermesi ile başlayan “genital dönem”(11-18 yaş) üzerinden tanımlanmıştır (Freud, 1905).

Freud için normal gelişimin temel hedefi ve gerçek olgunlaşmayı temsil eden genital dönemde, hızlı fiziksel büyüme ve ergenlik ile içsel dürtüler artmaktadır. Bu dönemde genital organlarda erkek çocuk için herhangi bir farklılık olmamakla birlikte kız çocuklarda, fallik dönemde “klitoris” olan libido odağı, genital dönemde vajina ile yer değiştirmektedir. Kız çocuğugenital organları değiştirmesiyle birlikte kadınlığa

geçiş yapmaktadır. Bununla birlikte cinsel olgunluk başlamakta genital eğilimler ön plana çıkmaktadır. Diğer psikoseksüel dönemlerden farklı olarak birey bu dönemde libidosunu kendi bedenine değil gerçek sevgi nesnelere olan diğer insanlara yöneltmektedir. Ergenlikte yaşanan bu tutkular ergenin yetişkinlik yaşamında bir eş seçmesi ve aile kurmaya yönelmesiyle sonuçlanmaktadır (Freud, 2005; Quinodoz, 2017).

Bu dönemde ergenlerin *erojen bölgeleri* genital bölgeye kaymakta, ergenler ebeveynleriyle özdeşleşmek yerine daha çok yaşlılarla özdeşleşmeye ve karşı cinslerle ilişki kurmaya yönelmektedir. Bu sebepten dolayı ergenlik döneminde de bireylerin dürtüleri ile baş edebilmek için yeni yetenekler edinmesi gerekmektedir (Freud, 1905).

Sonuç olarak psikanalitik kurama göre ergenlik döneminde duygusal dalgalanmaların ve iniş çıkışların olmaması “anormal” nitelendirilmektedir. Çünkü bu dönemde ideal olarak, cinsel dürtülerin hemen karşılanması yerine, yetişkin cinselliğinin özellikleri olan doyumu erteleme, sorumluluk duygusu ve diğer konuların ağır basması beklenmektedir (Morris, 2002). Bunun yanı sıra ergen, anksiyetesini yönetemez duruma geldiğinde ya da aşırı derecede dışa vurma, kendine zarar verme ya da riskli davranışlara yöneldiğinde depresyon ve anormal davranışlar ortaya çıkabilmektedir (Siyez, 2016).

2.1.2.2. Eric Ericson’un Psikososyal Gelişim Kuramı

Ergenlik dönemini, psikososyal gelişim kuramında ele alan Eric Ericson’a (1963) göre ergenlik “*kimliğe karşı kimlik karmaşası*” dönemi (12-19 yaş) olarak tanımlanmaktadır. Freud’dan farklı olarak bu kurama göre ergenlik döneminde cinsel dürtülerden farklı dürtülerin de olduğunu savunmaktadır. Ericson’a göre bu dönemde ergen için en önemli görev “ego kimlik” kazanılması olmaktadır. Birey bu dönemi sağlıklı bir biçimde atlattığında güçlü bir kimlik duygusu, bağımsızlık ve kontrol duygusuna sahip olmaktadır. Bu aşamanın sağlıklı olarak sağlanmadığı durumlarda ise ergen, kendileri ve geleceği hakkında güvensiz olmaktadır (Ericson, 1964). Bununla birlikte Ericson (1958) ergenlik döneminde gençlerin tutarlı, bütünlük ve istikrarlı bir algı oluşturma zorluğunu üstlendiğini ve bunu yapmakta zorlandığı için yetişkin rolleri ile sorumluluklarına geçişte zorlanabildiğini savunmaktadır.

Ericson'a (1959) göre ergenler bu dönem içerisinde aile dışına yönelmekte, akran gruplarını ya da güvenilir bireyleri rol model olarak özdeşim kurmaktadır. Ergenlerin özdeşim kurma arzuları bireyden bireye farklılık göstermekte ve kendilerine özgü olmaktadır. Diğer taraftan da yaşam içerisinde ne yapacağına yönelik bir belirsizlik de yaşamakta ve rehberlere de ihtiyaç duymaktadır. Bu sebepten dolayı dönemde öğretmenlerin ve ebeveyn ve öğretmenlerin ergenlerin belirsizliğini azaltmak için kimlik arayışına alan tanımları yararlı olmaktadır. Ergen ancak bu sayede kendi varoluşunu ve beden imgesini sağlıklı biçimde oluşturarak özgüven kazanacaktır. Tersine biçimde sınırlandırıldığı ve kendini bulamadığında ise depresyon, anksiyete ve saldırgan öfke ifadeleri gibi psikolojik problemler gösterebilecektir.

2.1.2.3. Jean Piaget'in Bilişsel Gelişim Kuramı

Jean Piaget (1935) ortaya koyduğu bilişsel gelişim kuramında; bilişsel gelişimin yaşamboyu sürdüğüne ve tüm çocukların, dünyadaki farklı çevresel bağlam ve kültür çeşitliliğinde bile, aynı bilişsel gelişim dizisine sahip olduğunu ileri sürmektedir (Hockenbury ve Hockenbury, 2011).

Piaget'e (1936, s.13,15) göre bireyin bilişsel gelişimi somut işlemlerden formel/soyut işlemlere geçmektedir. Buna paralel biçimde Piaget'in bilişsel gelişim süreçleri üzerinden oluşturduğu bu kuramda ergenlik "formel dönem"e (11-15 yaş) denk gelmektedir. Bu noktada Piaget, bireyin bilişsel gelişimin en son aşamasına geldiğine, düşünce ve anlayışının önemli ölçüde geliştiğine inanıyordu.

Piaget, bu aşamada ergenlerin mantıklı düşünebileceğine, hipotezler kurabileceğine, onları sınavabileceğine, mantıklı düşünebileceğine, akıl yürütme üzerinden kurallar ve ilkeler oluşturabileceğini savunmaktadır. Piaget'e göre formel işlem düzeyine gelen ergenler bilişsel düzlemde yetişkin dünyasıyla tümenden iletişime girmeye hazır olmaktadır (Pastorino ve Doyle-Portillo, 2013).

Piaget'in bu kuramı, ergenliğin yeteneği ve bilişsel kapasitesini fazla yordaması ve bebeğin kapasitesini küçümsemesi dahil olmak üzere bazı eksikliklere sahip olmaktadır. Bununla birlikte çocukların biliş ve düşünme yeteneğinin gelişmesinde kültürel ve sosyal etkileşim etmenlerini de göz etmesi kaynaklı kuramın sınırlılıkları bulunmaktadır (Babakr ve ark., 2019).

2.2. KİŞİLİK KAVRAMI

Kişilik, insanları tanımlamak için kullanılan temel bir kavram niteliğinde olmaktadır. Çoğu zaman “*huy*” ve özellikle de “*karakter*” kavramları ile eş ya da yakın anlamda kullanılan kişilik, İngilizce karşılığı “*personality*” kişi anlamına gelen “*person*” kelimesinden türetilmiştir. Sözcük İngilizce’ye Latince, tiyatro oyuncularının yüzlerine geçirdikleri *maske* anlamına taşıyan “*persona*” kelimesinden geçmiştir (Kurt ve Yıldız, 2017, s.2).

Bireye özgü belirgin özellik, manevi ve psikolojik özelliklerin tümü (Türk Dil Kurumu (TDK), 2019) olarak tanımlanan kişilik kavramı, psikoloji alanında üzerinde en çok çalışılan kavram ve konulardan biri olmaktadır.

Psikoloji literatürüne bakıldığında kişilik, “*farklı durumlarda bireyin kendine has sahip olduğu; zaman içerisinde değişmeyen duygu, düşünce ve davranış örüntüsü*” olarak yer almaktadır Psikologlar kişiliğin tanımında iki noktaya dikkat çekmektedir. Kişilik bir yandan bireyi diğerlerinden ayıran ve onu kendi yapan farklılıkları içine alırken diğer yandan kişiliğin durağan ve sürekli olduğu yönünü ortaya koymaktadır (Morgan, 2002, s.452). En basit tanımıyla bireyi diğerlerinden ayıran kendine özgü, tutarlı, kalıplaşmış objektif ve sübjektif özellikler ile davranışların tümünü içine almaktadır (İnanç ve Yerlikaya, 2012). Başka bir ifade ile bireyin “*fiziksel ve devimsel yapısının, bilişsel ve duygusal tepki biçimlerinin, benlik oluşumunun özgün, karmaşık ve dinamik bir bütünü*”dür (Bakırcıoğlu, 2012, s.770).

Her bir birey kendine özgü fiziksel ve zihinsel özellikler göstermekte; bu özellikler, davranışları ve düşünceleri farklılaştırmaktadır (Güney, 1998). Bu yönüyle kişilik, bireyi başkalarından ayırt etmemizi sağlayan huylar, alışkanlıklar, davranış biçimleri ve savunma mekanizmaları gibi birçok özelliğin oluşturduğu bir bütün olmaktadır. Bununla birlikte bireyin sahip olduğu bu kişilik, aynı zamanda insan ilişkilerini şekillendirmektedir. Bu bağlamda birey belirli durumlar karşısında kişiliğine özgü olarak, tipik birtakım davranışlar sergileyebilmektedir. Bireyin hayatı boyunca süren ve dinamik bir süreç olan kişilik, her bir bireyin yaşamı boyunca varlığını sürdürmektedir (Yakut, 2006). Bu durum da özellikle psikologların kişiliğin zaman

içerisinde tutarlılık gösterdiğini anlamasına ve gelecek davranışlarını yordamasına zemin hazırlamaktadır. Çünkü kişilik, bireylerin farklı zaman dilimlerinde de olsa benzer durumlarda gösterebileceği davranışların önceden kestirilebilir oluşunu gösterebilmektedir (Hogan, 2002).

2.2.1. Kişilik Kuramları

Kişilik kuramlarının bu kadar farklı olması dışında kişiliğe dair verilerin netleştirip tutarlı bir çerçevede düzenleyerek açıklayabilmesi için kişilik kuramlarının oluşmasını gerekli kılmıştır. Bunun dışında kişilik kuramları bireylerin davranışı anlamaya ve yordamaya da yardımcı olmaktadır (Schultz ve Schultz,2009).

Kişilik, uzun yıllar boyu üzerinde çalışılmış ve pek çok farklı şekilde tanımlanmıştır. Ele alınan tüm bu tanımlamalara bakıldığında ortak bir noktada birleşildiği görülse de kişiliğin tanımı üzerinde ortak bir uzlaşma henüz sağlanamamıştır. Bunun en temel nedeni kişilik kuramcılarının, kişiliği, kendi kuramlarının penceresinden bakarak tanımlamasından kaynaklanmaktadır (Kurt ve Yıldız 2017).

Kişilik tanımlaması üzerinde en büyük etkileri olan öncü kuramcılar, Sigmund Freud, Carl Jung, Abraham Maslow ve Carl Rogers olarak yer almaktadır. Fakat son yıllarda bu kuramcıların öne sürdüğü görüşlerin bazı açılardan yetersiz olmaları nedeni ile modern psikoloji alanında yeni görüşler ortaya çıkmış, yeni düşünceleri ileriye sürülmesiyle birlikte çeşitli araştırmalar yapılmasına yol açmıştır. Fakat bu durum geçmişten beri süregelen bu kuramların işlevsiz olduğu anlamına gelmemekte, araştırmacıya davranışlar hakkında birtakım ilgili sayıtlar belirlemektedir. Bu sebepten dolayı günümüzde ortaya konulan yeni fikirlerin oluşturulmasında, merak ve soruların doğmasında etkili olmuşlardır (Özkalp, 2004).

2.2.1.1. Sigmund Freud Psikanalitik Kuram

Psikanalitik kuramın kurucusu olan Freud'un "kişilik" doğası ve oluşum biçimleri üzerine çok fazla kaynağı bulunmaktadır. Bununla birlikte kişiliği ilk olarak ortaya koyduğu yapıtı "Kişilik ve Anal Erotizm" (1908) makalesi olmaktadır.

Freud kişiliği *yapılanması* ve *gelişimi* üzerinden ayrı biçimde ele almaktadır. Freud, ortaya koyduğu yapısal ve psiko-seksüel kuram üzerinden etkileşimli iki kişilik oluşum süreci önermektedir. Bu süreçlerden birincisi; kişiliğin giderek bağımsızlaşmasıyla bireyin dürtülerini denetleme ve çevresine adapte olma imkanı sağlayan gerçeklik ilkesinin ortaya çıkması ile kendini gösteren ego gelişimi olmaktadır. İkinci süreç ise psikoseksüel gelişimin, artarda gelişimi çevreden bağımsız biçimde genetik olarak belirlenmiş beş evresine göre ilerlemeyi içine almaktadır (Baldwin, 1980).

Freud'a göre (1923) *kişiliğin yapılanması*; yapısal kuramında ele aldığı *id*, *ego* ve *süperego* olmak üzere üç yapı etrafında oluşmaktadır. Bu kurama göre kişilik, bu üç farkındalık düzeyi üzerinden işlev göstermektedir. *Id*, sürekli doyum arayan bilinçdışı arzu, güdü ve dürtüleri içermekte ve haz ilkesine göre çalışmaktadır. *Süperego*, toplum ve ebeveynlerin kural ve standartlarının içselleştirilmesi ile oluşan vicdan ve ego idealini içermektedir. *Egonun* işlevi gerçeklik ile ilişkileri kurmanın yanı sıra *id* ve *süperego* arasındaki dengeyi kuran, aralarında uzlaşma sağlamaya çalışan kişilik yapısına işaret etmektedir (Morris, 2002).

Freud tarafından ele alınan bu yapısal modele göre bireyin kişiliği gelişmekte ve değişmektedir. Başka bir ifade ile yetişkin kişiliği *id*, *ego* ve *süperegonun* işleme biçimi ve bu yapıların deneyimleri üzerinden şekillenmektedir (Freud, 1963). Birey *id* ya da *süperego* yapısından birini baskın biçimde gösterdiğinde kişilik patolojileri ortaya koyabilmektedir (İlhan, 2009).

Kişilik gelişimi ise Freud'un (1908) ortaya koyduğu *psikoseksüel kuram* üzerinden beş gelişim evresi üzerinden oluşmaktadır. Freud bireyin içerisinde yer aldığı psikoseksüel dönemin baskın organının kişilik yapısını oluşturmada organik bağlantılara sahip olduğunu savunmaktadır. Başka bir ifade ile gelişimsel dönem içerisinde cinsel dürtünün doyurulma biçimi kişiliği temellendirmekte ve kişiliğinde iz bırakmaktadır.

Freud'a göre birey doğumuyla birlikte hazzıyla da doğmaktadır. Bu nedenle haz başlangıcı 0-1 yaşı içine alan **oral dönem** ile olmaktadır. Yaşamın ilk 12 aylarında bebek için "erojen bölge" ve haz kaynağı ağız, çevresi ve dudaklar olmaktadır. Bu

dönemde bebeğin dişleri çıkana kadar cinsel dürtüler emme ve yutma ile; dişlerinin çıkması ile birlikte de ısırma ve çiğneme yoluyla doyurulmaktadır. Bu nedenle haz kaynakları “oral-agresif” olmaktadır. Bununla birlikte bu dönemde bebek birincil nesne olan anneye bağımlı olmakta ve kendini onunla bir görmektedir. Bu nedenle Freud’a göre dönemde fikse olanlardan çok doyurulanlar özgüvensiz, edilgen, bağımlı; az doyurulanlar ise kötümser, alaycı ve saldırgan kişilik özellikleri göstermektedir (Ewen, 2014; Freud, 2015).

1-3 yaşı içine alan **anal dönemde**; “erojen bölge” anal kaslar olmaktadır. Birinci aşk nesnesi olan anneden ayrılma ve özerkleşmeye girilen bu dönemde çocuk kaslarını kontrol ederek haz duymaya başlamıştır. Çocuk sağladığı bu kontrolle bağırsak hareketlerini ertelerek aldığı hazzı artırabileceğini de öğrenmektedir. Buna paralel cinsel dürtüler de bağırsak hareketlerini tutma ve bırakma yoluyla doyurulmaktadır. Tuvalet eğitimi ile birlikte kendi bedeninin ve organlarının farkına varan çocuk kendi bedenini keşfetmeye başlar. Bu dönemde fikse olanlar kendi bedeni ve bedeninden çıkan dışkıya yönelik olumsuz algılarına bedenine ve organlarına yönelmektedir. Bu nedenle özgüvensiz ve olumsuz beden algılara sahip olabilmektedir. Bununla birlikte Freud, bu dönemde çocuğa verilen tuvalet eğitiminin niteliğinin kişiliğin oluşmasında önemli etkileri olduğunu ve yetişkinlik dönemlerindeki tüm öz-denetim biçimlerinin temelleri anal dönemde atıldığını ileri sürmektedir. Bu noktada kuralsız tuvalet eğitimi alanlar “anal-salıcı” olarak tanımlanmakta, özensiz, dürtüsel ve ihmalcil; katı/cezalandırıcı tuvalet eğitimine maruz kalanlar ise “anal-tutucu” olarak tanımlanarak, cimri, inatçı ve ani öfke patlamalarına sahip kendine zarar verici kişilik özellikleri göstermektedir (Freud, 2015).

3-5 yaşı içine alan **fallik dönemde**; “erojen bölge” genital organlar olmaktadır. Bu “cinsel monizm” olan tek cinsellik olmakta ve “otoerotizm” kaynaklı her iki cinsiyet için de tek bir organ bulunmaktadır. Bu organ Freud için “erkek cinsel organı olan penis” ve kız çocuğundaki karşılığı olan “klitoristir”. Erkek çocuğu annesi dahil bütün kadınlarda penis olduğunu sanmakta, kız çocuk ise kendindeki klitoris penis olduğunu sanmaktadır. Bu dönemde organlar arası farkı keşfeden çocuk, kız çocuğundaki penis yokluğunu fark edilmektedir. Kız çocuğu sahip olamadığı penis “kastasyon”u ve “eksik”liği üzerinden penis hasedi geliştirmektedir. Bu noktada kız çocuğu sahip olamadığı bu penise karşı cinsteki ebeveynine yönelerek sahip olmak istemektedir.

Erkek çocuk ise penisin ve getirdiği fallik gücün farkına vararak birincil aşk nesnesi olan anneye yüzünü dönmekte ve babasına nefret duymaktadır. Bu nedenle bu dönemde karşı cinsteki ebeveynine yönelik Oedipus kompleksine girmektedir. Buna paralel biçimde hemcinsi ebeveyni rakip konumunda olmaktadır. Çocuğun karşı cinsteki ebeveyne duyduğu aşk ve düşmanlık bütününden oluşmaktadır. Bu noktada kız çocukları bilinçdışında penis ikamesi olan bebeğe yönelerek babasıyla evlenmeyi ve eksik oldukları penis/fallusun “ikamesini” arzulamaktadır. Bu arzularından kaynaklı biçimde anneleri tarafından cezalandırılmaktan korkan kız çocuğu anne ile özdeşime geçmektedir. Erkek çocukları sahip oldukları penisin getirdiği fallik güç ile annelerine yaklaşmaktadır. Rakip olan baba tarafından bu arzuları yüzünden de kastre edilmekten korkmaktadır (Quinodoz, 2017). Bu kastrasyon korkusu ile birlikte erkek çocukları da babayla özdeşime geçmektedir. Çünkü bilinçdışı çatışmaların çözümü aynı cinsten ebeveynle özdeşim yapmakla sağlanmaktadır. Freud bu dönemde fikse olan ve penis/fallusa aşırı önem bağlayan erkeklerin güçleriyle övünen, kadınları aşağı gören; kadınların ise yetersizlik duyguları geliştireceği, eksik hissedeceği ya da fallusu elde etmek için baştan çıkarıcı davranışlar göstereceği belirtilmiştir (Freud, 1905).

5-11 yaşı içine alan ***gizil/latent dönemde;*** fallik dönemin sonunda gerçekleştirilen aynı cins ebeveynle özdeşleşim ve edinilen cinsel kimlikle ilişkili toplumsal roller bu dönemdeki deneyimlerle pekiştirilmiştir. Bu nedenle çocuklar daha çok kendi cinsindeki akranlarına yönelmekte, karşı cinse ve cinsel konulara karşı ilgisiz oldukları görülmektedir. Bununla birlikte ebeveyn yasaklamaları ve gelişmekte olan süperego kaynaklı cinsel dürtüler bastırılmıştır. Pregenital dönemlere ait arzu ve dürtüler bilinçdışına itilerek bastırılmış ve libido beden sınırları içinden çıkıp dış dünyaya yönelmiş, mevcut enerji “erojen bölge” yerine akademik başarı ile çevreye yönlendirilmiştir (Morris, 2002; Ewen, 2014).

Son dönem olan ve 11-18 yaşı içine alan ***genital dönemde;*** bireyin ergenliğe girmesiyle “erojen bölgeler” fallik döneme benzer biçimde genital bölgelerdir. Fakat cinsel içgüdü oto-erotikten cinsel nesneye geçmektedir. Daha önceki psiko-seksüel dönemleri sağlıklı geçiren bireyler bu dönemi de sağlıklı biçimde geçirmektedir. Bu dönemde sağlıklı biçimde oluşan kişilik, çocuk kişiliğinden yetişkin kişiliğe dönüşmesi kaynaklı ideal kişilik tipinin iyi bir temsilidir. Bununla birlikte doyum erteleme, içten- sıcak biçimde diğerleriyle paylaşmayı öğrenen, sorumluluk sahibi,

yaşam sorunlarıyla etkin biçimde başa çıkabilen ve düşünceli kişilik özellikleri kendini göstermektedir (Freud, 1905; İnanç ve Yerlikaya, 2012).

Freud'un ele aldığı bu kuramın soyut kavramlardan oluşması ve erkek merkezli olması eleştirilere yol açmıştır. Bununla birlikte bu kuramın kadın kişiliğinin penis kıskançlığı üzerinden açıklanması ile bireyin davranışını belirleyen çevresel ve kişilerarası ilişki etmenlerine yer vermemesi de eleştirilere yol açmıştır. Bu sebepten dolayı kişiliği açıklayan farklı kuram ve kuramcılar ile bakış açıları ortaya çıkmıştır (Yurtsever, 2009).

2.2.1.2. Carl Jung'un Analitik Kuramı

Bu kuramda bireyin davranışlarının kalıtsal özelliklerinin yanı sıra hedefleri tarafından da oluştuğu savunulmaktadır. Kalıtsal özelliklere dikkat çekmesi kaynaklı olarak da, Freud'un ve diğer psikanalitik kuramlardan ayrılmaktadır (Karagülle, 2018). Buna ek olarak kişilik kuramında *analitik psikoloji, tarih, mitoloji, antropoloji ve dinden* alınmış çeşitli kavramları sentezlemesi de Jung'u diğer kuramcılardan ayıran önemli bir özellik olmaktadır (Corey, 2008).

Carl Jung'a göre kişilik bireyin kim olduğu ve kim olmayı istediğine dair ümit edilen düşünceler ve birbirleriyle etkileşimde bulunan birçok sistemden oluşmaktadır. Birbirleri ile sürekli etkileşim halinde bulunan bu sistemler *ego, kişisel bilinçdışı, kolektif (ortak) bilinçdışı* ve *arketipler*dir. Buna göre *kişisel bilinçdışı*, bireyin bastırılmış düşüncelerini, unutulmuş yaşantı ve gelişmiş fikirleri; *kolektif (ortak) bilinçdışı*, bireylerin kökenine ait olan, kuşaklararası kalıtımla geçen ve bir türün tüm üyelerinde ortak olan bilinçdışı düzeyi; *arketip* ise kolektif bilinçdışında depolanan ve tüm insanoğlunda ortak olan düşünce biçimlerini içermektedir (Morris, 2002).

Birbirine bağlı olan bu sistemler üzerinden ilk kez Jung, kişiliğin *içedönük* ve *dışadönük* yapısının olduğunu ortaya koymuştur. Genellikle bireylerin kendi duygu ve düşüncesine odaklanmasını, merak ve düşüncelerinin iç dünyası ile sınırlı olduğu kişilik yapısını *içedönük*; yalnız kalmaktan kaçınan ve diğer insanlarla sürekli biçimde etkileşim içinde olan insanların kişilik yapısını ise *dışa dönük* olarak tanımlamaktadır. Tanımlanan bu iki kişilik yapısının denge içinde birleşim ve bütünü sağlıklı bir kişilik

yapılanmasına işaret etmektedir. Bu iki yapı ve yönün dengesizliği ise tersi biçimde kişilik patolojilerine işaret edebilmektedir (Dayıoğlu, 2017).

2.2.1.3. Alfred Adler'in Bireysel Psikoloji Kuramı

Freud'un kuramına karşı çıkararak "*Bireysel Psikoloji*" kuramını ortaya koyan Alfred Adler, diğer kuramcılardan farklı biçimde kişilik kapsamında "*üstünlük arzusu*"nu tanımlamaktadır. Adler'e göre bireyde bulunan "*üstünlük arzusu*", güçsüz ve çaresiz olan yeni doğanın doğuştan getirdiği bu "*aşağılık duygusu*" ile, yaşamını sürdürebilmesi adına daha büyük ve güçlü bireylere gereksinim duyması üzerinden açıklanmaktadır. Buna göre birey yaşamı boyunca aşağılık duygularının üstesinden gelmek için çaba göstermekte ve üstünlük arzusu taşımaktadır (Dayıoğlu, 2017).

Bu üstün olma arzusu etrafında, çevreden gelen baskılar, bireyin üstün olma arzusu ile uyumlu olmadığına bireyde kişilik çatışması ortaya çıkmaktadır. Bu çatışma doğru biçimde dengelenerek düzenlenmediğinde aşağılık kompleksi ile sonuçlanmaktadır. Birey, yaşam biçimini bu duygudan kurtulmaya çalışarak şekillendirmektedir. Bunun üzerinden bireyin kişiliği, üstün olma ve kusursuz hale gelebilmek için yapılan davranışlarla şekillenmektedir. Bu kurama göre kişilik, oluşumunda iç ve dış etmenlerin etkileşim halinde olduğu fakat dış etmenlerin daha etkili olduğunu savunulan bir yapıdır. Çünkü bireyde doğuştan gelen doğuştan beğenme ve üstün olma arzusu bir diğerinin söylemi ile daha kolay ve çabuk oluşturulmaktadır (Ertuğrul, 2009).

2.2.1.4. Eric Ericson'un Psikososyal Gelişim Kuramı

Eric Ericson, Freud'un ortaya koyduğu topografik yapıların somut ve evrensel olarak kiliği tanımlama ve ortaya koymada yetersiz olduğunu savunmuştur (Ewen, 2014). Ericson (1963) kişiliğin bebeklikten erişkinliğe kadar, psikososyal gelişimin sekiz aşaması boyunca önceden belirlenmiş bir sırada geliştiğini ileri sürmüştür. Bu gelişim dönemleri:

Temel güvene karşı temel güvensizlik (bebeklik): Freud'un kuramında olduğu gibi Ericson'un psikoseksüel gelişim evresi de oral bölge etrafında merkezlenmektedir. Bebek bu dönemde birincil temel bakım verenine (anne, bakıcı) karşı temel güven

geliştirmektedir. Bu dönemde temel bakım veren tarafından bebeğin düzenli olarak ihtiyaçları karşıladığında, bebekte temel güven ve “*umut*” duygusu gelişecektir. Ericson’a göre bu dönemde erken dönem deneyimlerinden elde edilen güven düzeyi anne ile olan ilişki kalitesine bağlı olmaktadır. Anneler bebeğin hassas bakım ihtiyaçları ve kişisel güvenilirlik ihtiyaçlarını karşıladığında çocuklarında çocuklarına güven duygusu sağlamaktadır (Ericson, 1963). Tersî biçimde bebek beslenme, sevilme, güvende olma gibi ihtiyaçları karşılanmadığı ve dönem sağlıklı bir biçimde atlatılmadığında; birey yetişkinlik döneminde güvensizlik yaşayacaktır (Ericson, 1963).

Özerkliğe karşı kuşku ve utanç (ilk çocukluk): Çocuk kendine bakım veren ve dış dünyaya güvenmeye başladığında, gelişmekte olan kas sistemi çevre üzerinde bir miktar kontrol sağlamaya başlamaktadır. Tuvalet eğitimine denk gelen bu dönemde çocuk anal kasları üzerinde kontrol kurmaya çalışmaktadır. Bu nedenle çocuk bu dönemde, özerkliğini ispat etmek için anneye olan güvenilir ilişkiyi ihlal edebilmektedir. Bakım veren bu evrede çocuğun özerkliğini kabul ederek desteklediğinde çocukta “iradenin” (istenç) kazanılması sağlanmaktadır. Tersî biçimde bu evre sağlıklı bir biçimde atlatılmadığı ve temel bakım veren katı kuralları uyguladığında çocuk yetişkinlik yaşamında kendine ve diğerlerine yönelik kuşku ve suçluluk geliştirebilmektedir (Ericson, 1963).

Girişimciliğe karşı suçluluk (oyun çağı): Üçüncü psikoseksüel dönem, egonun ustalık duygusunu geliştirmeye yardımcı olan yürüme ve koşma gibi lokomotor yeteneklerin geliştirilmesiyle karakterize olmaktadır. Bu evrede, çocuk cinsiyetler arasındaki farkların farkına varmakta ve belirsiz genital dürtüler yaşamaktadır. Freud’un kuramında “fallik evre”ye denk gelen bu dönemde çocuklar karşı cinsteki ebeveynlerine yönelik “evleneceğine ve onunla gurur duyacağına” yönelik bilinçdışı arzular duymaktadır. Bu noktada çocuğun aynı cinsiyetteki ebeveyni, rakip rolüne girmektedir. Bu dönemde çocuk bedenine ve rol modellediği kalıplara yönelik girişimler göstermektedir. Ebeveyn bu noktada çocuğa katı kuralları koyarak cezalandırdığında dönem sağlıklı biçimde atlatılmamakta ve çocuk kendi bedenine yönelik suçluluk ile insanlara yönelik korku, “çekingenlik” hissetmektedir. Bu evrenin başarılı bir biçimde çözülmesi durumunda dönemin temel gücü olan “amaç” oluşacaktır (Ericson, 1964).

Çalışkanlığa karşı aşağılık duygusu (latent/okul çağı): Freud'un gizil dönemine denk gelen bu evrede çocuk "ergenlik fırtınasından önce sakinlik" yaşamaktadır. Çocuk bu dönemde akademik başarısına odaklanmakta, kendi cinsinden arkadaşlarıyla oynamakta ve cinsel dürtüleri baskılanmaktadır. Çocuğun bu aşamadaki başarıları olumlu bir çalışkanlık duygusuna katkıda bulunurken, başarısızlıklar yetersizlik ve aşağılık duyguları ile sonuçlanmaktadır. Bu evre sağlıklı bir biçimde atlatıldığında başarılı kişilik gelişimi oluşmakta, ego önemli görevlerin tamamlanabileceğini ve yetkinlik kazandığını hissetmektedir (Ericson, 1963).

Kimliğe karşı kimlik kargaşası (ergenlik): Bu dönemde çocukluk sona ermekte ve yetişkinlik dönemine giriş yapılmaktadır. Ericson için bu dönem ayrı bir önem taşımaktadır. Çünkü bu dönemde birey bir kimlik duygusu geliştirdiği için bu dönem oldukça önemlidir. Kimlik oluşumunun en üst düzeyde olduğu bu dönemi birey sağlıklı bir biçimde atlatamadığında kimlik karmaşası yaşanmaktadır. Bunun yanı sıra sağlıklı biçimde geçirildiğinde birey yetişkinlik yaşantısında da oturmuş bir kimliğe sahip olabilecektir (Ericson, 1964).

Yakınlığa karşı yalıtılmışlık (genç yetişkinlik): Kimlik üstünde durmaktan ve kimlik arayışından çıkan genç artık kendi kimliğini diğerleriyle kaynaştırmaya ve yakınlık kurmaya istekli olmaya hazırlanmaktadır (Ericson, 1963). 20-25 yaşları arasına denk gelen bu dönem aşk, sevgi, iş ve evlilik gibi sorumlulukları içermektedir. Bu aşamada diğer insanlarla yakın ilişkiler kurmak için yeni edinilen kimlik duygusu tehlikeye atılabilmektedir. Genç yetişkinin kimlik duygusu çok kırılgan ise, izolasyon ve yalıtılmışlık görülmektedir. Tersine biçimde, sağlam bir kimlik sahibi bireylerde kendisinin önemli bir bölümünü kaybetme korkusu olmadan başka bireylerle kaynaşabilmekte, bağlılık, yakınlık, yakın dostluklar ve başarılı bir ilişki yaşanmaktadır (Ericson, 1963).

Üretkenliğe karşı durgunluk (yetişkinlik): Bu evre öncelikle doğurma ve gelecek neslin yönlendirilmesi anlamına gelen bir dönemdir. Bununla birlikte verimlilik ve yaratıcılık içermektedir. Genç yetişkinliğin sona ermesinden altmışlı yaşlara kadar süren bu dönemde birey toplumdaki yerini ve sorumluluklarını almaktadır. Ericson, bu sorumlulukları almaya yönelik güdülenmenin genç nesillerin yetişkinlere duyduğu

ihtiyacın yanı sıra yetişkinlerin de kendilerine gereksinim duyulması yönündeki ihtiyaçlarından kaynaklandığını belirtmektedir. Çünkü Ericson'a göre olgun insan kendisine gereksinim duyulmasını beklemektedir (Ericson, 1963). Dönem sağlıklı biçimde atlatıldığında ve yetişkin kendine gereksinim duyulduğunu ve bunu karşıladığına inandığında üreketlik göstermektedir. Tersî biçimde ise birey durgunluk göstererek kendine olan güvenini yitirecektir (Ericson, 1964, s.131).

Son evre ise **benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk (yaşlılık)** olarak tanımlanmıştır. Önceki yedi gelişimsel krizi başarıyla çözen bireyler, benlik bütünlüğünü sağlayabilmekte ve hayatın değerli olduğunu hissedebilmektedir. Tersî biçimde diğer krizlerde orun yaşayan bireyler bu evreyi atlatmakta da sorun ve “umutsuzluk” yaşamaktadır. Bu durumda birey hayata hiçbir katkısının olmadığını düşünerek ölümden korkmaktadır (Ericson, 1964).

Ericson'a göre birey her aşamada, kişilik gelişimi için olumlu ya da olumsuz sonucu olabilecek psikososyal bir kriz yaşamaktadır. Birey bu krizleri sağlıklı bir biçimde atlattığında diğer dönemlerde de başarılı olabilecek, kişiliği olumlu biçimde oluşarak gelişecektir. Bu dönemler sağlıklı bir biçimde atlatamadığında birey kişiliğinde olumsuzluk yaşayacak ya da patoloji gösterebilecektir (Ericson, 1963).

2.2.1.5. Karen Horney'in Temel Düşmanlık ve Temel Kaygı Kuramı

Oluşturduğu kişilik kuramında psikanalitik kuramının etkisi altında kalan Karen Horney, psikanalitik bir kuramcı olarak görülmektedir (Gençtan, 2004). Bununla birlikte Freud'un kişilik ile ilgili kuramının çevre faktörünü göz ardı etmese de, bu faktörleri yalnızca içsel dürtülere tesir eden bir etken olarak değerlendirdiğini öne sürmüştür (Morris, 2002).

Horney'in ego kuramında, *sahip olunan benlik*, *gerçek benlik* ve *idealize benlik*ten oluşan şekilde üç yapı mevcut olmaktadır. Bireyin *sahip olduğu benlik*, bireyin yaşantı ve deneyimlerinin toplamı; *gerçek benlik*, yaşamın devam edilmesi ve uyumu sağlayan; *idealize benlik* ise günümüz “narsizm” kavramı ile yakından ilişkili olan “abartılı benlik algısı” olarak ifade edilmektedir (Kocakula, 2012). Bu ego varsayımının zemininde, bireyin çocukluk yaşamı içerisinde güvensiz bir dünyada olduğu düşüncesinin olduğu ve endişenin doğumuna ebeveynlerin tutarsız

davranışlarının neden olduğu yatmaktadır. Bu durumda ise çocuk, dünya ile bağlantısını eksik hissetmekte ve bu durum da beraberinde eksiklik duygusunu gidermek arzusunu getirmektedir. Horney tarafından yaşamın erken yıllarında yaşanan bu bozuk ve güvensiz ilişkiler “*benlik şişmesi/narsizm*” olarak ele alınmıştır. Horney, “*narsist birey*”; sevme kabiliyetini kaybedip, bu yeteneğin boşluğunda benlik saygısını yitirmiş ya da değersizlik duygusunun artması ile sürdürmüştür (Konay ve Çelik, 2018). Bunun üzerinden bu bireyler iç dünyasının kaybettiği olgunluğu kaynaklı iyileşmek için çevresindeki insanlarla oyunlar oynamakta fakat asıl doğası ile ilişkisi bittiği için davranışları yeterliliğini ve anlamlılığını yitirmiştir. Bu noktada birey bir karar almakta, yaşamda elde edemediği sevinci ve coşkunluğunu *sahte benlik* ile değiştirmektedir. Fakat ödüllendirici bu benliğin başarıları uzun sürmemekte ve birey nihayetinde, zaman içinde kendini “*ideal, bütünleşmiş benliğiyle*” özdeşleştirebilmektedir. Buna paralel biçimde, imge oluşturduğu yüzeysel imge olarak kalmamakta farketmeden imgeye dönüşmekte ve “*gerçek benlik*” gibi görünebilmektedir (Horney, 2011).

Horney kişilik kuramını oluştururken birey, çevre ve içerisinde yer alan etmenleri çalışmalarının merkezine yerleştirmektedir. Buna paralel biçimde kişiliğinin ortaya çıkışıyla en fazla bağlantısı olan bireyin yetiştiği çevrenin kişilerarası ilişkilerini nasıl etkilediğini araştırmıştır. Bununla birlikte bireyin kişiliği, hayat akışı içindeki olaylar tarafından belirlenmekte ve güven duygusu, doyum ile hayatla baş edebilme tutumu yaşadığında gelişebilmekte; bu olaylar olumsuz olduğunda ise birey baş edebilmek ve kendini koruyabilmek için savunma mekanizmalarını geliştirmektedir (Schultz ve Schultz, 2009).

Horney, kişiliğin yapısı ve gelişiminden çok, nevroz üzerinde durmuş ve hayat ilişkilerinin kişiliği belirlemedeki önemini vurgulamıştır (Ankara Üniversitesi, 2018). Nevrotik bireyler, diğerlerine yönelik baskı kurucu, aşırı koruyucu, göz korkutucu, değişken ve aşırı eleştirel olarak nitelendirilmektedir. Bu örüntünün oluşma nedeni olarak bireyin erken çocukluk çağında “*bizlik*” duygusunun gelişmemiş olması ve “*temel kaygı*” olarak tanımlanan, yoğun bir güvensizliğe sahip olması olmaktadır (Horney, 2011). Bunun üzerinden Horney tarafından bireyin kişilik oluşumu; sevgi ve onay, yaşamı yönetecek bir ortak, güç kazanmaya yönelik, diğerlerinden yararlanmaya, saygınlık kazanmaya, hayranlık ve başarı kazanmaya, bağımsızlık ve kendine yetmeye,

yetkin olmaya ve eleştiriye karşı kendini savunmaya yönelik nevrotik ihtiyaçlar üzerinden şekillenmektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2012). Buna ek olarak üç kişilik türünü önemli kabul etmiş ve değerlendirmiştir. Bu kişilik türlerinden ilki; çaresizlik içindeki bireyin kendini korumak ve tedbir almak için bir sığınak olarak diğer insanlara yaklaşmasını içeren “*insanlara yakın davranan kişilik*”tir. Bu bireyler diğerlerinin sevgi ve onayı odaklı yaşayan ve yaşamlarının sorumluluğunu alabilecek birisi için çabalan “*yumuşak başlı insan*”lar olmaktadır. İkinci kişilik çeşidi, tüm dış dünyayı düşman olarak algılayan “*insanlara karşı davranan kişilik*”tir. Bu bireyler güçlü olduğunu gösterme ihtiyacında olmakta, her zaman haklı olduğuna inanmakta ve diğer insanları ezmek, etkisi altına almak istemektedir. Sonuncu kişilik türü ise insanlardan sürekli uzak durma esası üzerine inşa olan insanlardan *uzak kalan kişiliktir*. Bu bireyler her şey için kendine yetmeye çalışmakta, pozitif davranışlara muhtaç olmak istememekte ve evlendiklerinde eşlerine bile uzak durmaktadır. Horney tarafından önemle üzerinde durulan bu kişilik türleri bireylerin ihtiyaçları, kendileri ve narsizmlerini koruma ihtiyaçları üzerine kurulmuştur (Sarı, 2011).

2.2.1.6. Melanie Klein ve Donald Winnicott Nesne İlişkileri Kuramı

Freud’un çalışmalarından ilham alarak kendi kuramını oluşturan Melanie Klein, bireyin kişilik gelişiminin bilinçdışı etmenlerle oluşmasının yanı sıra nesne ilişkilerinden oluştuğunu öne sürmüştür. Bununla birlikte Klein, kişiliğin yaşam boyu sürdüğünü savunan Ericson’un aksine kişiliğin oluşumunda çocuğun ilk ilişkilerinin önemli olduğunu savunmuştur (Klein, 1975).

Klein’a göre (1928), bebekler sırasıyla “paranoid-şizoid” (0-6 ay) ve “depresif” (6-12 ay) konumlarından geçmektedir. Bu noktada konum geçirilen evre olmamakta içsel nesne ilişkileri olan, bir benlik örgütlenme durumu” olarak tanımlanmaktadır. Klein bu aşamaların ilkinde bebeğin kendini dış dünyadan ayıramadığı için *birincil narsistik* düzeyde olduğunu ve anneyi içsel nesneye dönüştürerek kendiyi bir algıladığını savunmaktadır. Bu narsistik düzeyde bebek anne memesine yönelik temsillerini oluşturmaktadır. İçindeki saldırgan dürtüleri, “kötü” yanlarını azaltabilmek için yansıtılmalı özdeşim ile anne ya da anne memesine yansıtılarak kendinden uzaklaştırmaya çalıştığını savunmaktadır. Bu dönemde anne “kötü” olarak konumlanmaktadır (Klein, 1975). Klein bu evrede de bebeğin kişilik bütünlüğünden

bahsedilemediğini savunmaktadır. Anne ve memesi kendine geldiğinde anne, “iyi”; yoksun bırakıldığında ise “kötü” olarak konumlanmaktadır. Depresif konum ise nesnenin bütünleştiği dönemdir. Bebek ego ve nesne temsillerini ambivalan biçimde “iyi” ve “kötü” olarak görmeye başladığı nesne temsillerini bütünleştirmekte ve sadece bir nesne olduğunu deneyimlemektedir. Saldırgan ve paranoid duygular beslenen anne, sevilen anne ile bir ve aynıdır. Böylece nesne “iyi” ve “kötü” bölünmelerinden uzaklaşarak gerçekçi bir konuma gelmektedir. Bu noktada anneye yönelen saldırganlıktan duyulan depresif kaygı onarma çabalarıyla sevgi nesnesine yönlendirilir. Bu süreç bireyin "kişilik" gelişiminin temelini oluşturmaktadır (Klein, 1948). Çünkü “iyi” ve “kötü” yönleri bütünleştirdiğinde kendilik ve nesne temsilleri bebeğin iç dünyasında yer almaktadır. Böylelikle, bebek dış dünya karmaşasına daha kolay uyum sağlayabileceği esnek bir kişilik geliştirebilmektedir. Bebek birinci konumdan ikincisine geçerek onarma ve şükran duymaya başlamadığında ise kendi ve nesnenin farklı olduğunu kavrayamadığından kişilik bütünlüğü sağlanamayarak bölünmektedir (splitting). Bu durumda da kişilik gelişmemekte ve sınır kişilik bozukluğu (borderline) ya da narsistik kişilik bozukluğu geliştirebilmektedir (Klein, 1975).

Klein’a benzer biçimde Donald Winnicott (1960) da kişiliği nesne ilişkileri üzerinden açıklamıştır. Winnicott’a göre bireylerin kimliğe sahip olmasında dürtüler değil ilk nesne ilişkileri önemli olmaktadır. İlk yaşam dönemlerinde bebek için en önemli nesne “anne” olmaktadır. Bu noktada bebeğin imgesinde yeterince iyi annenin varlığı ve bebeğe sunduğu sevgi, ilgi, bakım ile bebeğin kişiliği zamanla bütünleşmeye başlamaktadır. Süreç içerisinde kişilik bütünleşmesi bu etmenlerle birlikte güvenli biçimde tamamlanabilmektedir. Eğer anne tersi biçiminde bebeği ilgi, sevgi ve bakımdan mahrum bırakırsa bebek gerçekten var olamamakta; kişiliği ise çevresel sıkışmaya karşı tepki temelinde inşa edilmektedir (Winnicott, 1960).

2.2.1.7. Bilişsel Kuram

Psikanalitik kuramın bilnçdışına yaptığı aşırı vurgu üzerinden kişiliği temellendirmesi “Bilişsel Kuram”cılar tarafından eleştirilmiştir. Bunun üzerinden Aaron Beck (1960) tarafından öncülüğü yapılan bilişsel kuram, bireyin çevresine yönelik bilgileri nasıl edindiği, çevresini nasıl algıladığı ve bu tür bilişler temelinde gözlenebilen davranışlara olan etkisi ile ilgilenmektedir (Dönmez, 1992).

Bilişsel kurama göre, bireylerin davranışları, bilişler (durum ve kendi haklarında düşündükleri) ile öğrenme ve geçmiş deneyimlerin (ödül, ceza ve model alma) ve yakın çevrenin etkileşiminin bir ürünüdür (Morris, 2002). Buna paralel biçimde kişiliğin doğuştan gelen eğilimler ve çevre arasındaki etkileşimle biçimlendiği savunulmaktadır. Buna ek olarak bireyin sahip olduğu kişilik özellikleri geçmiş öğretileri, çevreye karşılık geliştirilmiş temel şemaları (bireyin temel inanç ve yargıları) ya da kişilerarası stratejileri içermektedir (Corsini ve Wedding, 2012).

Şemalar bilgilerin bilişteki temsil ve yeni bilgilerin var olanlara bağlanma biçimleri üzerinden oluşmaktadır. Bireyler geçmiş yaşantıları ya da ailelerinden öğrendiği şemalar üzerinden kendi kişiliklerine yön vermektedir. Kişilerarası stratejiler ise bilgilerin edinilmesi, saklanması ve kullanılmasında işlev gören bilişsel stratejilerdir. Bu noktada birey kendilik değerlendirmesi, algısı ve çevreden edindikleri bilgileri kendilik sistemine dahil etmektedir. Bu iki sürecin tutarlı olması da kişilik gelişimi için önemli olmaktadır. Başka bir ifade ile birey edindiği bu geçmiş yaşantıları, yetiştiği aile inançları, şemaları ve stratejileriyle kendini algılayarak kişiliğini tayin etmektedir. Bu noktada oluşan kişilik farklılıkları da bireylerin bilgi işleme süreçlerindeki farklılıklardan kaynaklanmaktadır (Padesky, 1994; Beck, 1996).

2.2.1.8. Sosyal Öğrenme Kuramı

Alber Bandura tarafından öncülüğü yapılan sosyal öğrenme kuramı, bireylerin doğdukları andan itibaren ebeveynlerini, diğer insanları seyredip gözlem yaparak model almakta ve davranışlarını oluşturmaktadır. Bu noktada özellikle erken yaş çocukluk döneminde bireylerin davranışlarının pekiştirilerek yapılmasını sürdürdüğü ya da cezalandırılarak söndürdüğü öne sürülmektedir (Bandura, 1963). Bandura'ya göre kişilik, öğrenme sürecine paralel biçimde gelişmekte, yaşam boyu davranışların sonuçlarına göre belli davranış biçimlerini seçip ya da değiştirilerek oluşturulmaktadır (Bandura, 1962).

2.2.1.9. Carl Rogers'ın İnsancıl Kuramı

İnsancıl kuram, diğer kuramların üzerinde durmadığı ve insan kişiliğinin önemli boyutları olan “özgür irade” ve “insan onuru” nun üzerinde durmuştur. Buna göre,

bireyin kendi hareket ve davranışlarından büyük oranda sorumlu olduğunu savunmaktadır (Rogers, 1959).

Kuramın öncülerinden olan Carl Rogers (1940), çocukluk döneminde karşılaşılan durumların yetişkin kişiliğini yapılandırmada önemli bir rol oynadığını göz ardı etmemekle birlikte daha çok bireyin şimdiki ihtiyaçları ve gerçekleştirme yönündeki hedef odaklı amaçları üzerinde durmaktadır (Rogers, 1959). Bununla birlikte bireylerin kişiliklerini olumlu amaçlar doğrultusunda geliştirdiklerine inanmaktadır (Morris, 2002).

İnsancıl kuramın diğer bir öncüsü olan Abraham Maslow (1943), bireylerin doyurulması gereken ihtiyaçlarının olduğunu ve doyurulduğunda bir üst aşamadaki ihtiyaçlara geçtiğini savunmaktadır. Bunun üzerinden “İhtiyaçlar Hiyerarşisi” kuramını geliştirmiştir. Bu hiyerarşi beş basamaktan oluşmak ve birey birini tamamlamasa dahi diğer aşamaya geçebilmekte ya da bir alt aşamaya inebilmektedir (Hodgetts, 1999).



Şekil 1. Maslow İhtiyaçlar Hiyerarşisi

Şekil 1’de görüldüğü gibi birinci ve en alt basamak temel ihtiyaçlar olan “fiziksel ihtiyaçlar”dır. Birinci basamakla başlayan güdüler sırayla doyuruldukça sonraki ihtiyaç hissedilmekte ve birey kendini gerçekleştirme ihtiyacına ulaşmaya çalışmaktadır. Bu kurama göre kişiliğin gelişimi bu ihtiyaçların tamamlanması ve

bireyin hiyerarşideki en üst noktaya gelmesi ile tamamlanmaktadır. Çünkü tam ve sağlıklı biçimde en üst düzey olan “kendini gerçekleştirme” de birey, yaratıcı, kendine güvenli, insanlarla olumlu ilişkiler kurabilen ve kendine yetebilmektedir (Aruma ve Hanachor, 2017).

Maslow (1970b, s.68) hiyerarşideki sıralamanın “*değişmez ve kesin olmadığını*” ileri sürerek ortaya koyduğu “ihtiyaçlar hiyerarşisi”ni 1970’lerde geliştirilmiş ve yeni tespitler üzerinden piramiti yenilemiştir. Geliştirilen yeni kuramda piramide “değer ihtiyacı” aşamasının üstüne “bilme ve anlama” ile “estetik ihtiyacı” eklenmiştir. Bununla birlikte Maslow’un en üst aşama olarak ortaya koyduğu “kendini gerçekleştirme” aşamasının üstünde “üstünlük” aşaması yer almaktadır. Bu noktada “bilme ihtiyacı”; bireylerin bilgi birikimi, merak, keşif ve anlam arayışını; “estetik ihtiyaçlar”; güzellik arayışı, biçim ve uyumu; “üstünlük ihtiyacı” ise bireyin kendi özbenliğinin ötesindeki değerler tarafından güdülendiğini içermektedir (Maslow, 1970b). Bu aşamalarla birlikte Maslow, bireyin kendi potansiyelini ve tamamlanma arzusuna yaklaştığında potansiyeli ölçüsünde kendini gerçekleştirdiğini ortaya koymaktadır. Fakat bu aşamalarda uzun süreli kalmanın mümkün olmadığı, kendini gerçekleştirmenin bir süreç olduğu ve mükemmel insan olamayacağı savunulmaktadır (Maslow, 1970a.).

2.2.1.10. Biyolojik Kuram

Beş Faktörlü Kişilik Kuramı’nın oluşumuna zemin hazırlayan biyolojik yaklaşıma göre, kişilik doğuştan gelmekte ve genetik olmaktadır. Bunun yanı sıra bireyin kişiliğinin içinde büyüdüğü çevre ve kültürden ne kadar etkilendiği üzerinde de durmaktadır. Biyolojik yaklaşımı destekleyen psikologlar kalıtsal eğilimlerin ve fizyolojik süreçlerin kişilik farklılıklarını açıklamak için kullanılabileceğini savunmaktadır (Burger, 2008).

Kişiliği ortaya koyan biyolojik çalışmaların geçmişi Hipokrat’a (M.Ö. 400) kadar uzanmaktadır. Hipokrat insan kişiliğinin beden salgılarından etkilendiğini savunmaktadır. Bu görüşü üzerinden geliştirdiği kuramda insanların kişilikleri beden sıvıları üzerinden değişmekte ve dört kategori üzerinden açıklanmaktadır (Okyayuz, 1999).

Bu dört kategoriye bakıldığında vücudunda *kanın baskın olduğu bireyler*, neşeli, canlı ve hareketli; *balgamın baskın olduğu bireyler*, sakin, ağırkanlı ve yavaş hareket eden; *kara safranın baskın olduğu bireyler*, melankolik, duygusal, üzgün ve düşünceli; *sarı safranın baskın olduğu bireyler* ise sinirli, sert ve çabuk kızan biçiminde tanımlanmaktadır (Yakut, 2006, s.41).

Biyolojik özelliklerin kişilik üzerindeki etkisinin incelenmesine ilk yönelenlerden biri olan Sir Francis Galton (1862), "*aile tarihçesi yöntemi*" ile genetik özellik ve kişilik ilişkisini ortaya koymaya çalışmıştır. Galton, kalıtsal olarak genlerle aileden geçen bazı özelliklerin zaman içerisinde kuşaklara aktarılarak benzer biçimde görüldüğünü açıklamıştır. Bu aktarımlarla birlikte de bireylerin kişiliğini oluşturduğunu öne sürmüştür (Deary, 1993). Başka bir ifade ile kişilik sonradan oluşmamakta, önceki koşulların düzenli bir sonucu olarak var olmaktadır. Bununla birlikte kişiliğin farklılık göstermesi de bireylerin atalarından farklı gen aktarımına sahip olarak ayrıma yol açmasındandır (Galton, 1869).

Bu yaklaşım en iyi bilinen araştırmacı ve çalışmalardan bir diğeri de Twins Reared Apart'ın 1979 ve 1999 tarihlerinde tek ve çift yumurta ikizleri dahil olmak üzere 350 ikiz ile yaptığı "Minnesota Araştırması"dır. Bu araştırma birlikte ve ayrı yetiştirilen ikizlerin benzer kişilik özelliklerine sahip olduklarını bulmuştur bu bulgular bazı kişilik özelliklerinin kalıtsal eğiliminin olduğunu net bir şekilde ortaya koymuştur. Kişiliklerimizin bazı yönlerinin (liderlik, otoriteye itaat, iyi olma duygusu İyi olma duygusu, yabancılaşma, strese karşı direnç, korku gibi) genetik olarak büyük ölçüde kontrol altına alınabileceğini ve bu özelliklerin epigenetik etmenlerin yanı sıra pek çok genin birleşiminden oluştuğunu göstermiştir (Bouchard, 1994). Modern psikologlardan pek çoğu mizacın yaşamın çok erken dönemlerinde ortaya çıktığını ve büyük oranda biyolojik temelli olduğunu öne sürerler (Rothbart, 2011). Alexander Thomas ve Stella Chess (1977) tarafından yapılan bir araştırmaya göre bebeklerin üç temel mizaç ile kategorize edilebileceğini buldu. Bunlar; *kolay*, *zor* ve *yavaş ısınan* olarak belirlendi. Fakat bunlarla birlikte aile etkileşimleri, olgunlaşma ve bütün diğer çevresel etmenlerin de kişiliklerin gelişmesini etkileyebileceğini ortaya konmuştur (Yoleri, 2014).

2.2.1.11. Ayırıcı Özellik Kuramı

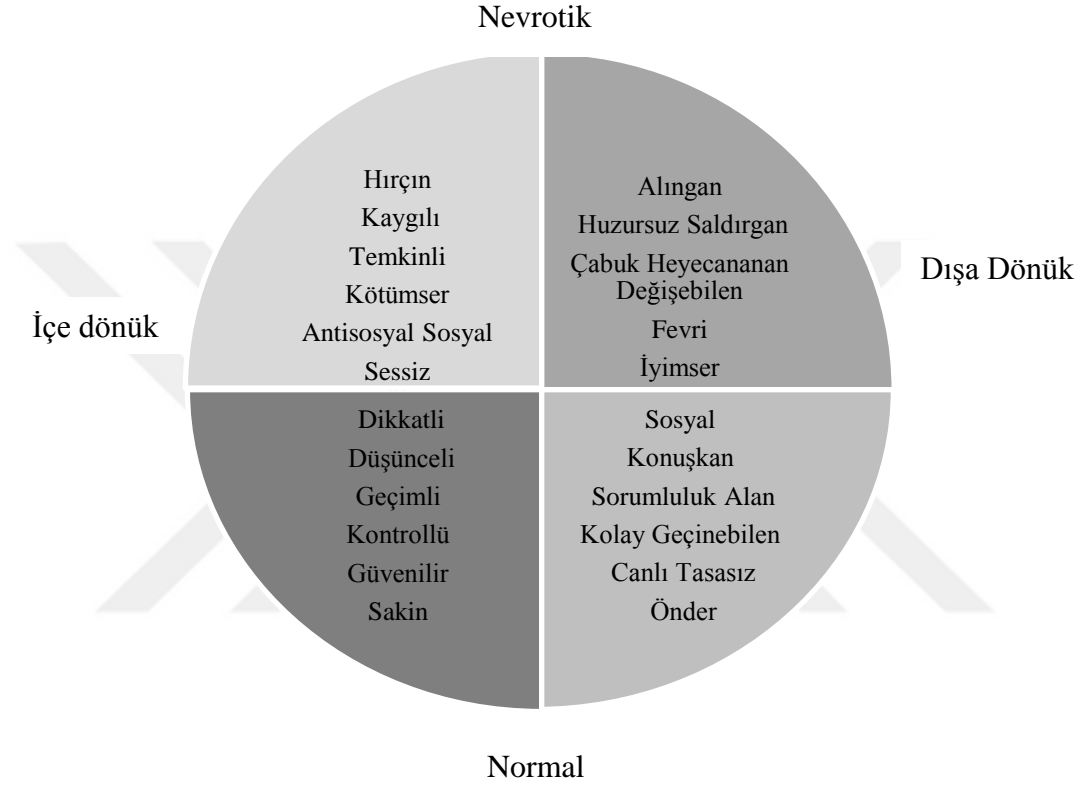
Öncülüğünü Gordon Allport, Raymond Cattel ve Hans Eysenck'in yaptığı ayırıcı özellik kuramı, belirli bir grup içinde bir bireyin önderlik yapabilme ve grubu yönetme nedeninin bireyin sahip olduğu kişilik özelliklerinden kaynaklandığını savunmaktadır (Ertuğrul, 2009).

Kuramın öncülerinden olan Gordon Allport (1936) yazdığı kişilik kitabı ile kuramın temellerini oluşturmuştur. Kurama göre bir bireyin davranışının en kritik belirleyicisi çevresel şartlardan çok, kişilik yapıları olmaktadır (Allport, 1937). Buna göre kişilik, “*bireyin kendine özgü düşünce, davranış ve çevre uyumunu belirleyen psikofiziksel sistemlerinin dinamik örgütlenmesi*” olarak tanımlanmaktadır (Dallıoğlu, 2014, s.18). Buna ek olarak kişiliği “*temel*”, “*merkezi*” ve “*ikincil*” olarak üç kategoride incelemiştir. Kişiliğin “*temel özellikleri*”, insan hayatında yaygın ve kolayca fark edilen eğilimleri; “*merkezi özellikler*”, sadece bağlamla ilgili özellikleri; “*ikincil özellikler*” ise, bilinebilir, saklı olmayan, genel ve tutarlı eğilimleri içermektedir (Altın, 2014, s.17).

Raymond Cattell (1940) faktör analizini kullanan kuramcıların başında gelmekte ve kişiliği *16 kişilik boyutu* altında toplamış ve “16PF Kişilik Envanteri”ni (16PF Personality Factors Test) geliştirmiştir. Bu alt boyutlar; “*sıcaklık, sorun çözme becerisi, hareketlilik, kurallara itaat, stresle başa çıkabilme, atılganlık, dominantlık, hassaslık, ölçülü davranma, soyut düşünebilme, kendini değerlendirme, değişime açıklık, mükemmeliyet, öz-güven, huzursuzluk ve erdemlilik*” olarak açıklanmaktadır (Tekin ve ark., 2012, s. 4617). Buna ek olarak Cattell'e göre kişilik, gözlenen ve gözlenemeyen tüm davranışlar ile açıklanmakta, her türlü sosyal çevre ve ortamlarda bireylerin nasıl davranışlar gösterebileceğini ortaya çıkarmaya yönelik araştırmalar yapılması önemli olmaktadır (Dayıoğlu, 2017).

İlerleyen yıllarda kişilik kuramının ayırıcı özellik kuramında yer alan Eysenck, doğuştan gelen, genetik temelli kişilik farklılıkları olan mizaç üzerine odaklanmış ve kişiliğin büyük ölçüde biyoloji tarafından yönetildiğini savunmaktadır. Buna ek olarak kişilik, “*bireyin gerçek ya da gizli davranış örgütlerinin tümü*”nü içine almakta ve hem kalıtım hem de çevre etmenlerinin etkileşimi sonucu biçimlenmektedir. Bunun

üzerinden Eysenck, “Biyoloji Temelli Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı” nı geliştirmiştir (İnanç ve Yerlikaya, 2012). Bu kuram kişilik yapısının, birbirinden farklı, iki uç noktalı yatay (*dışa dönüklük/içe dönüklük*) ve dikey iki boyuta (*nevrotik/normal*) sahip olmakta ve bu iki boyut üzerinden birbirinden ayrı fakat ilişkisel bağlantılara sahip olan dört ayrı düzeye yerleştirilmiştir (Ökte, 2001).



Şekil 2. Eysenck Kişilik Kuramı

Şekil 2’de görüldüğü gibi, “*dışa dönük*” özelliği yüksek olan bireyler, sosyal, dışa açık ve kolayca başkalarıyla bağlantı kurmakta; “*içe dönük*” özelliği yüksek olanlar, antisosyal, sessiz ve diğerleriyle etkileşimlerini sınırlama ihtiyacı daha yüksek; “*nevrotiklik*” özelliği yüksek bireyler; ürkek, gergin, depresif, anksiyetöz ve öz güveni düşük olmaktadır (Karancı ve ark., 2007).

Bununla birlikte Cattell’in 16 faktörü çok geniş olmasının karşısında, Eysenck’in iki faktörlü sistemi çok dar olduğu için eleştirilmiştir. Buna paralel biçimde

başka bir kişilik kuramı olan “Beş Faktör Modeli” olarak adlandırılan yeni bir kuram ortaya çıkmıştır (Funder, 2001).

2.2.1.12. Beş Faktörlü Kişilik Kuramı

Beş faktörlü kişilik kuramınının 1920’lere dayanan eski bir tarihi olduğu söylenebilmektedir. Gordon Allport ve H.S. Odbert (1936) kişiliğin, herkesin belli özelliklere ya da karakteristik davranış biçimlerine sahip olduğu yaklaşımıyla anlaşılabilirliğini öne sürmektedir. Buna paralel biçimde kişilik özelliklerini ve duygusal durumları tanımlayan terimleri belirlemek amacıyla çalışmalara başlamış ve yaklaşık 1800 farklı kelimeye ulaşmışlardır (Cooper, 2014). İlerleyen zamanlarda bu listede yer alan terimler azaltılarak (4.500) daha kalıcı sıfatlardan oluşan yeni bir liste ortaya koymuşlardır. Azaltılarak hazırlanan bu listeler çeşitli araştırmacılar tarafından birçok araştırma sonucunda tekrar düzenlenmiş ve “Beş Faktörlü Çözüm”ler ortaya çıkmıştır (Özkan, 2018).

Paul Costa ve Robert McCrae (1992) kişiliğin açıklamasında farklı görüşlerin bir çatı altında birleştirilmesiyle oluşan bu kuram, "Beş Etmen Modeli" (BEM) olarak da adlandırılmaktadır. Türkiye’de farklı yöntemler kullanılarak ve kişilik özelliklerinin alt boyutlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi sonucunda pek çok çalışma ortaya çıkmış ve bu modelin bu kadar sık kullanılması “Büyük Beşli” ismini almıştır. Son yıllarda kişilik kavramları anlayabilmek için beş faktör kişilik modeli sıklıkla kullanılmaktadır. Kuramda kişisel farklılıkların ortak bir dilde kodlanması bu kodlamalardan yola çıkarak kişilik yapılarını açıklayan bir sınıflamanın olabilmesi varsayımı yapılmaktadır (Tabak ve ark.,2010).

Buna göre beş temel kişilik özelliği; “*duygusal denge-tutarlılık/dengesizlik, dışadönüklük/içedönüklük, deneyime açıklık/zekâ gelişmemişliği, uyumluluk/düşmanlık ve sorumluluk-özdenetim/dağınıklık*” olarak kategorize edilmektedir. Bu kişilik faktöründe yer alan her madde, birbirleriyle yakın ilişkili olan daha farklı kişilik özelliklerinin üst üste binmesinden oluşmaktadır. Başka bir ifade ile kategoride yer alan her etmen, içerisinde birçok duygu, davranış, kişilik özelliği ve ilgili terimleri de içermektedir (Zel, 2001).

Düşük Puan	Faktör	Yüksek Puan
Sakin, duygusal olmayan, özdenetimli, kendine güvenen	Duygusal Denge (N)	Sinirli, kaygılı, duygusal, güvensiz
Sessiz, çekingen, pasif	Dışa Dönüklük (E)	Sosyal, aktif, konuşkan, neşeli, merhametli
Yaratıcı olmayan, dar ilgi alanı olan, rutini tercih eden	Deneyime açıklık (O)	Meraklı, yaratıcı, geleneksel olmayan, hayal gücü kuvvetli
Kaba, alaycı, şüpheli, kindar, çıkarıcı	Uyumluluk (A)	İyi huylu, yumuşak kalpli, yardımsever, affedici
Amaçsız, sorumsuz, umarsız, tembel	Sorumluluk (C)	Güvenilir, çalışkan, özdisiplinli, hırslı, sorumlu

Şekil 3. Beş Faktörlü Kişilik Kuramı

Şekil 3'e bakıldığında *birinci etmen*, bireyin strese dayanıklılığını; *ikinci etmen*, sosyal yönünü; *üçüncü etmen*, insanın yeniliklere açık olup olmayışını; *dördüncü etmen*, insan ilişkilerinde devamlılığı ve *beşinci etmen* ise başarı yönelimini ifade etmektedir (Aşan ve Aydın, 2006).

Birinci etmen olarak ele alınan “*tutarlılık*” boyutunda yüksek puan alan bireyler ise yaşamın her noktasında pozitif, dingin, özgüvenli, olumlu açıdan bakmaya ve karşılaşılan sorunlarda çözüm odaklı olmaya yatkın oldukları belirtilmektedir (Özer, 2013). Literatürde “*nörotisizm*” olarak da adlandırılan diğer uç olan “*duygusal dengesizlik*” boyutu yüksek olan bireyler çeşitli araştırmalarda kaygılı, öz güveni olmayan, karmaşık duygular ve kendiyle uğraşan, agresif ve anksiyetöz gibi özelliklerle tanımlanmaktadır. Başta McCrae ve Costa (1987) olmak üzere birçok araştırmacı nörotisizmin temelinde anksiyete, depresyon, agresiflik ve gerginlik gibi negatif duygular içerdiğini savunmaktadır (Amirkhan ve ark.,1995).

İkinci etmen olarak ele alınan “*dışadönüklük*” boyutundan yüksek alan bireylerin, canlı, neşeli, heyecanlı, aktif ve sosyal olma özelliklerini içermektedir. Dışadönük olma olgusu bu etmen için belirleyici bir rol oynamaktadır. Bu özelliklere ek

olarak sosyal etkileşimden mutlu, lider, ve arkadaş canlısı olma davranış örüntüleri de bu etmenlerin özelliklerini içine almaktadır (Ercan, 2010). Bunun tersi biçimde “içedönüklük” boyutunda yüksek alan bireylerin endişeli, depresif, anksiyetöz, düşük özgüvenli, iletişim kurmada sorun yaşamaya ve mutlu olmaya daha az eğilimli oldukları belirtilmiştir (Malkoç, 2011).

Üçüncü etmen olan “deneyime açıklık” boyutundan yüksek puan alan bireyler sanatçı yönleri gelişmiş, cesur, ilgi alanları geniş, özgür, özgün, farklılıklardan mutlu olan, kültürlü, araştırmacı, yeniliğe açık ve fikirlerini özgür biçimde ifade eden özelliklere sahip etmektedir. Buna ek olarak bu boyutta yer alan bireyler bir şeyleri araştırıp bulmayı, sürekli kendilerini yenileme ve geliştirmeyi de amaçlamaktadır. (Somer ve ark.,2002). Bu boyuttan düşük alanlar ve “zeka gelişmemişliği” boyutunda yer alan bireyler ise tutucu, geleneksel, fikirlerinde sabit olan, rutini tercih eden, ilgi alanı dar ve yeniliklere kapalı bireyler olarak tanımlanmaktadır (Aksoy, 2018).

Dördüncü etmen olan “uyumluluk” boyutundan yüksek puan alan bireyler iyi huylu, yardımsever, sevecen, uysal, kibar, saygılı, güvenilir, iyi huylu, hoşgörülü ve barışçı gibi özelliklerle tanımlanmaktadır (Somer ve ark.,2002, s.28). Bu boyuttan düşük alan bireyler “düşmanlık” boyutunda yer almakta ve uysallık ile bağı olduğu gibi duygusal tutarsızlık boyutuyla da yakından bağlantılı olmaktadır. Bu bireyler kendilerinden başkasına güvenmekte sorun yaşamakta, alaycı olmakta, birçok durum ve bireye karşı şüphyle yaklaşmaktadır. Duygusallıktan uzak oldukları gibi aynı zamanda kaba, antipatik bir imaj çizmektedir (Eryılmaz, 2009).

Son etmen olarak ele alınan “sorumluluk” boyutu literatürde “vicdanlılık” ya da “öz denetim” olarak da yer almaktadır. Kişilik etmeninin bu boyutu, bireyin bir hedefe yönelik davranışlarında planlı olma, odaklanma, motivasyon, organizasyon ve başarı kavramları ile yakından ilişkili olmaktadır. Buna ek olarak çalışmacılar bu boyuta motivasyon ve odaklanmayı bir arada içermesi kaynaklı, “ilerletici” ve “ketleyici” faktörleri içerisinde barındırdığını belirtmektedir. Buna göre bu boyutun “ilerletici” tarafı, başarı arzusu ve iş istikrarında; “ketleyici” tarafı ise ahlak, titizlik ve önlem alma özellikleri ile kendini göstermektedir (Mete, 2006). Bu boyuttan yüksek alan bireyler, öz disiplini yüksek, çalışkan, sorumluluk sahibi, çalışkan ve azimli olmaya yatkın olmaktadır. Tersine biçimde bu boyuttan düşük alan bireyler *dağınıklık* boyutunda yer

almaktadır. Bu boyutta yer alan bireyler sorumsuz, tembel, dikkatsiz, amaçsız, işlerini ertelemeye, hedeflerine ulaşmada rahat olma ve hayal kırıklığı karşısında çabuk pes etmeye eğilimli olarak tanımlanmaktadır (Bozkurt, 2018).

Ele alınan beş faktörlü kişilik boyutlarına yönelik kişisel söylemler üzerinden puanlandığında, bu özellikler yüzdeler biçimde gösterilmektedir. Puanlama biçiminde yer alan, %80 oranında “*sorumluluk*” puanı, görece yüksek düzeyde “*sorumluluğa*”; aynı şekilde de %5 oranında “*dışadönüklük*” puanı da sıra dışı bir yalnız kalma isteği ve sükûnet ihtiyacına işaret edebilmektedir. Fakat bu nitelik grupları, istatistiksel anlamda kümeler oluşturmasına rağmen, öznel kişilik profillerinde istisna görebilmek mümkündür. Ortalama olarak, “*deneyime açıklık*” seviyesi yüksek olanların entelektüel alanlara ilgi duyan, sanata meraklı ve yeni deneyimler kazanma konusunda isteklidirler. Belirli bir bireyin “*deneyime açıklık*” puanı yüksek olabilmekte ve yeni kültürleri incelemeye ve öğrenmeye istekli olabilmektedir. Fakat başka bir taraftan sanat ya da edebiyatla ilgili yüksek bir ilgi düzeyine sahip olmayabilmektedir. Buna ek olarak duruma özgü bazı etkiler de olabilmekte, “*dışadönük*”ler bile bazen insanlardan uzak kalmak isteyebilmektedir (Mount ve ark., 1998).

Ele alınan bu kuramın literatüre kattığı en önemli gelişmelerden biri de önceki yıllarda plansız ve düzensiz şekilde ele alınan bu alana bir sınıflandırma getirmesidir. Bu kuramı diğer kuramlardan ayıran en önemli özellik, yalnızca bir kuramcının kuramına göre olmayıp bireylerin birbirlerini anlamada faydalandıkları doğal bir araç olan *dile* dayalı olmasıdır (Funder, 2001).

2.3. ÖFKE KAVRAMI

İnsanı diğer organizmalardan farklılaştıran özelliklerden biri, “*bireyin duygu, düşünce ve davranışları üzerinde kontrol sahibi olma ve gerektiği anlarda diğer alanlara kaydırabilme yetisi*”dir (Elkin ve Karadağlı,2016, s.64). Kompleks bir yapıya sahip insanoğlu sadece bilişsel ve davranışsal yapılanmalar üzerinden değil aynı zaman da duygular üzerinden de yönlendirilebilmektedir.

Kavramsal olarak duygular, tanımlanmakta güçlüklerle karşılaşılan bir alan olmaktadır. Genel anlamda bireylere ilişkin öznel yaşantıları, bireyin hayati durumlarla bağlantılı olarak yapılabileceklerini barındıran, tanımlandırılabilir bir süreç olarak ifade

edilebilmektedir (Çeçen, 2002). Fakat bu duygular bireye özgü ve kişisel olması kaynaklı bireyden bireye farklı şiddet ve görünümde yaşanabilmektedir. Bireylerin duygu ve düşüncelerini koşullara göre kontrol edebilme yeteneği iç huzur sağlamak için önemli olduğu gibi; sosyal çevresi ve yakınları ile ilişkiler kurabilmesi açısından da önem taşımaktadır (Duran ve Eldeleklioğlu,2005).

Literatürde, duygular üç kategoride toplanmaktadır. Birinci kategoride pozitif duygular olarak anılan sevgi, şefkat, mutluluk ikinci kategoride “engelleyici duygular” olarak anılan *kaygı, üzüntü, suçluluk, pişmanlık, utanç ve tiksinti* gibi duygular ve son kategoride ise üçüncü grupta ise, “düşmanlık duyguları” olarak ele alınan *öfke, nefret, kıskançlık* gibi duygular yer almaktadır (İnanç ve ark., 2004, s.175).

Düşmanlık duygusu kategorisinde yer alan öfke duygusu, bireylerin doğdukları anlardan beri gelen ve ilk yıllarından itibaren gelişip günlük hayatın içinde sıkça gözlenen bir duygu olmaktadır. Bununla birlikte “*doyurulamaayan arzulara, beklenilmeyen sonuçlara ve doyurulmayan beklentilere karşı verilen yalnızca saldırganlık ve şiddet içermeyen, yaşamı çeşitlendirip ve yaşamın devam etmesi için gerekli olan*” bir duygudur (Albayrak ve Kutlu, 2009; s.58). Buna ek olarak düşmanlık bireylerin hayatı boyunca tüm yaşlarda ve kültürel yapılarda doğal olarak ortaya çıkan bir tepkidir. (Kalogerakis, 2004). Başka bir ifade ile bireyin doğduğu andan itibaren yaşanan bir duygu olması kaynaklı evrensel ve anlaşılabilir bir duygu niteliği taşımaktadır (Schiraldi ve ark., 2002).

Psikoloji literatürüne bakıldığında ise öfke duygusu, “*gerçek ya da zihinsel bir inanca dayanan engellenme, incitilme, korkutulma, tehdit edilme, yoksun bırakılma, saldırıya uğrama gibi koşullarda duyumsanan ve yol açan obje ya da kişiye yönelik saldırgan, savunucu davranışlarla sonuçlanabilen negatif ve yoğun bir duygu*” olarak tanımlanmaktadır (Bakırcıoğlu, 2012,s.936).

Anderson (2004) ise öfkeyi, bireyin yaşadığı özgüven eksikliği, başarısızlık, yalnızlık korku ve kaygısı ile meydana gelen, üzüntüden kaçmak için kullandığı bir savunma olarak tanımlamıştır. Genel anlamda bakıldığında öfke kavramı, bireyi rahatsız eden düşünce ve duyuları içermesi beraberinde aynı zamanda harekete

geçirici, psikolojik tepki, ifade ve toplumsal sonuçları içinde barındıran karmaşık bir duygusal sürece işaret etmektedir (Aydınlı, 2014).

2.3.1. Öfkeyi Açıklayan Kuramsal Yaklaşımlar

Öfkeyi anlama ve açıklama noktasında temelde bulunna psikolojik mekanizmaları ortaya çıkarmayı amaçlayan pek çok kuramsal yaklaşım bulunmaktadır. Bu kuramsal yaklaşım içerisinde geçmişte eskiye dayanan psikanalitik kuram önemli bir yer tutmaktadır.

Psikanalitik kuram öfkenin tanımlanmasında doyurulamayan cinsel ve saldırganlık dürtülerinin rolüne vurgu yapmaktadır. Öfke, bilinçdışında doyurulmadan yer edinen bu dürtüler sonucu yaşanan bilinçdışı psikolojik çatışmalardan kaynaklanmaktadır. Bu duygu bilinç düzeyine çıktığında ise savunma mekanizmaları tarafından değiştirilebildiği gibi açıkça saldırgan davranışlar olarak da kendini açığa çıkarabilir. Öfke ayrıca bilinçdışındaki savunma mekanizmalarını da harekete geçirerek bireyi içsel tehditlere yönelik korumaya çalışan ve duygularının düzenlenmesini sağlayan bir sinyal görevi de üstlenmektedir-(Feindler, 2006).

Psikanalizin kurucularından olan Freud'a (1920) göre insan davranışı "yaşam" ve "ölüm" olmak üzere iki temel dürtü tarafından yönlendirilmektedir. Bu noktada Freud'a göre yaşam dürtüsünün türevi cinsel dürtüler; ölüm dürtüsünün türevi ise öfke ile saldırganlık olmaktadır (Freud, 2018). Freudiyen kurama göre bireyin bilinçdışında yatan "ölüm"dürtüsü ile kendine zarar verme arzusu bulunmaktadır. Bunun sonucunda bireyler kendine yönelik olan bu yıkıcı eğilimlerini dış dünyadaki objelere çevirdiğinde öfke ve saldırganlık oluşmaktadır. Başka bir ifade ile öfke ve saldırganlık ölüm dürtüsünün ikincil olarak dışa yönelmiş biçimidir (Geçtan, 2004). Bununla beraber öfke ve saldırganlığın temelinde libidonun engellenmesi de yatmaktadır. Bilinçdışında arzulanan haz ve doyum sağlanmadığında ya da bastırıldığında çatışma ve öfke ortaya çıkmaktadır. Bu öfke dışarı yöneltilebileceği gibi kişinin kendisine yöneltilerek depreyona da yol açabilir.

Freud'a göre öfke ve saldırganlık duyguları erken gelişim dönemlerinde oluşmaktadır. Bu durumu ortaya koyduğu psikoseksüel gelişim dönemleri üzerinden temellendirmektedir. Oral dönemde bebek öfke ve saldırganlık davranışlarını ısırma,

çiğneme, tükürme ve ağlama tepkileri ile göstermektedir. Bu davranış biçimleri bireyin varolan yıkıcı dürtülerinin ilk belirtileri niteliğindedir (Freud, 2008). Bu dönemde fikse ya da regrese olmak, öfkeli ve saldırgan davranışların temeli olarak kabul edilmiştir. İleriki yaşamında bu davranışlar kendini diğerlerini kötüleme, iğneleme, alay etme, suçlama, ani öfke patlamaları ve şiddet ile göstermektedir (Freud, 2018).

Bireyde öfkenin temellerinin atıldığı bir diğer dönem ise anal dönem olmaktadır. Bu dönemde dışkının püskürtülmesi ya da dışkı ve çocuğun anüs kaslarının denetimini kazanmasından kaynaklanan güçlülük duygusu öfkenin yordayıcılarıdır. Başka bir ifade ile dışkı çocuğun öfkesinin dışa yansıtma aracı olmaktadır. Bununla birlikte anal dönemde kas kontrolü kendine geçen çocuk sınırlandığında otoriteye öfke duymaktadır. Bu noktada çocuk otoriteye olan öfkeyle birlikte dışkısını vermeyi reddedebilmekte ya da denetimsiz bırakabilmektedir (Hall,1999).

Freud'a göre, öfke duygusunun ve saldırganlığın gelişmesini etkileyen önemli bir diğer evre ise "fallik dönem" olmaktadır. Bu dönemde erojen bölgenin cinsel bölgeye yönelmesi ve cinsiyetin farklılığının fark edilmesiyle birlikte çocuk karşı cinsiyetteki ebeveynine yüzünü dönmektedir. Bununla birlikte aynı cinsten ebeveyn de rakip konumunda olmaktadır. Bu noktada çocuk öfke ve saldırganlığını hemcinsi ebeveynine yöneltmektedir (Freud, 2016).

Melanie Klein (1936) öfke kavramını "Nesne İlişkileri" kuramı üzerinden açıklamıştır. Klein ortaya koyduğu "paranoid-şizoid" ve "depresif" pozisyon üzerinden temel motivasyonun saldırganlık dürtülerinden kaynaklandığını ve bunu nesnelere üzerinden yaşadığını ortaya koymaktadır. Bebek için bu ilk nesnenin anne memesi olması kaynaklı, şiddetin kökeninde de ilk nesne ile ilişkilerin belirleyici rolü olmaktadır (akt. Zabcı, 2012, s.25). Bu noktada anne ve memesi bebeğin içsel nesne anne-memesi ve bunlara yönelik bilinçdışı oluşmuş fantezilerini içermektedir. Çünkü bebek içe alım nesnesi olan memeye tamamen bağlıdır ve meme onun arzuladığı her şey olmaktadır. Başka bir ifadeyle bebeğin bilinçdışında tüm arzularının yöneldiği tükenmez bir meme fantezisi yer almaktadır. Bu nedenle memeden yoksunluk ve açgözlülük, zulmedilme kaygısını artırmaktadır Bunlara karşı kendini savunmak için dışsal "iyi nesne"yi içselleştirmeye ve içsel kötü nesneyi dışa yansıtmaktadır. Bu

noktada Klein'a göre bebek oral dönemde anne memesi ona gelmediğinde, annenin memeye sahip olduğunu, sütü-memeyi kendine saklayarak ve alıkonulduğunu hissedtiğinde narsistik zedelenme yaşamaktadır. Bebek yaşadığı narsistik zedelenmeyle birlikte memeye karşı “haset” ve saldırganlık duymaktadır. Böylece bilinçdışında öfkeyle karışık hissettiği saldırganlık ve haset duygularını kötü ve pinti olarak gördüğü memeye yöneltmekte ve memeyi yok etmeyi arzulamaktadır (Klein, 1952; Klein, 1999).

Klein'ın kuramına benzer biçimde Jean Bergeret'e (1984) göre şiddet ve öfke bireyin yaşamını sürdürebilmesi için gerekli olmaktadır. Bu noktada bebek anne memesine saldırması doğuştan gelen “doğal narsistik yaşam dürtüsü” olmaktadır. Birey kendini öteki karşısında varoluşunu göstermek ve gelişim aktivitesi için, kendi öznel ihtiyaç ve arzularını doyumak için bu dürtüsel gerilimi yaşamaktadır. Başka bir ifade ile şiddet birey için “narsizmin saf hali” olmaktadır. Özellikle iki yaş ve ergenlik döneminde nesne ile çatışma, ötekine şiddet gösterilmeden ruhsal doğuş oluşmamaktadır. Bu durum sağlanamadığında çocuk anne içinde yok olarak kendi ruhsal ölümünü de yaşamış olacaktır. Bu sebepten dolayı saldırganlık, şiddet ve öfke duygusu hazza yönelik değil ötekinin varlığına ve kapsediciliğine yönelik bir savunmadır (akt. Zabcı, 2018, s.59).

2.3.2. Öfkenin Nedenleri

Öfkenin nedenleri üzerine yapılan çalışmalar öfkenin ortaya çıkmasına neden olan etkenlerin tek bir çatı altında toplanmadığını ortaya koymaktadır (Önem, 2010). Öfkenin meydana gelmesinde birçok neden etkili olabilmektedir. Genel olarak, nedenler biyopsikososyal, kültürel, çevresel, kişilerarası ilişkiler, akademik zorluklar ve kişilik özellikleri gibi etmenler etrafında ele alınabilmektedir (Duran ve Eldeleklioğlu, 2005).

Öfke duygusu “içsel” ve “dışsal” birçok nedenden ileri gelebilir. Bu etmenlerden bireyin etkisinin bulunduğu “içsel”; bireyin hiçbir etkisinin olmadığı ise “dışsal” etmenler olarak tanımlanmaktadır. Bununla birlikte aynı öfke uyarısına maruz kalan bireylerin farklı tepkiler verebilmesi, kişiliği, yetiştirilme biçimi, eğitim seviyesi, yaş ve cinsiyeti gibi nedenlerden de kaynaklanmaktadır (Semerci, 2005).

Gazda (1995) öfkeye neden olan etmenleri dört kategori altında ortaya koymaktadır. Buna göre birinci kategori *kayıp etmeni* olmaktadır. Bu etmen; bireyin yaşamında hayati yeri olan duygusal yatırım yapılan bireyin kaybı, bedensel sorunlardan dolayı meydana gelen ya da bireyin iş kaybı gibi durumlar karşısında bireyde acı, üzüntü ile yas ve öfke duygusunun oluşumunu içermektedir. İkinci kategori, *“tehditler-korkular etmeni”* olmaktadır. Bu etmen bireylere etki eden legal olmayan olaylar, saldırıya uğrama korkusu, tehdit edilmek, savaş ya da uzun süreli olumsuz durumlardan doğan korku, kaygı ve güvensizlik gibi duygularının sonucunda öfke duygusunun oluşumunu içermektedir. Üçüncü kategori *“engellenme etmeni”* olmaktadır. Buna göre, bireyin amaç ve arzularına ulaşma ya da gereksinimlerini gidermesi noktasında engellendiğinde çaresizlik ve umutsuzlukla birlikte öfke duygusunun oluşmasını içermektedir. Buna ek olarak haksızlığa uğrama, fiziksel zorlanma ve yaralanmalar, tacize maruz kalma, rekabet koşulları ve sorumlulukların getirdiği zorluklar da *“engellenme”* olarak tanımlanabilmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2008). Son kategori ise *“reddedilme etmeni”* olarak ele alınmaktadır. Bu içerik, bireyde başka bir diğeri tarafından reddedilme sonucu yaşanan kırılma, çöküntü, değersiz hissetme ve hayal kırıklığı duygularının sonucu oluşan öfkeyi içermektedir (Özmen, 2006).

Ele alınan bu etmenlere ek olarak bireyin yaşadığı *“hayal kırıklığı, saldırıya maruz kalma, kışkırtılma”* ya da *“tehdit edilme, rahatsız edici uyarılar, memnuniyetsizlik, bireysel hak ve benliğe saygı gösterilmemesi”* ile *“kabul görülen sosyal norm ihlalleri”* genellikle öfkeye neden olan etmenler arasında sayılmaktadır (Kaya ve Solmaz, 2009, s.57).

Literatüre bakıldığında öfkenin en önemli nedenlerinden birinin de *stres* olduğu görüşü bulunmaktadır. Bireyin yaşadığı ve içerisinde yer aldığı yaşam şartları içerisinde hissettiği beraberinde getirmiş olduğu fizyolojik ve psikoloji belirtileri bulunmaktadır. Buna göre strese maruz kalan bireylerin fizyolojisinde taşikardi, hiperventilasyon, iştahsızlık, aşırı yeme, terleme gibi belirtiler; psikolojik olarak ise uykusuzluk, performans düşüklüğü, bireylerin davranışlarından çabuk rahatsız olma, öfkesini çevresine hissettirme gibi belirtiler göstermektedir (Kıral, 2008).

2.3.3. Öfkenin İfade Edilme Tarzları

Öfke duygusu bazı durumlarda kısa süren, orta şiddetli ve bireye faydalı; bazı durumlarda ise sürekli, çok şiddetli, yoğun ve tahrip edici olabilmektedir. Farklı nedenlerden kaynaklı meydana gelen öfkenin ifade etme tarzları da farklılık göstermektedir (Soykan, 2003). Öfkenin ifade edilmesi, bireyin öfke duygusuna karşı gösterdiği tepkiyi içermektedir. İnsanın çok boyutlu ve karmaşık bir varlık olması kaynaklı bireyin öfkeyi algılama ve ifade ediliş biçimi de kendine özgü olmakta, değişim göstermektedir. Buna ek olarak bu ifade edilme tarzı, kültürel özellikler, yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, öğrenilmiş davranışlar, çevre ve kişilik yapısı ya da anlık duygu-durumuna göre farklılık gösterebilmektedir (Gençtan, 2004).

Bireyin öfkeyi ifade etme tarzını duygusal zekâ düzeyi belirlemektedir. Bireyler öfkelendiklerinde; “*öfkeyi doğrudan ifade etme*”, “*karşılıklı iletişim kurma*”, “*tepki vermeden önce düşünme*”, obje ve bireylere karşı “*fiziksel*” ya da “*sözel saldırıda*” bulunma, “*öfkeyi içte tutma*,” “*kontrol etme*”, “*kendini eleştirme*”, “*dikkati başka noktaya çekme*” ve “*pasif-agresif davranış*” sergileme gibi tepkiler sergileyebilmektedir (Deffenbacher ve ark., 1996).

Bireyler öfkelerini, “*doğrudan gözlenebilir*” sözel ya da davranışsal davranışlarla gösterilebileceği gibi, “*dolaylı*” biçimlerde de ifade edilebilmektedir. Öfkenin “*doğrudan gözlenebilir ifade tarzları*”; tokat atma, bağırma, küfretme, açık arama, tartışma ve saldırganlığa eğilimli bir tutum, suçlayıcı ve alaycı konuşma gibi davranış biçimleri ile bireyin diğerlerini incitme ya da çevresine zarar vermeyi istediği sözel ve fiziksel davranışları içermektedir (Soykan, 2003). Öfkeyi “*doğrudan ifade etme tarzı*” kişiler arası ilişkilerde çatışmalara neden olabildiği gibi, bireyi de saldırılara (sözel, fiziksel) açık duruma getirebilmektedir (Aydınlı, 2014).

Maslow(1972) ve Hankins (1993), öfke duygusunun “*dolaylı olarak ifade etme tarzı*” üzerinde durmuştur. Bu ifade ediliş tarzları; diğerlerinden uzak durma, işbirliğine girmeme, içe dönme, ağlama, mutsuz olma, gücenme ve bastırma gibi ifade biçimlendirilmektedir (Soykan, 2003).

Chasseguet-Smirgel (1991) öfkeyi ifade etme tarzlarını; “*öfke içte*”, “*öfke dışta*” ve “*kontrol edilen öfke*” değişkenleri üzerinden tanımlamaktadır. Buna göre *öfke içte*; bireyin öfke yaratan duygu ve düşüncelerini bastırma eğilimini; “*öfke dışta*”, çevredeki obje ya da bireylere karşı öfkesini açıkça, sıkça sözel ve saldırgan davranışlar ile gösterme eğilimini; “*kontrol edilen öfke*” ise, öfkenin önce fark edilip hissedilmesi sonra da bu duyguyu etkili biçimde ifade etme ya da engelleme yeteneğini yansıtmaktadır.

Sonuç olarak, öfkenin bireyin kendine yönelik yüksek farkındalık ve “uygun” ifade tarzları ile gösterildiğinde, bireye pozitif bir güç ve yarar sağladığı bilinmektedir. Bunun tersi biçimde öfke, farkındalısız, kontrolü sağlanamayan ve uygun olmayan ifade tarzları (inkâr, bastırma, yok sayma gibi) ile ortaya konulduğunda olumsuz, yıkıcı ve hem birey kendisi hem de çevresi için zararlı da olabilmektedir (Kaya ve ark., 2012).

2.3.4. Öfke ve Kişilik Özellikleri ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Literatürde kişilik özellikleri üzerine yapılan pek çok çalışmada davranışlar ile ilişkilendirildiği görülmektedir. Kişilik özelliklerinin davranışlar üzerindeki belirleyici etkisi dikkate alındığında psikolojik belirtiler ile öfke arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu görülebilmektedir (Dirik ve Şahin, 2008). Albayrak ve Kutlu (2009) ergenlerin öfke ifade tarzı ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yaptıkları çalışma sonucunda, ergenlerin öfke düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Buna ek olarak saldırgan davranışa sahip olduğunu ifade eden ergenlerin “*sürekli öfke*”, “*öfke içte*” ve “*öfke dışta*” düzeyleri diğerlerine oranla yüksek; “*öfke kontrol*” düzeyi daha düşük olmuştur. Tersine biçimde girişken davranışa sahip olduğunu ifade eden ergenlerin ise “*öfke içte*” düzeyinin diğerlerine oranla daha düşük olduğu görülmüştür. Mevcut çalışmayla ilgili önceki araştırmalar da kişilik özellikleri ile öfke ifade tarzlarından olan “*sürekli öfke*” arasında pozitif yönlü anlamlı bir korelasyon olduğunu göstermektedir.

Literatüre bakıldığında bireylerin seçtiği davranış türlerinin kişilik özelliklerine göre farklılık gösterebildiği görülmektedir. Benzer biçimde Arslan’ın (2010) araştırmasının bulguları da, stres yönetiminin ve kişisel çatışmaları çözmenin özelliklerinin öfke ve öfke ifadesini önemli ölçüde açıkladığını göstermektedir. Benzer

şekilde, mevcut araştırmanın amacı, “Beş Faktör Kişilik Özelliği”ne göre “*sürekli öfke*” ve öfke ifade tarzı arasındaki korelasyonu belirlemek ve “Beş Faktör Kişilik Özelliği”nin “*sürekli öfke*” ve öfke ifade tarzlarını anlamlı şekilde yordayabildiğini belirlemektir. Buna ek olarak bulgular kişilik yapısı bakımından “*deneyime açıklık*” ve “*uyumluluk*” düzeyleri yüksek bireylerin, çatışma çözme süreçlerinde daha fazla duygusal ifade sergiledikleri ortaya çıkmıştır. Buna karşın “*nörotiklik*” kişilik özelliğinin öfke gibi dışa dönük duyguları barındırması kişilik ile öfke ifade tarzı arasındaki ilişkiyi güçlendirmiştir (Basım ve ark., 2009,).

Özyeşil’in (2012) yaptığı bir diğer araştırma bulguları ise “Beş Faktör Kişilik Özelliği”ni (*nörotiklik, dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve özdenetim*) bir bütün olarak, sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını (*öfke içte, öfke dışta ve öfke kontrolü*) anlamlı bir şekilde yordadığını ortaya koymuştur. Bununla birlikte, kişilik özelliği “*nörotiklik*” ile “*sürekli öfke*” “*öfke içte*” ve “*öfke dışta*” arasında pozitif, “*öfke kontrolü*” ile negatif yönlü anlamlı bir korelatif ilişki olduğu bulunmuştur. “*Dışadönük*” kişilik özelliği ile “*öfke içte*” ve “*öfke dışta*” arasında önemli bir negatif ilişki vardır. Kişilik özelliklerine bakıldığında “*deneyime açıklık*” ile sürekli öfke, öfke içte ve öfke dışta arasında negatif; öfke kontrolü ile anlamlı yönde pozitif bir korelasyon olduğu bulunmuştur. “*Uyumluluk*” kişilik özelliği ile “*sürekli öfke*”, “*öfke içte*”, “*öfke dışta*” ve “*öfke kontrolü*” arasında pozitif bir korelasyon olduğu bulunmuştur. Kişilik özelliklerinde “*özdenetim*” alt boyut ile “*sürekli öfke*” ve öfke ifade tarzları arasında pozitif yönlü anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Yapılan son araştırmaların sonuçlarına göre, “Beş Faktör Kişilik Özelliği”nin “*özdenetim*” alt boyutu ile “*sürekli öfke*” ve öfke ifade tarzları ile anlamlı bir korelasyon bulunmuştur. Fakat özdenetim alt boyutu sadece öfke alt boyutlarını anlamlı düzeyde öngörmektedir. Bu durum “*özdenetim*” kişilik özelliğine sahip bireylerin öfke duyguları üzerinde önemli etkilere neden olduğuna işaret etmektedir. “*Özdenetim*” boyutu, verimlilik ve öz disiplin ile ilişkilidir. Bu faktör, yönetim, başarı girişimi, öz disiplin, tartışma ve yetkinlik özellikleri ile kendi içinde taşımaktadır Dolayısıyla, insanların bu tür özelliklere sahip olmaları, öfke duygusunu sözlü ya da davranışsal olarak ifade etmeden çatışmalarını yönetebilmektedirler (Premuzic-Chamorro ve Furnham, 2008).

Beş faktör kişilik özelliği arasındaki mevcut araştırmalarla gösterildiği gibi, “*dışa dönüklük*” kişilik özelliği “*sürekli öfke*” ve öfke ifade tarzlarını önemli ölçüde öngörmektedir. “*Dışa dönük*” bireylerin “*sürekli öfke*” ve öfke ile negatif ilişkisi, öfke ifade tarzlarının öfke boyutları ve öfkeyi kontrol etme kapasiteleri bu özelliğin özellikleriyle açıklanabilmektedir. Çünkü “*dışa dönük*” bireyler duygularını ve düşüncelerini serbestçe ifade edebilmekte ve yakın ilişkiler kurabilmektedirler. Buna ek olarak diğerleriyle olan bağlantıları enerjik, iyimser, sempatik ve güvenilir olmaktadır (Premuzic-Chamorro, 2008; Costa ve McCrae, 1985). Sosyallik yanı sıra başkalarının ve eğlencenin tadını çıkarmanın yanı sıra, liderlik, güç, isteklilik ve arkadaşça davranış da dışa dönük bireylerin temsili özellikleri olmaktadır (Somer ve ark., 2002).

Bir başka araştırmaya göre, beş faktör kişilik özelliği arasında, uyumluluk alt boyutu, özellik öfke, öfke, öfke ve öfke kontrolünü anlamlı şekilde yordamaktadır. Kabul edilebilir kişisel özellikleri dikkate alarak insanlar, bu insanların öfke üzerinde kontrol sahibi olmalarının ortak bir beklentidir, çünkü uyumluluk dostça, saygılı ve mütevazı davranışları temsil eder. Bu nedenle anlaşılabilirlik kendi içinde dürüstlük, fedakarlık, uyum, alçakgönüllülük, duygusallık, güven ve arkadaşlık özellikleri taşımaktadır. Anlaşılabilir insanlar içten, samimi, arkadaşça ve hoşgörülü olarak tanımlanabilir. Ayrıca, kabul edilebilirlik faktörü yüksek olan insanlar, sosyal çıkarları yüksek olan açık yürekli insanlardır denmiştir. (Premuzic-Chamorro ve Furnham, 2008; McCrae ve John, 1992; Shaver ve Brennan, 1992; Somer, vd. 2002). Bu tür insanların sürekli öfke duygularını kontrol etmeleri ve hoşgörülü olmaları yaygın bir beklentidir. Bu nedenle mevcut araştırmalardan elde edilen bulgular teorik temellere de paraleldir.

Cooper (2002) da “*nevrotiklik*” kişilik özelliğinin “*sürekli öfke*” ve öfke ifade tarzları puanlarını anlamlı biçimde yordadığını göstermiştir. Bunun yanı sıra “*deneyimlere açıklık*”, özelliğinin “*sürekli öfke*” ve öfke ifade tarzları puanlarını anlamlı şekilde yordamadığı, ancak yine de aralarında önemli ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Bu sonucu açıklar biçimde başka bir çalışmada nevrotik bireylerin kişisel özelliklerine dayanarak, bu bulgular kuramsal temel ile tutarlı görünmektedir. Yüksek “*nevrotiklik*” gösteren bireylerin öfkeli ve endişeli; düşük “*nevrotiklik*” gösterenlerin ise rahat, sakin ve kabul edilebilirdir. “*Nevrotiklik*”, olumsuz duyguları deneyimleme

eğilimi olarak tanımlanabilmekte; anksiyete, depresyon, öfke ve *nörotikler* gibi karamsar bir örüntü göstermektedirler. Öfke, endişe yaşama eğilimlerinin bir sonucu olarak kişilerarası ilişkilerde çatışmalara yol açabilmektedir. Buna paralel biçimde, *nevrotik* bireyler kolayca öfkelenir ve öfkelerini kontrol etmekte başarısız oldukları için öfkelerini içeri ya da dışarı yansıtmaktadır (Premuzic-Chamorro ve Furnham, 2008). Gençoğlu (2006) da yaptığı araştırmada, iyimserliği yüksek öğrencilerin diğerlerinden daha düşük “*nevrotik*” eğilime sahip olduğunu belirtmiştir. Bu sebepten dolayı nevrotiklerin kötümser olması kaynaklı çabuk öfkelenildiği söylenebilmektedir.

Bozkurt ve Çam (2010) araştırmalarında psikolojik işaretler ve öfke ile önemli ilişkiler tespit etmişlerdir. Buna göre psikolojik sağlık algısı kötü olan ergenlerin, iyi olanlara oranla “*sürekli öfke*”, “*içedönük*”, “*pasif agresif*” ve “*saldırgan davranışları*” daha yüksek bulunmuştur. Çalışmada, daha güçlü bir öfke hissi yaşayan öğrenciler daha büyük psikolojik belirtiler sergilemektedir (Deffenbacher ve ark., 1996, s. 580). Başka bir çalışmada da A tipi kişilik örüntüsü ile “*sürekli öfke*” ve öfke ifade tarzları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuçlara bakıldığında; “*dışadönük*” kişilik özelliği ile “*sürekli öfke*” ve öfke ifade tarzları arasında ilişki olduğu; öfke kontrolü ile negatif diğer öfke ifade tarzları ile pozitif yönlü anlamlı bir korelasyon bulunmuşlardır (Sosyal ve ark., 2009).

Son yıllarda yapılan araştırma bulguları bir bütün olarak değerlendirildiği için, beş faktör kişilik özelliğinin “*sürekli öfke*” ve öfke ifade tarzları üzerinde güçlü bir şekilde etkili olduğu sonucuna varılabilir. Beş temel insan duygularından biri olan öfke duygusunu etkilemede farklı nedenler olabilir. Kişilik özelliklerinin bu duyguların ifadesinde öncü olduğunu belirtmek mümkün olmaktadır. Fakat kişilik özelliklerinin öfke üzerindeki etkisini analiz eden araştırmaların sayısı sınırlı olmaktadır. Farklı örnekleme gruplarından daha geniş bir kapsam dahil olmak üzere yapılan araştırmalar, ilgili alandaki genellemelere katkı sağlayabilmektedir. Öz denetimli ve çok boyutlu düşünme tarzına sahip sağlam ve iyimser bireyler, öfkelerini uygun biçimde ifade etme becerisine sahip olabilmektedir. Başka bir ifade ile özellikle önleyici rehberliğin kapsamı içerisinde okul danışmanları, öğrencilerin kişilik gelişimine ve farkındalığa katkı sağlayan etkinliklere özel dikkat göstermelidir. Bu bağlamda özellikle ebeveynlerin ve öğretmenlerin bakış açılarını ve farkındalıklarını arttırmak amacıyla

yapılan danışmanlık hizmetleri önem kazanmaktadır. Bu sebepten dolayı bu çalışma üniversite öğrencilerinde kişilik özelliklerinin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları üzerindeki etkisini ve aralarındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamaktadır. Bu ilişkinin belirlenmesi, bireylerin kişilik gelişimlerini gelecekteki yaşamlarına yansıttığı için büyük öneme sahip olmaktadır

2.4. DEPRESYON

Her yaştan bireyde psikolojik çöküntü olarak kendini gösteren ve ruhsal bir bozukluk olan depresyon, bireyin hayatının her alanını olumsuz etkilemesi kaynaklı son derece ciddi bir psikolojik rahatsız olmaktadır (Bakırcıoğlu, 2012).

Depresyon, psikiyatrik ve psikolojik patolojiler içerisinde tanımlaması en eskiye dayanan tanımlamalardan bir tanesidir. Eber papirüsünde, Eski Ahit ve antik çağlarda anlatılan hikâyelerde depresyon benzeri tabloların varlığı görülmektedir (Mayda, 2019). Latince kökü “depresus”dan gelen depresyon, *aşağı doğru bastırmak, çekmek, yorgun ve kederli olmak* anlanlarınaa gelmektedir. Tıbbi terminolojide “çökkünlük” olarak ifade edilen bu kavram, her bireyde kendini belli dönemlerde gösterebilmektedir (Sertçelik, 2018). Özellikle son yıllarda değişim gösteren yaşam şartları ile birlikte, stres artabilmekte ve bireyler kendilerini içinde buldukları durumlar kaynaklı ruhsal olarak “çökkün” hissedebilmektedir.

Ele alınan kriterleri üzerinden bakıldığında psikoloji literatüründe depresyon, *duygu-durum değişikliği, fiziksel ve davranışsal semptom (belirti), sendrom ya da patoloji* olarak farklı biçimlerde tanımlanmaktadır (Köknel, 1989, s.60; Öztürk ve Kozacıoğlu, 1998, s.197). Ele alınan bu patoloji, bireyin psikolojik olarak üzüntü, umutsuzluk; fizyolojik olarak faaliyetlere olan ilgi, dikkat, enerji ile gücün azalmasının yanı sıra kaygı ve yorgunluk gibi durumların belirgin olarak kendini göstermesi ile tanımlanabilmektedir (Gürün, 1991). Buna ek olarak bireyde en az iki hafta boyunca devam eden, motor hareketlerde gözlenen yavaşlama, aşırı suçluluk, değersizlik hisleri, karamsarlık, iştah/kilo yitimi ya da artımı, sıkıntı ve yorgunluk ile birlikte gözlenen keder gibi duyguların yoğun yaşandığı duruma işaret etmektedir (Koptagel, 1985; Blackburn, 2008).

Tüm bireylerde zaman zaman gözlenebilen bu *ruhsal çökkünlük* durumu, DSM-V (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) tarafından belirlenen kriter ve basamaklar üzerinden değerlendirilmiş ve hangi durumlarda patolojik olduğu ortaya konulmuştur (Amerikan Psikiyatri Derneği, APA, 2014). Bu kriterlerin ortaya konulma nedeni anlık duygu-durum olarak yaşanan “normal depresyon” ile “klinik depresyon”u ayırmaktır (Morris, 2002). Çünkü birey patolojik olarak depresyon gösterdiği durumlarda tedavi edilmediğinde yeğin (majör) depresyondan süregiden (distimi) depresyona geçecek ve ilerleyen süreçlerde daha riskli ruhsal sorunlara yol açacaktır (Oskay, 1997).

2.4.1. Depresyon Epidemiyolojisi

Toplumlar içerisinde meydana gelen post modernizasyon geçişi birçok değişimlere yol açmakta ve bireyler bu değişimlere adapte olma noktasında ruhsal bozukluklar yaşamaktadır. Bunun üzerinden bireyler güçsüz ve umutsuz hissetmekte; güvensiz bir hayatın parçasıymış gibi algılamaktadır. WHO'nun son yıllarda yaptığı çalışmalar da, ruhsal bozuklukların çoğu zaman ölümcül sonuçlarının görülmemesine rağmen bireylerin ekonomik ve sosyal hayatlarında yıkıcı etkilerine yol açabileceğini ortaya koymaktadır (Dala, 2015).

Yaşanan bu değişimlerle birlikte gelen stres ve zorlanmaların ilerleyen zamanlarda gözlenecek depresyon ve suisit girişimlerinin temel nedenlerinden biri olarak görülmesine yol açmıştır. WHO'nun ortaya koyduğu yordamalara bakıldığında; 2020 yılına gelindiğinde depresyonun en önemli ikinci ruhsal patolojilerden biri olacağı söylenebilmektedir (Solmaz ve ark, 1999). Araştırmada ele alınmış kavramlardan birisi olan depresyon, yaygın şekilde gözlenebilen ve sonuçları itibariyle önem arz etmesi nedeniyle üzerinde durulması gereken en önemli duygu- durum bozuklarından biri olmaktadır (Morris, 2002).

WHO ve APA tarafından belirtilen ruhsal bozukluklar içerisinde yer alan depresyon da, yinelemelerle giden yüksek işlev kaybına yol açan bir bozukluktur. Bununla birlikte sadece ülkemizde değil aynı zamanda dünyada da en sık görülen psikiyatrik bozukluk olmaktadır. (Çelik ve Hocaoğlu, 2016).

Genel olarak depresyonun yaşam boyu görülme yaygınlığının %9-20 arasında olduğu bildirilmiştir (Öztürk ve ark., 1995). Her yaşta görülebilir bir ruhsal bozukluk olmasına rağmen en yaygın biçimde 25-44 yaşları arasında gözlemediği ortaya konulmuştur. Bunun yanı sıra cinsiyet olarak epidemiyolojisine bakıldığında; kadınlarda erkeklere oranla 2-3 kat daha fazla olduğu görülmektedir (Morris, 2002). Kadınlarda en çok orta yaş (35-45), erkeklerde ise yaşlılıkta (55-) görülmektedir. Fakat bazı veriler ise ergenlerde yaşanan depresyonun daha fazla görüldüğüne ilişkin olmaktadır (Çuhadaroğlu ve Sonuvar, 1992; Eskin ve ark.,2008). Amerika’da ergenler üzerinde yapılan bir araştırmada da majör depresyonların epidemiyolojisine bakıldığında oranların %10-%15 olduğu ve hayat boyu görülebildiği ortaya konulmuştur. Bununla birlikte majör depresyonun aylık görülme yaygınlığı da %2-%6 olarak bildirilmiştir (Gültekin ve Dereboy, 2011).

DSM-V tanı kriterleri kullanılarak Kaliforniya ve New York bölgelerinde yapılan araştırmalarda da elde edilen veriler, genel popülasyonda majör depresif bozukluğun yaygın olarak görüldüğünü ortaya koymuştur. Buna ek olarak depresyonun yaygınlığının cinsiyetler arasında kadınlarda erkeklere nazaran; orta yaşlı ve beyaz olmayan bireylerde daha fazla gözlemediği tespit edilmiştir (Ohayon, 2007).

Ülkemizde son yıllarda depresyon üzerine yapılan çalışmalardan elde edilen verilere göre, depresyon dağılımındaki cinsiyetler arası farkın giderek kapandığı yordanabilmektedir. Bu durum özellikle, gelişmiş ülkelerdeki kadınların sosyoekonomik düzey ve sosyal statü değişikliklerine bağlı olabilmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2015).

2.4.2. Öfke ve Depresyon İlişkisi

Psikoloji literatürüne bakıldığında öfke ve depresyon kavramları arasındaki ilişkinin ilk olarak kuramsal çerçevede ele alındığı görülmektedir. Bu kavramları açıklayamaya yönelik kuramsal yaklaşımlar ve özellikle psikanalitik kuram, bastırılan öfke duygusunun depresyona neden olabileceğini savunmaktadır (Koç, 2008). Psikanalitik kuram çerçevesinde yapılan bu tanımlamaların başlangıcı Freud’a uzanmaktadır. Buna göre Freud (1914) “Yas ve Melankoli” makalesinde bireylerin hayatlarındaki içselleştirilmiş sevgi nesnesi kaybından depresyona girdiğini öne

sürmüştür. Bu noktada birey kaybedilmiş nesneye yönelik ambivalan (sevgi/nefret) duygular yaşamakta ve bu durum içerisinde şiddet barındırmaktadır. Birey kaybettiği sevgi nesnesine yönelik duyduğu öfke ve şiddeti kendine yöneltmektedir. Bu noktada Freud, “engellenmiş öfkenin depresyon patolojisinde merkezi bir güç” olduğunu savunmuştur (Freud, 1917, s.60). Başka bir ifade ile birey sevgi nesnesine yönelik bilinçdışında sahip olduğu öfke duygusundan kaynaklı suçluluk ve çatışma yaşamaktadır. Buna paralel biçimde de nesne kaybı sonunda bu olumsuz duygularla başa çıkamayarak depresyona girmekte ve kendine zarar vererek öfkeyi kendine döndürmektedir (akt. Ersevim, 1998).

Psikanalitik kuramcılardan olan Klein (1928) bebekleri gelişimsel olarak ayırdığı “paranoid-şizoid” ve “depresif” dönemler üzerinden öfke ve depresyon ilişkisini temellendirmektedir. 0-6 ay arasında görülen “paranoid-şizoid” dönem; bebeğin anne ile kendini simboz olarak görmesi üzerinden şekillenmektedir. Bu ilişki üzerinden bebek “iyi” (sevgi yatırımı yapılan) ve “kötü anne” (saldırganlık yatırımı yapılan) temsili üzerinden dünyayı “iyi” ve “kötü” olarak bölünmektedir (splitting). Bu noktada çocuk anneyi “kötü” nesne konumunda gördüğünde kendinde varolan bu saldırganlık dürtüsünü dışarı yansıtmaktadır. Bu noktada sevilen nesneye öfkelenmekte ve saldırganlaşmaktadır (Klein, 1952b). Klein bebeğin bu “iyi” ve “kötü” bölümlerin ayrılmasının iyi kendilik ve nesne temsillerini, kötü temsiller tarafından zarar verilme tehlikesinden korumak için gerekli olduğunu savunmaktadır (Klein, 1999).

Klein (1935) 6-12 ay arasında ortaya çıkan “depresif” dönemi ise öncelik anne ve sonrasında da diğerleriyle “iyi” (sevgi) ve “kötü” (nefret) yoluyla ilişki kurulan örgütlenme olarak tanımlanmaktadır. Bebek bu noktada ambivalan duygular arasında gidip gelmekte ve anne ya da diğerlerini “kötü” nesne olarak konumladığında depresyon ve suçluluk hissetmektedir. Sevilen nesneye duyulan hasetle birlikte duyulan suçluluk duyguları şükran duygusuyla değiştirilmediğinde bireyde öfke ve saldırgan davranışlar görülmektedir (Klein, 1999). Bununla birlikte çocuk sahip olduğu öfke ve saldırganlık dürtüleri üzerinden ötekine zarar verip sevilen nesneyi kaybedeceğine yönelik depresif kaygı yaşamaktadır. Bunun üzerinden çatışma ve saldırganlık davranışı göstererek yalnız kalacağından korktuğu için öfkesini baskılamaktadır. Bu çatışma içerisinde de suçluluk içine girerek bilinçdışında kendini cezalandırabilmektedir. Sahip olduğu bu

saldırganlık üzerinden suçluluk duyan çocuk depresyona girmektedir (akt. Zabcı, 2018).

2.4.3. Depresif Belirtiler ve Kişilik Özellikleriyle İlgili Yapılan Araştırmalar

Geçmiş yıllardan itibaren depresyonun açıklanmasıyla ilgili çalışmacılar bazı varsayımlar öne sürmüş ve bunları test etmiştir. Bazı araştırmacılar, depresyonun gelişmesindeki en önemli etmenin, bireyin sahip olduğu belirli kişilik özelliklerinin eşleştiği stresli ve olumsuz yaşam olaylarının olduğunu savunmaktadır (Joiner, 1995). Depresyon ve depresif belirtilerin gelişimi üzerindeki en önemli etmenlerden olan kişilik özellikleri, depresyon açısından önemli ölçüde risk etmeni olmaktadır (Ünal ve Özcan, 2000).

Bu görüşler üzerinden Akiskal ve arkadaşları (1983) depresyon ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi temel alan çalışmalardan hareketle bireyin kişisel özelliklerinin bireyin depresyon yaşamasına zemin hazırladığını ve klinik görünümünü etkilediğini öne sürmüşlerdir. Giordano ve arkadaşları (2000) da yaptıkları çeşitli araştırmalarda depresif kişilik özellikleri etrafında depresyona yatkınlığı olan iki kişilik özelliği (*sosyotropi/bağımlılık* ve *otonomi/öz-eleştircilik*) belirlemişlerdir. “*sosyotropik*” ya da “*bağımlı*” kişilik özelliklerine sahip bireylerin diğerlerinin onay ve kabulüne daha çok ihtiyaç duymaları kaynaklı daha fazla depresyon gösterdikleri tespit edilmiştir. Buna ek olarak disforik kişilik yapılanmasına sahip bireylerin de daha çabuk depresyona girebileceğini ortaya koyulmuştur. Kabakçı (2001) da “*sosyotropik*” ve “*otonomik*” kişilik özelliklerinin depresif belirti düzeylerinin yüksek olduğu belirtilmiştir. Bu durumun nedeni olarak yaşam olaylarını daha yüksek stres göstererek yaşamaları gösterilmiştir.

Bulut (2017) üniversite öğrencileri ile kişilik özellikleri ve depresyon düzeyi arasındaki ilişkinin incelemiştir. Bulgulara bakıldığında, kişilik özelliklerinin depresyonu anlamlı bir düzeyde yordadığı; depresyon ve “*duygusal dengesizlik*” arasında pozitif; “*dışa dönüklük*” ile ise negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan başka bir çalışmada depresyon düzeyi ile “*deneyime açıklık*”, “*uyumluluk*” ve “*sorumluluk*” arasında negatif yönlü düşük ölçüde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bununla birlikte negatif duygusallık, karamsarlık gibi özelliklerle

karakterize olan “*duygusal dengesizlik*” ve “*sorumluluk*” ile bilişsel yeniden yapılanma arasında negatif; depresyon ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (Bardavit, 2007).

Buna karşın, bazı araştırmacılar da kişilik özellik ve yapılarının depresyona yol açmadığını çok genetik ve biyolojik etmenler ile farklı yaşam olayları sonucunda depresyon geliştirilebileceğini öne sürmektedir (Dala, 2015).

Bulguları destekler biçimde Freeman ve arkadaşları (2016) çalışmalarında depresyondaki sosyoekonomik etkilerin ilişkisini incelemiştir. Sonuçlara bakıldığında sosyoekonomik düzeyi düşük olan bireylerin diğerlerine oranla daha fazla depresyon yaşadığı tespit edilmiştir. Bunu açıklar biçimde bireyin gelirinin düşük olması kaynaklı sosyal, sağlık ve eğitim kaynaklarından daha az yararlanması ve zorluklarının fazla olması gösterilmiştir. Başka bir çalışma İspanya'daki depresyon yaygınlığının Finlandiya ve Polonya'ya oranla iki katı daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Bu durumu açıklar biçimde İspanyada'ki işsizlik oranının diğer iki ülkeden daha fazla olduğu ve finansal krizin yaşandığı gösterilmiştir. Bu noktada bir ülkedeki gelir düşüklüğünün depresyonu yordadığı savunulmuştur (Eurostat, 2015). Erözkan (2004) yaptığı araştırmada benzer biçimde sosyo-ekonomik düzeyi yüksek bireylerin daha umutlu ve mutlu olmaları kaynaklı daha az oranda depresyona gireceği; sosyo-ekonomik düzeyi düşük olanların ise kendilerini güvensiz ve mutsuz hissettikleri için depresyon oranlarının fazla olduğunu ortaya koymuştur. Şahin ve Şahin (1992) tarafından yapılmış olan çalışmada ergenlerin “*sosyal karşılaştırılma*” ile depresif belirtileri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Ergenlerin kendilerini diğerleriyle karşılaştıran biliş yapılarına sahip olduklarında daha kolay depresyona girdiği fakat bazı noktalarda bu durumun depresyondan da çıkmalarına yardımcı olacağı belirtilmiştir.

2.4.4. Öfke ve Depresif Belirtiler ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Öfke ve depresyon birbirinden bağımsız iki duygu gibi görünse de bazı durum ve şartlarda birbiri içine girmiştir. Literatüre bakıldığında çeşitli ruhsal zorluklar yaşayan bireylerin öfke ile ilişkili duyguları daha yoğun gösterdiğini ortaya koymaktadır (Özyiğit, 2010). Öfkenin anksiyete, depresyon gibi bazı ruhsal bozukluklar

ile ilişkisi açıklıkla ortaya konulmamış olsa da, konu ile ilgili literatürde çalışmaların fazla olduğu görülmektedir. Bu ilişki birçok farklı alanda (tıp, psikoloji, sosyoloji gibi) çalışmaların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Özellikle psikoloji alanında bu ilişkinin üzerinde en çok çalışılan ve tartışılan bir konu olması öfkenin “Duygudurum Bozuklukları”ndaki yeri ve öneminden kaynaklı olmaktadır (APA,2014).

Literatüre bakıldığında öfke ve depresyon arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar arasında en fazla çalışmaya sahip Fava ve arkadaşları (1990) “*öfke nöbeti*” olarak tanımladıkları yoğun otonomik aktivasyona yol açan ve durum ile “*uyumsuz*” biçimde gösterilen öfke reaksiyonları ve depresyon arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu ortaya koymuşlardır. Başka bir çalışmalarında da “*majör depresyon*” tanısı almış hastaların tanı almayanlara oranla daha fazla “*öfke nöbeti*” gösterdiği bulunmuştur (Fava ve ark., 1991). Winkler ve arkadaşları (2006) da mevsimsel olarak depresif atakları çok olan grup ile depresyon atakları olmayan grupların öfke puanlarını karşılaştırmışlardır. Bulgulara bakıldığında mevsimsel depresif atakları olan bireylerin diğer gruba oranla daha fazla öfke nöbetleri ve fiziksel öfke gösterdiği bulunmuştur. Ayakta tedavi gören depresyon hastalarıyla yapılan başka bir çalışmalarında ise, hastaların “*öfke nöbeti*” oranının tanı almamış bireylerden anlamlı olarak daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Buna ek olarak öfke nöbetleri gösteren ve göstermeyen hastalar arasında psikolojik profil olarak farklılıkların da gözlemlendiği belirtilmiştir. Bulgulara ek olarak kullanılan bir antidepresanların “*öfke nöbetleri*”ne olan etkilerini araştırmışlardır. Sonuçlara bakıldığında önceden “*öfke nöbeti*” geçirenlerin %70’den fazlasının 2 aylık ilaç tedavisi sonrasında bu nöbetleri geçirme oranlarında azalmanın olduğunu görülmüştür (Fava ve ark., 1993). Benzer biçimde başka bir çalışmalarında depresyon hastalarında görülen öfke nöbeti oranının ortalamanın altında olduğu tespit edilmiştir (Fava ve ark., 1996). Türkiye’de yapılan benzeri bir çalışmada da birbirine yakın bulgulara rastlanmıştır. Sayar ve arkadaşları (2000) öfke ve depresyon arasındaki ilişki üzerine yaptığı çalışmada “*öfke nöbeti*” yaşayan ve yaşamayan hastalar arasında ilaç kullanımının fark yaratıp yaratmadığını araştırmıştır. Araştırma bulgularına bakıldığında ilaç kullanmayan, majör depresyon tanısı almış hastanın daha az oranda “*öfke nöbetleri*” yaşadığı belirtilmiştir. Tutkunkardaş ve Kılınçaslan (2011) da çocuk ve ergen depresyon hastalarında ilaç tedavisi ile “*öfke nöbeti*” arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bulgulara bakıldığında ilaç tedavisi gören çocuk ve ergen hastaların

görmeyenlere oranla daha az “öfke nöbeti” geçirdiği ortaya konulmuştur. Bulgular ilaç tedavisinin serotonin geri alımını sağlayarak depresyonu azalttığı buna paralel biçimde bu durumun öfke tepkiselliğini de olumlu biçimde etkilediğini öne sürmüştür. Bu durum aynı serotonin düzeneğine sahip olmaları üzerinden açıklanmıştır.

Depresyon ve öfke nöbetleri üzerine yapılan araştırmaların çoğunlukla “*unipolar depresyon*”la sınırlı kalmış ve fakat ilerleyen süreçlerde “*bipolar depresyon*” ile öfke ilişkisinin ele alındığı çalışmalarda artış olduğu gözlenmiştir. Buna örnek olarak Mammen ve arkadaşları (2004) “*bipolar depresyon*”da “*öfke nöbetleri*” yaşama yaygınlığı ile ilişkili yaptıkları çalışmada, “*öfke nöbetleri*”nin ortalamanın üstünde oranda gözlendiği tespit edilmiştir. Grover ve arkadaşları (2011) da “*bipolar depresyon*” hastaları üzerinde yaptıkları çalışmalar sonucunda “*bipolar hastalar*”ın “*öfke nöbetleri*”nin tanısı olmayanlara oranla daha fazla olduğu ortaya konulmuştur.

Depresyonda görülen öfke duygusu üzerine yapılan çalışmalarda özellikle “*öfke içte*” ifade tarzının vurgulandığını gösteren sonuçlar bulunmaktadır (Riley ve ark.,1989). Benzer biçimde Durar (2017) ergenler üzerine yaptığı çalışmada öfke ifade tarzları ile depresyon ilişkisini incelemiştir. Araştırmanın bulgularına bakıldığında “*öfke içte*” ve “*öfke dışta*” ifade tarzı ile depresyon düzeyleri ile arasında pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Literatürde “*öfke kontrolü*” tarzının depresyon olgularında görülmesinin tekrarlanan bir bulgu olduğu görülmüştür. Buna paralel biçimde Brody ve arkadaşları (1999) daha önce depresif dönem yaşamamış bireylerle depresyon yaşayıp tedavi olmuş depresif bireyleri karşılaştırdıkları çalışmalarında, iki grup arasında öfkelerini ifade etme tarzlarında fark gözlenmemiştir. Fakat düzelmiş grupta depresyonları ortadan kaldıktan sonra bile “*öfke kontrol etme/bastırma*” ifade tarzının hala kullanılmaya devam ediliyor olduğu görülmüştür. Bununla birlikte bu çalışma diğer çalışma bulguları ile benzer biçimde depresif hastalarda “*öfke içte*” puanlarının da daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bulgularla benzer biçimde Goldman ve Hagga (1995) çalışmalarında sadece “*öfke içte*” ve stresli yaşam olayları ile depresyon arasında anlamlı; “*öfke dışta*” ile anlamsız ilişkinin olduğunu tespit etmişlerdir. Arslan ve arkadaşları (1998) da distimik ve distimik olmayanların öfke ve depresyon puanlarını karşılaştırmıştır. Sonuçlara bakıldığında distimik bozukluğu olan bireylerin “*sürekli öfke*” düzeylerinin

diğer gruptan daha yüksek; “*öfke kontrol*” puanları daha düşük bulunmuştur. Bunun yanı sıra “*öfke içte*” ve “*öfke dışta*” puanları ile iki grup arasında farklılık tespit edilmemiştir.



BÖLÜM 3. YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMA MODELİ

Araştırma “tarama” (survey) modeli ile kurulacaktır. Tarama modelleri araştırmalarda, genellikle var olanları olduğu gibi gözleyip tanımlamayı amaçlayan modellerdir. Araştırmada katılımcılara uygulanan kişisel bilgi formu ve ölçeklerden elde edilen veriler, çözümlenebilirliği için Tarama modellerinden biri olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, ikiden fazla değişken arasında birlikte değişiminin olup olmadığını veya bu değişimin derecesini belirlemeyi amaçlayan modellerdir. İlişkisel çözümlenmeler iki türlü yapılabilir: korelasyon türü ilişki ya da karşılaştırma yolu ile elde edilen ilişkiler. Korelasyon türü ilişkiye bakılan araştırmalarda, değişkenlerin bir arada değişip değişmediği ve eğer birlikte bir değişim varsa bunun nasıl gerçekleştiği bulunmaya çalışılır (Karasar, 2011). Bu noktada belirlenmiş ilişkiler doğrudan neden-sonuç olarak yorumlanamaz ancak bu yönde bir ipucu verebilir.

3.2. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evreni İstanbul’da eğitim alan 18-25 yaş arası vakıf üniversitesi öğrencileridir. Araştırmanın örneklemini oluşturmak üzere 2018-2019 eğitim öğretim yılında İstanbul ilindeki Doğu Üniversitesinin farklı bölümlerinde okuyan 18-25 yaş arası öğrencilerden oluşturulmuştur. Çalışma evreninden genellemek üzere üniversite öğrencileri yansızlık kuralına göre örneklem olarak seçilmiştir. Örneklem, araştırma evreninden rastlantısal örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Cinsiyetin dengeli olarak dağıldığı çalışma 250 kişi katılım sağlamış hatalı ve eksik doldurulan ölçekler elenerek çalışma 228 katılımcı ile yürütülmüştür.

Aşağıda katılımcıların cinsiyet, yaş, sosyo ekonomik durum ve psikiyatrik rahatsızlık varlığına göre dağılımları verilmiştir.

Tablo 1. Tanımlayıcı Özellikler Tablosu

Gruplar	Frekans(n)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	114	50,0
Erkek	114	50,0
Yaş		
18-20	48	21,1
21-22	57	25,0
23-24	51	22,4
25	72	31,6
Sosyoekonomik Durum		
Düşük	18	7,9
Orta	120	52,6
Orta-yüksek	66	28,9
Yüksek	24	10,5
Psikiyatrik Hastalık Varlığı		
Var	18	7,9
Yok	210	92,1

Öğrenciler Cinsiyete Göre 114'ü (%50,0) kadın, 114'ü (%50,0) erkek olarak dağılmaktadır. Öğrenciler yaşa göre 48'i (%21,1) 18-20, 57'si (%25,0) 21-22, 51'i (%22,4) 23-24, 72'si (%31,6) 25 ve üzeri olarak dağılmaktadır. Öğrenciler sosyoekonomik duruma göre 18'i (%7,9) düşük, 120'si (%52,6) orta, 66'sı (%28,9) orta-yüksek, 24'ü (%10,5) yüksek olarak dağılmaktadır. Öğrenciler psikiyatrik hastalık varlığına göre ise 18'i (%7,9) var, 210'u (%92,1) yok olarak dağılmaktadır.

3.3. VERİLERİN TOPLANMASI

Veriler 2018-2019 eğitim ve öğretim yılı yaz döneminde (Haziran-Eylül) toplanmıştır. Araştırmada verilerin toplanmasından önce Maltepe Üniversitesi Etik Kuruldan çalışma izni alınmıştır. Araştırma için gerekli tüm izinlerin alınmasının ardından veri toplama araçlarını uygulamak amacıyla Doğu Üniversitesi öğrencilerine mail grupları aracılığıyla veri toplama aracı dağıtılmıştır. Bu araştırmada veriler

internet üzerinden “online survey” aracılığı ile toplanmıştır. Veri toplama araçlarının uygulanması katılımcıların kişisel bilgisayarı yardımıyla gerçekleşmiş ve ölçeklerin yanıtlanmasına geçilmeden önce katılımcılara araştırma ile alakalı bilgi metni ve bilgilendirilmiş onam formu okutulmuştur. Katılımcıların onay kutucuğunu işaretlemeleriyle ölçeklere geçilebilmiştir. Katılımcıların ölçekleri yanıtlarken dürüst olmalarını sağlayabilmek adına kendilerinden kimliklerini belli edecek herhangi bir kişisel bilgi alınmamıştır. Anketin ilk sayfasında çalışma ile ilgili genel bilgiler, çalışmacının mail adresi ve katılımın gönüllülük esasına dayandığına dair bilgiler yer almaktadır. Katılımcılara öncelikle Kişisel Bilgi Formu ve diğer üç ölçek (Beck Depresyon Envanteri, Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeği, Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği) verilmiştir. Katılımcılara belirtilen ölçüm araçları tek tek uygulanmış ve ölçeklerin başına gerekli yönergeler verilmiştir. Sıra etkisini giderebilmek için Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri ve Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ)’nin sıraları otomatik olarak değiştirilmiştir. Yaklaşık olarak 15- 20 dk içinde uygulama tamamlanmıştır.

3.3.1 Veri Toplama Araçları

Araştırmanın veri toplama sürecinde Kişisel Bilgi Formu, Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri ve Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ) kullanılmıştır. Ayrıca bu bölümde bu ölçeklerin psikometrik özellikleri ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

3.3.1.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla 4 maddeden oluşan kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Kişisel bilgi formunda; katılımcıların yaş, cinsiyet, psikiyatrik bir rahatsızlık olup olmadığı ile sosyoekonomik durumlarına yönelik sorular yer almaktadır.

3.3.1.2. Beck Depresyon Envanteri

Beck Depresyon Envanteri (BDE) depresyonda sık karşılaşılan dürtü, duygu, biliş ve davranış belirtilerini ölçen ve 21 maddeden oluşan bir ölçektir. Bu maddelerden her

biri, depresyonda görülen bir davranışsal örüntüyü belirlemekte kullanılır. Azdan çoğa doğru giden (0-3), dört seçeneği olan kendini değerlendirme cümlelerini içeren bir ölçek olup hasta gruplarında ve normal örneklemlerde depresif belirtilerin şiddetini değerlendirme amacıyla dünyada yaygın olarak kullanılan ölçüm araçlarından biridir. Ülkemizde bu ölçeğin güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları Hisli (1988; 1989), Tegin (1987) ve Aydın ve Demir (1989) tarafından yapılmış olup çeşitli araştırmalarda ve klinik uygulamalarda kullanımına devam edilmektedir.

Beck Depresyon Envanterinin geçerliliği ve güvenilirliği üzerine üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalarda iç tutarlılık katsayılarının .60 ile .87 arasında değiştiği görülmüştür (Hisli, 1989). Bu çalışmada ise iç tutarlılık katsayısı .64 olarak bulunmuştur.

3.3.1.3. Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeği

Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ), Spielberger tarafından geliştirilmiştir. Orijinal adı The State-Trait Anger Scale (STAS) olup Türkçe formu çeviri ve geçerlilik çalışmasını Kadir Özer yapmıştır (Özer 1994, Savaşır ve Şahin 1997). Ölçek, Sürekli Öfke, Öfke-İçte, Öfke-Dışa ve Öfke Kontrol alt ölçeklerinden oluşur. Bireylerin kendi kendileri değerlendirdikleri bir ölçektir. Ölçekteki cümlelere kişiler kendilerini ne kadar tanımladığına göre "1" hiç tanımlamıyor, "2" biraz tanımlıyor, "3" oldukça tanımlıyor ve "4" tümüyle tanımlıyor şeklinde yanıtlar vermektedir. Bu ölçek ergen ve yetişkinlerde de kullanılabilir ve zaman sınırlaması yoktur. Sürekli Öfke alt ölçeğinden yüksek puan alınması öfke düzeyinin yüksek olduğunu, Öfke-Kontrol alt ölçeğinden yüksek puan alınması yüksek öfke kontrol düzeyini, Öfke-Dışa alt ölçeğinden yüksek puan alınması öfkenin kolayca ifade edildiğini ve Öfke-İçte alt ölçeğindeki yüksek puan alınması ise öfkenin bastırılmış olduğunu göstermektedir. Anılan çalışmada SÖÖTÖ'nün Cronbach Alfa güvenilirlik değerleri sırasıyla Sürekli Öfke .78-.90 Öfke-Kontrol .80-.90, Öfke-Dışa .69-.91 ve Öfke-İçte .58-.76 arasında değiştiği görülmüştür.

Bu çalışmada ise Cronbach alfa değerleri; sürekli öfke boyutu için 0,79, kontrol altına alınmış öfke boyutu için 0,84, dışa vurulmuş öfke boyutu için 0,70 ve öfke içe boyutu için ise 0,61 olarak bulunmuştur

3.3.1.5. Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği

Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği Benet-Martinez ve John (1998) tarafından “Beş Faktör Envanteri” (The Big Five Inventory) ismiyle geliştirilmiş 44 maddeden oluşan bir ölçektir. Araştırmacılar için etkili ve hızlı değerlendirme yapabilmeleri amacıyla kısa hazırlanmış bu ölçek kişilik özelliklerinden “nörotiklik”, “dışadönüklük”, “gelişime açıklık”, “uyumluluk” ve “özdisiplin” boyutlarını ölçmektedir. Ölçekte “nörotiklik” ve “dışadönüklük” faktörleri 8'er madde, “uyumluluk” ve “özdisiplin” faktörleri 9'ar madde, “gelişime açıklık” faktörü ise 10 madde ile ölçülmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması, 56 ülke kapsamında kişilerin kendini tanımlama profilleri ve örüntüleri konusunda yapılan bir çalışmanın (Schmitt ve ark., 2007) Türkiye ayağı kapsamında, Sümer ve Sümer (2005) tarafından yapılmıştır. Beş faktör kişilik ölçeğinin bu çalışmada seçilmesinin nedeni, ölçeğin kültürlerarası bağlamda yapılan bu çalışmada geçerlik ve güvenilirliğinin gösterilmiş olmasıdır. Anılan çalışmada beş faktör kişilik ölçeğinin Cronbach Alfa güvenilirlik değerleri .79, .77, .76, .70 ve .78 olarak sırasıyla “nörotiklik”, “dışadönüklük”, “gelişime açıklık”, “uyumluluk” ve “özdisiplin” faktörlerini gösterdiği ortaya konmaktadır (Schmitt ve ark., 2007). Aynı ölçekle yapılan bazı çalışmalarda ise, beş faktör kişilik boyutlarının Cronbach Alfa güvenilirlik değerleri .64 ile .77 arasında (Sümer, Lajunen ve Özkan, 2005) ve .67 ile .83 arasında (Ülke, 2006) değiştiği görülmüştür.

Bu çalışmada ise “nörotiklik”, “dışadönüklük”, “gelişime açıklık”, “uyumluluk” ve “özdisiplin” alt boyutları için iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .68, .71, .78, .69, .80 olarak bulunmuştur.

3.4. VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ

Araştırmadan ulaşılan veriler istatistik programı kullanılarak analiz edilmiştir. Veri toplama sürecinde elde edilen veriler işleme alınmadan önce; kayıp veriler incelenmiş ve ayıklanmıştır. Ters kodlama yapılması gereken maddeler kodlanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemleri olarak sayı, yüzde, ortalama, standart sapma kullanılmıştır. Analizlere geçilmeden önce kullanılması planlanan istatistiksel testler için normallik dağılımı kolmogorov-smirnov testi, basıklık

ve çarpıklık değerleri ile sınınmış ve verilerin normal dağılmadığı görülmüştür. Bu sınımalar sonucunda veriler normal dağılım göstermediğinden non-parametrik testler kullanılmıştır. Bu sebeple iki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Mann Whitney U testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır. Bu araştırmanın sürekli değişkenleri arasında Sperman Korelasyon analizi uygulanmıştır.



BÖLÜM 4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırma probleminin çözümü için, araştırmaya katılan öğrenciler ölçekler yoluyla toplanan verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır. Elde edilen bulgulara dayalı olarak açıklama ve yorumlar yapılmıştır.

Aşağıda depresyon, kişilik özellikleri sürekli öfke ve öfke tarzı puan ortalamaları verilmiştir.

Tablo 2. Kişilik Özellikleri Puan Ortalamaları

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Dışadönüklük	228	3,43	0,91	1,00	5,00
Uyumluluk	228	3,61	0,68	1,30	4,90
Sorumluluk	228	3,49	0,58	2,20	5,00
Duygusal Dengelilik	228	2,99	0,71	1,00	4,30
Zeka Hayal Gücü	228	3,65	0,61	2,00	4,80

Öğrencilerin “dışadönüklük” ortalaması yüksek $3,428\pm 0,907$ (Min=1; Maks=5), “uyumluluk” ortalaması yüksek $3,605\pm 0,678$ (Min=1.3; Maks=4.9), “sorumluluk” ortalaması yüksek $3,492\pm 0,579$ (Min=2.2; Maks=5), “duygusal dengelilik” ortalaması orta $2,995\pm 0,710$ (Min=1; Maks=4.3), “zeka hayal gücü” ortalaması yüksek $3,645\pm 0,607$ (Min=2; Maks=4.8), olarak saptanmıştır.

Tablo 3. Sürekli Öfke ve Öfke Tarzları Puan Ortalamaları

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Sürekli Öfke	228	21,78	6,78	10,00	40,00
Kontrol Altına Alınmış Öfke	228	20,95	5,07	11,00	31,00
Dışa Vurulan Öfke	228	17,63	5,68	8,00	32,00
İçte Tutulan Öfke	228	19,92	4,13	11,00	29,00

Öğrencilerin “sürekli öfke” ortalaması $21,776\pm 6,777$ (Min=10; Maks=40), “kontrol altına alınmış öfke” ortalaması $20,947\pm 5,068$ (Min=11; Maks=31), “dışa

vurulan öfke” ortalaması 17,632±5,676 (Min=8; Maks=32), “içte tutulan öfke” ortalaması 19,921±4,128 (Min=11; Maks=29), olarak saptanmıştır.

Tablo 4. Depresyon Puan Ortalaması

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Depresyon	228	16,95	12,44	1,00	51,00

Öğrencilerin “depresyon” ortalaması 16,947±12,441 (Min=1; Maks=51) olarak saptanmıştır.

Tablo 5. Kişilik Özellikleri, Depresyon ve Öfke İfade Tarzları Arasında Spearman Korelasyon Analizi

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Dışadönüklük	1									
Uyumluluk	.11	1								
Sorumluluk	.08	.33**	1							
Duygusal Dengelilik	.25**	-.08	.02	1						
Zeka Hayal Gücü	.46**	.67**	.35**	-.19**	1					
Sürekli Öfke	.31**	-.51**	-.42**	-.20**	-.17*	1				
Kontrol Altına Alınmış Öfke	-.21**	.51**	.38**	.16*	.20**	-.72**	1			
Dışa Vurulan Öfke	.30**	-.47**	-.39**	-.20**	-.18**	.88**	-.69**	1		
İçte Tutulan Öfke	-.15*	.03	.09	-.27**	-.01	.04	.25**	-.02	1	
Depresyon	-.28**	.09	-.10	-.57**	-.01	.04	-.12	.04	.21**	1

Spearman Korelasyon; *<0,05; **<0,01

Dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal dengelilik, zeka hayal gücü, sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke, depresyon, arasında korelasyon analizleri incelendiğinde;

- Sorumluluk ile uyumluluk arasında $r=0.325$ pozitif ($p=0,000<0.05$),
- Duygusal dengelilik ile dışadönüklük arasında $r=0.254$ pozitif ($p=0,000<0.05$),
- Zeka hayal gücü ile dışadönüklük arasında $r=0.456$ pozitif ($p=0,000<0.05$),
- Zeka hayal gücü ile uyumluluk arasında $r=0.665$ pozitif ($p=0,000<0.05$),
- Zeka hayal gücü ile sorumluluk arasında $r=0.348$ pozitif ($p=0,000<0.05$),
- Zeka hayal gücü ile duygusal dengelilik arasında $r=-0.191$ negatif ($p=0,004<0.05$),
- Sürekli öfke ile dışadönüklük arasında $r=0.306$ pozitif ($p=0,000<0.05$),
- Sürekli öfke ile uyumluluk arasında $r=-0.509$ negatif ($p=0,000<0.05$),
- Sürekli öfke ile sorumluluk arasında $r=-0.421$ negatif ($p=0,000<0.05$),
- Sürekli öfke ile duygusal dengelilik arasında $r=-0.202$ negatif ($p=0,002<0.05$),
- Sürekli öfke ile zeka hayal gücü arasında $r=-0.168$ negatif ($p=0,011<0.05$),
- Kontrol altına alınmış öfke ile dışadönüklük arasında $r=-0.212$ negatif ($p=0,001<0.05$),
- Kontrol altına alınmış öfke ile uyumluluk arasında $r=0.508$ pozitif ($p=0,000<0.05$),
- Kontrol altına alınmış öfke ile sorumluluk arasında $r=0.383$ pozitif ($p=0,000<0.05$),
- Kontrol altına alınmış öfke ile duygusal dengelilik arasında $r=0.162$ pozitif ($p=0,014<0.05$),
- Kontrol altına alınmış öfke ile zeka hayal gücü arasında $r=0.198$ pozitif ($p=0,003<0.05$),
- Kontrol altına alınmış öfke ile sürekli öfke arasında $r=-0.716$ negatif ($p=0,000<0.05$),
- Dışa vurulan öfke ile dışadönüklük arasında $r=0.3$ pozitif ($p=0,000<0.05$),
- Dışa vurulan öfke ile uyumluluk arasında $r=-0.472$ negatif ($p=0,000<0.05$),
- Dışa vurulan öfke ile sorumluluk arasında $r=-0.386$ negatif ($p=0,000<0.05$),
- Dışa vurulan öfke ile duygusal dengelilik arasında $r=-0.203$ negatif ($p=0,002<0.05$),
- Dışa vurulan öfke ile zeka hayal gücü arasında $r=-0.18$ negatif ($p=0,006<0.05$),
- Dışa vurulan öfke ile sürekli öfke arasında $r=0.879$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

- Dışa vurulan öfke ile kontrol altına alınmış öfke arasında $r=-0.688$ negatif ($p=0,000<0.05$),
- İçte tutulan öfke ile dışadönüklük arasında $r=-0.151$ negatif ($p=0,023<0.05$),
- İçte tutulan öfke ile duygusal dengelilik arasında $r=-0.273$ negatif ($p=0,000<0.05$),
- İçte tutulan öfke ile kontrol altına alınmış öfke arasında $r=0.246$ pozitif ($p=0,000<0.05$),
- Depresyon ile dışadönüklük arasında $r=-0.277$ negatif ($p=0,000<0.05$),
- Depresyon ile duygusal dengelilik arasında $r=-0.573$ negatif ($p=0,000<0.05$),
- Depresyon ile içte tutulan öfke arasında $r=0.208$ pozitif ($p=0,002<0.05$) ilişki bulunmuştur.

Diğer değişkenler arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p>0.05$).

Tablo 6. Kişilik Özelliklerinin Sosyoekonomik Duruma Göre Farklaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p	Fark
Dışadönüklük	Düşük	18	3,38	1,48	12,13	0,007	3>2
	Orta	120	3,25	0,96			
	Orta-yüksek	66	3,71	0,64			
	Yüksek	24	3,59	0,47			
Uyumluluk	Düşük	18	3,42	0,88	14,79	0,002	3>2
	Orta	120	3,57	0,55			3>4
	Orta-yüksek	66	3,88	0,55			
	Yüksek	24	3,18	1,04			
Sorumluluk	Düşük	18	3,48	0,53	0,50	0,92	
	Orta	120	3,52	0,61			
	Orta-yüksek	66	3,43	0,46			
	Yüksek	24	3,56	0,74			
Duygusal Dengelilik	Düşük	18	2,83	0,87	4,48	0,21	
	Orta	120	2,90	0,73			
	Orta-yüksek	66	3,17	0,67			
	Yüksek	24	3,10	0,45			
Zeka Hayal Gücü	Düşük	18	3,65	0,58	24,40	0,00	3>2
	Orta	120	3,54	0,58			3>4
	Orta-yüksek	66	3,96	0,44			
	Yüksek	24	3,30	0,79			

Kruskall Wallis-H Testi

Öğrencilerin sosyoekonomik duruma göre dışadönüklük puanları anlamlı farklılık göstermektedir($\chi^2(3)=12,128$, $p=0,007<0.05$). Farkın nedeni; Sosyoekonomik durum orta-yüksek olanların dışadönüklük puanlarının ($\bar{x}=3,709$), sosyoekonomik durum orta olanların dışadönüklük puanlarından ($\bar{x}=3,248$) yüksek olmasıdır.

Öğrencilerin sosyoekonomik duruma göre uyumluluk puanları anlamlı farklılık göstermektedir($\chi^2(3)=14,786$, $p=0,002<0.05$). Farkın nedeni; Sosyoekonomik durum orta-yüksek olanların uyumluluk puanlarının ($\bar{x}=3,882$), sosyoekonomik durum orta olanların uyumluluk puanlarından ($\bar{x}=3,568$) yüksek olmasıdır. Sosyoekonomik durum

orta-yüksek olanların uyumluluk puanlarının ($\bar{x}=3,882$), sosyoekonomik durum yüksek olanların uyumluluk puanlarından ($\bar{x}=3,175$) yüksek olmasıdır.

Öğrencilerin sosyoekonomik duruma göre zeka hayal gücü puanları anlamlı farklılık göstermektedir($\chi^2(3)=24,402, p=0,000<0,05$). Farkın nedeni; Sosyoekonomik durum orta-yüksek olanların zeka hayal gücü puanlarının ($\bar{x}=3,955$), sosyoekonomik durum orta olanların zeka hayal gücü puanlarından ($\bar{x}=3,543$) yüksek olmasıdır. Sosyoekonomik durum orta-yüksek olanların zeka hayal gücü puanlarının ($\bar{x}=3,955$), sosyoekonomik durum yüksek olanların zeka hayal gücü puanlarından ($\bar{x}=3,300$) yüksek olmasıdır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin sorumluluk, duygusal dengelilik puanları ortalamalarının sosyoekonomik durum değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır($p>0,05$).

Tablo 7. Kişilik Özelliklerinin Yaşa Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p	Fark
Dışadönüklük	18-20	48	3,11	1,19	5,40	0,15	
	21-22	57	3,42	0,85			
	23-24	51	3,54	0,87			
	25	72	3,57	0,70			
Uyumluluk	18-20	48	3,49	0,82	8,63	0,04	4>1
	21-22	57	3,40	0,75			3>2
	23-24	51	3,72	0,60			4>2
	25	72	3,76	0,49			
Sorumluluk	18-20	48	3,35	0,48	3,86	0,28	
	21-22	57	3,45	0,60			
	23-24	51	3,57	0,54			
	25	72	3,57	0,63			
Duygusal Dengelilik	18-20	48	2,90	0,76	18,22	0,00	4>1
	21-22	57	2,90	0,81			4>2
	23-24	51	2,79	0,46			4>3
	25	72	3,28	0,67			
Zeka Hayal Gücü	18-20	48	3,43	0,63	16,12	0,001	3>1
	21-22	57	3,49	0,65			4>1
	23-24	51	3,83	0,54			3>2
	25	72	3,78	0,5			4>2

Kruskall Wallis-H Testi

Öğrencilerin yaşa göre uyumluluk puanları anlamlı farklılık göstermektedir($\chi^2(3)=8,632$, $p=0,035<0,05$). Farkın nedeni; Yaş 25 olanların uyumluluk puanlarının ($\bar{x}=3,763$), yaş 18-20 olanların uyumluluk puanlarından ($\bar{x}=3,494$) yüksek olmasıdır. Yaş 23-24 olanların uyumluluk puanlarının ($\bar{x}=3,718$), yaş 21-22 olanların uyumluluk puanlarından ($\bar{x}=3,400$) yüksek olmasıdır. Yaş 25 olanların uyumluluk puanlarının ($\bar{x}=3,763$), yaş 21-22 olanların uyumluluk puanlarından ($\bar{x}=3,400$) yüksek olmasıdır.

Öğrencilerin yaşa göre duygusal dengelilik puanları anlamlı farklılık göstermektedir ($\chi^2(3)=18,218, p=0,000<0.05$). Farkın nedeni; Yaş 25 olanların duygusal dengelilik puanlarının ($\bar{x}=3,279$), yaş 18-20 olanların duygusal dengelilik puanlarından ($\bar{x}=2,900$) yüksek olmasıdır. Yaş 25 olanların duygusal dengelilik puanlarının ($\bar{x}=3,279$), yaş 21-22 olanların duygusal dengelilik puanlarından ($\bar{x}=2,900$) yüksek olmasıdır. Yaş 25 olanların duygusal dengelilik puanlarının ($\bar{x}=3,279$), yaş 23-24 olanların duygusal dengelilik puanlarından ($\bar{x}=2,788$) yüksek olmasıdır.

Öğrencilerin yaşa göre zeka hayal gücü puanları anlamlı farklılık göstermektedir($\chi^2(3)=16,115, p=0,001<0.05$). Farkın nedeni; Yaş 23-24 olanların zeka hayal gücü puanlarının ($\bar{x}=3,829$), yaş 18-20 olanların zeka hayal gücü puanlarından ($\bar{x}=3,431$) yüksek olmasıdır. Yaş 25 olanların zeka hayal gücü puanlarının ($\bar{x}=3,779$), yaş 18-20 olanların zeka hayal gücü puanlarından ($\bar{x}=3,431$) yüksek olmasıdır. Yaş 23-24 olanların zeka hayal gücü puanlarının ($\bar{x}=3,829$), yaş 21-22 olanların zeka hayal gücü puanlarından ($\bar{x}=3,490$) yüksek olmasıdır. Yaş 25 olanların zeka hayal gücü puanlarının ($\bar{x}=3,779$), yaş 21-22 olanların zeka hayal gücü puanlarından ($\bar{x}=3,490$) yüksek olmasıdır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin dışadönüklük, sorumluluk puanları ortalamalarının yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 8. Öfke İfade Tarzlarının Sosyoekonomik Duruma Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p	Fark
Sürekli Öfke	Düşük	18	24,50	11,32	2,95	0,40	
	Orta	120	20,78	5,75			
	Orta-yüksek	66	22,27	6,06			
	Yüksek	24	23,38	8,36			
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Düşük	18	21,33	6,16	0,07	0,99	
	Orta	120	20,93	4,92			
	Orta-yüksek	66	20,77	5,07			
	Yüksek	24	21,25	5,23			
Dışa Vurulan Öfke	Düşük	18	19,67	8,23	6,58	0,09	
	Orta	120	16,98	5,51			
	Orta-yüksek	66	17,41	4,97			
	Yüksek	24	20,00	5,45			
İçte Tutulan Öfke	Düşük	18	21,83	3,63	12,55	0,01	1>3
	Orta	120	20,10	4,77			1>4
	Orta-yüksek	66	19,96	2,78			2>4
	Yüksek	24	17,50	3,11			3>4

Kruskall Wallis-H Testi

Öğrencilerin sosyoekonomik duruma göre içte tutulan öfke puanları anlamlı farklılık göstermektedir ($\chi^2(3)=12,545$, $p=0,006<0,05$). Farkın nedeni; Sosyoekonomik durum düşük olanların içte tutulan öfke puanlarının ($\bar{x}=21,833$), sosyoekonomik durum orta-yüksek olanların içte tutulan öfke puanlarından ($\bar{x}=19,955$) yüksek olmasıdır. Sosyoekonomik durum düşük olanların içte tutulan öfke puanlarının ($\bar{x}=21,833$), sosyoekonomik durum yüksek olanların içte tutulan öfke puanlarından ($\bar{x}=17,500$) yüksek olmasıdır. Sosyoekonomik durum orta olanların içte tutulan öfke puanlarının ($\bar{x}=20,100$), sosyoekonomik durum yüksek olanların içte tutulan öfke puanlarından ($\bar{x}=17,500$) yüksek olmasıdır. Sosyoekonomik durum orta-yüksek olanların içte tutulan öfke puanlarının ($\bar{x}=19,955$), sosyoekonomik durum yüksek olanların içte tutulan öfke puanlarından ($\bar{x}=17,500$) yüksek olmasıdır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke puanları ortalamalarının sosyoekonomik durum değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 9. Öfke İfade Tarzlarının Yaşa Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p	Fark
Sürekli Öfke	18-20	48	20,63	6,60	19,35	0,00	2>1
	21-22	57	25,16	7,95			2>3
	23-24	51	22,24	7,15			2>4
	25	72	19,54	4,12			
Kontrol Altına Alınmış Öfke	18-20	48	22,13	5,56	7,08	0,07	
	21-22	57	19,58	4,59			
	23-24	51	21,29	4,98			
	25	72	21,00	5,01			
Dışa Vurulan Öfke	18-20	48	16,81	6,48	25,56	0,00	2>1
	21-22	57	20,63	5,80			2>4
	23-24	51	18,35	6,07			3>4
	25	72	15,29	3,01			
İçte Tutulan Öfke	18-20	48	21,88	3,33	42,64	0,00	1>2
	21-22	57	19,79	4,25			1>4
	23-24	51	21,59	3,45			3>2
	25	72	17,54	3,77			2>4
							3>4

Kruskall Wallis-H Testi

Öğrencilerin yaşa göre sürekli öfke puanları anlamlı farklılık göstermektedir ($\chi^2(3)=19,349$, $p=0,000<0.05$). Farkın nedeni; Yaş 21-22 olanların sürekli öfke puanlarının ($\bar{x}=25,158$), yaş 18-20 olanların sürekli öfke puanlarından ($\bar{x}=20,625$) yüksek olmasıdır. Yaş 21-22 olanların sürekli öfke puanlarının ($\bar{x}=25,158$), yaş 23-24 olanların sürekli öfke puanlarından ($\bar{x}=22,235$) yüksek olmasıdır. Yaş 21-22

olanların sürekli öfke puanlarının ($\bar{x}=25,158$), yaş 25 olanların sürekli öfke puanlarından ($\bar{x}=19,542$) yüksek olmasıdır.

Öğrencilerin yaşa göre dışa vurulan öfke puanları anlamlı farklılık göstermektedir($\chi^2(3)=25,555, p=0,000<0.05$). Farkın nedeni; Yaş 21-22 olanların dışa vurulan öfke puanlarının ($\bar{x}=20,632$), yaş 18-20 olanların dışa vurulan öfke puanlarından ($\bar{x}=16,813$) yüksek olmasıdır. Yaş 21-22 olanların dışa vurulan öfke puanlarının ($\bar{x}=20,632$), yaş 25 olanların dışa vurulan öfke puanlarından ($\bar{x}=15,292$) yüksek olmasıdır. Yaş 23-24 olanların dışa vurulan öfke puanlarının ($\bar{x}=18,353$), yaş 25 olanların dışa vurulan öfke puanlarından ($\bar{x}=15,292$) yüksek olmasıdır.

Öğrencilerin yaşa göre içte tutulan öfke puanları anlamlı farklılık göstermektedir($\chi^2(3)=42,642, p=0,000<0.05$). Farkın nedeni; Yaş 18-20 olanların içte tutulan öfke puanlarının ($\bar{x}=21,875$), yaş 21-22 olanların içte tutulan öfke puanlarından ($\bar{x}=19,790$) yüksek olmasıdır. Yaş 18-20 olanların içte tutulan öfke puanlarının ($\bar{x}=21,875$), yaş 25 olanların içte tutulan öfke puanlarından ($\bar{x}=17,542$) yüksek olmasıdır. Yaş 23-24 olanların içte tutulan öfke puanlarının ($\bar{x}=21,588$), yaş 21-22 olanların içte tutulan öfke puanlarından ($\bar{x}=19,790$) yüksek olmasıdır. Yaş 21-22 olanların içte tutulan öfke puanlarının ($\bar{x}=19,790$), yaş 25 olanların içte tutulan öfke puanlarından ($\bar{x}=17,542$) yüksek olmasıdır. Yaş 23-24 olanların içte tutulan öfke puanlarının ($\bar{x}=21,588$), yaş 25 olanların içte tutulan öfke puanlarından ($\bar{x}=17,542$) yüksek olmasıdır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin kontrol altına alınmış öfke puanları ortalamalarının yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır($p>0.05$).

Tablo 10. Depresyon Puanlarının Sosyoekonomik Duruma Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p	Fark
Depresyon	Düşük	18	16,67	16,08	10,97	0,01	2>3
	Orta	120	19,35	12,64			2>4
	Orta-yüksek	66	13,77	10,45			
	Yüksek	24	13,88	11,49			

Kruskall Wallis-H Testi

Öğrencilerin sosyoekonomik duruma göre depresyon puanları anlamlı farklılık göstermektedir ($\chi^2(3)=10,973$, $p=0,012<0.05$). Farkın nedeni; Sosyoekonomik durum orta olanların depresyon puanlarının ($\bar{x}=19,350$), sosyoekonomik durum orta-yüksek olanların depresyon puanlarından ($\bar{x}=13,773$) yüksek olmasıdır. Sosyoekonomik durum orta olanların depresyon puanlarının ($\bar{x}=19,350$), sosyoekonomik durum yüksek olanların depresyon puanlarından ($\bar{x}=13,875$) yüksek olmasıdır.

Tablo 11. Depresyon Puanlarının Yaşa Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	KW	p	Fark
Depresyon	18-20	48	23,06	16,38	8,39	0,04	1>4
	21-22	57	16,79	14,15			
	23-24	51	16,47	9,41			
	25	72	13,33	7,63			

Kruskall Wallis-H Testi

Öğrencilerin yaşa göre depresyon puanları anlamlı farklılık göstermektedir ($\chi^2(3)=8,393$, $p=0,039<0.05$). Farkın nedeni; Yaş 18-20 olanların depresyon puanlarının ($\bar{x}=23,063$), yaş 25 olanların depresyon puanlarından ($\bar{x}=13,333$) yüksek olmasıdır.

Tablo 12. Kişilik Özelliklerinin Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	MW	p
Dışadönüklük	Kadın	114	3,43	0,83	6381,00	0,81
	Erkek	114	3,43	0,99		
Uyumluluk	Kadın	114	3,82	0,58	3955,50	0,00
	Erkek	114	3,39	0,71		
Sorumluluk	Kadın	114	3,49	0,64	6358,50	0,78
	Erkek	114	3,50	0,52		
Duygusal Dengelilik	Kadın	114	2,73	0,74	3348,00	0,00
	Erkek	114	3,26	0,57		
Zeka Hayal Gücü	Kadın	114	3,86	0,55	3703,50	0,00
	Erkek	114	3,43	0,59		

Man Whitney-U Testi

Öğrencilerin Cinsiyete Göre uyumluluk puanları anlamlı farklılık göstermektedir(Mann Whitney U=3955,500; $p=0,000<0,05$). Kadınların uyumluluk puanları ($x=3,821$), erkeklerin uyumluluk puanlarından ($x=3,390$) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin Cinsiyete Göre duygusal dengelilik puanları anlamlı farklılık göstermektedir(Mann Whitney U=3348,000; $p=0,000<0,05$). Kadınların duygusal dengelilik puanları ($x=2,726$), erkeklerin duygusal dengelilik puanlarından ($x=3,263$) düşük bulunmuştur.

Öğrencilerin Cinsiyete Göre zeka hayal gücü puanları anlamlı farklılık göstermektedir(Mann Whitney U=3703,500; $p=0,000<0,05$). Kadınların zeka hayal gücü puanları ($x=3,858$), erkeklerin zeka hayal gücü puanlarından ($x=3,432$) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin dışadönüklük, sorumluluk puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 13. Kişilik Özelliklerinin Psikiyatrik Hastalık Varlığına Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	MW	p
Dışadönüklük	Var	18	3,65	0,63	1669,50	0,41
	Yok	210	3,41	0,93		
Uyumluluk	Var	18	3,37	0,85	1588,50	0,26
	Yok	210	3,63	0,66		
Sorumluluk	Var	18	3,62	0,56	1629,00	0,33
	Yok	210	3,48	0,58		
Duygusal Dengelilik	Var	18	2,90	0,83	1642,50	0,36
	Yok	210	3,00	0,70		
Zeka Hayal Gücü	Var	18	3,65	0,78	1845,00	0,87
	Yok	210	3,64	0,59		

Man Whitney-U Testi

Öğrencilerin dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal dengelilik, zeka hayal gücü puanları psikiyatrik hastalık varlığı değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 14. Öfke İfade Tarzlarının Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	MW	p
Sürekli Öfke	Kadın	114	21,29	6,57	6057,00	0,38
	Erkek	114	22,26	6,98		
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Kadın	114	21,24	5,18	6012,00	0,33
	Erkek	114	20,66	4,97		
Dışa Vurulan Öfke	Kadın	114	17,13	5,49	5976,00	0,29
	Erkek	114	18,13	5,84		
İçte Tutulan Öfke	Kadın	114	19,87	3,70	6480,00	0,97
	Erkek	114	19,97	4,53		

Man Whitney-U Testi

Öğrencilerin sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 15. Öfke İfade Tarzlarının Psikiyatrik Hastalık Varlığına Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	MW	p
Sürekli Öfke	Var	18	22,00	8,79	1737,00	0,57
	Yok	210	21,76	6,60		
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Var	18	20,67	4,39	1822,50	0,80
	Yok	210	20,97	5,13		
Dışa Vurulan Öfke	Var	18	17,50	5,84	1800,00	0,74
	Yok	210	17,64	5,68		
İçte Tutulan Öfke	Var	18	20,83	4,18	1669,50	0,41
	Yok	210	19,84	4,13		

Man Whitney-U Testi

Öğrencilerin sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke puanları psikiyatrik hastalık varlığı değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 16. Depresyon Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	MW	p
Depresyon	Kadın	114	20,05	11,66	4320,00	0,00
	Erkek	114	13,84	12,47		

Man Whitney-U Testi

Öğrencilerin Cinsiyete Göre depresyon puanları anlamlı farklılık göstermektedir (Mann Whitney $U=4320,000$; $p=0,000<0,05$). Kadınların depresyon puanları ($x=20,053$), erkeklerin depresyon puanlarından ($x=13,842$) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 17. Depresyon Puanlarının Psikiyatrik Hastalık Varlığına Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	MW	p
Depresyon	Var	18	14,67	10,25	1705,50	0,49
	Yok	210	17,14	12,61		

Man Whitney-U Testi

Öğrencilerin depresyon puanları psikiyatrik hastalık varlığı değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

BÖLÜM 5. TARTIŞMA

Bu bölümde, araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin kişilik özellikleri, sürekli öfke ve öfke ifadeleri, depresyon arasındaki ilişkiler ve bazı demografik özelliklerine göre farklılaşma gösterip göstermediği ile ilgili bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.1. KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE ÖFKE İFADE BİÇİMLERİNİN TANIMLAYICI ÖZELLİKLERE İLİŞKİN TARTIŞILMASI

Bireyin düşünce biçimi, tutumları, değer yargıları; öfke, kaygı, düşmanlık, kin, sevgi, hoşgörü gibi duyguların kendine özgü yansımalarla ortaya çıkmasını etkilemektedir (Nelson ve Jones, 1982). Konu ile ilgili yapılan yerli ve yabancı çalışmalarda da uyumlu kişilik özelliklerinin olumsuz yaşantı ve depresyon yaşantılarıyla anlamlı ilişkiye sahip olduğu belirtilmektedir (Kaya ve Tosun, 2018; Otani et. all. 2012; Robins, Bagby, Rector, Lynch ve Kenn, 1997; Sato ve McCann 2000). Melanie Klein da bebeklerin “depresif evrede” sevdikleri nesneyi kaybetmemeye yönelik olarak bilinçdışında içsel olarak sahip oldukları öfkeyi yansıtmadıklarını ortaya koymuştur (Zabcı, 2018). Bebek sevgi nesnesi kaybetmemek adına öfkesini bastırmakta ve kendine döndürmektedir. Bu noktada öfkeyi kontrol edebilmek, bireyin ötekilerle olan ilişkilerinde ne derece sabırlı, soğukkanlı, hoşgörülü, yumuşak başlı davrandığı ayrıca ne ölçüde mantığa bürünme, bastırma, inkâr gibi savunmaları kullandığı ile ilgili olmaktadır (Baygöl, 1997). Buna göre öfke ifade biçimleri ve kişilik özelliklerinin birbirlerine göre farklılaşması araştırma bulgularını destekler niteliktedir.

Thomas (1989) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmasında kadın öğrencilerin içedönük ve öfkeyi dışa vurma düzeylerinin daha düşük; erkeklerin ise daha dışa dönük ve öfkeyi dışa vurma düzeylerinin yüksek olduğunu saptamıştır. Bu noktada kızların ödipal dönemde cezalandırılma korkusundan kaynaklı kişilik örüntülerinin pasif ve içe dönük olduğu söylenebilmektedir. Erkeklerin ise fallik dönemde erkeklerin penis/fallus önemi üzerinden yetiştirilmesi kaynaklı güçleriyle övüldüğü söylenebilmektedir (Freud, 1905). Cinsiyete göre öfke ifade biçimlerindeki farklılaşmalar bu araştırmadaki bulguları desteklememektedir.

Soysal ve arkadaşları (2009) üniversite öğrencilerinde dışadönüklük boyutuyla sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiyi incelemiş; dışa dönük kişilik özelliğine sahip üniversite öğrencileri ile sürekli öfke arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Araştırmada dışa dönük üniversite öğrencilerinin sürekli öfke ve dışa vurulan öfkesinin fazla, öfke kontrol düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur. Bu bulgular çalışmadaki sonuçları destekler niteliktedir. Ayrıca içte tutulan öfke ile dışadönüklük arasında ilişki bulunmadığı sonucuna varılmıştır. Geç ergenlik dönemine denk gelen üniversite, bireylerin kişiliğini bulmaya çalıştığı dönem olmaktadır. Bakış nesnesi olduğu bilen ve sevgi nesnesi kaybetmekten korkmayan sosyal çevresi geniş dışadönük öğrenciler öfkelerini bastırmamaktadır. Bu nokta çocuk kişilikten yetişkine henüz geçemediği, dürtülerini kontrol etme ve düşünceli kişilik özelliklerine sahip olmadığı söylenebilmektedir (Freud, 1905).

Özmen (2006) üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada başka biri tarafından incitilmiş bir bireyin, kendisini inciten bireyin davranışlarının arkasında bir kasıt olabileceğini düşünmesi ve inciten kişinin bu davranışın gerçekten kendisini incitmek amacıyla yaptığı sonucuna varması sonucunda öfke davranışı gösterdiğine işaret etmiştir. Bu çalışmada zeka ve hayal gücünün öfke İfadelerini etkilemediği sonucuna varılmıştır.

Duygusal tutarsızlık, kişiliğin öfke davranışı açısından önemli bir faktördür. Bu durum bulgularda da rahatça görülmektedir. Sürekli öfke, öfke iç, öfke dış boyutlarıyla olumlu; öfke kontrol boyutuyla olan olumsuz ilişkilerin bulunması bu durumu ortaya koyan bulgulardandır. Başka bir deyişle, hassas, duygusal, endişeli, gergin, savunmasız, fevri kişilik özelliklerine sahip ve duygusal tutarsızlıkta yüksek puan almış kişiler öfkeyi yoğun yaşamakta ve öfkelerini kontrol altına almakta zorlanmaktadırlar. Negatif duygusallık, kişilerin öfke ve gerginlik gibi daha negatif duygu durumu yaşama eğiliminin baskın olma hali olarak görülmektedir (Watson ve Clark, 1984). Negatif duygusallığı daha yüksek olan bireylerin gerginlik gibi negatif duyguları yaşama olasılığı daha yüksek olacaktır (Walker ve ark., 2014). Duygusal tutarsızlık, beş faktör kuramında bir çok araştırmacı (Costa ve McCrae, 1988; Digman, 1990; Goldberg, 1990; McCrae ve

Costa, 1986; McCrae ve ark., 1986; Noller ve ark., 1987; Peabody ve Goldberg, 1989) tarafından nevroitiklik olarak da anılmıştır. Bu araştırmada duygusal dengenin sürekli öfke, dışa vurulan öfke ve içte tutulan öfkeyi azalttığı, kontrol altına alınmış öfkeyi arttırdığı saptanmıştır. Bu sonuçlar ilgili çalışmaları destekler niteliktedir.

Ramirez ve Andreu (2005) başkalarına karşı olumsuz duygular içeren düşmanlığın öfkenin yordayıcısı olduğunu savunmaktadır. Samimiyet, anlama ve paylaşmanın yaşandığı bireylerde daha az öfkenin yaşanması beklenebilir. Burcu (2011) yaptığı araştırmada nörotizm, dışa vurum, uyumluluk ve deneyime açıklığı öfkenin öngörücü kişilik özellikleri olarak bulmuştur. Ayrıca yüksek nevroitiklik, dışa dönüklük, düşük uyumluluk ve deneyime açıklık, daha fazla öfke duygusuyla ilişkili olduğunu belirlemiştir. Bu araştırmada elde edilen dışadönüklük ve uyumluluğun öfke üzerinde belirleyici etkisi bu çalışmaları desteklemektedir.

Psikanalitik kurama göre bireyin kişilik gelişiminde erken çocukluk yaşantılarının önemli bir belirleyici olarak kabul edilmiştir. Gelişimsel dönemler içerisinde yaşanan deneyim ve travmaların bireylerin yetişkinlik kişiliği oluşturduğu vurgulanmıştır. Bu durumun bireylerin geliştirdiği davranışlar üzerinde de önemli bir etkisinin olduğu vurgulanmıştır. Erken çocukluk döneminden sonra yaşanacak durum ve olaylar değişim göstese bile bu yaşlarda kazanılan algılama ve tepki gösterme biçimlerinin değişiminin zor olacağı belirtilmiştir (Klein, 1928; Freud, 1905, Ericson 1963; Gerrig ve Zimbardo, 2012). Bu çerçevede araştırma sonuçlarında bireylerin ortaya koydukları öfke biçimleri ve davranışlarında çocukluk yıllarında geçirdikleri yaşantıların etkili olduğu ve bu etkinin daha sonraki dönemlerde de kalıcılığını koruduğu söylenebilmektedir. Kişilik özelliğine göre üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri gösterdikleri öfke ifadeleri bireylerin geçmiş deneyim ve yaşantılarında kazandıkları özelliklerin üniversite yaşantılarından etkilenmeyerek kalıcılığını koruduğu biçiminde yorumlanabilmektedir.

5.2. KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE DEPRESİF BELİRTİLERE İLİŞKİN TARTIŞMA

Kişilik özellikleri, depresyon için koruyucu etken olabileceği gibi, risk de oluşturabilmektedir. Kişilerarası ilişkilerde zorluk yaratan, nevroitiklik, bağımlılık,

obsesiflik, içe dönüklük, güvensizlik, çekingenlik, endişe, karamsarlık gibi kişilik özelliklerinin depresyon gelişmesinde daha çok rol oynadığı bilinmektedir (Akiskal, 1992). Nevrotik eğilim ile depresyon arasında olumlu; dışadönük ile olumsuz ilişkilerin ortaya konulduğu araştırmalar bulunmaktadır (Ünal ve Özcan, 2000; Kendler ve ark; 2006). Dışadönük bireyler; sosyal, şefkatli ve eğlenceyi seven özellikler taşımaktadır (Burger, 2006). Bu araştırmada dışa dönüklüğün depresyon üzerinde etkili olmadığı sonucuna varılmıştır.

Nevrotikliğin başlıca özellikleri, endişe, öfke, düşmanca tutumlar, depresif belirtiler, dürtüsellik ve savunmasızlık olarak görülmektedir (Chamorro-Premuzic, 2008; McCrae ve Costa, 1987). Deniz ve Sümer (2010) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan bir araştırmada öz-anlayış düzeyi yüksek olan öğrencilerin depresyon seviyeleri anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur. Bu araştırmada uyumluluğun depresyonu arttırdığı saptanmıştır. Bununla birlikte duygu düzenleme becerisinin kişiler arası farklılıklar, duygusal problemler ve aynı zamanda başlangıç seviyesindeki depresyonla başarılı bir biçimde baş etme olanağı sağlayabilmektedir. Psikanalitik kuram da bastırılmış duygular ve öfkenin depresif belirtilerin artmasına yol açtığını ortaya koymuştur (Nolen ve Hoeksema 1998; Koç, 2008). Bundan dolayı depresyon ve kişiliğin duygu stilleri üzerinde önemli etkisinin olması, kuramsal temellerle örtüşmektedir.

Kesen (2014) de üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik özellikleri ve depresyon düzeylerinin ilişkisini incelediği çalışmasının sonucunda beş faktör kişilik özelliklerinin depresyonu anlamlı düzeyde ilişkilerin olduğu saptanmıştır. Depresyon ile dengesizlik/nevrotizm puanları arasında negatif; dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşakbaşlılık ve sorumluluk alt boyutları ile arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişkiler olduğu bulunmuştur. Berbercuma (2019) da üniversite öğrencilerinde kişilik özellikleri ve depresyon arasındaki ilişki incelemiştir. Araştırma sonucunda depresyon ile yumuşak başlılık, duygusal dengelilik ve sorumluluk kişilik özellikleri arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Bu araştırmada duygusal dengeliliğin depresyonun negatif yönde anlamlı bir ilişkisinin olduğu ve sorumluluk ile depresyon arasında ilişki olmadığı sonucuna varılmıştır. Ayrıca uyumluluğun depresyonu arttırdığı belirlenmiştir. Yakın zamanda yapılan bu çalışma ile elde edilen bulgulardan uyumluluk ve duygusal dengenin depresyon ile ilişkili olduğu sonucunun örtüştüğü görülmektedir. Bireyler bilinçdışında

sahip olduğu öfke ve saldırganlık davranışını bastırđı ve nesne kaybından koruma kaynaklı depresyon yaşamaktadır (Klein, 1999). Başka bir çalışmada da üniversite öğrencilerinin duygusal dengesizlik düzeyinin bireyin depresyonunu yordadığı ortaya konulmuştur (Tatlılıoğlu, 2014). Bulgularımızı destekler biçimde Klein, kişiliği “iyi” ve “kötü” olarak bölünen bireylerin hayatı sadece iyi ya da kötü olarak alması kaynaklı daha depresif olabildiğini ortaya koymaktadır (Klein, 1975). Bu sebepten dolayı duygusal dengeli olan bireyler öfkelerini daha kolay dengeleyebilmektedir. Bu noktada öfkesini içte yaşayan ve bastıran uyumlu kişiler daha çabuk depresyona girmektedir denilebilir.

5.3. ÖFKE İFADE BİÇİMLERİ VE DEPRESİF BELİRTİLERE İLİŞKİN TARTIŞMA

Literatüre bakıldığında depresyonda öfke ifade tarzı ve yapılanmaları üzerine yapılan çalışmaların özellikle öfke-içte ifade tarzının daha çok gözlendiğini bildiren yayınlar bulunmaktadır (Riley ve ark. 1989). Buna ek olarak depresyon hastalarının daha öfkeli ve öfkelerini daha az kontrol edebilen bireyler olduğunu da ortaya konulmaktadır (Güleç ve ark.,2005). Araştırma bulgularımız da benzer biçimde depresyon ile içte tutulan öfke arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Köksal ve Gençdoğan (2007) çalışmalarında, depresyonu olan üniversite öğrencilerinin olmayanlara oranla sürekli öfke ve öfkeyi içte tutma, bastırma ile dışa yansıtma ifade tarzlarının daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Buna ek olarak bu sonuçların cinsiyetler arasında fark göstermediği belirtilmiştir. Depresif belirtiler gösteren üniversite öğrencilerinin cinsiyetler arası değişen ifade tarzlarını yansıtmadığı ve öfke için depresyonun öncül yordayıcısı olabileceği söylenebilmektedir. Buna ek olarak bu veriler üzerinden çalışmacılar öfke kontrolü eğitimi ile depresif hastaların öfke düzeylerini ortaya koyan çalışmalar başlamıştır.

Asberg (2013) ünversite öğrencilerinin içte tuttıkları öfkenin depresyona yol açtığını ortaya koymuştur. Bununla birlikte üniversite öğrencilerinde duygu düzenlemede başarısız olmaları kaynaklı sürekli öfkenin yoğun görüldüğü ve öfkenin içselleştirildiğinde daha fazla depresif belirtiler gösterildiği ortaya konulmuştur. Aynı yıllarda çalışma yapan Pedrelli ve arkadaşları (2013) üniversite öğrencilerinin öfkeyi dışa yansıtma düzeyleri ile depresyon arasında negatif; öfkeyi hafif düzeyde dışa

yansıtma ile negatif ilişkilerin olduğunu ortaya koymuştur. Bununla birlikte sürekli öfke düzeyinin kadın ve erkeklerdeki depresif belirtileri yordamadığı belirtilmiştir. Psikanalitik kuram, bastırılan öfke duygusunun depresyona neden olabileceğini savunmaktadır (Koç, 2008). Freud sevgi nesnesine yönelik duyulan öfke ve şiddetin kendine yöneltildiği ve “engellenmiş öfkenin depresyon patolojisinde merkezi bir güç” olduğunu savunmuştur (Freud, 1917, s.60). Birey sevgi nesnesine yönelik bilinç dışında sahip olduğu öfke duygusundan kaynaklı suçluluk ve çatışma yaşamaktadır. Buna paralel biçimde de nesne kaybı sonunda bu olumsuz duygularla başa çıkamayarak depresyona girmekte ve öfke içte davranışları göstermektedir. Bununla birlikte birey ambivalan duygular arasında diğerlerini “kötü” nesne olarak konumladığında depresyon ve suçluluk hissetmektedir. Sevilen nesneye duyulan haset ve narsistik zedelenmeyle birlikte bireyde öfke ve saldırgan davranışlar görülmektedir (Klein, 1999). Bununla birlikte çocuk öfkeyi dışta yaşadığında sevilen nesneyi kaybedeceği için öfkeyi içe yansıtarak depresyona girmektedir. Psikanalitik çerçevede bakıldığında öfkeyi içte tutma ve yansıtmanın depresyona yol açacağı söylenebilmektedir. Bununla birlikte depresif bireylerin öfkeyi dışla yansıttığında nesne kaybından korktuğu ve depresyonu tetikleneceği için öfkeyi içe yansıttığı söylenebilmektedir.

BÖLÜM 6. SONUÇ

Tüm canlılar içerisinde insan, akıl, düşünme ve karar yeteneği ile kompleks bir varlık olarak tanımlanmaktadır. Bu durum bireyin diğer canlılardan ayrılmasına ve farklı bir konuma sahip olmasına yol açmaktadır. Fakat tüm bu karmaşık sistemlere sahip olmasına rağmen insanoğlu kuvvetli duygular ve duygusal etmenlerin de etkisi altında olmaktadır. Buna noktada bireyin sahip olduğu kişilik özellikleri ve örüntüleri de duygu eğilimlerinde etkili bir rol oynamaktadır (Baysal, 1996).

Ergenlik dönemi bireyin kişilik oluşumu ve kişiliğini ortaya koymada “kritik” bir evre olmaktadır. Geç ergenlik dönemini içine alan üniversite öğrencilerini fizyolojik değişikliklerin yanı sıra, psikolojik ve toplumsal değişiklikler de zorlamaktadır. Üniversite öğrencilerinin ergenlikten yetişkinliğe geçiş döneminde yeni birtakım toplumsal, akademik, ekonomik, bireysel görev ve sorumluluklar ile karşı karşı kalmakta bu yaşantılar da bireyde olumsuz duygulara yol açarak stres oluşturmaktadır (Orvin, 1997). Bu zorluklar karşısında birey sahip olduğu özelliklere göre farklı tepkiler vermekte ve psikolojik sorunlar yaşamaktadır. Bu noktada ergenlerin kişilik özellikleri gelişim dönemlerinden farklı olarak psikolojik sorun ve davranışlar üzerinde daha etkili olmakta ve zeminde yatan nedenlere ışık tutmaktadır.

Üniversite öğrencileri karşılaştıkları sorun ve zorluklar karşısında stres ile birlikte kişilik özelliklerine bağlı olarak defresif belirtiler de gösterebilmektedir. Bunun yanı sıra bazı öğrenciler ise öfke gösterebilmektedir. Bu noktada öğrencilerin depresif belirtiler ile öfke ifade biçimleri kişilik özellikleri doğrultusunda biçimlenmektedir. Kişilik olarak içedönük, bağımlı ve nevrotik öğrenciler daha fazla depresif belirtileri ve öfkeyi içe yansıtma gösterebilmektedir. Bununla birlikte dışadönük kişilik özelliği gösterenler ise daha az depresyon gösterirken öfkeyi daha olumsuz biçimde ifade ederek öfkesini dışa yansıtabilmektedir.

Araştırma bulgularımız sonucunda üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ile depresif belirtiler ve öfke ifade biçimleri arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak üniversite dönemi öğrencilerin karşılaştıkları sorunlar ve zorluklarla birlikte

birçok olumsuzluğa yol açabilmektedir. Bireyden bireye farklılık gösteren olumlulukla karşı verilen tepkiler de bireyin özelliklerini ve davranışlarını ortaya koymaya yardımcı olmaktadır.

6.1. ÖZET

Araştırmada üniversite öğrencilerin kişilik özellikleri ile depresyon ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiyi belirlemek amaçlanmaktadır.

Tanımlayıcı olarak tasarlanan araştırmada 228 öğrenciye ulaşılarak anket uygulanmıştır. Veriler araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu, Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği (BFI), Beck Depresyon Envanteri (BDE) ve Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ) kullanılarak survey yöntemiyle elde edilmiştir. Araştırmada elde edilen veriler istatistik programı ile analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemler olarak sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Bağımsız İki grup arasındaki niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Mann Whitney-U testi , ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında ise Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Araştırmanın sürekli değişkenleri arasında Sperman korelasyon analizi uygulanmıştır.

Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda kişilik özellikleri ve öfke ifade biçimleri arasında yapılan korelasyon analizi sonucunda sürekli öfke ile dışadönüklük arasında pozitif, sürekli öfke ile uyumluluk arasında negatif, sürekli öfke ile sorumluluk arasında negatif, sürekli öfke ile duygusal dengelilik arasında negatif, sürekli öfke ile zeka hayal gücü arasında negatif, kontrol altına alınmış öfke ile dışadönüklük arasında negatif, kontrol altına alınmış öfke ile uyumluluk arasında pozitif, kontrol altına alınmış öfke ile sorumluluk arasında pozitif, kontrol altına alınmış öfke ile duygusal dengelilik arasında pozitif, kontrol altına alınmış öfke ile zeka hayal gücü arasında pozitif, dışa vurulan öfke ile dışadönüklük arasında pozitif, dışa vurulan öfke ile uyumluluk arasında negatif, dışa vurulan öfke ile sorumluluk arasında negatif, dışa vurulan öfke ile duygusal dengelilik arasında negatif, dışa vurulan öfke ile zeka hayal gücü arasında negatif, içte tutulan öfke ile dışadönüklük arasında negatif, içte

tutulan öfke ile duygusal dengelilik arasında negatif, içte tutulan öfke ile kontrol altına alınmış öfke arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda kişilik özellikleri ve depresif belirtiler arasında yapılan korelasyon analizi sonucunda depresyon ile dışadönüklük arasında negatif, depresyon ile duygusal dengelilik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Araştırmada depresif belirtiler ve öfke ifade biçimleri arasında ise depresyon ile içte tutulan öfke arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur

6.2. YARGI

Bu araştırmada üniversite öğrencisi olan bireylerin kişilik özellikleri, öfke ifade tarzları ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Araştırmanın değişkenleri arasında bulunan kişilik özellikleri cinsiyet, yaş ve sosyoekonomik durum açısından farklılıklar göstermektedir. Kadınların uyumluluk ve zeka hayal gücü puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu erkeklerin ise duygusal dengelilik puanlarının kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Yine kişilik özelliklerinin yaşa göre anlamlı farklılıklar gösterdiğine 25 yaş grubunun uyumluluk, duygusal dengelilik ve zeka hayal gücü puanlarının diğer gruplara göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Sosyo ekonomik durumun da orta yüksek olanların diğer gruplara göre zeka hayal gücü ve uyumluluk puanlarının diğer gruplara göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Öfke ifade biçimlerinin yapılan araştırmaya göre sosyo ekonomik durum ve yaşa göre anlamlı farklılıklar gösterdiği bulunarak 20-21 yaş grubunun sürekli öfke, dışa vurulan öfke ve içte tutulan öfke puanlarının diğer yaş gruplarına göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Sosyo ekonomik durumu düşük olan grubun orta olan gruptan içte tutulan öfke puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Depresif belirtilerin sosyo ekonomik duruma ve yaşa göre anlamlı farklılıklar gösterdiği görülerek sosyo ekonomik durumu orta olanların depresyon puanlarının diğer

gruplara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Depresyon puanları 18-20 yaş grubunun diğer gruplara göre daha yüksek olduğu da bulunmuştur.

Bu araştırmanın en önemli sonuçlarından biri de öfke ve depresyon ilişkisinde içe tutulan öfke ve depresyon arasında güçlü ilişki olmuştur. Bu bağlamda gelecek araştırmalarda daha detaylı analizler yapılabilir.

6.3. ÖNERİLER

Araştırmada elde edilen bulgular ve sonuçları doğrultusunda;

1. Devlet ve özel şirketlerde çalışan bireylerin kişilik özellikleri ve bunları etkileyen etmenleri ortaya koymak amacı ile çoklu yaş grupları grupları ve daha geniş örneklem ile çeşitli araştırmalar yapılması;

2. Üniversite öğrencilerinde kişilik özellikleri, öfke ve depresyon düzeylerini belirlemeye yönelik çalışmaların artırılması;

3. Kişilik özelliklerinin depresyon ve öfkeye yol açan etmenleri düşünülerek performans ve kişiler arası ilişkilerinde önemli bir etki yaratması kaynaklı, kişilik özelliklerine yönelik farkındalığın artırılması için üniversite öğrencilerine kişilik özelliklerine yönelik eğitimlerin verilmesi,

4. Bireylerin öfkeye yol açan etmenlerin farkındalığını sağlamak ve öfke yönetimini ile denetimini sağlamak için okullarda çeşitli eğitimlerin verilmesi,

5. Ergenlik döneminde çeşitli etkenlere bağlı olarak ortaya çıkan stres yaratıcı etmenlerin azaltılması önerilmektedir.

EK'LER

EK-1 BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

LÜTFEN BU DÖKÜMANI DİKKATLİCE OKUMAK İÇİN ZAMAN AYIRINIZ

Sizi Yrd. Doç. Dr. Nevzat UÇTUM MUHTAR danışmanlığında Maltepe Üniversitesi Klinik Psikoloji bölümü yüksek lisans öğrencisi Evrim TÜRKMEN tarafından yürütülen “ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN DEPRESİF BELİRTİLER VE ÖFKE İFADE BİÇİMLERİ ÜZERİNE ETKİSİ” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz bize sorunuz.

Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan çıkma hakkında sahipsiniz. Çalışmayı yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz biçimde yorumlanacaktır. Size verilen formlardaki soruları yanıtlarken kimsenin baskısı veya telkini altında olmayın. Bu formlardan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır.

1. Araştırmayla İlgili Bilgiler:

- a. Araştırmanın Amacı: Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde kişilik özelliklerinin depresif belirtiler ve öfke ifade biçimleri üzerine etkisini incelemektir.
- b. Araştırmanın İçeriği: Araştırma çoktan seçmeli sorulardan oluşup yaklaşık 20 dakika sürecektir.
- c. Araştırmanın Nedeni: Bilimsel araştırma x Tez çalışması

2. Çalışmaya Katılım Onayı:

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya/gönüllüye verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları tamamen anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı tarafından yapıldı, soru sorma ve tartışma imkanı buldum ve tatmin edici yanıtlar aldım. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Bu çalışmayı istediğim zaman ve herhangi bir neden belirtmek zorunda kalmadan bırakabileceğimi ve bıraktığım takdirde herhangi bir olumsuzluk ile karşılaşmayacağımı anladım.

Katılımcının imzası:



EK-2 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın Katılımcı,

Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Yüksek Lisans Programında yürüttüğüm tez çalışmam için araştırma yapmaktayım. Aşağıda sunulan her bir ölçeği yanıtlamaya geçmeden önce ölçek başlarında sunulan açıklamaları dikkatle okuyunuz. Aşağıdaki her bir soruyu dikkatlice okuyarak kendiniz için uygun olan parantezin içerisine (X) işareti koyunuz ve boş olan yerlere uygun olan cevapları yazınız. Lütfen ölçeklerdeki her cümleyi cevapladığınızdan emin olunuz. Aşağıdaki ankette yer alan soruların hepsini cevaplamanız bu araştırmanın sonuçları açısından önem taşımaktadır.

Araştırmamız açısından gizlilik ilkesi gereği anket formları üzerine ad ve soyadı yazılması gerekmemektedir. Vereceğiniz yanıtlar sadece araştırmacı tarafından bilimsel veri amacıyla kullanılacaktır.

Katılımınız için teşekkür ederim.

1. Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()
2. Yaşınız:
3. Sosyoekonomik Durum: Düşük () Orta () Orta-Yüksek () Yüksek ()
4. Psikiyatrik Hastalık Varlığı: Var () Yok ()

EK-3 BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ ÖLÇEĞİ

Bu anket, insanların yaşama ilişkin bazı düşüncelerini belirlemeyi amaçlamaktadır. Sizden, bu maddelerde yansıtılan düşüncelere ne ölçüde katıldığınızı ifade etmeniz istenmektedir. Bunun için, her maddeyi dikkatle okuyunuz ve o maddede ifade edilen düşüncenin sizin düşüncelerinize uygunluk derecesini belirten kutucuğa bir (X) işareti koyunuz.

	Hiç Uygun Değil	Pek Uygun Değil	Oldukça	Tamamen	Uygun
1. İnsanın yaşamındaki mutsuzlukların çoğu, biraz da şanssızlığına bağlıdır.					
2. İnsan ne yaparsa yapsın üşütüp hasta olmasının önüne geçemez.					
3. Bir şeyin olacağı varsa eninde sonunda mutlaka olur.					
4. İnsan ne kadar çabalarsa çabalasın, ne yazık ki değeri genellikle anlaşılmaz.					
5. İnsanlar savaşları önlemek için ne kadar çaba gösterirlerse gösterebilirler, savaşlar daima olacaktır.					
6. Bazı insanlar doğuştan şanslıdır.					
7. İnsan ilerlemek için güç sahibi kişilerin gönlünü hoş tutmak zorundadır.					
8. İnsan ne yaparsa yapsın, hiçbir şey istediği gibi sonuçlanmaz.					
9. Birçok insan, rastlantıların yaşamlarını ne					

derece etkilediğinin farkında değildir.					
10. Bir insanın halen ciddi bir hastalığa yakalanmamış olması sadece bir şans meselesidir.					
11. Dört yapraklı yonca bulmak insana şans getirir.					
12. İnsanın burcu hangi hastalıklara daha yatkın olacağını belirler.					
13. Bir sonucu elde etmede insanın neleri bildiği değil, kimleri tanıdığı önemlidir.					
14. İnsanın bir günü iyi başladıysa iyi; kötü başladıysa da kötü gider.					
15. Başarılı olmak çok çalışmaya bağlıdır; şansın bunda payı ya hiç yoktur ya da çok azdır.					
16. Aslında şans diye bir şey yoktur.					
17. Hastalıklar çoğunlukla insanların dikkatsizliklerinden kaynaklanır.					
18. Talihsizlik olarak nitelenen durumların çoğu, yetenek eksikliğinin, ihmalin, tembelliğin ve benzeri nedenlerin sonucudur.					
19. İnsan, yaşamında olabilecek şeyleri kendi kontrolü altında tutabilir.					
20. Çoğu durumda yazı-tura atarak da isabetli kararlar verilebilir.					
21. İnsanın ne yapacağı konusunda kararlı olması, kadere güvenmesinden daima iyidir.					
22. İnsan fazla bir çaba harcamasa da karşılaştığı sorunlar kendiliğinden çözülür.					

23. Çok uzun vadeli planlar yapmak her zaman akıllıca olmayabilir, çünkü birçok şey zaten iyi ya da kötü şansa bağlıdır.					
24. Birçok hastalık insanı yakalar ve bunu önlemek mümkün değildir.					
25. İnsan ne yaparsa yapsın, olabilecek kötü şeylerin önüne geçemez.					
26. İnsanın istediğini elde etmesinin talihle bir ilgisi yoktur.					
27. İnsan kendisini ilgilendiren birçok konuda kendi başına doğru kararlar alabilir.					
28. Bir insanın başına gelenler, temelde kendi yaptıklarının sonucudur.					
29. Halk yeterli çabayı gösterse siyasal yolsuzlukları ortadan kaldırabilir.					
30. Şans ya da talih hayatta önemli bir rol oynamaz.					
31. Sağlıklı olup olmamayı belirleyen esas şey insanların kendi yaptıkları ve alışkanlıklarıdır.					
32. İnsan kendi yaşamına temelde kendisi yön verir.					
33. İnsanların talihsizlikleri yaptıkları hataların sonucudur.					
34. İnsanlarla yakın ilişkiler kurmak, tesadüflere değil, çaba göstermeye bağlıdır.					
35. İnsanın hastalanacağı varsa hastalanır; bunu önlemek mümkün değildir.					
36. İnsan bugün yaptıklarıyla gelecekte					

olabilecekleri değiştirebilir					
37. Kazalar, doğrudan doğruya hataların sonucudur.					
38. Bu dünya gc sahibi birkaç kişi tarafından yönetilmektedir ve sade vatandaşın bu konuda yapabileceği fazla bir Şey yoktur.					
39. İnsanın dini inancının olması, hayatta karşılaşacağı birçok zorluğu daha kolay aşmasına yardım eder.					
40. Bir insan istediği kadar akıllı olsun, bir içe başladığında Őansı yaver gitmezse başarılı olamaz.					
41. İnsan kendine iyi baktığı sürece hastalıklardan kaçınabilir.					
42. Kaderin insan yaşamı üzerinde çok büyük bir rolü vardır.					
43. Kararlılık bir insanın istediği sonuçları almasında en önemli etkendir.					
44. İnsanlara doğru Şeyi yaptırarak bir yetenek işidir; Şansın bunda payı ya hiç yoktur ya da çok azdır.					
45. İnsan kendi kilosunu, yiyeceklerini ayarlayarak kontrolü altında tutabilir.					
46. İnsanın yaşamının alacağı yn, çevresindeki gc sahibi kişiler belirler.					
47. Büyük ideallere ancak çalışıp çabalayarak ulaşılabilir.					

EK-4 BECK DEPRESYON ENVANTERİ (BDE)

Sayın katılımcı aşağıda gruplar halinde cümleler verilmektedir. Öncelikle her gruptaki cümleleri dikkatle okuyarak, BUGÜN DÂHİL GEÇEN HAFTA içinde kendinizi nasıl hissettiğini en iyi anlatan cümleyi seçiniz. Eğer bir grupta durumunuzu, duygularınızı tarif eden birden fazla cümle varsa her birini daire içine alarak işaretleyiniz.

Soruları vereceğiniz samimi ve dürüst cevaplar araştırmanın bilimsel niteliği açısından son derece önemlidir. Bilimsel katkı ve yardımlarınız için sonsuz teşekkürler.

- 1- 0. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum.
 1. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.
 2. Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.
 3. O kadar üzüntülü ve sıkıntılıyım ki artık dayanamıyorum.
- 2- 0. Gelecek hakkında mutsuz ve karamsar değilim.

1. Gelecek hakkında karamsarım.
 2. Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.
 3. Geleceğim hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.
- 3- 0. Kendimi başarısız bir insan olarak görmüyorum.
1. Çevremdeki birçok kişiden daha çok başarısızlıklarım olmuş gibi hissediyorum.
 2. Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.
 3. Kendimi tümüyle başarısız biri olarak görüyorum.
- 4- 0. Birçok şeyden eskisi kadar zevk alıyorum.
1. Eskiden olduğu gibi her şeyden hoşlanmıyorum.
 2. Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.
 3. Her şeyden sıkılıyorum.
- 5- 0. Kendimi herhangi bir şekilde suçlu hissetmiyorum.
1. Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.
 2. Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.
 3. Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.
- 6- 0. Bana cezalandırılmışım gibi geliyor.
1. Cezalandırılabilceğimi hissediyorum.
 2. Cezalandırılmayı bekliyorum.
 3. Cezalandırıldığımı hissediyorum.
- 7- 0. Kendimden memnunum.
1. Kendi kendimden pek memnun değilim.
 2. Kendime çok kızıyorum.
 3. Kendimden nefret ediyorum.
- 8- 0. Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.

1. Zayıf yanların veya hatalarım için kendi kendimi eleştiririm.
 2. Hatalarımdan dolayı ve her zaman kendimi kabahatli bulurum.
 3. Her aksilik karşısında kendimi hatalı bulurum.
- 9-** 0. Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.
1. Zaman zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm olur. Fakat yapmıyorum.
 2. Kendimi öldürmek isterdim.
 3. Fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm.
- 10-** 0. Her zamankinden fazla içimden ağlamak gelmiyor.
1. Zaman zaman içinden ağlamak geliyor.
 2. Çoğu zaman ağlıyorum.
 3. Eskiden ağlayabilirdim şimdi istesem de ağlayamıyorum.
- 11-** 0. Şimdi her zaman olduğumdan daha sinirli değilim.
1. Eskisine kıyasla daha kolay kızıyor ya da sinirleniyorum.
 2. Şimdi hep sinirliyim.
 3. Bir zamanlar beni sinirlendiren şeyler şimdi hiç sinirlendirmiyor.
- 12-** 0. Başkaları ile görüşmek, konuşmak isteğimi kaybetmedim.
1. Başkaları ile eskiden daha az konuşmak, görüşmek istiyorum.
 2. Başkaları ile konuşma ve görüşme isteğimi kaybetmedim.
 3. Hiç kimseyle konuşmak görüşmek istemiyorum.
- 13-** 0. Eskiden olduğu gibi kolay karar verebiliyorum.
1. Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.
 2. Karar verirken eskisine kıyasla çok güçlük çekiyorum.
 3. Artık hiç karar veremiyorum.
- 14-** 0. Aynada kendime baktığımda değişiklik görmüyorum.
1. Daha yaşlanmış ve çirkinleşmişim gibi geliyor.

2. Görünüşümün çok değiştiğini ve çirkinleştiğimi hissediyorum.
 3. Kendimi çok çirkin buluyorum.
- 15- 0.** Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.
1. Bir şeyler yapabilmek için gayret göstermem gerekiyor.
 2. Herhangi bir şeyi yapabilmek için kendimi çok zorlamam gerekiyor.
 3. Hiçbir şey yapamıyorum.
- 16- 0.** Her zamanki gibi iyi uyuyabiliyorum.
1. Eskiden olduğu gibi iyi uyuyamıyorum.
 2. Her zamankinden 1-2 saat daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.
 3. Her zamankinden çok daha erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum.
- 17- 0.** Her zamankinden daha çabuk yorulmuyorum.
1. Her zamankinden daha çabuk yoruluyorum.
 2. Yaptığım her şey beni yoruyor.
 3. Kendimi hemen hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun hissediyorum.
- 18- 0.** İştahım her zamanki gibi.
1. İştahım her zamanki kadar iyi değil.
 2. İştahım çok azaldı.
 3. Artık hiç iştahım yok.
- 19- 0.** Son zamanlarda kilo vermedim.
1. İki kilodan fazla kilo verdim.
 2. Dört kilodan fazla kilo verdim.
 3. Altı kilodan fazla kilo vermeye çalışıyorum.
- 20- 0.** Sağlığım beni fazla endişelendirmiyor.
1. Ağrı, sancı, mide bozukluğu veya kabızlık gibi rahatsızlıklar beni endişelendirmiyor.

2. Sağlığım beni endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zorlaşıyor.
3. Sağlığım hakkında o kadar endişeliyim ki başka hiçbir şey düşünemiyorum.

21- 0. Son zamanlarda cinsel konulara olan ilgimde bir değişme fark etmedim.

1. Cinsel konularla eskisinden daha az ilgiliyim.
2. Cinsel konularla şimdi çok daha az ilgiliyim.
3. Cinsel konular olan ilgimi tamamen kaybettim.

EK-5 SÜREKLİ ÖFKE ÖFKE İFADE TAZLARI ÖLÇEğİ (SÖÖT)

Aşağıda bireylerin kendilerine ait duygularını anlatırken kullandıkları ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da genel olarak nasıl hissettiğinizi düşünün ve ifadelerin sağ tarafındaki sayılar arasında size en iyi tanımlayanı seçin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman harcamadan, genel olarak sizi açıklayan cevabı işaretleyiniz.

<i>Öfkelenediğimde veya kızdığımda,</i>	Hi	Biraz	Oldukça	Tümüyl
	ç			e
1- Çabuk parlarım.	1	2	3	4
2- Kızgın mizaçlıyım.	1	2	3	4
3- Öfkesi burnunda bir insanımdır.	1	2	3	4
4- Başkalarının hataları, yaptığım işi yavaşlatınca kızarım.	1	2	3	4
5- Yaptığım iyi bir işten sonra takdir	1	2	3	4

edilmemek canımı sıkar.				
6- Öfkelenince kontrolümü kaybederim.	1	2	3	4
7- Öfkelenildiğimde ağzıma geleni söylerim.	1	2	3	4
8- Başkalarının önünde eleştirilmek beni hiddetlendirir.	1	2	3	4
9- Engellendiğimde içimden birilerine vurmak gelir.	1	2	3	4
10- Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılına dönerim.	1	2	3	4
11. Öfkemi kontrol ederim.	1	2	3	4
12. Kızgınlığımı gösteririm	1	2	3	4
13. Öfkemi içime atarım	1	2	3	4
14. Başkalarına karşı sabırlıyım.	1	2	3	4
15. Somurtur ya da surat asarım	1	2	3	4
16. İnsanlardan uzak dururum.	1	2	3	4
17. Başkalarına iğneli sözler söylerim.	1	2	3	4
18. Soğukkanlılığımı korurum	1	2	3	4
19. Kapıları çarpmak gibi şeyler yaparım	1	2	3	4
20. İçin için köpürürüm ama gösteremem.	1	2	3	4
21. Davranışlarımı kontrol ederim.	1	2	3	4
22. Başkalarıyla tartışırım.	1	2	3	4
23. İçimde, kimseye söyleyemediğim kinler beslerim.	1	2	3	4
24. Beni çileden çıkaran her neyse saldırırım.	1	2	3	4
25. Öfkem kontrolden çıkmadan	1	2	3	4

kendimi durdurabilirim.				
26. Gizliden gizliye insanları epeyce eleştiririm.	1	2	3	4
27. Belli ettiğimden daha öfkeliyimdir.	1	2	3	4
28. Çoğu kimseye kıyasla daha çabuk sakinleşirim	1	2	3	4
29. Kötü şeyler söylerim	1	2	3	4
30. Hoşgörülü ve anlayışlı olmaya çalışırım.	1	2	3	4
31. İçimden insanların fark ettiğinden daha fazla sinirlenirim.	1	2	3	4
32. Sinirlerime hâkim olamam.	1	2	3	4
33. Beni sınırlendirenlere, ne hissettiğimi söylerim.	1	2	3	4
34. Kızgınlık duygularımı kontrol ederim.	1	2	3	4

KAYNAKÇA

Akiskal, H. S., Hirschfeld, R. ve Yerevanian, B. (1983). The Relationship of Personality to Affective Disorders. A Critical Review. *Arch Gen Psychiatry*, 40, 801-810. doi:10.1001/archpsyc.1983.01790060099013

- Akiskal, H. S. (1992). Duygudurum Bozukluklarının Doğası ve Çeşitliliğine Yeni Bir Bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 3 (3), 163-169.
- Aksoy, P. (2018). *Okul Öncesi Dönem Çocukların Annelerinin Kişilik Özelliği ve Çocuk Yetiştirme Tutumu ile Çocuğun Mizaç ve Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Albayrak, B., Kutlu, Y. (2009). Ergenlerde Öfke İfade Tarzı ve İlişkili Faktörler. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 2 (3), 57-69.
- Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. NY: Holt and Company Inc.
- Altın, B. (2014). *Kadınlarda Benimsenen Cinsiyet Rollerine Göre Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Amerikan Psikiyatri Derneği (2014). *DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı*. K. Köroğlu (Çev.). Ankara: Hyb Yayınları.
- American Psychological Association (APA, 2015). *APA Dictionary of Psychology*. USA: American Psychological Association Publics.
- Amirkhan, J. H., Risinger, R. T. ve Swickert, R. J. (1995). Extraversion: A "Hidden" Personality Factor in Coping? *J Pers.*, 63 (2), 189-212. doi: 10.1111/j.1467-6494.1995.tb00807
- Anderson, L. K. (2002). Perpetrator or Victim? Relationships Between Intimate Partner Violence and Well-Being, *Journal of Marriage and Family*, 64 (4), 851-863. doi: 10.1111/j.1741-3737.2002.00851
- Asberg, K. (2013). Hostility/anger as a mediator between college students' emotion regulation abilities and symptoms of depression, social anxiety, and generalized anxiety. *J Psychol.*, 147(5), 469-90. doi: 10.1080/00223980.2012.715601
- Arslan, H. S, Alparslan, N. Z. ve Ünal, M. (1998). Distimik Bozuklukta Öfke, Kaygı ve Depresyon Eğilimlerinin Bilişsel Alt Yapısıyla İlgili Bir Çalışma. *Düşünen Adam*, 11 (3), 33-38.
- Arslan, C. (2010). Öfke ve Öfkeyi İfade Etme Biçimlerinin, Stresle Başa Çıkma ve Kişiler Arası Problem Çözme Açısından İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 10 (1), 7-43.
- Aruma, O. E., Hanachor, E. M. (2017) Abraham Maslow's Hierarchy of Needs and Assessment of Needs in Community Development. *International Journal of Development and Economic Sustainability*, 5 (7), 15-27.

- Aşan, Ö., Aydın, E. M. (2006). *Örgütsel Davranış*. İstanbul: Arıkan Basım Yayın.
- Atkinson, R. L. (1996). *Pengantar Psikologi I*. Jakarta: Erlangga.
- Aydınlı, S . (2014). *Ergenlerin Öfke İfade Biçimleri, Sosyal Karşılaştırma Düzeyleri, Umutsuzluk Seviyeleri ve Çatışma Çözme Yaklaşımlarının İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Babakr, Z. H., Mohamedamin, P. and Kakamad, K. (2019). Piaget's Cognitive Developmental Theory: Critical Review. *Education Quarterly Reviews*, 2(3), 517-524. doi: 10.31014/aior.1993.02.03.84
- Bakırcıoğlu, R. (2012). *Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Baldwin, L. A. (1980). *Theories of Child Development*. NJ: John Wiley and Sons.
- Bandura, A. (1962) Social Learning Through İmitation. M. R. Jones (Ed.), Nebraska Symposium on Motivation içinde (s. 211–274).
- Bandura, A. (1963). The role of imitation in personality. *The Journal of Nursery Education*, 18(3), 207–215.
- Bardavit, M. (2007). *Kişilik Yapılarının Stresi Değerlendirme, Stresle Başa Çıkma Yaklaşımları, Algılanan Stres ve İş Doyumu Üzerinde Olan Etkisinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul
- Basım, H. N., Çetin, F. ve Tabak, A. (2009). Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımlarıyla İlişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24 (63), 20–34.
- Batlaş, A., Batlaş, Z. (2008). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. Ankara: Remzi Kitabevi.
- Baygöl, E. (1997). *Ergenin Öfke Tepkilerinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Bayrakçı, M. (2007). Sosyal Öğrenme Kuramı ve Eğitimde Uygulanması. *SAÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 198-210. 0(14). 20 Ağustos 2019 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sakaefd/issue/11210/133874> adresinden erişildi.
- Baysal, A. C. ve Tekarslan, E. (1996). *İşletmeler İçin Davranış Bilimleri*. İstanbul: İ.Ü. İşletme Fakültesi Yayınları.
- Beck, T. A. (1979). *Cognitive Therapy of Depression*. NY: Guilford Press.

- Beck, A. T. (1996). Beyond Belief: A Theory of Modes, Personality and Psychopathology. In *Frontiers of Cognitive Therapy*. P. Salkovskis (Ed.). NY: Guilford Press, (s.1-25).
- Berbercuma, E. (2019). *Üniversite Öğrencilerinde Alkol Kullanım Bozuklukları ve Kişilik Özellikleri ile İlişkisi ve Risk Faktörleri: Depresyon ve Sosyal Kaygı Bozukluğu*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Berkowitz, L. (1993). *McGraw-Hill Series in Social Psychology. Aggression: Its Causes, Consequences and Control*. NY: McGraw-Hill Book Company.
- Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Kurumu (2011). The state of the world's children. https://www.unicef.org/sowc2011/pdfs/SOWC-2011>MainReport_EN_02092011.pdf
- Blackburn, I. M. (1992). *Depresyon*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Boivin, M., Hymel, S., ve Bukowski, W. (1995). The roles of social withdrawal, peer rejection, and victimization by peers in predicting loneliness and depressed mood in childhood. *Development and Psychopathology*, 7 (4), 765-785. doi:10.1017/S0954579400006830
- Bouchard, T. J. (1994). Genes, environment and personality. *Science*, 264, 1700-1701. doi:10.1126/science.8209250
- Bozkurt, S., ve Çam, O. (2010). Çalışan ergenlerde öfke bileşenleri ile ruhsal belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi [Investigation of the relationship between anger components and mental symptoms in working adolescents]. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 47(2), 105–110. <https://doi.org/10.4274/npa.5337>
- Bozkurt, G. (2018). *Çok Değişkenli Varyans Analizi İle Astroloji ve Kişilik Özelliklerinin Uyumunun İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Brody C. L, Haaga D. A, Kirk L. ve Solomon A. (1999) Experiences of anger in people who have recovered from depression and never-depressed people. *J Nerv Ment Dis.* 187(7): 400-5. doi: 10.1097/00005053-199907000-00002.
- Bulut, S. (2017). Beş Faktör Kişilik Özellikleri, Stresle Başa Çıkma ve Depresyon Arasındaki İlişkiler: Gazi Eğitim Fakültesi Örneği. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 6(2), 1 205-1221.
- Bundak, R., Neyzi, O., Günüz, H. ve Darendeliler, F. (2002). *Pediyatri*. Ertuğrul, T. (Ed.). Ankara: Nobel Yayınları.
- Burger, M. J. (2001). *Kişilik*. İ.D.E. Sarioğlu (Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.

- Burger, M. J. (2008). *Personality*. USA: Thomson.
- Ceyhan, A. A. (2006). Üniversite Öğrencilerinin Geçmişte Yaşadıkları Ayrılık Kaygısının Öğrenilmiş Güçlük, Kaygı ve Psikolojik Belirtileri Yordama Düzeyi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 6 (1), 53-73.
- Chioqueta, A. P. ve Stiles, T. C. (2005). Kişilik Özellikleri ve Depresyon, Umutsuzluk ve İntihar Düşüncesi Gelişimi. *Kişilik ve Bireysel Farklılıklar*, 38, 1283-1291.
- Coon, W. D., Thompson, L., Steffen, A., Sorocco, K. ve Thompson-Gallagher, D. (2003). Anger and Depression Management: Psychoeducational Skill Training Interventions for Women Caregivers of a Relative With Dementia. *The Gerontologist*, 43 (5), 678-689.
- Cooper, C. (2002). *Individual Differences*. New York: Oxford University Press.
- Cooper, L. D. (2014). *Personality Traits, Personality Disorder Dimensions and Physical Health: The Predictive Ability of Self and Informant Reports*. (Yayımlanmamış doktora tezi). M University of Philosophy, ABD.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. T. Ergene (Çev.) Ankara: Mentis Yayınları.
- Corsini, J. R. Wedding, G. (2012). *Modern Psikoterapi Teknikleri*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Costa, P., McCrae, R. R. (2012). *The Five-Factor Model, Five-Factor Theory, and Interpersonal Psychology*. In *Handbook of Interpersonal Psychology: Theory, Research, Assessment, and Therapeutic Interventions* (s. 91-104). John Wiley and Sons. <https://doi.org/10.1002/9781118001868.ch6>
- Costa, P. T., McCrae, R. R. (1985). Concurrent Validation After 20 Years: Implications of Personality Stability for Its Assessment. J. N. Butcher ve C.D. Spielberger (Ed.). *In Advances in Personality Assessment* (ss. 31-54). NJ: Erlbaum.
- Costa, P. T., McCrae, R. R. (1988). Personality in Adulthood: A Six-Year Longitudinal Study of Self-Reports and Spouse Ratings on The NEO Personality Inventory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 853-863.
- Costa, P. T., McCrae, R. R. (1992). Profesyonel El Kitabı NEO Kişilik Envanteri (NEO-PI-R) ve NEO Beş Faktörlü Envanter (NEO-FFI) Gözden Geçirildi. *Odessa: Psikolojik Değerlendirme Kaynakları*.
- Cox, B. J., McWilliams, L. A., Enns, M. W. ve Clara, I. P. (2004). Ulusal Olarak Temsili Bir Örneklemde Majör Depresyon İle İlişkili Geniş ve Özel Kişilik Boyutları. *Kapsamlı Psikiyatri*, 45, 246-253.
- Çağdaş, A., Seçer, Ç. (2002). *Çocuk ve Ergende Sosyal ve Ahlak Gelişimi*. İstanbul: Nobel Yayınları.

- Çeçen, R. A. (2002). Duygular İnsan Yaşamında Neden Vazgeçilmez ve Önemlidir? *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(9), 164-170. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/cusosbil/issue/4366/59724>
- Çelik, F , Hocoğlu, Ç . (2016). Major Depresif Bozukluk Tanımı, Etiyolojisi ve Epidemiyolojisi: Bir Gözden Geçirme. *Çağdaş Tıp Dergisi* , 6 (1) , 51-66 . doi: 10.16899/ctd.03180.
- Çepeliogullar, N. (2018). Öfke Atakları ile Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 2(4), 81-388.
- Çetinkaya, F. F. (2014). *Hizmet İşletmelerinde Psikolojik Sözleşme İhlalleri ve Örgütsel Sinizm İlişkisi: Kapadokya Bölgesi 4 ve 5 Yıldızlı Otel İşletmelerinde Bir Araştırma*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyon.
- Çuhadaroğlu, F. ve Sonuvar, B. (1992). Adolesanlarda Depresyon. *NöroPsikiyatri Arşivi*, 29, 145–150.
- Dala, İ. (2015) . *İstanbul'da Okuyan Lise Öğrencilerinin Depresyon Düzeylerinin Belirlenmesi ve Bazı Parametrelere Göre Farklılıklarının İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dallıoğlu, Ç. (2014). *Kişilik Bozukluğunun Kişilik Özelliklerinin Semantik Bellekteki Özeti Üzerine Etkisi*. (Uzmanlık Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi, Aydın.
- Dayıoğlu, E. İ. (2017). *Ebeveynlerde Kişilik Tipolojileri ile Şiddet Davranışı ve Şiddet Eğilimi Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Deary, I. (1993). Personality Traits are Alive and Well. *The Psychologist*, 299-311.
- Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Lynch, R. S. ve Morris, C. D. (1996). The Expression of Anger and Its Consequences. *Behav Res Ther.*, 34 (7), 575-590.
- Deniz, M. E. ve Sümer, A. S. (2010). Farklı Öz-Anlayış Düzeylerine Sahip Üniversite Öğrencileri Üzerinde Depresyon, Anksiyete ve Stresin Değerlendirilmesi. *Eğitim ve Bilim*, 35 (158), 115-127.
- Digman, J. M. (1990). Personality Structure: Emergence of The Five Factor Model. *Annual Review of Psychology*, 41 ,417- 440. doi: 10.1146/annurev.ps.41.020190.002221
- Dinçel, E. (2006). *Ergenlik Dönemi Gelişimsel Ödevleri ve Psikolojik Problemler*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Dirik, G. ve Şahin, G. (2008 (2008)). Kişilik Özellikleri, Hostilite (Düşmanlık, Öfke) ve Sosyal Desteğin Miyokard İnfarktüsü (Kalp Krizi) Geçiren Hastaların Kaygı ve Depresyon Düzeyleri ile İlişkisi. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi* , 9 (15) , 249-266 . 12 Ağustos 2019 tarihinde <https://dergipark.org.tr/en/pub/sosbilder/issue/23135/247148> adresinden erişildi.
- Dopheide, J. A. (2006). Recognizing and treating depression in children and adolescents. *Am J Health Syst Pharm*, 63, 233-243.
- Dorn, L. D., Biro, F. M. (2011). Puberty and its measurement: A decade in review. *Journal of Research on Adolescence*, 21 (1), 180-195.
- Dönmez, A. (1992). Bilişsel sosyal şemalar. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Felsefe Bölümü Dergisi*, 14, 131-146.
- Duran, Ö. ve Eldeleklioğlu, J. (2005). Öfke Kontrol Programının 15–18 Yaş Arası Ergenler Üzerindeki Etkililiğinin Araştırılması. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25 (3), 267-280.
- Durar, H. (2017). *12-13 Yaş Ergenlerde Öfke ve Öfke Dışavurumunun Depresyon Düzeyleriyle İlişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dyk, P. K. (1993). Anatomy, physiology and gender issues in adolescence. In *Adolescent sexuality :Advances in Adolescent Development*. Gullota T.P., Adams G. R., Montemayor R. (Ed.). CA: Sage Press.
- Eckhardt, C., Norlander, B. ve Deffenbacher, J. (2004). The Assessment of Anger and Hostility: A Critical Review. *Aggression and Violent Behavior*, 9(1), 17-43.
- Elkin, N. ve Karadağlı, F. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Öfke İfade Tarzı ve İlişkili Faktörler. *Anadolu Kliniği*, 21 (1), 64-71.
- Ercan, Ç. (2010). *Ergenlerin Spor Yapma Alışkanlıklarının Kişilik ve Atılganlık Özellikleri Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Ericson, E. H. (1958). *Young Man Luther*. NY: W.W. Norton and Company Inc.
- Ericson, E. H. (1959). *Psychological Issues*. NY: International University Press.
- Ericson, E. H. (1963). *Childhood and Society*. NY: W.W. Norton and Company Inc.
- Ericson, E. H. (1964). *Insight and Responsibility*. NY: W.W. Norton and Company Inc.
- Erözkan, A. (2011). Lise Öğrencilerinin Sosyal Karşılaştırma ve Depresyon Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Sosyal ve Beşeri*

Araştırmalar Dergisi 1 (13). 12 Ağustos 2019 tarihinde <http://www.sobbiad.mu.edu.tr/index.php/asd/article/view/140> adresinden erişildi.

- Ersevım, İ. (1998). *Freud ve Psikanalizin Temel İlkeleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Ertuğrul, Ş. (2009). *İstanbul İli İlköğretim Okulu Müdürlerinin Yönetim Biçimleri ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Eryılmaz, A. (2009). *Başta Çıkma Stratejilerinin Kişilik Özelliklerinin Ergen Öznel İyi Oluşu Arasındaki Aracı Rolü*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Eskin, M., Ertekin, K., Harlak, H. ve Dereboy, Ç. (2008). Lise Öğrencisi Ergenlerde Depresyonun Yaygınlığı ve İlişkili Olduğu Etmenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19 (4), 382-389.
- Eurostat (2015). *Eurostat Database. Unemployment Rate in Spain*. European Central Bank. Brussels: European Commission [.http://sdw.ecb.europa.eu/quickview.do?SERIES_KEY=132.STS.M.ES.S.UNE.H.RTT000.4.000](http://sdw.ecb.europa.eu/quickview.do?SERIES_KEY=132.STS.M.ES.S.UNE.H.RTT000.4.000). (Erişim Tarihi: 21.08.2019).
- Ewen, R. B. (2014) *An introduction to theories of personality*. NY: Psychology Press.
- Fava, M., Anderson, K. ve Rosenbaum, J.F. (1990). Anger Attacks: Possible Variants of Panic and Major Depressive Disorder. *Am .J. Psychiatry*, 147, 867-870.
- Fava, M., Rosenbaum, J. F., McCarthy, M., Pava, J., Steingard, R. ve Bless, E. (1991). Anger Attacks in Depressed Outpatients and Their Response to Fluoxetine. *Psychopharmacology Bulletin*, 27, 275-279.
- Fava, M., Rosenbaum, J. F., McCarthy, M., Pava, J., Steingard, R. ve Bouffides, E. (1993). Anger Attacks In Unipolar Depression, Part 1: Clinical Correlates and Response to Fluoxetine Treatment. *Am J Psychiatry.*, 150 (8): 1158-1163.
- Fava, M., Alpert, J., Nierenberg, A., Ghaemi, N., O'Sullivan, R., Tedlow, J., Worthington, J. ve Roenbaum, J.F. (1996). Fluoxetine Treatment of Anger Attacks: A Replication Study. *Ann Clin Psychiatry*, 8 (1), 7-10.
- Fava, M. ve Rosenbaum, J. F. (1999). Anger Attacks in Patients with Depression. *J Clin Psychiatry*, 60 (15), 21-24.
- Feindler, E. L. (2006). *Anger Related Disorders: A Practitioner's Guide To Comparative Treatments*. NY: Springer Publishing Company.
- Freeman, A., Tyrovolas, S., Koyanagi, A., Chatterji, S., Leonardi, M. (2016). The Role of Socio-Economic Status in Depression: Results From the COURAGE (Aging Survey in Europe). *BMC Public Health*, 16, 1098-1116.

- Freud, S. (1908). *Personality And Anal Eroticism*. NY: Hogarth Press.
- Freud, S. (1914). *Mourning And Melancholia*. London: The Hogarth Press.
- Freud, S. (1915). *Three Essays on the Theory of Sexuality*. NY: Hogarth Press.
- Freud, S. (1917). *Mourning and Melancholia*. The Standard Edition of the Complete.
- Freud, S. (1963). *General Psychological Theory*. Sydney: General Psychological Theory Inc.
- Freud, S. (2008). *Psikanaliz Üzerine*. Öneş, A. A. (Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Freud, S. (2016). *Bakirelik Tabusu*. Tanyeri, Ç. (Çev.). İstanbul: Telos Yayınları.
- Freud, S. (2018). *Psikanaliz Üzerine Beş Konferans ve Psikanalize Toplu Bakış*. Şipal, K. (Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Freud, S. (2018). *Cinsellik Üzerine*. Kapkın, E. (Çev.). İstanbul: Payel Yayınları.
- Funder, C. D. (2001). Personality. *Annual Review of Psychology*, 52, 197-221.
- Gabbard, G. O. (1995). The Early History of Boundary Violations in Psychoanalysis. *J Am Psychoanal Assoc.*, 43 (4): 1115-1136.
- Galton F. (1869). *Hereditary Genius*. NY: Macmillan and Company Inc.
- Gander, M. J., Gardiner, H.W. (1995). *Çocuk ve Ergenlik Gelişimi*. Bekir Onur, B. (Çev.). Ankara: İmge Kitabevi.
- Gardner, H. (1982). *Developmental Psychology*. Boston: Little Brown.
- Gençoğlu, C. (2006). *Üniversite Öğrencilerinin İyimserlik Düzeyleri ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Gençtan E. (2004). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Metis Yayınları. Gençtan, E. (2005). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gerrig, R. J. ve Zimbardo, P. G. (2012). *Psikoloji ve Yaşam*. Sart, G. (Çev.). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Giordano, C., J. V. ve Michela, J. L. (2000). Depressive Personality Styles, Dysphoria and Social Comparisons In Everyday Life . *Journal of Personality ve Social Psychology*, 79 (3), 438-451.
- Goldberg, L. R. (1990). An Alternative Description of Personality The Big-Five Factor Structure . *Journal of Personality ve Social Psychology*, 59, 1216- 1229.

- Goldman, L. ve Haaga, D. A. (1995). Depression and the Experience and Expression of Anger in Marital and Other Relationships . *Journal of Nervous and Mental Disease*, 183 (8), 505-509.
- Grover, S., Painuly, N., Gupta, N. ve Mattoo, S. K. (2011). Anger Attacks in Bipolar Versus Recurrent Depression”. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22 (4),239-244.
- Güleç, H., Sayar, K. ve Özkorumak, E. (2005). Depresyonda Bedensel Belirtiler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16 (2), 90-96.
- Gültekin, B. K ve Dereboy, F. (2011). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobinin Yaygınlığı ve Sosyal Fobinin Yaşam Kalitesi, Akademik Başarı ve Kimlik Oluşumu Üzerine Etkileri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22 (3),150-158.
- Güney, S. (2001). *Yönetim ve Organizasyon*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Gürbüz, A. (2008). *Öfke Denetimi Eğitiminin Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Öfkeyle Başaçıkmaları, Yaşam Doyumları ve Depresyon Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Gürün, O. A. (1991).*Psikoloji Sözlüğü*. İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Hall, C. S. (1999). *Freudyen Psikolojiye Giriş*. Devrim, E. (Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Harris, J. R. ve Liebert, R. M. (1991). *The Child: A Contemporary View of Development*. NJ: Prentice Hall.
- Hazen, E., Schlozman, S. ve Beresin E. (2008). Adolescent psychological development:A review. *Pediatrics Review*, 29,161-168.
- Hockenbury, D. H. ve Hockenbury, S. E. (2011). *Discovering Psychology*.NY: Worth Publishers.
- Hodgetts, R. M. (1999).*Yönetim Teori,Süreç ve Uygulama*. Ç. Çetin , E.C., Mutlu(Çev). İstanbul: Der Yayınları.
- Hofmann, S. G. ve Kashdan, T. B. (2010). ”The Affective Style Questionnaire: Development and Psychometric Properties.”*J Psychopathol Assess*, 32,255-263.
- Hogan, R. (2002). *Kişilik ve Kurumların Kaderi*. A. Baltaş (Çev). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Horney, K. (2011). *Nevrozlar ve İnsan Gelişimi: Kendini Gerçekleştirme Mücadelesi*. E. Erbatur (Çev.). İstanbul:Sel Yayınları.

- İlhan, Ç. (2009). *Ev Kadınlarında Sosyokültürel Özelliklere Bağlı Olarak Depresyon Düzeyi ve Kişilik Özellikleri Arası İlişkilerin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- İnanç, B., Bilgin, M. ve Kılıç, M. (2004). *Gelişim Psikolojisi: Çocuk ve Ergen Gelişimi*. Ankara: Nobel Kitabevi.
- İnanç, B. ve Yerlikaya, E.E. (2012). *Kişilik Kuramları*. Ankara: PEGEM Yayınları.
- Joiner, T. E. (1995). Self-Verification Theory as a Vulnerability to Depression Theory. *Journal of Abnormal Psychology*, 104 (2), 364-372.
- Kabakçı, E. (2001). Üniversite Öğrencilerinde Sosyotropik/Otonomik Kişilik Özellikleri, Yaşam Olayları ve Depresif Belirtiler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(4), 273-282.
- Kalogerakis, M. G. (2004). Hostility in Adolescence I:Genesis,Evolution and Therapeutic Challenge. *Adolesc Psychiatry*, 28, 117-137.
- Karancı, N., Dirik, G. ve Yorulmaz, O.(2007). Eysenck Kişilik Anketi-Gözden Geçirilmiş Kısaltılmış Formu'nun (EKA-GGK) Türkiye'de Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18 (3), 1-8.
- Karagülle, S. (2018). *Öğretmen Adaylarının Mizah, İletişim Becerileri ve Kişilik Özellikleri Arasındaki Yordayıcı İlişkiler*. (Yayımlanmamış yüksek lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karataş, Z. (2009). Bilişsel Davranışsal Teknikler Kullanılarak Yapılan Öfke Yönetimi Programının Ergenlerin Saldırganlığını Azaltmadaki Etkisi. Pamukkale Üniversitesi, *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26, 12-24.
- Kassinove, H. (Ed.). (1995). *Series in Clinical and Community Psychology. Anger Disorders: Definition, Diagnosis and Treatment*. US: Taylor and Francis.
- Kaya, N., Kaya, H., Atar, N., Turan, N., Eskimez, Z., Palloş, A. ve Ak, A. (2012). Hemşirelik ve Ebelik Öğrencilerinin Öfke ve Yalnızlık Özellikleri. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 9 (2), 18-26.
- Kaya, N. ve Tosun, H. (2018). The Relationship Between Nurses' sociotropy Autonomy Personality Characteristics and Trait Anger: Anger Expression Styles. *Nursing Ethics Journal*. 1, (11)
- Kendler, K. S. ve Gatz, M. (2006). Personality and Major Depression. *Arch. Gen Psychiatry*, 63, 1113-1120.
- Kendler, K. S. ve Myers, J. (2010). Majör depresyon ile Beş Faktör Kişilik Modeli Arasındaki Genetik ve Çevresel İlişki. *Psikolojik Tıp*, 40 (5), 801-806.

- Kesen, N. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Duygu Stilllerinin Beş Faktör Kişilik Özellikleri Depresyon, Anksiyete ve Strese Göre İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Kılıçarslan, İ. (2000). *Üniversite Öğrencilerinin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Kıral, B. (2008). *Ortaöğretim Okul Yöneticilerinin Yaşadıkları Stres Belirtileri Düzeyi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı, Kırıkkale.
- Kim, J. W. (2003). Child and adolescent psychiatry workforce: a critical shortage and national challenge. *Academic Psychiatry*, 27(4), 277-282.
- Klein, M. (1952a). On observing the behaviour of young infants. In *Developments in Psycho-Analysis*. NY:Hogarth Press.pp.237-264.
- Klein, M. (1952b). The mutual influences in the development of ego and id. In *Envy and Gratitude and Other Works, 1946 -1963*. NY:A Division of Macmillian Inc. ss. 57-60.
- Klein, M. (1975). *Envy and gratitude and other works 1946 -1963*. NY: Free Press.
- Klein, M. (1999). *Haset ve Şükran*. Sökmen, M. (Çev.). İstanbul: Mentis Yayınları.
- Kocakula, Ö. (2012). *Narsistik ve Obsesif Kompulsif Kişilik Bozukluklarının Karar Süreçlerine Etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Kayseri, 17, 231-256.
- Konakay, G. ve Çelik, F. (2018). Kişilik Kuramları ve Psikolojik Sözleşme Etkileşiminin İşletmelere Yansması. *International Journal of Human Sciences*, 15(2), 697-706.
- Koptagel, G. İ. (1985). *Psikiyatri, Psikosomatik-Psikoterapi*. Kırklareli: Arkadaş Tıp Kitapları Serisi.
- Korkmaz, S. (2008). *Üniversite Öğrencilerinde Depresyonun Yordanması:Sosyo-Demografik Değişkenler, Olumsuz Yaşam Olayları, Algılanan Beklentiler, Algılanan İlişkiler*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü,Mersin.

- Kotov, R., Gamez, W., Schmidt, F., ve Watson, D. (2010). Büyük Kişilik Özelliklerini Kaygı, Depresif ve Madde Kullanım Bozuklukları ile İlişkilendirmek: Bir Meta-Analiz. *Psikolojik Bülten*, 136 (5), 768-821.
- Köknel, Ö. (1989). *Depresyon -Ruhsal Çöküntü*. İstanbul: Altın Yayınevi.
- Köksal, F. ve Gençdoğan, B. (2007). Depresif Olanlar İle Olmayanların Suçluluk, Utanç ve Öfke Tarzlarının İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9 (1), 163-175.
- Köse, D. (2011). *Orta ve Geç Adolesanlarda Beslenme Alışkanlıklarının Beden Kitle Endeksi ve Kan Basıncı Üzerine Etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kulaksızoğlu, A. (2008). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kurt, D. ve Yıldız, E. (2017). *Kişilik Kuramları Gerçek Yaşamdan Kişilik Analizi Örnekleriyle*. Ankara: PEGEM Akademi.
- Lau-Walker, M. (2004). The relationship between illness representation and self-efficacy and the implications for nursing practice: A patient survey. *Journal of Advanced Nursing*, 48 (3), 216-225.
- Lawrence, A. P. (1996). *The Science of Personality*, New York: Oxford University.
- Luutonen, S. (2007). Anger and Depression Theoretical and Clinical Considerations. *Nordic Journal of Psychiatry*, 61 (4), 246-251.
- Malouff, M.J., Thorsteinsson, B. M. ve Schutte, S.N. (2005). The Relationship Between the Five-Factor Model of Personality and Symptoms of Clinical Disorders: A Meta-Analysis. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 27 (2), 101-114.
- Malkoç, A. (2011). Big Five Personality Traits and Coping Styles Predict Subjective Well-Being: A study With a Turkish Sample. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 12, 577-581.
- Mammen, O. K., Pilkonis, P. A., Chengappa, K. N. ve Kupfer, D. J. (2004). Anger Attacks in Bipolar Depression: Predictors and Response to Citalopram Added to Mood Stabilizers. *J Clin Psychiatry*, 65 (5):627-633.
- Martin, C. R. ve Dahlen, E. R. (2005). "Cognitive Emotion Regulation in The Prediction of Depression, Anxiety, Stress and Anger". *Personality and Individual Differences*, 39, 1249-1260.
- Marshall, W. A. ve Tanner, J. M. (1970). Variations in the pattern of pubertal changes in boys. *Arch Dis Child.*, 45 (239), 13-23.
- Maslow, A. H. (1970a). *Motivation and Personality*. NY: Harper and Row.

- Maslow, A. H. (1970b). *Religions, Values and Peak Experiences*. NY: Penguin.
- Mayda, C. (2019). Depresyonun, Çocukluk Çağı Travmaları, Aleksitimi ile İlişkinin İncelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- McCrae, R. R. ve Costa, P. T. (1986). Clinical Assessment Can Benefit From Recent Advances In Personality Psychology. *American Psychologist*, 41, 1001-1003.
- McCrae, R. R., Costa, P. T. ve Busch, C. M. (1986). Evaluation Comprehensiveness in Personality Systems: The California QSet and The Five Factor Model. *Journal of Personality*, 54, 430- 446.
- McCrae, R. R., ve Costa, P. T. (1987). Validation of The Five-Factor Model of Personality Across Instruments and Observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52 (1), 81-90.
- Metem, C. (2006). *İlköğretim Okullarında Çalışan Öğretmenlerin Kişilik Özellikleri ile İş Tatminleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Morgan, T .C. (2002). *Psikoloji'ye Giriş*. S.Karakaş, R.Eski (Çev.). Konya: Eğitim Akademi.
- Mount, M. K., Barrick, M. R. ve Stewart, G. L. (1998). Five-Factor Model of Personality and Performance in Jobs Involving Interpersonal Interactions. *Human Performance*, 11(2-3), 145-165.
- Morris, C. (2002). *Psikolojiyi Anlamak: Psikoloji'ye Giriş*. H.B. Ayvaşık, M. Sayıl (Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Natsuaki, M. N., Ge, X., Reiss, D. ve Neiderhiser, J. M. (2009). Aggressive behavior between siblings and the development of externalizing problems: Evidence from a genetically sensitive study. *Developmental Psychology*, 45(4), 1009–1018.
- Nelson-Jones, R. (1982). *Danışma Psikolojisi Kuramları*. F. Akkoyun (Çev.). Ankara: TDFO Ltd.Şti.
- Nolen-Hoeksema, S. ve Marrow, J. (1993). Effectsof Rumination and Distraction on Naturally-Occurring Depressed Mood. *Cognition and Emotion*, 7, 561-570.
- Noller, P., Law, H. ve Comrey, A. L. (1987). Cattell, Comrey and Eysenck Personality Factors Compared: More Evidence For The Five Robust Factors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 775- 782.
- Ohayon, M. M. (2007). Epidemiology of Depression and Its Treatment in the General Population. *J Psychiatr Res.*, 41 (3-4): 207-213.
- Okyayuz, H. Ü. (1999). *Sağlık Psikolojisi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

- Orvin, G. H. (1997). *Ergenlik Çağındaki Çocuğunuzu Anlamanın Yolları*. Güran, A. (Çev.). Ankara: HYB Yayıncılık.
- Oskay, G. (1997). Reynolds Ergen Depresyon Ölçeğinin Türkiye Uyarlaması, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(8),17-26.
- Otani K, Suzuki A, Kamata M. (2012). Interpersonal Sensitivity is Correlated with Sociotropy but not with Autonomy in Healthy Subjects. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 200(2), 153-155.
- Özbay, H.ve Öztürk., E. (1992). *Gençlik*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Özmen, A. (2006). Öfke: Kuramsal Yaklaşımlar ve Bireylerde Öfkenin Ortaya Çıkmasına Neden Olan Etmenler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39(1), 39-56.
- Ökte, M. (2001). *Ergenlerde İçer Dönüklük-Dışa Dönüklük Kişilik Özelliği ile Aile İşlevleri Arasındaki İlişkiler*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Önem, Ç. (2010). *Üniversite Öğrencilerinin Öfke ve Öfkeyi İfade Etme Biçimlerinin Akılcı Olmayan İnançlar ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Özer, E. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygusal Zeka ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Özkalp, E. (2004). *Davranış Bilimleri*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Özkan, Ç. (2018). *Çalışanların Kişilik Özelliklerinin Hizmet Verme Yatkinlıkları ve Sosyal Kaytarma Davranışları Üzerindeki Etkisi: Otel İşletmeleri Üzerine Bir Araştırma*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.
- Özmen, A. (2006). Öfke:Kuramsal Yaklaşımlar ve Bireylerde Öfkenin Ortaya Çıkmasına Neden Olan Etmenler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39(1),39-56.
- Öztürk, O., Gürsoy, B., Sağduyu, A., Özgen, G. Kaplan, İ. ve Rezaki, M. (1995). Temel Sağlık Hizmetlerinde Ruhsal Sorunlar Üzerine Bir Alan Araştırması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 6 (1), 3-12.
- Öztürk, E. ve Kozacıoğlu, G. (1998). *Erkek Eşcinsellerde (Homoseksüellerde) Anksiyete ve Depresyon Düzeylerinin Değerlendirilmesi*. Ankara: IX, Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları, Türk Psikologlar Derneği Yayını.

- Öztürk, M. O. ve Uluşahin, A. (2015). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Tuna Matbaacılık.
- Özyeşil, Z. (2012). Five Factor Personality Traits as Predictor of Trait Anger and Anger Expression. *Education and Science*, 37 (163), 322-332.
- Özyiğit, N. (2010). *Meme Kanserli Hasta Eşlerindeki Öfke İfade Tarzlarının Anksiyete ve Depresyonla İlişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Padesky, A. C. (1994). Schema Change Process in Cognitive Therapy. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 1 (5),267-278.
- Parman, T. (1998). Ergenlik ve psikanaliz. *Klinik Psikiyatri*, 2,73-82.
- Pastorino, E. E. ve Doyle-Portillo, S. M. (2013). *What is Psychology?* USA: Wadsworth Cengage Learning.
- Peabody, D. ve Goldberg, L. R. (1989). Some Determinants of Factor Structures From Personality- Trait Descriptors. *Personality and Social Psychology*, 57, 557-562.
- Pedrelli, P., Nyer, M., Holt, D., Bakow, B. R., Fava, M., Baer, L. ve Farabaugh, A. (2013). Correlates of irritability in college students with depressive symptoms. *The Journal of nervous and mental disease*, 201 (11), 953–958. doi:10.1097/NMD.0000000000000038
- Piaget, J. (1936). *Origins of Intelligence in The Child*. NY: International Universities Press.
- Powers, S. I., Hauser, S. T. ve Kilner, L. A. (1989). Adolescent mental health. *The American Psychologist*, 44, 200-208.
- Premuzic-Chamorro, T. (2008). *Personality and Individual Differences*. London:Blackwell Publishing .
- Premuzic-Chamorro, T. ve Furnham, A. (2008). Personality, Intelligence and Approaches to Learning as Predictors of Academic Performance. *Personality and Individual Differences*, 44, 1596–1603.
- Quinodoz, M. J. (2017). *Freud'u Okumak*. Kolbay, B., Soysal, Ö. (Çev.). İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Ramirez, J. M. ve Andreu, J. M. (2005). Aggression and Some Related Psychological Constructs (Anger, Hostility and Impulsivity): Some Comments from a Research Project. *Neurosci Biobehav Rev*, 12 (1), 1-31.
- Riley, W. T., Treiber, F. A. ve Woods, M. G. (1989). Anger and Hostility in Depression. *J Nerv Ment Dis.*, 177 (11), 668-774.

- Robins, C. J., Bagby, R. M., Rector, N. A., Lynch, T. R. ve 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, 21* (3), 285-300.
- Rogers, C. R. (1959). *A Theory of Therapy, Personality, and Interpersonal Relationships: As Developed in the Client-Centered Framework*. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A Study of a Science. Formulations of the Person and the Social Context* (ss. 184-256). New York: McGraw Hill.
- Rothbart, M. K. (2011). *Becoming Who We Are: Temperament and Personality in Development*. New York: Guilford Press.
- Santrock, W. J. (2018). *Yaşam Boyu Gelişim*. Yücel Galip(Ed.). İstanbul: Nobel Yayınları.
- Sato, T. ve McCann, D. (2000). Sociotropy Autonomy and the Beck Depression Inventory. *European Journal of Psychological Assessment, 16* (1), 66-76.
- Sayar, K., Solmaz, M., Öztürk, M. ve ark. (2000). Yaygın Sosyal Fobi Hastalarında Çekingen Kişilik Bozukluğu ve Psikopatolojiye Etkileri. *Klinik Psikiyatri, 3*, 163-169.
- Schiraldi, G. R. ve Hallmark-Kerr, M. (2002). *The Anger Management Sourcebook*. ABD: McGraw-Hill Education.
- Schultz, P. D ve Schultz, E. S. (2009). *Theories of Personality*. USA: Wadsworth.
- Semerci, B. (2005). *Duyguların Şifresi*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Bulut Serin, N. ve Genç, H. (2011). Öfke Yönetimi Eğitimi Programının Ergenlerin Öfke Denetimi Becerilerine Etkisi. *Eğitim ve Bilim, 36* (159). <http://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/796> adresinden erişildi.
- Sertçelik, S. (2018). Depresyon. *Haydarpaşa Numune Eğitim Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği Ders Notları*.
- Sevim, B. (2011). *Roles of Attachment Styles On Personality Traits and Anger on Relationship and Life Satisfaction: Mediator Roles of Humor, Intimacy and Psychological Problems*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Siyez, M. D. (2016). *Ergenlerde Problem Davranışlar: Okul Temelli Önleme Çalışmaları ile İlgili Uygulama Örnekleri*. Ankara: Pegem Yayınları.
- Smirgel-Chasseguet, J. (1991). *La Maladie D'idéalité: Essai Psychanalytique Sur L'idéal Du Moi*. Paris: L'Harmattan Press.

- Solmaz, D., Gökalp, P. G. ve Babaoğlu, A. N. (1999). Sosyal Fobide Klinik Özellikler ve Eşanı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 10, 207-214.
- Somer, O., Korkmaz, M. ve Tatar, A. (2002). Beş Faktörlü Kişilik Envanteri'nin Geliştirilmesi-I: Ölçek ve Alt Ölçeklerin Oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17 (49), 21-33.
- Soykan, Ç. (2003). Öfke ve Öfke Yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11 (2), 19-27.
- Soysal, Ş., Can, H. ve Kılıç, M. K. (2009). Üniversite Öğrencilerinde A Tipi Davranış Örüntüsü ile Öfke İfadesi Arasındaki İlişkinin Analizi ve Cinsiyetler Açısından Karşılaştırılması. *J Clin Psy.*, 12 (2), 61-67.
- Steinberg L, Graham S, O'Brien L, Woolard J, Cauffman E, ve Banich M. (2009) Age differences in future orientation and delay discounting. *Child Dev.* 80 (1):28-44. doi: 10.1111/j.1467-8624.2008.01244.x.
- Sürücü, M. ve Bacanlı, F. (2010). Üniversiteye uyumun psikolojik dayanıklılık ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Gazi University Journal of Gazi Educational Faculty (GUJGEF)*, 30 (2), 375-396.
- Şahin, N. ve Şahin, N. (1992). Adolescent Guilt, Shame and Depression in Relation to Sociotropy and Autonomy. *Paper Presented at World Cognitive Therapy Congress*, 17-21.
- Şenyuva, Ş. H. (2007). *Aydın İlinden Alınan Normal Bir Örnekte Kişilik Bozukluklarının Yaygınlık Çalışması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Tabak, A., Basım, N. H, Tatar, İ. ve Çetin, F. (2010). İzlenim Yönetimi Taktiklerinde Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Rolü: Savunma Sanayinde Bir Araştırma. *Ege Akademik*, 10 (2), 539-557.
- Tanner, J. M. (1962). *Growth at adolescence: With a general consideration of the effects of hereditary and environmental factors upon growth and maturation from birth to maturity*. Oxford: Blackwell Scientific Publications.
- Tatlılıoğlu, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik kuramı'na göre kişilik özellikleri alt boyutlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Tarih Okulu Dergisi*, 7 (17), 939-971.
- TDK (2019). *Kişilik*. 15 Eylül tarihinde <http://sozluk.gov.tr/> adresinden erişildi.
- Tedlow, J., Leslie, V., Keefe, B. R., Alpert, J., Nierenberg, A. A., Rosenbaum, J. F. ve Fava, M. (1999). Axis I and Axis II disorder comorbidity in unipolar depression with anger attacks. *J Affect Disord.*, 52 (1-3), 217-223.
- Tekin, A. Ö, Turan, N.S., Özmen, M., Turhan, A. A. ve Kökçü, A. (2012). Beş faktör kişilik özellikleri ve örgütsel çatışma yönetimi arasındaki ilişkiler: Ankara'daki

beş yıldızlı otel işletmeleri üzerine bir uygulama. *Journal of Yasar University*, 27(7), 4611-4641.

- Thomas, S. P. (1989). Gender differences in anger expression: Health implications. *Research in Nursing & Health*, 12(6), 389–398. <https://doi.org/10.1002/nur.4770120609>
- Tutkunkardaş, D.M. ve Kılınçaslan, A. (2011). Çocuk ve ergenlerde depresyonun ilaçla tedavisi: Bir gözden geçirme. *Journal of Mood Disorders*, 1, 34-45.
- Ünal, S. ve Özcan, E. (2000). Depresyonda Hazırlayıcı, Ortaya Çıkarıcı ve Koruyucu Etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 1 (1), 41-48.
- Walker, D. D., Van Jaarsveld, D. D. ve Skarlicki, D. P. (2014). Exploring The Effects of Individual Customer Incivility Encounters on Employee Incivility: The Moderating Roles of Entity (in) Civility and Negative Affectivity. *Journal of Applied Psychology*, 99 (1), 151-161.
- Watson, D., ve Clark, L. A. (1984). Negative affectivity: The disposition to experience aversive emotional states. *Psychological Bulletin*, 96(3), 465–490. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.96.3.465>
- Winkler, D., Pjrek, E., Konstantinidis, A. ve Rieder - Praschak, N. (2006). Anger Attacks in Season Affective Disorder. *The International Journal of Neuropsychopharmacology*, 9 (2), 215-219. doi: 10.1017/S1461145705005602
- Winnicott, D. W. (1960). The theory of the parent-infant relationship. *J. Psycho-Anal.*, 41,585-595.
- World Health Organization (WHO). Promoting the health of young people in Custody. 2003; 7.
- Xia, L. X., Xu, X. Y., Hollon, S. D. ve Zhang, J.F. (2014). Kendi Kendine Destek Veren Kişilik, Büyük Beş Kişilik ve Depresyon İlişkisi. *Güncel Psikoloji Farklı Psikolojik Konularla İlgili Farklı Bakış Açuları Dergisi*, 33 (4), 630-643.
- Yakut, Ö. (2006). *Eğitim Yöneticilerinin Liderlik Davranışları ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi (Küçükçekmece İlçesi Örneği)*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yavuzer, H. (2019). *Çocuk ve Suç*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yolcu, S. (2014). Çocuklar için Mizaç Değerlendirme Bataryası Gözden Geçirilmiş Ebeveyn Formu'nun Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. *International Journal of Human Sciences*, 11(2), 221-237.
- Yörükoğlu, A. (1993). *Gençlik Çağı*. İstanbul: Özgür Yayınları.

Yurtsever, H. (2009). *Kişilik Özelliklerinin Stres Düzeyine Etkisi ve Stresle Başa Çıkma Yolları: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Zabcı, N. (2012). Şiddet ve Nefrete Psikanalitik Yaklaşım. Bireyden Topluma, Kültürden Biyolojiye Şiddet 48. *Ulusal Psiyatri Kongresi*, ss. 25-30.

Zabcı, N. (2018). Seansta Şiddet. *Çocuk ve Ergenle Çalışmak/Psikanaliz Defterleri 1* içinde. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları. ss. 59-73.

Zel, U. (2001). *Kişilik ve Liderlik*. Ankara: Seçkin Yayınları.



