



T.C

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**BOŞANMIŞ ve BOŞANMAMIŞ EBEVEYNE SAHİP BİREYLERİN
DEPRESYON, ALEKSİTİMİ ve ÖFKE DÜZEYLERİNİN İLİŞKİSİ**

FERAY KIRDÖK

PROF. DR. HÜSNÜ ERKMEN

İstanbul, 2017

T.C

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**BOŞANMIŞ ve BOŞANMAMIŞ EBEVEYNE SAHİP BİREYLERİN
DEPRESYON, ALEKSİTİMİ ve ÖFKE DÜZEYLERİNİN İLİŞKİSİ**

FERAY KIRDÖK

154102009

YÜKSEK LİSAN TEZİ

DANIŞMAN: PROF. DR. HÜSNÜ ERKMEN

İstanbul, 2017



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 154102009
Öğrenci Adı Soyadı	: Feray KIRDÖK
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Prof. Dr. Hüsnü ERKMEN
Tezin Başlığı	: Boşanmış ve Boşanmamış Ebeveyne Sahip Bireylerin Depresyon, Aleksitimi ve Öfke Düzeylerinin İlişkisi

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 20.10.2017	Saati	: 17:00
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input checked="" type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU			
<input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (<i>en fazla 3 ay</i>)			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDEDİLMESİ kararı alınmıştır.			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi.	<input type="checkbox"/> Değişti.	
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ ile REDEDİLMİŞTİR.			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Prof. Dr. Hüsnü ERKMEN	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Habib ERENŞOY	
Üye	Yrd. Doç. Dr. ŞAHİDE GÜLİZ KOLBURAN	

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Boşanmış ve Boşanmamış Ebeveyne Sahip Bireylerin Depresyon, Aleksitimi ve Öfke Düzeylerinin İlişkisi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

20/09/2017

Feray KIRDÖK

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

Yemin Metni	i
Bilimsel Etik Kurul Formu	ii
Önsöz/Teşekkür	iii
Özet	iv
Abstract	v
Kısaltmalar / Simgeler Listesi.....	vi
Tablolar Listesi.....	vii
Ekler Listesi.....	viii

BİRİNCİ BÖLÜM : GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Cümlesi.....	2
1.2. Araştırmanın Amacı.....	2
1.3. Tanımlar.....	2

İKİNCİ BÖLÜM- KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	4
2.1. BOŞANMA KAVRAMI.....	4
2.1.1. Boşanmanın Tanımı.....	4
2.1.2. Boşanma İstatistikleri.....	4
2.1.3. Boşanma Nedenleri.....	6
2.1.4. Boşanmanın Çocuklar Üzerindeki Etkileri ile İlgili Araştırmalar.....	6
2.1.5. Boşanma Olgusunun Çocukların İleriki Dönem Yaşantılarına Etkileri.....	7
2.2. ALEKSİTİMİ.....	8
2.2.1. Aleksitimi Kavramı.....	8
2.2.2. Aleksitimi Kavramının Kuramsal Boyutu.....	9
2.2.2.1. Davranışçı ve Sosyokültürel Kuram.....	9
2.2.2.2. Bilişsel Kuram.....	10
2.2.2.3. Nörofizyolojik ve Genetik Kuram.....	10
2.2.2.4. Psikoanalitik Kuram.....	10

2.2.3. Aleksitimi Kavramının Temel Özellikleri.....	11
2.2.4. Aleksitimi Kavramı ile İlgili Araştırmalar.....	12
2.3. DEPRESYON.....	13
2.3.1. Depresyon Kavramı.....	13
2.3.2. Depresyon Belirtileri.....	14
2.3.3. Depresyonun Nedenleri.....	15
2.3.3.1. Biyolojik Nedenler.....	15
2.3.3.2. Sosyal Nedenler ve Kişisel Faktörler.....	16
2.3.3.3. Tetikleyen, Ortaya Çıkaran Etmenler.....	17
2.3.4. Depresyon Kavramının Kuramsal Boyutu.....	17
2.3.4.1. Bilişsel Kuram.....	17
2.3.4.2. Psikoanalitik Kuram.....	18
2.3.5. Depresyon Konusunda Yapılan Araştırmalar.....	18
2.4. ÖFKE.....	19
2.4.1. Öfke Kavramı.....	19
2.4.2. Öfkenin Farklı Kuramlara Göre Açıklanması.....	20
2.4.2.1. Psikoanalitik Kuram.....	20
2.4.2.2. Sosyal Öğrenme Kuramı.....	21
2.4.2.3. Bilişsel Kuram.....	21
2.4.4. Öfke Konusunda Yapılan Araştırmalar.....	22
2.5. ALEKSİTİMİ, DEPRESYON ve ÖFKE ARASINDAKİ İLİŞKİ.....	23
2.6. BOŞANMIŞ AİLEYE SAHİP OLMAK ve ÖFKE, DEPRESYON, ALEKSİTİMİ İLİŞKİSİ.....	24
2.6.1. Boşanmış Aileye Sahip Olmak ve Öfke İlişkisi.....	24
2.6.2. Boşanmış Aileye Sahip Olmak ve Depresyon İlişkisi.....	25
2.6.3. Boşanmış Aileye Sahip Olmak ve Aleksitimi İlişkisi.....	26
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM : YÖNTEM.....	27

3.1. Araştırmanın Örneklemi.....	27
3.2. Veri Toplama Araçları.....	27
3.2.1. Demografik Veri Formu.....	27
3.2.2. Toronto Aleksitimi Ölçeği.....	27
3.2.3. Beck Depresyon Envanteri.....	28
3.2.4. Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği.....	29
3.3. Araştırmanın İşlem Yolu.....	29
3.4. Araştırmada Kullanılan Veri Analizi Teknikleri.....	29
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM : BULGULAR.....	31
4.1. Ebeveynleri Boşanan ve Boşanmayan Bireylerin Demografik ve Klinik Özelliklere Dağılımları.....	31
4.2. Demografik Değişkenlere Göre Ölçeklerden Alınan Puanların Karşılaştırılması.....	37
4.2.1. Ebeveynleri Boşanmış ve Birlikte Olan Bireylerin Ölçeklerden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....	38
4.2.2. Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Demografik Değişkenlere Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....	41
4.3. Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları, Aleksitimi Düzeyleri ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkiler.....	49
BEŞİNCİ BÖLÜM : TARTIŞMA.....	53
5.1. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	58
ALTINCI BÖLÜM : SONUÇ ve ÖNERİLER.....	60
KAYNAKÇA.....	64
EKLER.....	76
ÖZGEÇMİŞ.....	85

ÖNSÖZ/TEŞEKKÜR

Boşanma günümüzde ve her geçen gün hızla artmakta ve gerek ayrılan çiftler açısından gerekse diğer aile fertlerinin yaşamlarını çeşitli durumlarla etkileyebilmektedir. Bunun yanı sıra boşanan çiftler çocuğa sahip ise bu etki daha fazla meydana gelebilmektedir. Günümüzde sıkça bahsi geçen aleksitimi, depresyon, öfke duygu durumları sıkça rastlanan ve bazı durumlara tepki olarak ortaya çıkabilmektedir. Bu durumlar kimi zaman aile bireylerine kimi zaman en yakınlarına olabilirken kimi zaman ise çocuk yaşlarda silinmeyen anılara tepkidir. Boşanmış ebeveyne ya da boşanmamış ebeveyne sahip çocuklar ve ergenler üzerinde çalışmalar çok fazla mevcuttur. Boşanmış, boşanmamış aileden gelen ergen ya da çocukların ileriki yaşlarında farklılık gösterip gösterilmeyeceği merak edilerek yapılan çalışma da “Boşanmış ve Boşanmamış Ebeveyne Sahip Bireylerin Öfke, Depresyon, Aleksitimi Düzeylerinin İlişkisi” incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu çalışmada pek çok insanın desteği ve emeği bulunmaktadır.

Öncelikle, araştırmanın gerçekleştirilmesinde öneri ve yardımlarını, bilgi ve tecrübesini esirgemeyen değerli danışman hocam Sayın Prof. Dr. Hüsnü Erkmen’e vermiş olduğu destek ve gösterdiği anlayış için teşekkür ederim.

Beni hiçbir zaman yalnız bırakmayan, her zaman desteğini, sevgisini hissettiğim kardeşim İsmail Cem KIRDÖK’e, hiçbir zaman desteğini, gücünü benden esirgemeyen, bana her zaman yol gösteren ve her daim güvenini üzerimden eksik etmeyen babam Mehmet Ali KIRDÖK’e, doğduğum ilk günden itibaren desteğini ve sevgisini eksik etmeyen annem Melal BEBİR’e her zaman yanımda olan sabrıyla destek gösteren hayatta her anı paylaşmaktan mutluluk duyduğum yol arkadaşım Kaan KASSARA’ya ve bana söyleyemese de her an sevgisini hissettiğim, bir bakışla anlaştığımız, neşe kaynağı, dostum Jack’e sonsuz teşekkür ederim.

Ayrıca çalışmada emeği ve desteği geçen ve araştırma süreci boyunca her an haberleştiğim ve desteğini esirgemeyen bütün meslektaşlarıma ve bütün çalışmaya katılan katılımcılara teşekkür ederim.

ÖZET

(KIRDÖK, Feray, Yüksek Lisans, İstanbul, 2017)

Boşanmış ve Boşanmamış Ebeveyne Sahip Bireylerin Depresyon, Aleksitimi ve Öfke Düzeylerinin İlişkisi

Boşanma olgusu son zamanlarda sıkça rastlanan bir durum haline gelmiş ve bunun çocuklar üzerindeki etkileri çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Ayrıca boşanmış aileye sahip çocuklar ve boşanmamış aileye sahip çocuklar üzerinde pek çok çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmada anne babası boşanmış ve boşanmamış 20- 30 yaş aralığında bulunan genç yetişkin bireylerin depresyon, aleksitimi ve öfke düzeylerinin ilişkileri incelenmiştir. Araştırma grubunu 62 kadın, 47 erkek, 53 boşanmış ebeveyne sahip, 56 boşanmamış ebeveyne sahip olmak üzere toplamda 109 birey oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri “Beck Depresyon Ölçeği”, “Toronto Aleksitimi-20 Ölçeği”, “Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği” ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” olmak üzere 4 adet ölçme aracıyla toplanmıştır. Veriler SPSS v.21 ile istatistiksel analize tabi tutulmuştur. Anne-babaların boşanma durumuna göre öfke ölçeğinin alt boyutu olan ‘öfke dışı’ vurum ve aleksitimi ölçeğinin alt boyutu olan ‘dışa dönük düşünce’ boyutu boşanmış ebeveyne sahip bireylerde daha yüksek bulunmuştur. Öfke ölçeğinin diğer alt boyutlarından biri olan ‘öfke kontrol’ boyutunda ise ebeveynleri birlikte olanların puanları boşanmış ebeveynle sahip olan bireylere göre daha yüksek bulunmuştur. Diğer ölçek ve alt ölçeklerde ise ebeveynleri ayrı ya da birlikte olma durumuna göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Boşanmış ailedeki bireylerin öfke ve aleksitimi ölçeklerin alt boyutu olan ‘öfke dışı vurumu’, ‘duyguları tanıma zorluğu’ ve depresyon puanı kardeş sayılarına göre incelenmiş, 3 ve üzeri kardeş sayısına sahip olan bireylerin puanları daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca boşanmış ailedeki bireylerin öfke, aleksitimi ve depresyon ölçekleri ve ölçeklerin alt boyutları, ebeveynlerinin ayrıldıkları dönemde kiminle yaşadıklarına, diğer ebeveynlerini görme sıklığına, ebeveynlerinin ayrıldığı dönem ki yaşlarına göre incelendiğinde anlamlı derecede farklılaşmadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: *Boşanma, Depresyon, Aleksitimi, Öfke*

ABSTRACT

(KIRDÖK, Feray, Master of Science, İstanbul, 2017)

The Relationship Between the Levels of Depression, Alexithymia and Anger of the Individuals who have Divorced and Non-Divorced Parents

The phenomenon of divorce has become a situation which is seen frequently, in recent times, and the effects of this on children have been examined from the aspect of certain variables. In addition to this, there are numerous studies, which have been conducted on children from divorced families and children from non-divorced families. The relationship between the levels of depression, alexithymia and anger of young adults between the ages of 20-30, whose parents have divorced, has been examined in this study. The study group is comprised of 109 individuals, 62 of whom are women and 47 of whom are men, and 53 of whom have divorced parents and 56 of whom have non-divorced parents. The data from the study has been collected through 4 measurement vehicles: the “Beck Depression Inventory”, the “Toronto Alexithymia-20 Scale”, the “Continuous Anger – Anger Expression Scale” and the “Personal Information Form”, prepared by the researcher. The data was subjected to statistical analysis with SPSS v.21. The ‘outpouring of anger’ dimension, which is a sub-dimension of the anger scale and the ‘outward oriented thought’ dimension, which is a sub-dimension of the ‘alexithymia scale’, were found to be higher in individuals with divorced parents. On the other hand, in the dimension of ‘anger control’, which is one of the other sub-dimensions of the anger scale, the scores of the individuals whose parents were together were found to be higher than those whose parents had divorced. No significant difference was found in the other scales and sub-scales, based on whether the parents of the individuals were together or had been divorced. The ‘outpouring of anger’ and ‘difficulty in understanding emotions’, which are the sub-dimensions of the anger and alexithymia scales, and the depression score of the individuals with divorced parents were examined according to the number of siblings, and the scores of individuals with 3 or more siblings were found to be higher. In addition to this, it was seen that there was no significant difference in the anger, alexithymia and depression scales of the individuals with divorced parents, and the sub-dimensions of these scales, when examined in terms of which of the parents the individuals were living with at the time of the separation, the frequency at which they saw the other parent and their ages at the time their parents separated.

Keywords: Divorce, Depression, Alexithymia, Anger

KISALTMALAR

DSM: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

SÖÖTÖ: Sürekli Öfke Öfke Tarzı Ölçeği

BDÖ: Beck Depresyon Ölçeği

TAÖ-20: Toronto Aleksitimi Ölçeği 20 maddelik.



TABLolar LİSTESİ

- Tablo 4.1:** Ebeveynleri Boşanan ve Boşanmayan Bireylerin Demografik ve Klinik Özelliklere Dağılımları.....32
- Tablo 4.2:** Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Ebeveynlerinin Ayrıldıkları Dönemde Kiminle Yaşadıkları ve Yaş Ortalamaları.....35
- Tablo 4.3:** Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Ebeveynlerinin Ayrıldıkları Dönemde Kiminle Yaşadıklarına Göre Ebeveynleri Ayrıldıktan Sonra Diğer Ebeveyni Görme Sıklığı Frekans Dağılımları ve Yüzdellikleri.....36
- Tablo 4.4:** Ebeveynlerinin Medeni Durumuna Göre Klinik Özelliklere İlişkin Frekans Dağılımları ve Yüzdellikleri.....37
- Tablo 4.5:** Ebeveynleri Boşanmış ve Birlikte Olan Bireylerin Ölçeklerden Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Bağımsız Örneklem t testi Bulguları.....39
- Tablo 4.6:** Ebeveynleri Boşanmış ve Birlikte Olan Bireylerin Depresyon Düzeyleri ve Aleksitimi Düzeylerine İlişkin Frekans Dağılımı ve Yüzdellikleri.....41
- Tablo 4.7:** Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Cinsiyetlerine Göre SÖÖTÖ ve alt ölçeklerinden, TAÖ-20 ve alt ölçeklerinden ve BDÖ'den aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları.....42
- Tablo 4.8:** Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Kardeş Sayılarına Göre SÖÖTÖ ve alt ölçeklerinden, TAÖ-20 ve alt ölçeklerinden ve BDÖ'den aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Kruskal Wallis testi bulguları.....44
- Tablo 4.9:** Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Ebeveynlerinin Ayrıldıkları Dönemde Kiminle Yaşadıklarına Göre SÖÖTÖ ve Alt Ölçeklerinden, TAÖ-20 ve Alt Ölçeklerinden ve BDÖ'den Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Mann Whitney U Testi Bulguları.....45
- Tablo 4.10:** Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Diğer Ebeveynlerini Görme Sıklığına Göre SÖÖTÖ ve Alt Ölçeklerinden, TAÖ-20 ve Alt Ölçeklerinden ve BDÖ'den Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Kruskal Wallis Testi Bulguları.....46
- Tablo 4.11:** Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Ebeveynlerinin Ayrıldığı Dönemki Yaşlarına Göre SÖÖTÖ ve Alt Ölçeklerinden, TAÖ-20 ve Alt Ölçeklerinden ve BDÖ'den Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Kruskal Wallis Testi Bulguları.....48
- Tablo 4.12:** Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin SÖÖTÖ, TAÖ-20 ve BDÖ puanları arasındaki Pearson Korelasyon Matrisi.....50

EKLER LİSTESİ

EK 1: Sosyo-Demografik Veri Formu

EK 2: Toronto Aleksitimi Ölçeği-20

EK 3: Beck Depresyon Ölçeği

EK 4: Sürekli Öfke Öfke Tarzı Ölçeği

EK 5: Özgeçmiş



BÖLÜM I

GİRİŞ

Aile kavramı insanların hayatlarında son derece önemli bir etken olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu kavrama olan ilgi her geçen gün artmaktadır. Aile kavramını birçok araştırmada farklı tanımları yer almaktadır. Özgüven (2001) aile olgusunu aynı geliri, aynı evi paylaşan kan bağları ile birbirlerine bağlı olan ve devamlı olarak birbirleriyle etkileşim halinde bulunan ‘yasal, toplumsal ve ekonomik bir kurum’ şeklinde tanımlamıştır. Ağdemir ise (1991) aile kavramını yine benzer şekilde aynı geliri, evi paylaşan ve birbirleriyle ilişki halinde olan bireylerin oluşturduğu birlik olarak tanımlamaktadır. Bireyin doğduğu ilk andan itibaren bazı gereksinimlere ihtiyacı vardır. Bu gereksinimler beslenme, barınma, sevgi gibi kavramlardır. Aile ortamı bu temel gereksinimleri karşılayan toplum içerisindeki en küçük birlik olarak karşımıza çıkmaktadır(Aral, Sağlam, 2011). Kısaca, aile birbirleriyle belirli paylaşımlarda bulunan eşler, çocukları ve kan bağı olan diğer fertlerden oluşan birbirlerinin gereksinimlerini karşılayan bir ortamdır.

Bu ortamı kuran çiftler arasında bir takım sıkıntılar ortaya çıkabilir. Eşlerin aralarındaki ilişkileri sürdürmelerinde yaşadıkları bazı olumsuzluklar sonucunda hukuki olarak paylaştıkları yaşamlarına son vermelerine boşanma adı verilmektedir. Boşanma olgusu boşanan iki kişiyi etkilediği kadar ailedeki bütün bireyleri ve özellikle çocukları yakından etkileyebilmektedir(Ersöz, 2011). Boşanma süreci oldukça zorlu ve yıpratıcı bir süreç olabilir. Bu süreç boyunca eşler psikolojik olarak bazı problemlerle karşı karşıya gelebilirken, özellikle bu olgu boşanan eşleri etkilediği kadar çocuklar içinde zorlu bir süreç olmaktadır.

Yapılan çalışmalara göre sağlıklı aile ortamı, anne baba ilişkileri ve sağlıklı evliliklerin çocuklar için önemi göz ardı edilemeyecek derecededir. Boşanmış ebeveyne sahip çocuklar farklı şekillerde duygusal sorunlar yaşayabilirler. Bunlar genellikle üzüntü, öfke ve suçluluk duyguları olarak karşımıza çıkmaktadır(Uşaklı, 2013). Yaşanan duygusal sorunların yanı sıra çocukların yaşamlarının ileri ki dönemlerinde de farklı etkileri görülebilmektedir. Boşanma süreci hem çocukların hem de boşanan çiftlerin hayatlarındaki bazı düzenlerin bir takım değişikliklere uğraması söz konusu olabilmektedir.

Depresif bireylerde çökkünlük, sosyal ilişkilerden kaçınma, aleksitimik bireylerde duygularını ifade etmekte zorluk, duygularını anlamlandırmada zorluk yaşama gibi ifadeler çok sık rastlanmaktadır. Bunun gibi öfke de bazı durumlara gösterilen bir tepkidir. Öfkenin alt boyutları olan sürekli öfke, öfke içe vurum, öfke dışı vurum ve öfke kontrol, aleksitimi ve depresyon arasındaki bağ yapılan bazı çalışmalarca gösterilmiştir.

1.1. PROBLEM CÜMLESİ

Boşanmış ve boşanmamış ebeveyne sahip (20-30 yaş arası) yetişkin bireylerde depresyon, aleksitimi, öfke (öfke alt boyutlarında yer alan sürekli öfke, öfke içe vurum, öfke dışı vurum, öfke kontrol) düzeyleri, sadece boşanmamış ebeveyne sahip bireylerin bazı değişkenler açısından aralarında fark var mıdır?

Alt Problemler

1. Boşanmamış ve boşanmış ebeveyne sahip bireylerde depresyon düzeyinde fark var mıdır?
2. Boşanmamış ve boşanmış ebeveyne sahip bireylerde aleksitimi düzeyinde fark var mıdır?
3. Boşanmamış ve boşanmış ebeveyne sahip bireylerde öfke düzeylerinde (sürekli öfke, öfke içe vurum, öfke dışı vurum ve öfke kontrolünde) fark var mıdır?
4. Boşanmış ebeveyne sahip bireylerin cinsiyetine göre depresyon, aleksitimi ve öfke düzeylerinde fark var mıdır?
5. Boşanmış ebeveyne sahip bireylerin kardeş sayısına göre depresyon, aleksitimi ve öfke düzeylerinde fark var mıdır?
6. Boşanmış ebeveyne sahip bireylerin birlikte kaldığı ebeveyne göre depresyon, aleksitimi ve öfke düzeylerinde fark var mıdır?
7. Boşanmış ebeveyne sahip bireylerin ebeveynleri boşandıklarında buldukları yaşa göre depresyon, aleksitimi ve öfke düzeylerinde fark var mıdır?
8. Boşanmış ebeveyne sahip bireylerin diğer ebeveynini görme sıklığına göre depresyon, aleksitimi ve öfke düzeylerinde fark var mıdır?
9. Boşanmış ebeveyne sahip bireylerin aleksitimi, öfke ve depresyon düzeyleri arasında ilişki var mıdır?

1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın amacı, boşanmamış ve boşanmış aileden gelen bireylerin depresyon, aleksitimi ve öfke düzeylerinde bir farklılık olup olmadığını incelemek ve konuyla ilgili alan yazımına katkıda bulunmaktır.

1.3. TANIMLAR

Boşanma: Hukusal olarak kurulmuş bir evliliğin yine yasalar önünde hukuki kararlarla sona ermesidir(TÜİK, 2011).

Depresyon: Köknel (1989) göre Latince kökü ‘depressus’ olan depresyon sözcüğü ‘bitkin, kederli, aşağıya doğru çekmek’ gibi anlamlara gelmektedir. Türkçe’ de kelime anlamı ise ‘çökkünlük, çöküntü’ olarak kullanılmaktadır(Akt. Doğan, Çetin, 2008).

Depresyon Düzeyi: Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ile ölçülmektedir. Her yanıtın 0-3 arasında puanlar elde edilir. Bu puanların toplanmasıyla ölçek değerlendirilmektedir. Ölçekte 21 madde bulunmaktadır. Ölçeğin sonucuna göre; 1-10 arası normal, 11-16 arası orta derece duygu durumu bozukluğu, 17-20 arası klinik depresyon, 21-30 arası orta düzeyde depresyon; 31-40 arası ciddi düzeyde depresyon; 41-63 arası ağır depresyon şeklinde puanlama şekli bulunmaktadır.

Öfke: Kulaksızoğlu’na (2001) göre bir takım duygusal bir tepki olan öfke ‘engellenme, baskı, incinme, hayal kırıklığı’ gibi durumların sonucunda ortaya çıkmaktadır(Akt. Duran ve Eldeleklioğlu, 2005).

Öfke Düzeyi: Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeğinde (SÖÖTÖ) alınan puanlamaya göre ve 4 alt ölçekten alınan puanlara göre hesaplanmaktadır. Öfke duygusu ve ifadesini ölçer. 34 maddeden oluşan ölçeğin ilk 10 maddesi sürekli öfke, sonraki 24 maddesi ise öfke ifade tarzını ölçmektedir. Ölçek içerisinde ki her madde 4’lü likert tipidir. İlk 10 soruya sahip olan Sürekli Öfke ölçeğinden alınabilecek en düşük puan 10, en yüksek puan ise 40’tır. Ölçeğin alt ölçekleri olan, öfke içe vurumu, öfke dışı vurumu ve öfke kontrolü bölümlerinden alınabilecek en yüksek puan 32, en düşük puan 8’dir.

Sürekli Öfke: Anlık olan öfkenin hangi sıklıkla yaşandığını gösteren kavramdır. Ölçek içerisinde ilk 10 maddeyle birlikte ölçülmektedir(Özer, 1994).

Öfke içe vurum: Kişinin öfkesinin içte tutulmasını tanımlayan kavramdır. Ölçek içerisinde ‘13, 15, 16, 20, 23, 26, 27, 31’, maddeleri ile ölçülmektedir(Özer, 1994).

Öfke dışı vurum: Kişinin öfkesini dışarıya yansıtması olarak tanımlanır. Ölçek içerisinde ‘12, 17, 19, 22, 24, 29, 32, 33’ maddeleri ile ölçülmektedir(Özer, 1994).

Öfke kontrolü: Kişinin öfkesini bastırabilmesi, sabredebilmesi, kontrolünü devam ettirebilmesini gösteren kavramdır. Ölçek içerisinde ‘11, 14, 18, 21, 25, 28, 30, 34’ maddeleri kapsar(Özer, 1994).

Aleksitimi: Duygu ve duygularını ifade etmekte sorun yaşama durumudur. Fakat bu insanlar çevreleriyle iyi ilişkiler geliştirebilirler. Ya da kişiler arası ilişkilerde aşırı istek duyma, empati konusunda ve yaratıcılık konusunda zayıflık gibi davranış biçimine sahiptirler(Epözdemir, 2012a).

Aleksitimi Düzeyi: Toronto Aleksitimi Ölçeğinde alınan puanlamaya göre hesaplanmaktadır. Toplam 20 soru bulunmaktadır her sorudan en az 1 en fazla 5 puan alınır. 62 ve üzeri puan alınması aleksitimik özellikler bulunma düzeyini ifade ederken 62 altı puan alınması ise aleksitimik özelliklerin bulunmama düzeyini göstermektedir.

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. BOŞANMA KAVRAMI

2.1.1. Boşanma Tanımı

Evlilik kurumu Türk Medeni Kanunu'na göre bir erkek ve bir kadının rızasını iki şahidin ve bir evlendirme memurunun önünde sözlü ve yazılı olarak dile getirmeleri ve evlendirme memurunun törenden sonra aile cüzdanlarını kendilerine teslim etmeleri ile başlamaktadır. (Adalet Bakanlığı, 2017: 110). Evlilik kurumunu aile içinde ki bireyler, eşler oluşturmaktadır. Aile evlilik kurumunun en temelinde oluşan bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır. Evlilik süreci içerisinde evli olan eşler arasında bir takım olumsuzluklar yaşanabilmektedir. Ersöz (2011) de söylediği gibi eşlerin birbirleri arasında yaşadıkları bir takım bu olumsuzluklar sonucunda da hukuksal olarak kurulmuş bu kurumun yine yasalar önünde hukuksal boyutta sona ermesi durumuna boşanma adı verilmektedir. Boşanma ile birlikte aile olgusunun da sona erdiği söylenebilir.

2.1.2. Boşanma İstatistikleri

Evliliğin olduğu her yerde boşanma da karşımıza çıkabilmektedir. Eşler arasında yaşanan bir takım anlaşmazlıklar sonucu boşanma durumu meydana gelmektedir. Evlenen çiftler kadar ailede ki diğer fertler için de, varsa çocuk için de zorlu bir süreç olan boşanma olgusu ne kadar istenmeyen bir durum olsa dahi gün geçtikçe ülkemizde ve dünya da bu olgu giderek artmaktadır;

Benedek ve Brown (1997) Amerika Birleşik Devletleri üzerinde yapılan bir çalışma da 1950'lerde düşük olan boşanma olgularının 1960 ve 1970'ler ile birlikte arttığını ve 1975 yılından itibaren her yıl yarım milyon fazla çocuk sahibi olan evli bireylerin boşandığını belirtmişlerdir(Akt. Aydın, Baran, 2010).

Türkiye İstatistik Kurumu'na ait verilere bakıldığında Türkiye genelinde, 2005 ve 2014 yılları arasında gerçekleşen 9 yıllık boşanma verileri 2.1. Tabloda ulunmaktadır:

Tablo 2.1. 2005-2014 Yılları Arasında Türkiye'de Boşanma(TÜİK, 2014).

Yıl	Boşanma Sayısı	Yıl	Boşanma Sayısı
2005	95.895	2010	118.568
2006	93.489	2011	120.117
2007	94.219	2012	123.325
2008	99.663	2013	125.305
2009	114.162	2014	130.913

TÜİK'den (2014) ulaşılan verilere bakıldığında, boşanan kişilerin sayısı her geçen yıl artış göstermektedir. Bu artış özellikle 2009 yılında daha da fazlalaşmaktadır. Ayrıca TÜİK 2015 verilerinde evlenen kişilerin sayısı bir önceki yıla göre %0,5 artarak 2015 yılında 602 bin 982 sayısına varmaktadır. Boşanan kişilerin sayısı bir önceki yıla göre %0,7 artarak 131 bin 830 olduğu gözlemlenmiştir(TÜİK, 2015).

Türkiye İstatistik Kurumunun 2005- 2014 yılları arasındaki artış oranlarına bakıldığında boşanma oranlarının her geçen yıl istikrarlı bir artışı görülmektedir. Ayrıca Dünyada bazı ülkelerde ki boşanma oranlarına bakıldığında bu oranların göz ardı edilemeyecek şekilde olduğunu görebilmekteyiz.

Dünya ülkelerinde boşanma istatistiklerine bakıldığında da ülkemize benzer şekilde boşanma oranlarında artış görülmektedir. Bu oranlar binde şeklinde aşağıda tablo içerisinde ülkelerin yanlarında verilmiştir. Bu oranlara dair bilgi 2012 yılında "www.nationmaster.com" (18/02/2012) sitesinden edinilmektedir(Akt. Akyol, 2013).

Ülkeler/Boşanma oranlarındaki artışlar	Finlandiya'da 1.85	Panama'da 0.68
ABD'de 4.95	Tatar'da 0.97	Suriye'de 0.65
Rusya'da 3.36	Portekiz'de 0.88	Tayland'da 0.68
İngiltere'de 3.08	Arnavutluk'ta 0.83	Şili'de 0.38
Danimarka'da 2.81,	Tunus'ta 0.82	Türkiye'de 0.37
Yeni Zelanda'da 2.63	Singapur'da 0.80	Meksika'da 0.33
Avustralya'da 2.52	Çin'de 0.79	İtalya'da 0.27
Kanada'da 2.46	Yunanistan'da 0.76	Brezilya'da 0.26

TÜİK verilerine göre Türkiye'de 1993 den bu yana boşanma oranlarının %80,7 oranında arttığı gözlemlenmektedir. 1993 yılında 27.725, 2004 yılında 50.108, 2006 yılında ise 93,489 boşanma vakası bulunmaktadır. Bu da bize gün geçtikçe Türkiye de boşanma oranlarının yükseldiğini göstermektedir. Benzer şekilde Kırgızistan, Tataristan ve Kazakistan boşanma verilerine baktığımızda; Tataristan 1988-1995 yılları arasında karşılaşılan boşanma oranlarının arttığı görülmektedir. Kırgızistan 2004 (5211)- 2005 (6097) ve 2006 (6870) yıllarındaki boşanma vakaları kayda alınmış bulunmaktadır. Kazakistan da 2000 yılında 1000 kişi başına boşanma 1,8 şeklinde belirtilmiştir(Akt. Süleymanov, 2010).

Yukarıda belirtilen çalışmalar göz önüne alındığında boşanma oranlarının ülkemizde ve Dünya ülkelerinde hızla arttığı görülmektedir.

2.1.3.Boşanma Nedenleri

Boşanmanın farklı birçok nedeni bulunmaktadır. Bu nedenler arasında psikolojik, toplumsal, kültürel ya da evli olan bireyler arasında ki sorunlar yer almaktadır.

Keskin'in (2007) yaptığı çalışmasında genel olarak boşanmanın psikolojik ve toplumsal nedenlerini ele almıştır. Keskin'e göre boşanma sebepleri; 'geçimsizlik, ekonomik durum, eğitimsizlik, kıskançlık, yaş farkı, zina, şiddet, eşlerin yaşadıkları cinsel sorunlar, evliliğin küçük yaşlarda yapılması, kültürel değişiklikler, zorunlu evlilikler, kullanılan maddeler ya da bir takım alışkanlıklar, psikolojik sorunlar' şeklindedir.

Tuncer (2009) ülkemizde ki aile yapısını incelediği bir çalışma içerisinde boşanma sebeplerine yer vermiştir. En önemli boşanma nedeni olarak aldatma %31.9 alırken bu sırayı sorumsuz, ilgisiz davranma %20.1, şiddet ya da kötü muameleden dolayı %11.9 şeklinde devam etmektedir(Akt. Akyol, 2013).

Süleymanov (2010) çalışmasında boşanmanın başlıca sebebi olarak şiddetli geçimsizlik olduğunu belirtmiştir.

2.1.4. Boşanmanın Çocuklar Üzerindeki Etkileri ile İlgili Araştırmalar

Boşanma olgusu birçok çalışmaya konu olmuş bir kavramdır. Boşanma insanın ve ailenin oluştuğu her an karşılaşılabilen bir durumdur. Eşler bazı olumsuz sebeplerden dolayı yollarını ayırmak istemektedirler. Bu olgu, yollarını ayırmak isteyen çiftleri etkilediği kadar ailedeki bütün bireyleri ve özellikle çocukları yakından etkileyebilmektedir(Ersöz, 2011). Boşanma kavramının geniş bir olgu olduğunu söyleyebiliriz. Çiftler boşanma sürecinden etkilenebildiği gibi kimi zaman en büyük etkilenen tarafta genellikle çocuklardır. Bu bağlamda boşanan çiftlerin çocuklarıyla alakalı birçok çalışma karşımıza çıkmaktadır.

Yapılan çalışmalara göre sağlıklı aile ortamı ve sağlıklı evliliklerin çocuklar için son derece önemli olduğu görülmektedir. Boşanmış ebeveyne sahip çocuklar bir takım sorunlar yaşamaktadırlar. Bu sorunlar genellikle üzüntü, öfke ve suçluluk duyguları olarak karşımıza çıkmaktadır(Uşaklı, 2013).

Erürker (2007) bir grup boşanmış ve boşanmamış ebeveyne sahip 5-6 yaş grubu çocuklarda bilişsel işlevlerle ilişkisini incelemiştir. Bu araştırmanın sonuçları bize boşanmış ebeveyne sahip çocuklara göre boşanmamış ebeveyne sahip çocukların bilişsel işlev açısından daha olumlu yönde fark bulunduğu yönündedir.

1991 yılında Spigelman ve Spigelman'ın 10-12 yaş grubu boşanmış ve boşanmamış ebeveyne sahip çocukların üzerinde depresyon ve kaygı düzeylerinin farklı olup olmadığını belirlemek amacıyla yaptıkları bir çalışma gösteriyor ki boşanmış aile

çocuklarının depresyon belirtilerinin ve duygusal hassasiyeti boşanmamış aile çocuklarına göre daha yüksektir. Bunun yanın da boşanmış aile çocuklarının boşanmamış aile çocuklarına göre daha fazla psikolojik problem riski taşıdığı bulgusu elde edilmiştir. Aynı araştırmaya göre boşanmış aileden gelen çocukların boşanmamış aileden gelen çocuklara oranla daha yüksek düzeyde düşmanlık, saldırganlık, öfke patlamaları ve kaygı gösterdikleri bulunmuştur(Akt. Çivitçi, Çivitçi, Fiyakalı, 2009). Çivitçi, Çivitçi ve Fiyakalı (2009) yaptıkları aynı çalışmada boşanan ve boşanmayan ebeveyne sahip ergenlerin yalnızlık ve yaşam doyumu üzerindeki rolü incelenmiştir. Sonuç olarak ise anne babası boşanmış olan ergenlerin yalnızlık ve yaşam doyumları düzeyleri açısından boşanmamış ebeveyne sahip ergenlere göre daha dezavantajlı bir durumda oldukları görülmüştür.

Şentürk (2006) yaptığı bir başka çalışmaya göre yine boşanan ailelerin en çok olumsuzluklardan etkilenenlerin çocuklar olduğu saptanmıştır. Ayrıca boşanmanın ardından ailenin devam eden sorumlulukları yerine getirememesi çocuğun hayatında farklı problemler olarak ortaya çıkabilmektedir. Bir başka çalışmada yer alan bilgiye göre boşanmış ebeveyne sahip çocukların hayatlarında bir takım sorunlar görülmektedir. Bu sorunlar korku, üzüntü ya da öfke, suçluluk, psikolojik ya da fiziksel olarak yüzeye çıkmaktadır(Akt. Aydın, Baran, 2010).

155 ebeveyni boşanmış ergenlerle yapılan bir çalışma içerisinde anne babalarının ayrılmalarında bu çocukların kendilerini suçladıkları ve kendilerine yönelik öfke duyduklarını ve bu hislerinin benlik değeri ve bilişsel çarpıtmalar arasında anlamlı farklılıklar görülmektedir(Kuyucu, 2007).

Fiyakalı (2008) yılındaki bir başka çalışmasında ise boşanmış, boşanmamış ebeveyne sahip ergenlerin öfke düzeylerini incelemiştir. 453 boşanmış ebeveyne sahip, 383 boşanmamış ebeveyne sahip öğrencilerle yapılan çalışma da iki grubun karşılaştırılması sonucu ile anne babası boşanmış olan ergenlerin öfke düzeyleri açısından boşanmamış ebeveyne sahip ergenlere göre daha dezavantajlı bir durumda oldukları görülmüştür.

Ebeveynin boşanmış boşanmamış olma durumu ve saldırganlık düzeyi açısından incelenen 1223 lise öğrencileri üzerinde yapılan bir başka çalışma da gösteriyor ki anne babası ayrılmış ya da herhangi biri üvey olan çocukların saldırganlık düzeyi daha yüksek olduğu saptanmıştır(Karahan ve ark. 2009).

2.1.5.Boşanma Olgusunun Çocukların İleriki Dönem Yaşantılarına Etkileri

Akyüz'ün (1978) de belirttiği gibi çocuğun gelişiminde en önemli etkiye sahip olan ailenin boşanması ile çocuğun hayatında yaşam boyu bir etkiye sahip bir olay meydana gelmektedir(Akt. Akyol, 2013). Boşanma durumu eşleri etkilediği kadar boşanan kişilerin çocuklarını da yakından etkilemektedir. Boşanmanın uzun süreli etkileri araştırıldığında ise çocukluk ya da ergenlik dönemlerinde bu durumlara şahit olan çocukların, yetişkinlik yaşantıları boyunca farklı açılardan daha çok sorunlar yaşadıkları

görülmüştür (Öngider, 2013). Yapılan birçok araştırmada boşanmanın eşleri etkilediği kadar çocukları ve ailedeki diğer fertleri de yakından etkilemektedir. Çalışmalar çocukları etkileyen bu olgunun sadece ebeveynlerinin boşandıkları zaman içerisinde ki çocukların bulunduğu yaşla sınırlı kalmadığına, ileriki yaşamlarını da etkileyebilmekte olduğu yönündedir.

Amato ve Keith 1991 yılındaki çalışmalarında anne babaların boşanırken çocukları da farklı şekillerde bu durumdan etkilenmektedirler. Boşanmış ebeveyne sahip olan çocukların anne ve babalarının boşanma sırasında çocuğun yaşının en önemli etkilerden biri olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca bu etkileri ileriki yaşamlarında da tekrar yaşayabilme ihtimallerinin bulunmakta olduğunu belirtmişlerdir(Akt. Türkarıslan,2007).

Boşanma eşler yanında ailedeki bütün bireyleri özellikle çocukları yakından etkiler. Evlilik süreci sona erme zamanında eşler yollarını ayırırken çocukların alıştıkları düzende bir yandan sona ermektedir. Çocuklar ve ebeveynlerden biri birbirlerinden ayrı kalmak zorunda kalabilmektedirler. Bunun gibi bu durum yaşadıkları ev, ortam, arkadaşları gibi hayatlarında bir takım değişimleri beraberinden getirebilir. Boşanmanın yol açtığı psikolojik problemler kendini birden gösterebileceği gibi hayatlarının ilerleyen zamanlarında da bu problemler ortaya çıkabilir. Hatta bu etkiler ömür boyu bile sürebilmektedir(Serin, Öztürk, 2007)

2.2. ALEKSİTİMİ

2.2.1. Aleksitimi Kavramı

Aleksitimi kavramı Sifneos (1972) tarafından kullanılmaya başlanmış bir kavramdır. Aleksitimi kelime olarak Yunancadan ‘lexis – söz’ anlamına gelen, ‘thymos ise duyu’ anlamına gelen iki kelimenin birleşmesiyle birlikte ortaya çıkan bir kelimedir(Sifneos, 1973; Akt. Epözdemir, 2012b). Dereboy (1990) ise Yunanca kelimeden gelen aleksitimi kavramının Türkçeye ‘Duygular için söz yoksunluğu’ şeklinde çevrilmiş olduğunu belirtmiştir(Akt. Batıgün, Büyükşahin, 2008).

Duyguların anlamlandırmada yaşanan güçlük yaşanması şeklinde karşımıza çıkan aleksitimi başlangıçta psikosomatik durumları anlaşılır kılmak amacıyla ortaya atılmış daha sonralarda bu kavramın sağlıklı olan bireylerde de sıkça görülen bir kişilik özelliği olduğu anlaşılmıştır. Aleksitimi görülen bireylerde günlük yaşamlarında duyguları ifade etmede zorluk yaşadıkları belirtilmiştir(Torun, Torun, Yıldırım, 2011). Benzer şekilde Güleç, Gökçe, Hocoğlu ve Sayar (2007) aleksitimiye duyguları tanıma, tanımlama ve bunları ayırt etmede güçlük yaşanan bir kişilik özelliği şeklinde nitelendirmişlerdir.

Aleksitimi görülen bireyleri tanımlayan Sifneos (1977) bu bireylerin normal bir bireyden farklı olmadığını, onlarında duyu besleyebildiklerini vurgulamıştır. Fakat bunun yanında bu kişilerin sadece kendi duyguları tanımlamada, bu duyguları ayırt etmekte ve düşünceleriyle duyguları arasındaki bağlantıyı kurmakta yaşadıkları zorluklar olduğunu da belirtmektedir(Akt. Koçak, 2016). Ayrıca aleksitimik bireyler

duyguları ifade edebilmede yaşadıkları zorlukların yanı sıra genellikle yüzlerindeki donuk ifadeleriyle, tebessümden uzak olan bireyler olarak karşımıza çıkmaktadır. Bunların yanı sıra aleksitimi belirtilerinin birçok farklı yoldan etkileri olduğu düşünülmektedir. Bu etkilerin başında ise çocuğun aile ortamında yaşanan yıkıcı, sarsıcı olayların aleksitimi belirtileri tetiklediğidir(Eden,2005). Zamanla bir kişilik özelliği haline gelen aleksitimi duygu, düşünceleri ifade edebilmedeki zorluk ya da duygu düşünce arasındaki bağlantıları kurabilmede ki zorluklar olarak karşımıza çıkmaktadır. Aleksitimi belirtilerinin farklı nedenleri olduğu düşünülse de kişinin aile ortamında yaşadığı yıkıcı olayların büyük etkide tetiklediği söylenmektedir.

2.2.2. Aleksitimi Kavramının Kuramsal Boyutu

Aleksitimi kavramı için çok farklı görüşler oluşmaktadır. Bazı görüşlere göre aleksitiminin bir kişilik yapısından kaynaklandığı oluştururken bazılarına göre ise psikosomatik bir belirti ya da zihinsel bir bozukluk şeklinde tanımlanmaktadır. Hatta nörolojik bir sorun ya da kültürel etkenler olduğunu savununlar da bulunmaktadır. Bu bölümde ise aleksitimi kavramının kuramsal boyutları ve bu kavramın oluş nedenleriyle ilgili çeşitli yaklaşımlara yer verilmiştir.

2.2.2.1. Davranışçı ve Sosyokültürel Kuram

Davranışçı yaklaşım temelinde bireyin her türlü davranışının sosyalleşme süreci içerisinde ki öğrenme yoluyla meydana geldiği yatmaktadır. Her türlü davranış içerisinde bireyin normal ve normal olmayan davranışları bulunmaktadır. Sosyokültürel kuramın temeline göre de davranışın temeli olarak sosyal öğrenme ve kültürel etkenlerin olduğudur. Bu kültürel etkenler ve öğrenmeler sonucu aleksitimik davranışlar en önemli etken olarak vurgulanmaktadır(Sallıoğlu, 2002).

Stoudemire (1991) aile içerisindeki iletişim sorunu yaşayan çocukları duygu ve düşüncelerini ifade edemeyen çocuklar olarak tanımlamıştır. Duygu ve düşüncelerini ifade etmekte zorluk çeken bu çocuklar duygu düşüncelerini bastırırlar. Diğer bir durumda ise bu çocuklar bastırdıkları düşüncelerini fiziksel yolla ifade etmek zorunda kalabilirler. Bu şekilde tanımlanan bastırma ve ifade yöntemi aleksitimiklerin kullandığı bir yöntem olarak karşımıza çıkmaktadır(Akt. Burç, 2015).

Katan (1961) göre bireyin iletişim kurma yeteneklerinin aile içerisinde ki diğer büyük fertleri model alarak ortaya çıktığını belirtmiştir. Aile içinde ki bu büyük bireylerin duygusal durumlara verdikleri tepkiler çocuklar için bir öğrenme modeli niteliğindedir. Davranışçı öğrenme modeli aleksitimik bireylerdeki bedensel belirtilere bu hatalı öğrenme sonucu ile oluştuğunu açıklamıştır(Akt. Sallıoğlu, 2002).

2.2.2.2.Bilişsel Kuram

Bu kurama göre mantık dışı istemsiz oluşan düşünceler, çarpıtmalar gibi sonuçlar aleksitimiye neden olmaktadır. Beck (1995), psikolojik sorunların temelinde işlevsel olmayan ya da bozulmuş bilişsel süreçlerin yattığını belirtmiştir. Yaşamın ilk yıllarından itibaren kişinin temel düşünceleri şekillenmeye başlar, temel düşünceler bir araya toplanarak inançları, varsayımları, bunlarında bir araya gelmesi ile birlikte şemalar meydana gelmektedir. Bireylerde ki farklı bilişsel çarpıtmalar onların duygu ve davranışlarını belirler.

Bilişsel kuramı benimsemiş bazı çalışmacılara göre bilişsel süreçlerde ki çarpıtmalar, mantık dışı düşünceler, bilişsel gelişim dönemdeki bazı eksikliklerden kaynaklanan durum sonucu aleksitimik özellikler meydana gelmektedir(Bağcı, 2008).

Piaget'in bilişsel gelişim kuramını temel alarak Lane ve Schwartz (1987) taraflarından geliştirilen bilişsel gelişim modeline göre duygu olarak yaşanan ne varsa 'duygusal uyanışın' bilişsel işlemlerden geçmesinin bir sonucudur. Bilişsel gelişim için Piaget'in tanımladığı beş evre, duygusal gelişim içinde tanımlanabilir. Tanımlanan beş evrenin altında ki evrelerde ayrıştırılmayan duygulara sahipken ve bedensel nitelikteyken, üst evrelere geçildikçe duygular ayrıştırılmış hal alır. Aleksitimik özelliğine sahip bireyler bu bağlamda alt evrelerde takılı kalmış kişilerdir(Koçak, 2003).

2.2.2.3.Nörofizyolojik ve Genetik Kuram

Nörofizyolojik ve genetik kurama göre aleksitimik özellikler beyin yarım küreleri arasındaki kopukluklardan meydana gelmektedir.

Nemiah (1975) kurama göre aleksitimiye beyin yarım küreleri arasındaki kopukluk yol açmaktadır. Beyne gelen uyarıların kopukluk nedeniyle duygusal yanıtlara çevrilememesi sonucu ortaya çıkmaktadır(Epözdemir, 20012; Akt. Uzun, 2016).

Macleane (1949) aleksitimik özellikler gösteren psikosomatik hastaların çocuksu kişiliklerini ve bu kişilerin duygusal durumlara bedensel tepkiler vermelerini, 'neokorteks ve visseral' beyin arasında hatalı iletişim olabileceğini belirtmişlerdir(Lesser, 1981; akt. Burç, 2015).

2.2.2.4. Psikoanalitik Kuram

Bu kurama göre davranışın temelini kişinin duygu ve düşüncelerini bilinçsiz şekilde bastırmalar oluşturmaktadır. Psikoanalitik kurama baktığımızda aleksitimi, duygu ve düşüncelerin bastırma sonucu ortaya çıkan bir olgudur.

Psikoanalitik yaklaşımı benimsemiş araştırmacılara göre aleksitimi kavramı kişinin yaşamın ilk yıllarına, bebeklik, çocukluk dönemlerine bağlı olarak gelişmektedir. Bu dönemde çocuk ve ebeveyn ilişkisi ya da ebeveynin çocuğa olan tutumu çocukların ileriki yaşamlarında aleksitimik özelliklerinin gelişebileceğine yöneliktir(Yıldız, 2013).

Psikoanalitik kurama göre aleksitimi kavramını açıklayan Mc Dougall bu kavramın farklı sebeplerden dolayı ortaya çıktığını fakat yaşamın ilk yıllarında ki anne çocuk arasında ki bağlanma sürecinde yaşanan sorunların önemini vurgulamaktadır. Bu dönemde çocuk anne arasında ki bağlanma sorunlarına bağlı olarak çocukta benlik kurma ya da imge oluşturma becerisinde sorunlar meydana gelmektedir. Benlik kurmada zorluk yaşayan çocuk duygularını sözel ifade edebilme güçlüğü yaşayabilirken, imge oluşturmada zorlanan çocuk ileri ki yaşamında hayal kurma becerilerinden uzak kalabilmektedir. Hayal kurma ve sözel ifade becerinin güçleşmesi çocuğun ileriki yaşamında aleksitimik özelliklerin oluşmasına neden olabileceğini belirtmişlerdir(Mc Dougall, 1982; akt. Aydemir, 2010).

2.2.3. Aleksitimi Kavramının Temel Özellikleri

Sifneos aleksitimi tanımına göre bu bireyler duygusal işlevlerinde ve insanlarla olan ilişkilerde güçlük çekerler. Diğer insanlar gibi düşünebilen, anlatabilen kişiler olsalar da duygu ve düşünceler arasında bağ kurmakta başarısızlık yaşayan kişilerdir. Hatta bazen bu kişiler başka bir dünyadan gelmiş izlenimi verebilirler. Leser, Sifneos, Taylor ve ark. gibi araştırmacılar birlikte aleksitimi kişilik özelliğinin belirlenmesinde fikir birliği içine girerek aleksitimi kavramını dört temel başlık altında toplamışlardır. Bu dört temel başlık;

1. Duyguları fark etme, ayırt etme ve tanımlama güçlüğü.
2. Hayal kurma, düşlem yaşantıda kısıtlılık.
3. İşe vuruk - işlemsel düşünme eğilimi.
4. Dış merkezli-uyum sağlamaya yönelik bilişsel yapı

şeklindedir(Akt. Koçak ve ark., 2015).

Duyguları fark etme, ayırt etme ve tanımlama güçlüğü:

Aleksitimik belirtiler gösteren bireyler normal insanlardan farklı olarak duygularını fark etmekte, duygu ve düşünceleri arasındaki farkları ayırt etmekte ya da duygularını sözcüklerle tanımlamakta güçlük çekmektedirler.

Aleksitimik belirtileri görülen bireylerde en çok dikkat çeken duygularını tanıma ve tanımlamadaki zorluk olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bireyler günlük hayatta yaşadıkları duyguları yüzeysel olarak bahsetmektedirler. Duyguları sorulduğunda bu duyguları ayırt etmekte ve duygularını sözcüklerle dile getirmede zorlanmaktadırlar. 'Kızgınlık, öfke, utanma' gibi duygu ifadelerini kullanmak yerine daha yüzeysel bir tabirle 'rahatlama, rahatsız olma' şeklinde dile getirmeyi tercih ederler. Duygusal ifade edişlerinde ki yüzeyselliğin yanı sıra duruşlarında ki donukluk, duygularının yüzlerinden belli olamamasıyla bu bireyler dikkatimizi çekebilmektedirler(Lesser, 1981; Akt. Bağcı, 2008).

Hayal kurma, düşlem yaşantıda kısıtlık:

Aleksitimi hayal kurma da yaşanan güçlükleri de beraberinde getirmektedir. Bu insanlar genellikle düşlem yaşantılarında zorluk çeken, hayal kurma güçleri zayıf olan bireylerdir.

Aleksitimik bireylerin hayal güçleri zayıftır. Hayal kurmayı bir zaman kaybı olarak gören bireyler duygularını çağrıştıracak bütün hayallerden uzak kalmayı tercih ederler(Lesser, 1981; Sifnos, 1988, Taylor ve Bagby, 1988; Akt. Aygen, 2011).

İşe vuruk- işlemsel düşünme eğilimi:

Aleksitimik bireyler duygularını ifade edebilme, duygularını söze dökme güçlüğü yaşayan bireylerdir. Fakat bunun yanında bu bireyler çevreleriyle uyum içinde yaşayabilmektedirler. Duygularından uzak 'robot- mekanik' şeklinde bir yaşam tarzları vardır. Aleksitimik bireyler diğer bireylerden farklı olarak yaşamlarında karşılaştıkları sorunlarla, insanlarla olan iletişimlerde her zaman yüzeysel olmayı tercih etmektedirler. Bazen bu kişiler sorunlarla karşılaşmamak için önlemlerini alarak problemin üzerini en kısa yoldan kapatmayı tercih edebilmektedirler(Taylor, 1991, Lesser, 1985; Akt. Koçak, 2002).

Dış merkezli-uyum sağlamaya yönelik bilişsel yapı:

Aleksitimik bireyler çevresel faktörlere, dış uyaranlara önem veren, genellikle dışa dönük kişilik özelliğine sahiptirler. İnsanlarla iyi ilişki kurabilen uyum içinde ilişkilere sahip bireylerdir. Dış kontrolleri fazla olsa da bu kişiler çoğunlukla empatiden yoksun, yalnızlığı tercih eden ve kişilere bağımlı olma eğilimde bireyler olarak karşımıza çıkmaktadırlar(Bayraktutan, 2014).

2.2.4. Aleksitimi Kavramı ile İlgili Araştırmalar

Aleksitimi kavramıyla ilgili literatür gözden geçirildiğinde bir çok çalışmaya rastlanmıştır. Bu çalışmalara bakıldığında yalnızlık düzeyi, sosyoekonomik durum, cinsiyet gibi farklı değişkenlerle aleksitimi ilişkisinin incelendiği görülmektedir. Bu bölümde ise aleksitimi kavramıyla ilgili ulaşılan çalışmalar yer almaktadır.

Aleksitiminin farklı düzeylerle ilişkileri yapılan çalışmalarca gösterilmektedir. Bunlardan biri ise Koçak'ın yaptığı iki çalışma da aleksitimi ve yalnızlık düzeyleri arasında ki ilişkidir. Aleksitimi ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amacıyla yapılan109 kız, 121 erkek öğrenciden oluşan toplamda 230 üniversite öğrencileri ile beraber yapılan bir çalışma bize aleksitimi ve yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır(Koçak, 2016). Koçak'ın (2003) Ankara Üniversitesi 3. Sınıf öğrencileriyle yapmış olduğu bir çalışma da 'Duygusal İfade Eğitim Programının' üniversite öğrencilerinde aleksitimi ve yalnızlık düzeylerine etkisini incelemiştir. Çalışma çeşitli öğretmenlik bölümünde okuyan 30 öğrenciden oluşmaktadır. Çalışma da

'Duygusal İfade Eğitim Programı' öğrencilere verilmeden aleksitimi yalnızlık düzeyleri ölçülmüş daha sonra eğitim verilmenin akabinde ölçülmüştür. Çalışmanın sonucuna bakıldığında verilen eğitimin öğrencilerinin aleksitimi ve yalnızlık düzeylerini azaltmalarında etkili olduğuna yöneliktir.

Yapılan bazı çalışmalara bakıldığında aleksitimi görülme sıklığının cinsiyete göre farklılıklar gözlemlenebilmektedir. Türk'ün (1992) çalışmasına göre psikosomatik özellikler gösteren, sosyoekonomik düzeyleri düşük bireylerde ve kadın öğrencilerde aleksitimik özelliklerin görülme sıklığı daha fazladır. Bir başka çalışmaya göre ise farklı sonuçlar elde edilerek erkeklerde aleksitimik olma düzeylerinin daha fazla olduğu bulunmuştur. Levant, Hall ve arkadaşlarının (2009) yaptıkları bir çalışma da kadın ve erkeklerde aleksitimik düzeyleriyle ilgilidir. Cinsiyete bağlı olarak aleksitiminin farklılık gösterip göstermediği araştırılmaktadır. Çalışmanın sonuçlarına göre erkeklerde aleksitimik olma düzeyleri kadın bireylere göre daha fazla olduğu saptanmıştır.

Aleksitimi konusunda yapılan başka çalışmalara bakıldığında çocukların otizm derecelerinin annelerinin aleksitimi düzeyine, kaygılı bağlanma ve psikolojik belirtilerin fazlalığına dair ya da ebeveyn bağlanma ile aleksitimi kavramı ilişkilerine değinilmiştir. Aygen'in (2011) otizm tanısı almış çocuk ve ergenlerin annelerinin aleksitimi düzeyini araştırdığı bir çalışma da çocukların otizm derecelerinin, annelerinin aleksitimi düzeyine etkilediği görülmüştür. Aleksitimi düzeyleriyle ilgili sağlıklı bireylerle yapılan bir başka çalışmada aleksitimik düzeylerinin yüksek olan bireylerde psikolojik belirtilerinin fazla olduğu bunun yanında bu bireylerin kaygılı bağlanma puanlarının da fazla olduğu yönündedir (Batıgün, Büyüksahin, 2008). Gil ve ark. (2008) 40 kadın fibromiyalji hastalarıyla yaptıkları çalışma da ebeveyn bağlanma ve aleksitimi arasında ki ilişkiye yöneliktir. Araştırmanın sonucu ise aleksitimi kavramının anlamı olan 'duyguları ifade etme gücü' ile ebeveyn bağlanma arasında ki ilişkinin güçlü olduğu şeklindedir (Akt. Ergün, 2008).

2.3. DEPRESYON

2.3.1. Depresyon Kavramı

Duygu durumu bozukluğu içerisinde yer alan depresyon tanımı eski çağlardan günümüze kadar gelmektedir. M.Ö 3000 yıllarında bu kavramın sınıflandırmaları başlamıştır. Depresif belirtiler gösteren bireylerde normal bireylere göre ayıran bazı özellikler bulunmaktadır. Bu özellikler; günlük yaşamlarını etkileyebilecek düzeyde fiziksel işlevsellikte bozulmalar (uyuma, yeme düzeninde değişimler ve cinsel istek değişimleri), kişinin sosyal hayatındaki rollerde bozulmalar (ev, iş, aile ve okul), kendine zarar verme düşüncesi ya da girişimleri, gerçeği değerlendirme işlevinde bozulmalar oluşu gibi özellikler bulunmaktadır (Doğan,2000; Akt. Saykan, 2016).

Melges'in (1969) depresyonun temel sorunu olarak umutsuzluğun olduğunu fakat bunun yanında da umutsuzluğa eşlik eden duygular olarak değersizlik, mutsuzluk, kararsızlık, çaresizlik, eyleme geçemem, işlerini sürdürmem ve suçluluk olarak sıralamıştır(Dilbaz, Seber, 1993).

2.3.2. Depresyon Belirtileri

Savrun'da (1999) bahsettiği gibi depresyon sözcük anlamıyla çökkünlük olarak dilimize geçmiştir. Depresyon zaman zaman anlık ruh haliyle zaman zaman da bir hastalık olarak hayatımıza girebilmektedir. İnsanların hayatlarında belirli dönem sıkıntı yaşadıkları kendilerini mutsuz hissettikleri zamanlar olabilir. Fakat depresyon hastalığından bahsedilen bu durumun semptom halini alması durumudur.

Depresyon çeşitli belirtileri olan çökkün ruh halidir. Çökkün ruh hallerine kişinin yaşamında karşılaşılan olumsuz deneyimlerine bağlı olarak uyku problemleri, yeme problemleri ya da fiziksel ağrılar gibi bedensel tepkilerle ortaya çıkan bir duygu durumudur.

Bu duygu durumunun DSM-V Tanı ölçütlerine göre çeşitli belirtileri yer almaktadır;

En az iki haftada aşağıda yer alan belirtilerin beş tanesi görülmelidir. İşlevsellik düzeyinde değişiklik bulunması gerekmektedir. Belirtilerden en az birinin depresif duygu durumu ve ilgi yitirme olmalıdır.

DSM-V majör depresif bozukluk ölçütleri şu şekildedir;

- 1.Neredeyse her gün, gün boyu süren depresif duygu durumu,
2. Haz yitimi (anhedoni),
3. Kilo vermeye çalışmadan ya da almaya çalışmadan oluşan kiloda ki değişimler,
4. Uykusuzluk(insomnia) ya da aşırı uyku(hipersomnia) yaşama,
5. Psikomotor ajitasyon ya da retardasyonun olması,
6. Kendini bitkin hissetme, enerji düşüklüğü,
7. Hissedilen değersizlik ya da suçluluk duyguları,
8. Düşünme ya da odaklanmalarda güçlük yaşanmalar,
9. Kendine zarar verici düşünceler, girişimler ya da planlamalar(DSM-V).

Ayrıca Köroğlu'nun (2006) belirttiği depresyonun dört belirli alanı bulunmaktadır. Bunlar; bedensel, duygusal, düşünsel ve davranışsal belirtilerdir(Akt. Uzdu, 2016).

Bedensel Belirtiler: Uyku, yeme düzeninde eskiye oranla azalmalar artmaların bulunması, cinsel istekte ki bozulmalar, bedensel ağruların ortaya çıkması görülebilir.

Duygusal Belirtiler: Depresif belirtiler yaşayan bireylerde duygusal olarak çökkün ruh hali, umutsuzluk, değersizlik, ümitsizlik, özgüven yitimi, suçluluk gibi hisler ortaya çıkabilir.

Düşünsel Belirtiler: Kişilerde eski yaşamına oranla dikkatinde eksilme ya da olaylar durumlar karşısında karar vermekte güçlük çekme görülebilir.

Davranışsal Belirtiler: İşlevsel olarak yaşamında bozulmalar meydana gelebilir. Öz bakımında azalmalar, sosyal ortamdaki kaçmalar ya da belirli sorumluluktan kaçarcasına davranışlar görülebilmektedir.

2.3.3. Depresyonun Nedenleri

Depresyonun farklı nedenleri bulunmaktadır. Bunların bir kaçı; biyolojik kökenli nedenler, sosyal nedenlere bağlı şekilde gelişen veya kişisel etkenlere bağlı ortaya çıkan nedenlerdir. Bu bölümde depresyonun nedenlerine kısaca değinilmiştir.

2.3.3.1. Biyolojik Nedenler

Depresif belirtilerin sebeplerinden en çok konuşulan ve geçmiş yıllarda da araştırmalar yapılan konulardan biride biyolojik nedenlerdir. Biyolojik nedenlere bakıldığında depresyonun oluşumu kalıtımın yanı sıra biyokimyasal problemlerden kaynaklanmaktadır.

Kalıtımsal Neden:

Genetik olarak yatkınlık oluşan depresyon olgusuyla ilgili çeşitli çalışmalar bulunmaktadır. Bu çalışmalardan biri içerisinde hayatının bir döneminde depresif belirtiler göstermiş ya da depresyon tanısı almış bir ebeveyne sahip çocukların depresyona yatkınlığı %15 olarak belirtilmiştir. Her iki ebeveynde depresyon tanısı almış ise çocukta görülme olasılığı bu kez %40 olarak artmaktadır (Akt. Gökçe, 2007).

Luxember (1930) çift ve tek yumurta ikizlerinin üzerinde yaptığı çalışma sonucunda görülmüştür ki tek yumurta ikizlerinde %66, çift yumurta ikizlerinde %20 depresyon görülme oranları yer almaktadır. Biyolojik olarak depresif belirtileri ortaya çıkarma riskini arttırdığını gösteren İlhan (2009) çalışmasında evlat alınan çocuğun depresyon taşıma riski üzerinde durmuştur. Evlat alınan çocuğun öz ailesinde depresyon belirtileri bulunuyorsa yetiştiği çevre, aile depresif belirtiler göstermese dahi çocuğun depresyon riski bulunmaktadır. Çalışmalar bize depresif belirtileri olan ebeveyne sahip çocukların, depresif özellikler göstermeyen ebeveyne sahip çocuklara oranla daha fazla depresif belirtileri riski taşıdığını göstermektedir (Akt. Duran, 2016).

Aile içerisinde ebeveynlerden birinde depresif belirtilerin varlığı çocukların psikopatolojisini yükseltmektedir. Özellikle her iki ebeveynde de bulunan depresyon çocuk için bu riski daha da arttırmaktadır. Depresif belirtiler görünen ergen ve çocuklarla yapılan çalışmalar çocukların birinci dereceden akrabalıkla ilişkili olduğuna yöneliktir. Akrabalarında bulunan depresyon çocuğun erken depresyon belirtilerinin oluşumuyla ilişkilidir(Parker, Roy, 2001; Akt. Tamar, Özbaran, 2004).

Bu durum bize genetik yatkınlığın önemli bir etken olduğunu göstermektedir. Kalıtsal olarak yatkınlığı gösteren çalışmalarca biyolojik temellere dayanan depresyon olgusu ebeveynlerden çocuğa aktarılma riskini gösterir.

Biyokimyasal Neden

Depresyon belirtilerin ortaya çıkışında merkezi sinir sistemindeki yapılardaki bozuklukların önemi büyüktür. Bütün davranışlar, ruhsal ya da normal hastalıkların temelinde beyin içerisindeki kimyasal ya da fiziksel bir takım bozumalar sonucu ortaya çıkmaktadır(Köknel, 2005; Akt. Demirer, 2005).

Alper (1999) depresyonun nöroadrenalin, serotonin gibi bazı eksikliklerden kaynaklandığını ve depresif belirtilerin nörotransmiter kaynaklı olduğunu belirtmiştir(Akt. Bayır, 2016).

Geçmiş araştırmalara göre depresyonun oluşumunda serotonin ve nörotransmitterlerin önemli rolü olduğu belirtilmekteydi. Zamanla çalışmalarca da gözlemlenerek bu oluşumun nedeni netliğe kavuşmaktadır. Günümüzde ise serotonin düzeyinde azalma artmalar sonucu oluşan bir duygu durumu olduğu kabul edilmektedir (Ceylan ve Oral 2001; Akt. Tamam, Zeren, 2002).

2.3.3.2.Sosyal Nedenler ve Kişisel Faktörler

Kişinin depresif belirtileri yaşaması kendisi etkilediği kadar ailesini, yaşadığı çevreyi de yakından etkileyebilmektedir. Depresyonun farklı sebepleri bulunmaktadır. Fakat önemli etkenlerden biri ise aile ortamıdır. Ailesel nedenlerden dolayı, çevresindeki kişilerin depresif belirtiler göstermesi, ya da kişinin hayatında olumsuz deneyimlerle karşılaşması sonucu kişiler mutsuzluk, ümitsizlik ya da umutsuzluk gibi ruh hallerine geçiş yapabilmektedir.

Kişinin depresyon belirtiler yaşaması kişiyi ve kişinin yakınındaki bireyleri de olumsuz etkileyebilmektedir. Anne babası depresyon belirtileri gösteren bir çocuklarda bu belirtileri ebeveynleriyle birlikte yaşar. Depresyon olgusunun gelişiminde çevresel faktörlerin önemi yapılan araştırmalarca belirtilmiştir(Akt. Gökçe, 2007).

Carol ve Watkins (2002) depresif belirtiler gösteren çocukların genellikle depresyonlu, strese yatkın ailelere sahip olduğunu belirtmiştir. Aile stresle baş etme yollarını çocuğa

öğretmemişse bu ebeveynlerin çocukların da depresif olma durumu daha da artmaktadır(Akt. Özağı, 2007).

İngiltere’de 1991 yılında yapılmış bir çalışmanın da belirtildiği gibi depresyonun kaynağı olarak kişinin yaşadığı çevre, kişinin sosyal hayatı neden olarak gösterilmiştir. Aileden birinin kaybı, ilişkiler içerisindeki problemler, ayrılıklar, işsizlik gibi depresif belirtilere sebep olabilecek günlük yaşamdan olaylar belirtilmiştir(Priest ve ark. 1996; Akt. Ögel ve ark. 2003).

2.3.3.3. Tetikleyen, Ortaya Çıkaran Etmenler

Depresyonun ortaya çıkışlarında fizyolojik neden, biyolojik neden ve sosyal çevre, kişisel faktörlerden kaynaklanan nedenler dışında birde olaylara durumlara bağlı tetikleyici depresif belirtileri yüzeye çıkararak etkenler bulunmaktadır. Kişinin karşılaştığı olumsuz olaylar karşısında olaylarla mücadele ediş şekli önemli bir etkidir. Yüzeyde var olmayan depresif belirtilerin bazen ufak tetikleyicileri bulunabilmektedir.

Kişiler depresyon belirtilerini açığa çıkaran çeşitli olaylarla karşı karşıya gelebilmektedir. Bu olaylar, durumlar kişiden kişiye değişim gösterebilmektedir. Depresif belirtilerin açığa çıkmasında özellikle kişinin geçirdiği olumsuz yaşam deneyimleriyle karşılaşması sonucu açığa çıkan stres ve olumsuz olaylarla başa çıkma becerilerinin yetersizliğidir. Köroğlu’nun da (2004) belirttiği gibi, stres ile depresyon arasında ki ilişkiyi göz ardı edilemez derecededir. Ayrıca Köroğlu, depresyonun ortaya çıkmasında kişinin son dönemlerde geçirdiği stres yaratan olayların varlığına da değinmiştir (Akt. Gökçe, 2007).

2.3.4. Depresyon Kavramının Kuramsal Boyutu

Farklı psikoloji bakış açılarıyla depresyon kavramı açıklanmaktadır. Bu bölümde depresyonun farklı kuramsal boyutlarda açıklamaları yer almaktadır.

2.3.4.1. Bilişsel Kuram

Özellikle depresyon konusunda önemli çalışmaları bulunan Beck’e göre psikolojik sorunların kaynağında bilgi işleme sırasında oluşan hatalı ve çarpık işlemler bulunmaktadır.

Beck üç kavram ortaya atmıştır depresyonu açıklamak için;

1) bilişsel üçlü

2)şemalar

3) bilişsel hatalar

Bilişsel üçlü dediğimiz; kişinin kendini olumsuz değerlendirmesi, kişi kendi çevresini ve yaşamını olumsuz değerlendirmesi ve son olarak kişi kendi geleceğini olumsuz

değerlendirmesidir. Bu olumsuz değerlendirmeler sonucunda şekillenen bilişsel şemalar meydana gelmektedir. Şemalar yaşamsal deneyimleri sınıflandırır, değerlendirir ve tepki vermeyi belirleyen süreçtir. Bu süreç içerisinde şemalar bazı çarpıtmalara yol açmaktadır. Bunun sonucunda hatalı düşünceler oluşmaya başlamaktadır. Bunlar; mantığa dayanmayan soyutlama, seçici soyutlama, aşırı genelleme, abartma- küçültme, kişiselleştirme ve ki uçlu düşünme şeklindedir(Akt. Arkar, 1992).

2.3.4.2.Psikoanalitik Kuram

Psikanalizin temellerinden biri olan duygu ve düşüncelerimizin kontrolsüz olarak bastırılması hayatımızda önemli bir yere sahiptir. Bu durum depresyon, melankoli oluşumunda da etkili olduğu söylenebilmektedir. Bu yaklaşıma göre bastırma davranışı insan davranışlarının da zemininde yer almaktadır. Depresyonun da psikoanalitik kurama göre açıklanması bu temele bağlandığını söyleyebiliriz.

Psikanalizin kurucusu olan Freud'a göre melankoli kavramı, sevgi duyulan varlığın kaybı ya da kaybetme korkusundan ortaya çıkmaktadır. Kaybedilen bu objeye karşı kızgınlık duyması ve bu kızgınlığı, kişi kendi sevgi nesnesine yöneltemeyerek kendisine yöneltmesi sonucu kendisine olan suçluluk duygusu artmaktadır. Depresyon olgusu duyulan kızgınlığın sonucundaki suçluluk duygusuyla fazlalaşmaktadır. Psikanalistlerin diğer savunucuları ise depresyonu libidonun engellenmesinin sonucu olarak görmüşlerdir (Littauer, 2000; Akt. Sümer, 2008).

Freud melankoli ve yas olarak iki şekilde depresif durum tanımlamaktadır. İki durumda sevilen kişi ya da nesnenin kaybı sonucu başlamaktadır. Melankolik insanların değersizlik gibi kendilerine yönelik depresif belirtilerin aslında kaybedilen nesne ya da kişiye olan duygular olduğunu belirtmiştir(Murdock, 2012, s:47). Freud (1971) depresyon belirtilerinin ortaya çıkma ihtimalinin erken yaş deneyimlerden kaynaklandığını 'Yas ve Melankoli' eserinde açıklamaktadır. Depresif duygu durumuna yatkın bireyleri "ruhsal yapısında sevgi nesnesinin yitirildiğini ve yitirilen sevgi nesnesine karşı geliştirilen ikili duygularla" açıklamaktadır (Davison ve Neale, 2004; Akt. Şahin, 2015).

2.3.5.Depresyon Konusunda Yapılan Araştırmalar

Depresyonla ilgili literatür taraması yapıldığında depresyonla ilgili yapılan çalışmalara rastlanmıştır. Yapılan bu çalışmaların bazıları bu bölümde yer almaktadır.

Yapılan çalışmalarda engelli çocuğa sahip olmanın depresyonla ilişkileri gözlemlenmiştir. Softa'nın (2012) yapmış olduğu bir çalışmada engelli çocuğa sahip ebeveynlerin depresyon düzeylerini incelemiştir. Çalışmaya özel eğitim merkezine çocuklarını getiren 21 erkek 69 kadın olmak üzere 90 ebeveyn katılmaktadır. Çalışmanın sonucuna göre engelli çocuk annelerinin depresyon puanının babaların depresyon puanından yüksek olduğu saptanırken bir işte çalışmayan engelli çocuk ebeveynlerin, çalışan engelli çocuk ebeveynlere göre daha yüksek depresyon puanlarına

sahip olduğu saptanmıştır. Benzer bir başka çalışmada ülkemizde Manisa ilinde gerçekleştirilmiştir. Engelli ailelerle yapılan bir başka çalışmaya bakıldığında; %92 anne, %6 ise babadan oluşan engelli ailelerin depresyon düzeyleri incelenmiştir. Annelerin yaş, eğitim durumu, çocuğunun cinsiyeti, çocuğun ne kadar süre özel eğitim aldığı gibi farklı değişkenlerin annenin depresyon düzeyinde etkili olmadığı kanısına varılırken, babaların ilkokul mezunu olmaları ve çocuklarının iyileşme umutları bulundurmaları depresyon düzeylerine sebep olduğu saptanmıştır(Ergin ve ark. 2007).

Depresyonla ilgili yapılan bir başka konu ise benlik saygısı, kaygıyla ilişkisine yöneliktir. Özcan ve ark.'nın (2013) yapmış oldukları bir çalışma da 134 öğrenci, 24 ev hanımı ve 18 çalışmakta olan ergen ve genç yetişkin kadınlar örneklemini oluşturmaktadır. Çalışmaya göre 'benlik saygısı, sosyal görünüş, anksiyete ve depresyon' aralarında ilişkili olduğu saptanmıştır. Yine benlik saygısı, kaygı ile depresyon ilişkisine bakılan başka bir çalışma ise Kapçıya (2004) aittir. Ankara ilinde 206 öğrenciyle yapılan çalışmada zorbalığa maruz kalma türleri ve buna bağlı olarak zorbalığa maruz kalan öğrencilerin benlik saygısı, kaygı ve bunların yanında depresyon belirtilerini de etkilediği görülmüştür. Depresyon, benlik saygısının etkilendiği en fazla zorbalık türü ise duygusal zorbalığın olduğuna yöneliktir(Kapçı, 2004). Benlik saygısı ve kaygı, depresyon ilişkisine yönelik yapılan bir başka çalışma ise Karakaya ve arkadaşlarının (2006) yapmış oldukları çalışmadır. Bu çalışma da yüzme sporuyla ilgilenen çocukların depresyon, benlik saygısı, kaygı düzeyleri değerlendirilmiş ve yüzme sporuyla ilgilenmeyen akranlarıyla karşılaştırılmıştır. Çalışma Kocaeli'nde yüzme bir kulübüne düzenli olarak giden 9-13 yaşlarında ki 31 çocuk ve yüzme sporuyla uğraşmayan 9-13 yaş rastgele 30 öğrenciyle yapılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre yüzme sporuyla uğraşan çocukların benlik saygıları diğer akranlarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu aynı şekilde kaygı düzeylerinin de çalışmaya katılan diğer akranlarına göre yüksek olduğu fakat diğer çalışmalardan farklı olarak depresyon puanlarının ise düşük olduğu saptanmıştır.

Bir grup hemşire üzerinde yapılan başka bir çalışma da depresyon ve tükenmişlik düzeyleri arasında ki ilişki ve buna ilişkili olan nedenler incelenmiştir. Çalışmanın sonuçlarına bakıldığında depresyonla tükenmişlik arasında ileri düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu kanısına varılmaktadır(Taycan ve ark., 2006). Depresyonla ilişkili olan diğer bir konu ise tükenmişlik düzeyi olarak karşımıza çıkmaktadır.

2.4. ÖFKE

2.4.1. Öfke Kavramı

Öfke kavramı yaşamımızın belirli dönemlerinde ortaya çıkan ve her insana ya da kültüre göre değişebilen bir duygu olarak karşımıza çıkmaktadır. Öfke kavramı için geçmişten günümüze kadar farklı tanımlar bulunmaktadır. Spielberger ve arkadaşları (1991) bir duygu olarak tanımladığı öfkenin derecelenen bir duygu olduğunu belirtmiş ve bu derecelerin şiddetine göre 'sinirlilik, kızgınlık, hiddet' gibi kavramlar aldığını

belirtmişlerdir. Bir başka öfkeyi tanımlayan araştırmacı Biagio (1989) ise öfkenin tanımını ‘engellenme, tehdit veya haksızlık karşısında oluşan bilişlerle ilgili ve kişiyi rahatsız edici uyarıcıları ortadan kaldırmaya yönelten güçlü bir duygu’ şeklinde yapmıştır(Akt. Balkaya, Şahin, 2003). Benzer şekilde Budak (2000) öfkeyi çoğunlukla neden olan kişiye, duruma, olaya yönelik herhangi bir biçimde ‘saldırgan davranışlarla’ son bulabilen, engellenme, herhangi bir saldırıya uğrama ya da kısıtlanma, tehdit algılama gibi olaylar karşısında hissedilen duygu olarak tanımlamaktadır(Özmen, 2004).

Hankins ve Hankins (1988) öfke kavramını özelliklerine bakarak tanımlamıştır. Bu özellikler;

1-Öfke planlı bir davranış değildir, içsel yaşantı ve bir duygu durumudur. Bu duygu kendiliğinden yüzeye çıkmaktadır.

2-Evrensel bir duygudur.

3-Saldırı, engelleme, eleştirilerin sonucunda meydana çıkmaktadır.

4-Öfkenin ifade edilişi her insandan insana farklılık gösterir, hatta kültürden kültüre değişiklik gösteren bir kavramdır(Balkaya, 2001; Akt. Danışık, 2005).

2.4.2.Öfkenin Farklı Kuramlara Göre Açıklanması

Bir duygu olan öfkenin farklı kuramsal bakış açılarına göre açıklamaları bulunmaktadır. Bu bölümde psikoanalitik, sosyal öğrenme ve davranışçı kuramların öfke kavramını açıklamalarına yer verilmiştir.

2.4.2.1. Psikoanalitik Kuram

Psikoanalitik kurucusu olan Sigmund Freud göre insanın doğuştan gelen saldırganlık ve cinsellik olarak nitelendirdiği iki dürtü bulunmaktadır. Bunun gibi öfkenin açıklanmasında psikoanalitik kuram bakışından açıklamalar bulunmaktadır.

Gençtan (1993) belirttiği şekilde; psikanalitik yaklaşımına göre insan davranışının temelinde iki içgüdü yatmaktadır. Davranışların temelinde ki bu iki içgüdü ‘eros’ ve ‘thanatos’ dur. Yaşam içgüdü olarak adlandırılan eros cinsellik gibi yaşamın devamını sağlayacak dürtüleri yönlendirirken, Thanatos yani ölüm içgüdü ise saldırganlık gibi dürtüleri yönlendiren bir güçtür. Kuramın başka önemli kavramlarından biri olan ‘katarsis’ kavramı yani boşalım kavramı ise öfke kavramının açıklanmasında önemli rol oynamaktadır. Organizma bir gereksinim hissettiğinde bir gerilim ortaya çıkmaktadır. Bu gerilimin ortadan kalkması için organizma harekete geçmektedir. Gerilimin ortadan kalkması için biriken enerjinin boşalması gerekmektedir. Öfke duygusunun ifade edilebilmesi bu anlamda biriken enerjinin kişide yarattığı gerilimi azaltmasına neden olmaktadır. Biriken enerjinin boşalması bireyde rahatlamaya neden olacaktır. Öfke de biriken enerjinin boşalımı sonucu oluşan bir duygu olarak karşımıza

çıkılmaktadır(Dykeman, 1995; Mayne, Ambrose, 1999; Lulofs, Chan, 2000; Akt. Özmen, 2006).

2.4.2.2.Sosyal Öğrenme Kuramı

Duyguların ortaya çıkmasında birçok etken bulunmaktadır. Sosyal öğrenme kuramına göre sosyal çevrenin önemi tartışılmaz derecededir. Kişinin yaşadığı aile ortamı, çevre, toplum, kültür her duygu ve davranış için önemli etken olarak karşımıza çıkmaktadır. Bütün duygularda olduğu gibi öfke duygusunun açığa çıkmasında kültürel etkenlerin sosyal çevreden öğrenmenin etkisi büyüktür. Sosyal öğrenme kuramına göre duygularımızı ve davranışlarımızı çevreden gözlemleyerek, pekiştirerek herhangi bir biçimde öğrenmekteyiz. Öfke de bir duygu biçimi olarak, bulunduğumuz çevreden bu kavramı ve ifade ediliş biçimini öğrenme yoluyla hayatımızın içerisine almaktayız.

Kuramın kurucusu olan Bandura (1973) öfkenin çevreden model alma yoluyla öğrenilen ve pekiştirdikçe ortaya çıkma olasılığı fazlaşan bir duygu olarak tanımlamıştır. Ayrıca Bandura gösterilen öfke düzeylerinin kişilerin içerisinde bulunduğu kültürel değişimlerle ilgili olduğunu savunmaktadır(Akt. Cömert, 2004).

Averil'den (1982) almış olduğu bilgiler ışığında Güleç (2002) öfkenin de diğer duygular gibi bir sosyalleşme sürecinden geçtiğini vurgulamaktadır. Bireyin içinde bulunduğu her kültür, toplum bireye 'ifade etme kuralları' öğretmektedir. Öfke duygusu da bu ifade etme kuralları içerisinde öğretilir. Köknel (1999) göre de öfke duygusu 'koşullanma, pekiştirme, taklit, özdeşleşme, gözlem, öğrenme yoluyla öğretilmektedir'. Bunun yanında Köknel'de Güleç'in de belirttiği gibi öfke durumunun ifade ediliş şeklinde kişinin yaşadığı kültürün önemli etkileri bulunmaktadır(Akt. Danışık, 2005).

2.4.2.3.Bilişsel Kuram

Beck (2005) kişi durumlar hakkında zihninde çeşitli yorumlamalar meydana getirebilir. Zihninde yaptığı bu yorumlara bağlı olarak duygusal tepkiler (sevinç, üzüntü, kızgınlık) ortaya çıkabilir ya da hiçbir duygusal tepki göstermeyebilir(Akt. Gülveren, 2008). Bilişsel kurama göre duygusal tepkilerin altında yatan durum zihnin çeşitli yorumlar meydana getirmesidir. İnsan zihni işlevsel ya da işlevsel olmayan düşüncelerle davranış ve duyguları belirebilmektedir. Öfkenin de zihnin içerisinde yapılan yorumlamalarla tepki olarak açığa çıktığını söyleyebiliriz. Özmen (2006), öfkeye sebep olan durumu aslında temel olarak kişilerin uyarıcıları algılama biçimleri ve bu uyarıcıları yorumlama biçimleriyle ilgili olduğunu belirtmektedir(Akt. Karşlı, 2016). Bilişsel kurama göre öfkeye sebep olan durumun sebebi sadece kişi ya da olay değildir. Asıl sebebi uyarıcıyı alan kişinin bunu yorumlamasına ve algılama biçimleriyle ilgilidir.

2.4.4.Öfke Konusunda Yapılan Araştırmalar

Öfke ve öfke ifade tarzı günlük yaşamımızda kendi içimizde ya da çevremizde karşılaştığımız önemli duygusal tepkilerdir. Bu bakımdan ilgili literatür gözden geçirilmiş ve öfke konusuyla ilgili ülkemizde ve yurt dışında yapılan çalışmalara bu bölümde yer verilmektedir.

Öfke duygusu farklı kişilere farklı şekilde ifade edilebilen bir duygudur. Kassinove ve Suckodolsky (1995) göre yapılan araştırmalar doğrultusunda insanların %75'inin anne baba, eş, arkadaş gibi sevdikleri yakınlarına, %8 ise sevilmeyen kişilere öfkelenildiğini belirtmişlerdir. Ayrıca %13 lük bir kısım ise tanımadıkları kişilere öfkelenildiğine yöneliktir. Yapılan araştırmalar bu nedenle sosyal ilişkilerde yaşanan bir duygu olduğunu göstermektedir(Akt. Balkaya, 2001). Yapılan araştırmalar öfke duygusunun sevilen yakın bulunan kişilere, sevilmeyen kişilere oranla daha fazla ortaya çıktığına yöneliktir.

Öfke ile ilgili yapılan en sık çalışmalar ergenlik ve üniversite dönemine aittir. Ergenlik döneminde yapılan çalışmalardan biri 13-18 yaş aralığının da ki 555 ergenden oluşmaktadır. Sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile problem çözme becerilerine bakıldığında ergenlerin problem çözme becerileri ile öfke kontrolleri arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu saptanmıştır(Danışık, 2005). Ergenlerle yapılan bir diğer araştırma ise okula yönelik öfke ve ebeveyn tutumu ilişkisine yönelik olan Özyürek ve Özkan'ın (2015) yapmış oldukları bir çalışmadır. Çalışmaya rastgele ortaöğrenime devam eden 613 öğrenci katılmıştır. Öğrencilere Algılanan Anne Baba Tutum Ölçeği ve Çok Boyutlu Okul Öfke Ölçeği uygulanmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre ebeveynlerinin demokratik- izin verici tutumla yaklaştıklarını algılayan öğrencilerin, izin verici- ihmalkâr ve otoriter tutumlar yaklaştığını algılayan öğrencilere göre öfkelerini çevreden daha kabul edilebilir davranışlar sergiledikleri belirtilmiştir. Ayrıca cinsiyet farkına bakıldığı zaman erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre okula yönelik olumsuz tutum ya da inançlarının daha az olduğu görülmüştür. Bunun yanında okula yönelik olumsuz tutum ve inançların sınıf düzeyiyle de ilişkili olduğu sınıf düzeyinin artmasıyla birlikte okula yönelik olumsuz inançların fazlaştığı sonuçlar içerisinde yer almaktadır.

Öfke durumu ve şiddet birbirleriyle ilişkili olabilecek olgulardan bir tanesidir. Bununla ilgili yapılan sporcuların şiddete maruz kalma durumları ve bunların öfke düzeyleriyle ilişkisinin incelendiği bir çalışma da 131 sporcu çalışmaya katılmıştır. Katılanların 70'i erkek, 61'i kadın sporculardan oluşturmaktadır. Çalışmaya göre katılan sporcuların en çok psikolojik şiddete maruz kaldıkları görülmektedir. Bunun yanında şiddet gören ve görmeyen sporculara öfke düzeylerini ölçmek için yapılan ölçekler uygulanmıştır. Bu ölçeklerin sonucuna bakılarak sporcuların şiddete maruz kalma durumlarına göre, öfke düzeylerinin de artma olabileceğini belirtmişlerdir(Çağlayan, Karagün, 2014).

Öfke konusunda yapılan bir başka çalışma ise üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanımıyla öfke ifade tarzlarındaki ilişkiye yöneliktir. Çalışma da bir

üniversitenin eğitim fakültesi, meslek yüksekokulu ve sağlık yüksekokulunda eğitim alan 360 öğrenciyle çalışılmıştır. Öğrencilere İnternet Kullanım Ölçeği, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Ölçeği uygulanmıştır. Ölçeklerin sonuçlarına bakıldığında çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanımı açısından risk taşıdıkları ve zamanlarının çoğunu internette geçirmelerinin bu riski daha da arttıracığı, problemleri internet kullanımı arttıkça öfkenin de arttığı bulgular arasında yer almaktadır(Ata ve ark. 2011).

2.5. ALEKSİTİMİ, DEPRESYON ve ÖFKE ARASINDAKİ İLİŞKİ

Aleksitimi, depresyon, öfke ile ilgili literatür gözden geçirilmiştir. Öfke, depresyon ve aleksitimi kavramlarının birbirleriyle doğrudan ya da dolaylı yoldan ilişkileri bulunmaktadır. Bazı çalışmalarca da gösterilen araların da ki ilişki bu bölümde yer almaktadır.

Saarijarvi ve arkadaşları (1993) aleksitimik belirtilerin bulunmasının depresyonla da ilişkili olduğunu yaptıkları araştırma içerisinde belirtmişlerdir(Karayağız, 2013; Akt. Aktay, 2014).

Aleksitimi ve psikolojik belirtilerin ilişkisini anlamak amacıyla yapılan bir çalışma da aleksitimik belirtilerinin yanında psikolojik belirtileri de anlamak için SCL-90 testi uygulanmıştır. Aleksitimi düzeyinin yüksek olan bireylerin daha sonra SCL-90 test sonucuna bakıldığında testin alt boyutlarından olan; psikotizm, kişiler arası duyarlılık, obsesif-kompulsif bozukluk, fobik kaygı, depresyon ve öfke- düşmanlık yüksek puan aldıkları görülmektedir(Demet ve ark., 2002; Akt. Gürsoy, 2015).

Montan ve Gençöz'ün (2007) 145 üniversite öğrencisiyle yürüttükleri çalışmada aleksitimi belirtilerinin alt boyutlarının depresyon ve anksiyete ile ilişkisi gözlemlenmiştir. Çalışma sonucunda aleksitimi alt boyutlarından biri olan 'duygu iletişimde zorluk boyutu' depresif belirtiler arasındaki ilişki saptanmıştır. Depresif belirtilerinde ki artışın kişilerin duygu ifadelerini de zorlaştırmaya başladığı yani depresif belirtilerin fazlaştığında aleksitiminin alt boyutlarından biri olan duygu ifadesinde ki zorluğunda artmasıyla ilişkili olduğu görülmüştür. Bunun yanın da Gençöz ve Montan'ın aynı çalışmasında yer alan bir başka çalışmada benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Saarijarvi ve arkadaşlarının (2001) depresyon belirtilerinin artması durumunda bu bireylerin 'kendi duygularını tanımlamada zorluk yaşadığı' belirtilmiştir. Bu aleksitiminin bir belirtisi olarak karşımıza çıkmaktadır. Gençöz ve Montan'ın çalışmasında aleksitiminin bir alt boyutu ve depresyon arasında pozitif anlamlı ilişkiye rastlanırken Saarijarvi ve arkadaşlarının çalışmasında benzer şekilde duygu iletişimde zorluk alt boyutunun yanında bir de duyguları tanıma ya da tanımlama boyutuyla depresyon belirtileri arasındaki ilişkilerden bahsedilmiştir. Gençöz ve Montan'ın yaptıkları çalışma ve çalışmalarının içerisinde yer alan bir diğer çalışma bize depresyon ve aleksitimi belirtileri arasında ki ilişkilerin anlamlı derecede olduğunu göstermektedir.

Kronik hastalarla yapılan bir çalışma da hastaların tedavi görürken umutsuzluk duygularına depresyon, ajitasyon, çabuk kızma, öfke, uykusuzluk gibi belirtilerin hepsi birlikte hastanın ağrılarına tepki olabileceği düşünülmüştür. Bu belirtiler ortadan kalkarsa tedavi seyrinin düzelebileceğini belirtmişlerdir(Covic 2002, Campbell, 2004; Akt. Mete, 2008). Çalışma da belirtilen ajitasyon, uykusuzluk, umutsuzluk depresyon semptomları olarak bulunmaktadır. Bunların yanında öfke, hemen sinirlenme durumunun eşlik etmesi depresyonla öfkenin birlikte görülebileceğini düşündürülebilir.

Kendell (1970), Begley (1994); öfkenin kuramsal çerçevesi açısından özellikle psikoanalitik yaklaşım bakımından; öfkenin bastırılması sonucu depresyona neden olabileceğini belirtirken, bunun yanında Painuly ve arkadaşlarının (2005) öfke kavramını psikolojik iyilik açısından ya da depresyon bakımından önemli bir neden olduğunu belirtmişlerdir(Akt. Şahin ve arkadaşları, 2011).

Bagby ve arkadaşları bir çalışmalarında kişilik patalojisi ve aleksitimi ilişkisini araştırmışlardır. Araştırmanın sonucunda depresyon, anksiyete ve aleksitimi ilişkilerinin güçlü olduğunu belirtmişlerdir(Akt. Bayraktutan, 2014).

2.6.BOŞANMIŞ AİLEYE SAHİP OLMAK ve ÖFKE, DEPRESYON, ALEKSİTİMİ İLİŞKİSİ

Gerekli literatür incelemesi yapıldığında öfke ve depresyonun temelinde boşanmış ebeveyne sahip olmanın rolü yadsınamaz derecededir. Bunun için anne ve babanın boşanmış olmasının çocuklar üzerinde ki ya da çocukların ileriki yaşamlarında ki öfke ve depresyona etkisi çalışmanın bu kısmında yer almaktadır.

2.6.1.Boşanmış Aileye Sahip Olmak ve Öfke İlişkisi

Öfke kavramının çeşitli nedenleri bulunmaktadır. Çalışmalara bakıldığında parçalanmış aileye sahip çocuklarda öfke durumu diğer çocuklara göre daha fazla ortaya çıkmaktadır. Bunun yanında bu çocukların ileriki yaşamlarında öfke tutumlarının devam edebildiği de görülmektedir.

Türkarlan'ın (2007) çalışmasında yer verdiği boşanmış ebeveyne sahip çocukların hayatlarında görülen ortak tepkiler içerisinde üzüntü, suçluluk, korku duygularının yanı sıra öfke de yer almaktadır. Çocuklar ebeveynlerinin boşanmalarına buldukları yaşa, cinsiyete bağlı olarak farklı tepkiler verebilirler. Fakat çeşitli öfke belirtileriyle de karşılaşabilmektedir. Boşanan çiftin çocuklarında görülen öfke tepkileri anne babaların boşanma durumunu kabullenmeye başlamalarının bir göstergesi olabilmektedir.

Doğan' de(2001) belirttiği üzere ergenlik döneminin belirtilerinden biri olan öfke kavramı ebeveynlerin ayrılması sonucu yaşanan öfke duygusu ikisi birlikte aynı zamanda bulunması riskli durum meydana getirebilmektedir. İki durumda ki öfke duyguları birleştiğinde çocuklarda öfkelerini kontrol edebilme konusunda daha fazla sıkıntılar ortaya çıkabilir. Ayrıca aynı çalışmada bulunan Demirci ve Danışık'ın (2005)

verdiği bilgiye bakılırsa çocukların öfkeli saldırgan yapılarının yaşamlarının ileriki dönemlerinde de aynı şekil de devam ettirdikleri yönündedir(Akt. Alkış, 2016). Ergenlik döneminde karşılaşılması mümkün olan öfke kavramı özellikle bu dönemde boşanan aileye sahip olduğunda daha da fazlalaşabilmektedir. Bu durumdan bazen aileye duyulan öfke duygusu kimi zaman da suçluluk duygusuyla birleşerek kendine yönlendiren öfke halini alabilmektedir. Çocukluk ve ergenlik döneminde yaşanan öfke duyguları ise çocukların ya da gençlerin gelecek yaşamında da etkisini devam ettirme riski konusunda önemli bir etkidir.

Spigelman ve arkadaşlarının (1991) yapmış oldukları bir çalışmada boşanmış ve boşanmamış ebeveyne sahip çocukların kaygı, öfke ve öfkeyle yakın ilişkisi bulunan saldırganlık düzeylerinin ilişkisi incelenmiştir. 10-12 yaş arasında bulunan öğrenci gurubu çalışmaya dâhil edilmiştir. Çalışma sonucuna göre boşanmış ebeveyne sahip çocukların, boşanmamış ebeveyne sahip çocuklara oranla daha fazla öfke, saldırganlık ve kaygı tepkileri gösterdikleri yönündedir. Bunun yanında kız çocuklarda görülen öfke ve saldırganlık daha kapalı biçimdeyken erkek çocuklarında ise dışarıya yönlendirilen saldırganlık görülmektedir(Akt. Ulu, 2011).

Boşanmış ebeveyne sahip çocukların hayatlarında bir takım sorunlar görülmektedir. Bu sorunlar korku, üzüntü ya da öfke, suçluluk, psikolojik ya da fiziksel olarak yüzeye çıkmaktadır(Aydın, Baran, 2012).

2.6.2.Boşanmış Aileye Sahip Olmak ve Depresyon İlişkisi

Yapılan bazı çalışmalar boşanmış anne babaya sahip çocukların diğer akranlarına oranla daha fazla depresif belirtiler gösterdiklerine hatta bu belirtilerin hayatlarındaki diğer uzun dönemlerde de etkili olduğuna dairdir. Bu kısımda anne babanın ayrılmış olmasının depresyona etkisine yer verilmiş ve konuyla ilgili çalışmalar örneklendirilmiştir.

Boşanmanın çocuklar üzerinde farklı etkiler bulunmaktadır. Bu etkilerden bir kaçısı; anne babanın boşandıktan sonra ebeveynin çocuğa tutumu, çocuğun yaşamında ki değişimler, çocuğun cinsiyeti, yaşı gibi farklı faktörlerdir. Eşler boşanırken anlaşarak, arkadaşça ayrılırsalar dahi çocuklar bu durumu bir kayıp yaşama olarak nitelendirebilirler. Boşanma olayı sonrasında çocuklarda üzüntü, karşılaşılan güçlükler karşısında kendini savunmasız hissetme, bazen suçluluk duyguları, benlik saygılarında ki çöküşler, kendilerini diğer akranlarından değersiz, sevilmeyi hak etmeme gibi hissiyatta bulunabilmektedirler. Hatta boşanma sonrasında çocuğun yaşadığı zorluklar fazlalaştıkça çocukta, kendine zarar verici davranışlar, depresyon bozukluğu ya da madde kullanım bozukluğu gibi riskler de artmaktadır(Erdim, Ergün, 2016).

Yavaş (1999) boşanmış ve boşanmamış ebeveyne sahip çocuklarla yaptığı bir çalışma sonucu bize gösteriyor ki boşanmış ebeveyne sahip çocukların yarısında, boşanmamış ebeveyne sahip çocuklarda yaklaşık olarak yedide birinde depresyon gözlemlenmiştir.

Bu da bize boşanmış ebeveyne sahip çocuklar da depresyon görülme riski boşanmamış ebeveyne sahip çocuklara göre daha fazla olduğunu göstermektedir. Çocuk ve gençlerde boşanmış aileye sahip olmak depresyona neden olan bir risk faktörlerinden biri olarak karşımıza çıkmaktadır(Akt. Ocakçı, Kürtüncü, 2004).

Boşanmanın, çocuklar üzerindeki bazı uzun süreli etkileri bulunmaktadır. Bu uzun süreli etkilerinden biri de depresyon olarak karşımıza çıkmaktadır. Anne babası boşanan çocuğun tekrar ebeveynlerini barıştırmak isteği, ebeveynlerin çocuğa sorumluluklarını yerine getirememesi, çocuğun ebeveynlerinden herhangi birinden ayrı kalması gibi etkenler çocuk için depresyon zeminini oluşturmaktadır(Arifoğlu, Öz, 2008).

1991 yılında Spigelman ve Spigelman'ın 10-12 yaş grubu boşanmış ve boşanmamış ebeveyne sahip çocukların üzerinde depresyon ve kaygı düzeylerinin farklı olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan bir çalışma gösteriyor ki boşanmış aile çocuklarının depresyon belirtileri boşanmamış aile çocuklarına göre daha yüksektir. Bunun yanın da boşanmış aile çocuklarının boşanmamış aile çocuklarına göre daha fazla psikolojik problem riski taşıdığı bulgusu elde edilmiştir. Aynı araştırmaya göre boşanmış aileden gelen çocukların boşanmamış aileden gelen çocuklara oranla daha yüksek düzeyde düşmanlık, saldırganlık, öfke patlamaları ve kaygı gösterdikleri bulunmaktadır(Çivitçi, Fiyakalı, 2008).

2.6.3.Boşanmış Aileye Sahip Olmak ve Aleksitimi İlişkisi

Yapılan ilgili literatür taramasında boşanmış ebeveyne sahip olmanın aleksitimi ilişkisiyle ilgili çalışmaya rastlanmamıştır. Bu yüzden bu çalışmanın amacı olan ilgili literatürlere katkı sağlamak amacıyla konuyla ilgili yapılacak diğer çalışmalara faydalı olabilecektir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın yöntemi ve yapılacak uygulamalar hakkında bilgiler verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Örneklemi

Çalışma İstanbul, Denizli ve Çanakkale illerinde 20-30 yaş arasında bulunan, boşanmış ve boşanmamış aileden gelen bireylerin aleksitimi, öfke ve depresyon düzeylerinde farklılık gösterip gösterilmediğine yönelik karşılaştırmalı ve ilişkiisel araştırma yöntemi kullanılarak yürütülmüştür. Araştırmanın katılımcıları n=62 kadın (yaş \bar{x} =25.44; ss=2.046) ve n=47 erkek (yaş \bar{x} =25.79; ss=2.377) toplamda N=109 (yaş \bar{x} =25.59; ss=2.191) kişiden oluşmaktadır. Katılımcılar ebeveynleri boşanmış olanlar ve birlikte olanlar ayrımı ve yaşları 20-30 yaş aralığının da olma koşulu ile atanmışlardır. Ergenlik dönemi bireyin hayatında psikolojik, biyolojik ya da sosyal açıdan değişiklikler olabilen bir dönemdir. Ergenlik evresi birden başlayıp birden bitebilen bir evre değildir. Ergenlik sonrası ya da ergenlik yetişkinlik geçiş dönemi, çocuk ve ergenlik geçiş dönemi kadar zorlu bir süreçtir. Çünkü yeni iş, yeni okul, yeni hayat, bireylerin ayaklarının üzerinde durmaya başlamalarının ilk adımı, gelecek hakkında planlar hatta geleceğine yön verecek mesleği, gelecekteki eşi seçebilmenin yükleri bulunmaktadır. 20-30 yaş evresi tam da ergenlik ve yetişkinliğe geçiş evresi olarak bunun gibi planlamalarla bu dönemde yer almaktadır. Bu yaş aralığında ki evre ergenlikten sonrasındaki çıkış ya da ilk yetişkinliğe adım atılan evredir. Hayatlarının ileri ki evresinde ki ilk adım olarak bu yaş aralığı ele alınmıştır. Çalışmada ebeveynleri boşanmış katılımcı sayısı n=53 (yaş \bar{x} =25.26; ss=2.435) ve ebeveynleri birlikte olan katılımcı sayısı n=56 (yaş \bar{x} =25.89; ss=1.904) olarak belirlenmiştir. Araştırmaya başlangıçta 117 kişi katılmıştır. Uygulanan ölçekler gözden geçirilmiştir ve ölçekleri eksik doldurulan, bütün maddeler aynı şekilde işaretlenen ya da soruların yanlış cevaplandığı 8 ölçek araştırılmaya dâhil edilmemiştir.

3.2. Veri Toplama Araçları

3.2.1. Demografik Veri Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen demografik veri formu (Ek-1), bireylerin kişisel bilgilerini öğrenebilmek amacıyla oluşturulmuştur. Demografik veri formu 20-30 yaş arasında ki bireylerin cinsiyeti, yaşları, kardeş sayısı, ebeveynlerinin birlikte ya da ayrı oldukları, ayrılar ise hangi kiminle yaşadıkları, anne babaları ayrıldıklarında buldukları yaşlarına dair bilgi elde etmek amacıyla 19 sorudan oluşmaktadır.

3.2.2. Toronto Aleksitimi Ölçeği

Ölçek ilk olarak Taylor ve arkadaşları (1985) tarafından aleksitimik özellikleri ölçmek amacıyla geliştirilmiştir(Gençöz ve Motan, 2007). Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve

güvenirliğini Dereboy (1990) yapmış bulunmaktadır. Başlangıçta 26 maddeden oluşan 4 alt boyuta sahip bir ölçek olarak geliştirilmiştir. Zamanla tekrar yapılandırılan ölçek 26 sorudan 20 soruya indirilmiş ve daha kısa formu oluşturulmuştur. Kısaltılan ölçekte TAÖ-20 (Ek-2) olarak adlandırılmış ve alt boyutları da üçe indirilmiştir.

Ölçeğin kısa formu olan TAÖ-20, 20 maddeden oluşmakta ve ölçekte ki her maddenin seçenekleri 5'li likert tipinden oluşmaktadır. Sorularında yer alan seçenekler; (1) 'Hiçbir zaman', (2) 'Nadiren', (3)'Bazen', (4) 'Sık sık', (5) 'Her zaman' şeklindedir. 20 maddelik olan Toronto Aleksitimi Ölçeğinin 3 alt boyutları bulunmaktadır. Bu alt boyutlar; Duygularını tanıma güçlüğü, Duygularını ifade etme güçlüğü, Dışa Dönük Düşünceler şeklindedir. Ölçeğin; duyguları tanıma zorluğu alt boyutunu 7 madde (1, 3, 6, 7, 9, 13, 14), duyguları ifade etme zorluğu alt boyutunu 5 madde (2, 4, 11, 12, 17) ve dışa dönük düşünce alt boyutunu ise 8 madde (5, 8, 10, 15, 16, 18, 19, 20) oluşturmaktadır. Seçeneklerin cevaplanmasına göre puanlamalar gerçekleştirilmektedir. Fakat bu maddelerin bazıları ters şekilde puanlamaya dâhil edilmektedir. Ters şekilde puanlanan maddeler ise; 4., 5., 10., 18., ve 19. maddelerdir(Özkorumak ve ark., 2006). Ölçeğin sonucunda 61 ve üzeri puan almak aleksitimik özellikler taşıyan bireyler olarak değerlendirilmektedir(Taşkın ve ark., 2007).

TAÖ-20 Bagby ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe uyarlamasını Güleç ve arkadaşları (2009) yapmış bulunmaktadır. TAÖ-20 toplam maddelerinin Cronbach alfa değeri (iç tutarlılık katsayısı) 0.78 olarak bulunurken, üç alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayısı ise 0.57-0.80 arasında bulunmuştur(Güleç, Yenel, 2011). Ölçek birçok uyarlama çalışmasından geçse de ilk olarak Türkçe uyarlamasını Dereboy 1990 yılında gerçekleştirmiştir. Günümüz de ise kullanılan en sık form TAÖ-20 olan kısa formdur.

3.2.3.Beck Depresyon Envanteri

Beck Depresyon Envanteri Ölçeği (EK-3), ölçeğinde ismini aldığı gibi Aaron Beck ve arkadaşları tarafından 1961 yılında geliştirilmiştir. Türkçe uyarlaması ve geçerlilik güvenirlilik çalışması ise Tegin (1980) ve Hisli (1988, 1989) tarafından yapılmıştır. Kişinin kendini değerlendirme niteliğinde olan ölçek 21 maddeden oluşmaktadır. 21 maddenin her maddesi depresyonla alakalı olan 'davranışsal bir özelliği' göstermek amacıyla ölçek içerisinde yer almaktadır. Her madde 0-3 arasında puanlanmaktadır(Tegin 1980, Hisli 1988, 1989, Akt. Durak ve Palabıyıkoglu, 1994).

Beck (1972) ölçek sonucunda alınan puanlara göre belirli bir sınıflandırma oluşturmuştur. Bu sınıflandırma şu şekilde yer almaktadır; '0-13 puan: Depresyon yok, 14-22 puan: hafif derecede depresyon, 23-24 puan: Orta derecede depresyon ve son olarak 35 puan üzeri Ağır derecede depresyon'(Akt. Savaşır ve Şahin, 1997). Ölçekten alınabilecek en yüksek puan ise 63'tür.

Tegin (1980) tarafından bir grup üniversite öğrencileri üzerinde uygulanan ‘yarım test’ (split-half) ve ‘tekrar tekrar test’ yöntemleri kullanılarak yapılan çalışma sonucunda güvenilirlik katsayıları $r=.78$ ve $r=.65$ şeklinde bulunmuştur. Aynı çalışma içerisinde bir başka hasta örnekleme grubundan ‘yarıya bölme güvenilirliği’ $r=.61$ şeklinde bulunmuştur(Akt. Durak ve Palabıyıkoglu, 1994).

3.2.4.Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği

Spielberger tarafından geliştirilmiş olan ölçeğin orijinal adı The State-Trait Anger Scale (STAS) şeklindedir. Türkçe uyarlaması Özer (1994) tarafından yapılmıştır. Ergen ve yetişkinlere uygulanabilen ölçek 4’lü likert tipidir. Hiç(1), Biraz(2), Oldukça(3) ve Tümüyle(4) şeklinde değerlendirerek puanlanmaktadır(Savaşır ve Şahin 1997; Akt. Türkçapar ve ark. 2004).

Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçek (EK-4) içerisinde iki alt ölçek bulunmaktadır. Sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ölçeği olan bu alt ölçeklerden öfke ifade tarzı ölçeğinin de alt grupları bulunmaktadır. Toplamda ölçek içerisinde 34 madde bulunur ve ilk 10 maddesi ‘sürekli öfke’ alt ölçeğine, sonraki 24 maddesi ‘öfke ifade tarzı’ ölçeğine aittir. İlk 10 madde sürekli öfkeden alınabilen en düşük puan 10, en yüksek puan ise 40 puandır. Sonraki 24 madde içerisinde yer alan öfke ifade tarzı ölçeği içerisinde 3 alt grup bulunmaktadır. Bu üç alt grup öfke içe vurum, öfke dışı vurum ve öfke kontrolü şeklindedir.

Bu alt grupların maddeleri; öfke içe vurumu (13, 15, 16, 20, 23, 27, 31 maddeleri), öfke dışı vurumu (12, 17, 19, 22, 24, 29, 32 ve 33. maddeler) , öfke kontrolü (11, 14, 18, 21, 25, 28, 30, 34 maddeleri) şeklinde ölçek içerisinde yer almaktadır(Özer, 1994). Ölçek içerisinde öfke ifade tarzı ölçeğinin alt grubu olan öfke içe vurum, öfke dışı vurum ve öfke kontrolünden alınabilecek en düşük puan 8 olabilirken en yüksek puan ise 32 olmaktadır

Ölçeğin alt ölçeklerinden biri olan sürekli öfke alanın alfa değerleri .67 ile .92 arasında yer almaktadır. Ölçek içerisinde yer alan diğer alt ölçeği olan öfke ifade tarzı ölçeğinin de alt grupları bulunmaktadır. Bu alt gruplar ve alfa değerleri; öfke kontrol .80-.90, öfke-dışta .69-.91, ve öfke-içte .58-.76 şeklindedir(Doğan, Güler, Kelleci, 2001).

3.3.Araştırmanın İşlem Yolu

Araştırmada uygulanan ölçekler öz bildirim ölçekleri olup, uygulamam süresi yaklaşık 30 dakikadır.

3.4.Araştırmada Kullanılan Veri Analizi Teknikleri

Araştırmada katılımcılardan toplanan veriler SPSS (Statistics for Social Sciences) v.21 ile istatistiksel analize tabi tutulmuştur. Araştırmanın bağımsız değişkenlerine göre bağımlı değişkenlerden alınan puanlar, normal dağılım gösteren gruplar için bağımsız

örneklem t testi ile, normal dağılım göstermeyen gruplar için Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testleri ile karşılaştırılmıştır. Gruplar arası karşılaştırmada demografik değişkenlerin her birine göre normal dağılım Skewness ve Kurtosis [-1;+1] aralığına göre belirlenmiştir. Araştırmanın sürekli değişkenleri arasındaki korelasyonlar için Pearson korelasyon analizi yürütülmüştür.



BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amaçlarına uygun olarak toplanan verilere uygulanan istatistiksel analizlere yer verilmiştir. Birinci bölümde katılımcıların demografik özelliklerine göre frekans dağılımları ve yüzdeleri ile dağılımlar arasındaki farkın anlamlılığına ilişkin ki-kare analizi bulguları verilmiştir. İkinci bölümde katılımcıların ölçeklerden aldıkları ortalama puanlar demografik değişkenlere göre karşılaştırılmıştır. Gruplar arası karşılaştırmada demografik değişkenlerin her birine göre normal dağılım (Skewness ve Kurtosis [-1;+1] aralığında olan) gösteren puanlar için bağımsız örneklem t testi yürütülmüştür. Gruplar arası karşılaştırmada demografik değişkenlerin her birine göre normal olmayan dağılım (Skewness ve Kurtosis [-1;+1] aralığında olmayan) gösteren puanlar için Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testi yürütülmüştür. Üçüncü bölümde katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki ilişkilerin ele alındığı normal dağılım gösteren puanlar için Pearson korelasyon analizi yürütülmüştür.

4.1. Ebeveynleri Boşanan ve Boşanmayan Bireylerin Demografik ve Klinik Özelliklere Dağılımları

Tablo 1’de ebeveynleri boşanmış ve birlikte olan bireylerin demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları, yüzdeleri ve ortalamaları, standart sapmaları verilmiştir. Ebeveynleri birlikte olanların %57.1’i kadınlardan ve %42.9’u erkeklerden oluşmaktayken, ebeveynleri boşanmış olanların %56.6’sı kadınlardan ve %43.4’ü erkeklerden oluşmaktadır.

Ebeveynleri birlikte olanların %25’i tek çocuk, %44.6’sı iki kardeş ve %30.4’ü 3 ve üzeri kardeşlidir. Ebeveynleri boşanmış olanların %26.4’ü tek çocuk, %34’ü 2 kardeş ve %39.6’sı 3 ve üzeri kardeşlidir.

Tablo 1. Ebeveynleri Birlikte ve Boşanmış Olan Bireylerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans Dağılımları ve Yüzdeleri

Değişken	Kategori	Ebeveyn Medeni Durum		Toplam	
		Birlikte	Boşanmış		
Cinsiyet	Kadın	n	32	30	62
		%	57.1	56.6	56.9
	Erkek	n	24	23	47
		%	42.9	43.4	43.1
Kardeş Sayısı	Tek Çocuk	n	14	14	28
		%	25.0	26.4	25.7
	2 Kardeş	n	25	18	43
		%	44.6	34.0	39.4
	3 Kardeş ve üzeri	n	17	21	38
		%	30.4	39.6	34.9
Eğitim Durumu	Ortaokul	n	0	1	1
		%	0.0	1.9	0.9
	Lise	n	7	13	20
		%	12.5	24.5	18.3
	Üniversite	n	38	26	64
		%	67.9	49.1	58.7
Lisansüstü	n	11	13	24	
	%	19.6	24.5	22.0	
Aile Gelir Durumu	500 TL ve altı	n	0	1	1
		%	0.0	1.9	0.9
	500-1000 TL	n	2	1	3
		%	3.6	1.9	2.8
	1000-3000 TL	n	18	26	44
		%	32.1	49.1	40.4
	3000-5000 TL	n	25	18	43
		%	44.6	34.0	39.4
	5000 TL ve üstü	n	11	7	18
		%	19.6	13.2	16.5
En çok ikamet ettiği yer	Köy	n	0	1	1
		%	0.0	1.9	0.9
	Kasaba	n	1	3	4
		%	1.8	5.7	3.7
	Şehir	n	28	21	49
		%	50.0	39.6	45.0
Büyük Şehir	n	27	28	55	
	%	48.2	52.8	50.5	
Toplam	n	56	53	109	
	%	100.0	100.0	100.0	

Tablo 1 (Devam). Ebeveynleri Birlikte ve Boşanmış Olan Bireylerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans Dağılımları ve Yüzdeleri

Değişken	Kategori	Ebeveyn Medeni Durum		Toplam	
		Birlikte	Boşanmış		
Kiminle birlikte yaşıyor	Yalnız yaşıyorum	n	15	14	29
		%	26.8	26.4	26.6
	Ailemle /ailemden biriyle yaşıyorum	n	23	18	41
		%	41.1	34.0	37.6
	Ailemden ayrı / arkadaşlarımla yaşıyorum	n	8	4	12
		%	14.3	7.5	11.0
	Evliyim, eşimle birlikte yaşıyorum	n	8	10	18
		%	14.3	18.9	16.5
Erkek/Kız arkadaşım ile yaşıyorum	n	2	7	9	
	%	3.6	13.2	8.3	
Anne Eğitim Durumu	İlkokul	n	1	3	4
		%	1.8	5.7	3.7
	Ortaokul	n	10	11	21
		%	17.9	20.8	19.3
	Lise	n	34	29	63
		%	60.7	54.7	57.8
	Üniversite	n	10	10	20
		%	17.9	18.9	18.3
	Lisansüstü	n	1	0	1
		%	1.8	0.0	0.9
Baba Eğitim Durumu	İlkokul	n	2	2	4
		%	3.6	3.8	3.7
	Ortaokul	n	2	2	4
		%	3.6	3.8	3.7
	Lise	n	31	23	54
		%	55.4	43.4	49.5
	Üniversite	n	17	25	42
		%	30.4	47.2	38.5
	Lisansüstü	n	4	1	5
		%	7.1	1.9	4.6
Toplam	n	56	53	109	
	%	100.0	100.0	100.0	
Yaş	ORT		25.89	25.26	25.59
	SS		1.904	2.435	2.191
Doğum Sırası	ORT		1.71	1.57	1.64
	SS		1.022	.694	.877
Aylık Yaşı	ORT		-	10.89	10.89
	SS		-	5.334	5.334

Ebeveynleri birlikte olanların %12.5'i lise, %67.9'u üniversite, %19.6'sı lisansüstü mezundur. Ebeveynleri boşanmış olanların %1.9'u ortaokul, %24.5'i lise, %49.1'i üniversite, %24.5'i lisansüstü mezundur.

Ebeveynleri birlikte olanların %3.6'sı 500-1000 TL gelire, %32.1'i % 1000-3000 TL gelire, %44.6'sı 3000-5000 TL gelire ve %19.6'sı 5000 TL ve üstü gelire sahiptir. Ebeveynleri boşanmış olanların %1.9'u 500 TL ve altı, %49.1'i 1000-3000 TL, %34'ü 3000-5000 TL gelire ve %13.2'si 5000 TL ve üstü gelire sahiptir.

Ebeveynleri birlikte olanların %1.8'i en çok kasabada, %50'si en çok şehirde, %48.2'si en çok büyük şehirde ikamet etmiştir. Ebeveynleri boşanmış olanların %1.9'u en çok köyde, %5.7'si en çok kasabada, %39.6'sı en çok şehirde, %52.8'i en çok büyük şehirde ikamet etmiştir.

Ebeveynleri birlikte olanların %26.8'i yalnız, %41.1'i aile/aileden biriyle, %14.3'ü aileden ayrı ve arkadaşlarıyla, %14.3'ü evli ve eşyle, %3.6'sı erkek/kız arkadaşıyla yaşamaktadırlar. Ebeveynleri boşanmış olanların %26.4'ü yalnız, %34'ü aile/aileden biriyle, %7.5'i aileden ayrı ve arkadaşlarıyla, %18.9'u evli ve eşyle, %13.2'si erkek/kız arkadaşıyla yaşamaktadırlar.

Ebeveynleri birlikte olanların %1.8'inin annesi ilkokul, %17.9'unun annesi ortaokul, %60.7'sinin annesi lise, %17.9'unun annesi üniversite ve %1.8'inin annesi lisansüstü mezunuyken, %3.6'sının babası ilkokul, %3.6'sının babası ortaokul, %55.4'ünün babası lise, %30.4'ünün babası üniversite ve %7.1'inin babası lisansüstü mezundur. Ebeveynleri boşanmış olanların %5.7'sinin annesi ilkokul, %20.8'inin annesi ortaokul, %54.7'sinin annesi lise, %18.9'unun annesi üniversite mezunuyken, %3.8'inin babası ilkokul, %3.8'inin babası ortaokul, %43.4'ünün babası lise, %47.2'sinin babası üniversite, %1.9'unun babası lisansüstü mezundur.

Tablo 2. Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Ebeveynlerinin Ayrıldıkları Dönemde Kiminle Yaşadıkları ve Yaş Ortalamaları

		Boşanmış		Boşanma döneminde Yaş $\bar{x} \pm ss$
Ebeveynlerinin ayrıldıkları dönem kiminle yaşıyordu	Annemle	n	36	10.69 \pm 5.350
		%	67.9	
	Babamla	n	17	11.29 \pm 5.440
		%	32.1	
Toplam		n	53	10.89 \pm 5.334
		%	100.0	

Tablo 2’de ebeveynleri boşanmış bireylerin ebeveynlerinin ayrıldıkları dönemde kiminle yaşadıklarına ilişkin frekans dağılımları ve boşanma dönemindeki yaş ortalamaları ve standart sapmaları verilmiştir. Ebeveynlerinin ayrıldıkları dönemde katılımcıların %67.9’u (yaş \bar{x} =10.69) anneleri ile yaşadıklarını; %32.1’i (yaş \bar{x} =11.29) babaları ile yaşadıklarını bildirmişlerdir.

Tablo 3’te ebeveynleri boşanmış bireylerin ebeveynlerinin ayrıldıkları dönemde kiminle yaşadıklarına göre ebeveynleri ayrıldıktan sonra diğer ebeveyni görme sıklığı frekans dağılımı ve yüzdeleri verilmiştir.

Anneleri ile yaşayanların %16.7’si diğer ebeveynini haftada en az bir gördüğünü, %22.2’si diğer ebeveynini ayda en az bir gördüğünü, %30.6’sı diğer ebeveyninin 3-5 ayda bir gördüğünü, %19.4’ü diğer ebeveynin 1 yılda bir kez gördüğünü, %5.6’sı diğer ebeveynini 3 yıl ve fazlasında bir kez gördüğünü, %5.6’sı diğer ebeveyni ile hiç görüşmediğini bildirmiştir. Babaları ile yaşayanların %23.5’i diğer ebeveynini ayda en az bir gördüğünü, %29.4’ü diğer ebeveyninin 3-5 ayda bir gördüğünü, %17.6’sı diğer ebeveynini 3 yıl ve fazlasında bir kez gördüğünü, %23.5’i diğer ebeveyni ile hiç görüşmediğini bildirmiştir.

Tablo 3. Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Ebeveynlerinin Ayrıldıkları Dönemde Kiminle Yaşadıklarına Göre Ebeveynleri Ayrıldıktan Sonra Diğer Ebeveyni Görme Sıklığı Frekans Dağılımları ve Yüzdeleri

Ebeveynleri ayrıldıktan sonra diğer ebeveyni görme sıklığı	diğer	Ebeveynlerinin ayrıldıkları dönem kiminle yaşıyordu		Boşanmış Ebeveyn Toplam
		Annemle	Babamla	
Haftada en az bir	n	6	0	6
	%	16.7	0.0	11.3
Ayda en az bir	n	8	4	12
	%	22.2	23.5	22.6
3-5 ayda bir	n	11	5	16
	%	30.6	29.4	30.2
1 yılda bir kez	n	7	3	10
	%	19.4	17.6	18.9
3 yıl ve fazlasında bir kez	n	2	1	3
	%	5.6	5.9	5.7
Hiç görüşmüyorum	n	2	4	6
	%	5.6	23.5	11.3
Toplam	n	36	17	53
	%	100.0	100.0	100.0

Tablo 4'te ebeveynlerinin medeni durumlarına göre, katılımcıların klinik özelliklerine ilişkin frekans dağılım ve yüzdeleri verilmiştir.

Ebeveynleri birlikte olanların %35.7'si bağımlılık yapan madde kullanmış olduklarını, %23.2'si bağımlılık yapan maddeyi halen kullanmakta olduklarını bildirirken, ebeveynleri boşanmış olanların %47.2'si bağımlılık yapan madde kullanmış olduklarını, %39.6'sı bağımlılık yapan maddeyi halen kullanmakta olduklarını bildirmişlerdir.

Ebeveynleri birlikte olanların %5.4'ü ve ebeveynleri boşanmış olanların %22.6'sı ailede psikiyatrik tedavi gören birisinin bulunduğunu bildirmişlerdir. Ebeveynlerinin birlikte olanların %30.4'ü ve ebeveynleri boşananların %39.6'sı daha önce psikiyatrik tedavi gördüklerini bildirmişlerdir. Ebeveynleri birlikte olanların

%1.8'i bedensel rahatsızlıklarının olduğunu bildirirken, ebeveynleri boşanmış olanların hiç birisi bedensel rahatsızlık bildirmemiştir.

Tablo 4. Ebeveynlerinin Medeni Durumuna Göre Klinik Özelliklere İlişkin Frekans Dağılımları ve Yüzdeleri

Evet, yanıt verenler	Ebeveyn Medeni Durum		Toplam
	Birlikte	Boşanmış	
Bağımlılık yapan madde kullanımı	n 20	25	45
	% 35.7	47.2	41.3
Halen bağımlılık yapan madde kullanıyor mu?	n 13	21	34
	% 23.2	39.6	31.2
Ailede psikiyatrik tedavi gören	n 3	12	15
	% 5.4	22.6	13.8
Daha önce psikiyatrik tedavi gördü mü?	n 17	21	38
	% 30.4	39.6	34.9
Bedensel rahatsızlık	n 1	0	1
	% 1.8	0.0	0.9

4.2. Demografik Değişkenlere Göre Ölçeklerden Alınan Puanların Karşılaştırılması

Bu bölümde demografik değişkenlere göre ölçeklerden alınan puanların karşılaştırıldığı istatistiksel analizlerden elde edilen bulgular verilmiştir. İlk olarak, ebeveynleri boşanmış ve birlikte olan bireylerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Ölçeği ve alt boyutlarından, Beck Depresyon Ölçeğinden, Toronto Aleksitimi Ölçeği ve alt boyutlarından aldıkları ortalama puanların karşılaştırıldığı bağımsız örneklem t testi bulguları verilmiştir. İkinci olarak, ebeveynleri boşanmış bireylerin demografik değişkenlere göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırıldığı istatistiksel analiz bulguları verilmiştir.

4.2.1. Ebeveynleri Boşanmış ve Birlikte Olan Bireylerin Ölçeklerden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

Tablo 5'te ebeveynleri boşanmış ve birlikte olan bireylerin, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Ölçeği (SÖÖTÖ) ve alt boyutlarından, Beck Depresyon Ölçeğinden (BDÖ), Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20) ve alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve bağımsız örneklem t testi bulguları verilmiştir.

Ebeveynleri boşanmış ve birlikte olan bireylerin SÖÖTÖ sürekli öfke alt boyutundan aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır [$t=-1.973$; $p>.05$].

Ebeveynleri boşanmış ve birlikte olan bireylerin SÖÖTÖ öfke içe vurumu alt boyutundan aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$t=-2,247$; $p<.05$]. Ebeveynleri boşanmış olanların öfke içe vurumu ortalama puanları ($\bar{x}=15.87$) ebeveynleri birlikte olanların ortalama puanlarından ($\bar{x}=14.39$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Ebeveynleri boşanmış ve birlikte olan bireylerin SÖÖTÖ öfke dışı vurumu alt boyutundan aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır [$t=-1.117$; $p>.05$].

Tablo 5. Ebeveynleri Boşanmış ve Birlikte Olan Bireylerin Ölçeklerden Aldıkları Ortalama

Puanlar, Standart Sapmalar ve Bağımsız Örneklem t testi Bulguları

	Ebeveyn	N	ORT	SS	T	P
Sürekli Öfke	Birlikte	56	19.82	4.791	-1.973	.051
	Boşanmış	53	21.92	6.275		
Öfke İçe Vurumu	Birlikte	56	14.39	3.489	-2.247	.027*
	Boşanmış	53	15.87	3.357		
Öfke Dışa Vurumu	Birlikte	56	16.27	4.474	-1.117	.266
	Boşanmış	53	17.32	5.349		
Öfke Kontrolü	Birlikte	56	22.09	5.518	2.452	.016*
	Boşanmış	53	19.34	6.186		
Duyguları Tanıma Zorluğu	Birlikte	56	15.21	5.294	-.208	.835
	Boşanmış	53	15.43	5.719		
Duyguları İfade Etme Zorluğu	Birlikte	56	11.63	3.636	-1.582	.117
	Boşanmış	53	12.79	4.064		
Dışa Dönük Düşünce	Birlikte	56	22.18	3.732	-3.042	.003*
	Boşanmış	53	24.40	3.880		
Aleksitimi TP	Birlikte	56	49.02	10.461	-1.727	.087
	Boşanmış	53	52.62	11.329		
Depresyon	Birlikte	56	9.34	7.103	-.736	.464
	Boşanmış	53	10.47	8.913		

*p<.05

Ebeveynleri boşanmış ve birlikte olan bireylerin SÖÖTÖ öfke kontrolü alt boyutundan aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [t=2.452; p<.05]. Ebeveynleri birlikte olanların öfke kontrolü ortalama puanları (\bar{x} =22.09) ebeveynleri boşanmış olanların ortalama puanlarından (\bar{x} =19.34) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Ebeveynleri boşanmış ve birlikte olan bireylerin TAÖ-20 duyguları tanıma zorluğu alt boyutundan aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır [t=-.208; p>.05].

Ebeveynleri boşanmış ve birlikte olanların TAÖ-20 duyguları ifade etme zorluğu alt boyutundan aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır [$t=-1.582$; $p>.05$].

Ebeveynleri boşanmış ve birlikte olanların TAÖ-20 dışa dönük düşünce alt boyutundan aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$t=-3.042$; $p<.05$]. Ebeveynleri boşanmış olanların dışa dönük düşünce ortalama puanları ($\bar{x}=24.40$) ebeveynleri birlikte olanların ortalama puanlarından ($\bar{x}=22.18$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Ebeveynleri boşanmış ve birlikte olanların TAÖ-20 (Aleksitimi) toplam puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır [$t=-1.727$; $p>.05$].

Ebeveynleri boşanmış ve birlikte olan bireylerin BDÖ (Depresyon) ortalama puanları arasında anlamlı fark bulunmamıştır [$t=-.736$; $p>.05$].

Tablo 6'da ebeveynleri boşanmış ve birlikte olan bireylerin depresyon düzeyleri ve aleksitimi düzeyleri frekans dağılımları ve yüzdeleri verilmiştir.

Ebeveynleri birlikte olanların %73.2'sinde depresyon olmadığı, %21.4'ünde hafif derecede depresyon, %5.4'ünde orta derecede depresyon tespit edilmiştir. Ebeveynleri boşanmış olanların %62.3'ünde depresyon olmadığı, %28.3'ünde hafif derecede depresyon, %6.4'ünde orta derecede depresyon, %0.9'unda ağır derecede depresyon tespit edilmiştir.

Ebeveynleri birlikte olanların %57.1'inde düşük düzeyde, %21.4'ünde orta düzeyde ve %21.4'ünde yüksek düzeyde aleksitimi tespit edilmiştir. Ebeveynleri boşanmış olanların %47.2'sinde düşük düzeyde, %24.5'inde orta düzeyde ve %28.3'ünde yüksek düzeyde aleksitimi tespit edilmiştir.

Tablo 6. Ebeveynleri Boşanmış ve Birlikte Olan Bireylerin Depresyon Düzeyleri ve Aleksitimi Düzeylerine İlişkin Frekans Dağılımı ve Yüzdeleri

		Ebeveyn Medeni Durum		Toplam	
		Birlikte	Boşanmış		
Depresyon Düzeyi	Depresyon yok	n	41	33	74
		%	73.2	62.3	67.9
	Hafif	n	12	15	27
		%	21.4	28.3	24.8
	Orta	n	3	4	7
		%	5.4	7.5	6.4
	Ağır	n	0	1	1
		%	0.0	1.9	0.9
Aleksitimi Düzeyi	Düşük	n	32	25	57
		%	57.1	47.2	52.3
	Orta	n	12	13	25
		%	21.4	24.5	22.9
	Yüksek	n	12	15	27
		%	21.4	28.3	24.8
Toplam	n	56	53	109	
	%	100.0	100.0	100.0	

4.2.2. Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Demografik Değişkenlere Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

Tablo 7’de ebeveynleri boşanmış bireylerin cinsiyetlerine göre SÖÖTÖ ve alt ölçeklerinden, TAÖ-20 ve alt ölçeklerinden, BDÖ’den aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal dağılım göstermeyen örnekleme uygun Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir.

Ebeveynleri boşanmış kadın ve erkeklerin ölçeklerden ve alt ölçeklerden aldıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 7. Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Cinsiyetlerine Göre SÖÖTÖ ve alt ölçeklerinden, TAÖ-20 ve alt ölçeklerinden ve BDÖ'den aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları

Ebeveyn Boşanmış	Cinsiyet	N	ORT	SS	z	p
Sürekli Öfke	Kadın	30	22.37	5.543	-.917	.395
	Erkek	23	21.35	7.209		
Öfke İçerme Vurumu	Kadın	30	15.57	4.158	-.642	.521
	Erkek	23	16.26	1.888		
Öfke Dışarı Vurumu	Kadın	30	17.43	5.348	-.234	.815
	Erkek	23	17.17	5.466		
Öfke Kontrolü	Kadın	30	18.60	5.745	-.953	.341
	Erkek	23	20.30	6.725		
Duyguları Tanıma Zorluğu	Kadın	30	16.63	5.974	-1.618	.106
	Erkek	23	13.87	5.075		
Duyguları İfade Etme Zorluğu	Kadın	30	12.77	3.757	-.036	.971
	Erkek	23	12.83	4.519		
Dışarı Dönük Düşünce	Kadın	30	24.00	4.339	-.875	.381
	Erkek	23	24.91	3.204		
Aleksitimi TP	Kadın	30	53.40	11.598	-.575	.565
	Erkek	23	51.61	11.143		
Depresyon	Kadın	30	12.20	9.697	-1.439	.150
	Erkek	23	8.22	7.379		

Tablo 8'de ebeveynleri boşanmış bireylerin kardeş sayılarına göre SÖÖTÖ ve alt ölçeklerinden, TAÖ-20 ve alt ölçeklerinden ve BDÖ'den aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal dağılım göstermeyen örnekleme uygun Kruskal Wallis testi bulguları verilmiştir.

Ebeveynleri boşanmış bireylerde kardeş sayılarına göre, SÖÖTÖ sürekli öfke alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$\chi^2_{(2)}=8.510$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Mann Whitney U testi sonucunda 3 ve üstü kardeş olanların sürekli öfke ortalama puanları ($\bar{x}=25.00$) 2 kardeş olanların ortalama puanlarından ($\bar{x}=19.56$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($z=-2.880$; $p=.004$).

Ebeveynleri boşanmış bireylerde kardeş sayılarına göre SÖÖTÖ öfke dışı vurumu alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$\chi^2_{(2)}=7.189$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Mann Whitney U testi sonucunda 3 ve üstü kardeş olanların öfke dışı vurumu ortalama puanları ($\bar{x}=19.43$) 2 kardeş olanların ortalama puanlarından ($\bar{x}=15.17$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur [$z=-2.700$; $p=.007$].

Ebeveynleri boşanmış bireylerde kardeş sayılarına göre TAÖ-20 duyguları tanıma zorluğu alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$\chi^2_{(2)}=8.314$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Mann Whitney U testi sonucunda 3 ve üstü kardeş olanların duyguları tanıma zorluğu ortalama puanları ($\bar{x}=18.10$) 2 kardeş olanların ortalama puanlarından ($\bar{x}=13.00$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur [$z=-2.850$; $p=.004$].

Ebeveynleri boşanmış bireylerde kardeş sayılarına göre BDÖ'den alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$\chi^2_{(2)}=14.131$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Mann Whitney U testi sonucunda 3 ve üstü kardeş olanların depresyon ortalama puanları ($\bar{x}=15.81$) 2 kardeş olanların ortalama puanlarından ($\bar{x}=7.06$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur [$z=-3.189$; $p=.001$]. Aynı şekilde 3 ve üstü kardeş olanların depresyon ortalama puanları ($\bar{x}=15.81$) tek çocuk olanların ortalama puanlarından ($\bar{x}=6.86$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur [$z=-3.122$; $p=.002$].

Diğer ortalamalar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 8. Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Kardeş Sayılarına Göre SÖÖTÖ ve alt ölçeklerinden, TAÖ-20 ve alt ölçeklerinden ve BDÖ'den aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Kruskal Wallis testi bulguları

Ebeveyn Boşanmış	Kardeş Sayısı	N	ORT	SS	χ^2	p
Sürekli Öfke	Tek çocuk	14	20.36	6.368	8.510	.014*
	2 Kardeş	18	19.56	5.883		
	3 Kardeş ve üzeri	21	25.00	5.468		
Öfke İçerme Vurumu	Tek çocuk	14	14.64	3.650	4.347	.114
	2 Kardeş	18	16.06	3.404		
	3 Kardeş ve üzeri	21	16.52	3.043		
Öfke Dışarı Vurumu	Tek çocuk	14	16.93	6.427	7.189	.027*
	2 Kardeş	18	15.17	4.048		
	3 Kardeş ve üzeri	21	19.43	4.966		
Öfke Kontrolü	Tek çocuk	14	19.64	7.438	1.434	.488
	2 Kardeş	18	20.44	6.437		
	3 Kardeş ve üzeri	21	18.19	5.076		
Duyguları Tanıma Zorluğu	Tek çocuk	14	14.57	6.085	8.314	.016*
	2 Kardeş	18	13.00	4.576		
	3 Kardeş ve üzeri	21	18.10	5.467		
Duyguları İfade Etme Zorluğu	Tek çocuk	14	11.14	3.978	5.564	.062
	2 Kardeş	18	12.39	4.175		
	3 Kardeş ve üzeri	21	14.24	3.687		
Dışarı Düşünce	Tek çocuk	14	23.36	5.429	.402	.818
	2 Kardeş	18	24.67	3.662		
	3 Kardeş ve üzeri	21	24.86	2.744		
Aleksitimi	Tek çocuk	14	49.07	12.946	5.917	.052
	2 Kardeş	18	50.06	10.114		
	3 Kardeş ve üzeri	21	57.19	10.058		
Depresyon	Tek çocuk	14	6.86	8.356	14.131	.001*
	2 Kardeş	18	7.06	6.140		
	3 Kardeş ve üzeri	21	15.81	8.920		

*p<.05

Tablo 9'da ebeveynleri boşanmış bireylerin ebeveynlerinin ayrıldıkları dönemde kiminle yaşadıklarına göre SÖÖTÖ ve alt ölçeklerinden, TAÖ-20 ve alt ölçeklerinden ve BDÖ'den aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve Mann Whitney U testi bulguları verilmiştir.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin ebeveynlerinin ayrıldıkları dönemde kiminle yaşadıklarına göre ölçeklerden ve alt ölçeklerden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 9. Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Ebeveynlerinin Ayrıldıkları Dönemde Kiminle Yaşadıklarına Göre SÖÖTÖ ve Alt Ölçeklerinden, TAÖ-20 ve Alt Ölçeklerinden ve BDÖ'den Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Mann Whitney U Testi Bulguları

Ebeveyn Boşanmış	Ebeveynlerinin ayrıldıkları dönem kiminle yaşıyordu	N	ORT	SS	z	P
Sürekli Öfke	Annemle	36	21.11	5.800	-1.164	.244
	Babamla	17	23.65	7.053		
Öfke İçerme Vurumu	Annemle	36	16.03	3.247	-.739	.460
	Babamla	17	15.53	3.659		
Öfke Dışarı Vurumu	Annemle	36	16.94	5.361	-.449	.653
	Babamla	17	18.12	5.395		
Öfke Kontrolü	Annemle	36	19.75	5.582	-.821	.412
	Babamla	17	18.47	7.417		
Duyguları Tanıma Zorluğu	Annemle	36	15.56	6.231	-.048	.962
	Babamla	17	15.18	4.613		
Duyguları İfade Etme Zorluğu	Annemle	36	12.33	4.021	-1.139	.255
	Babamla	17	13.76	4.101		
Dışarı Dönük Düşünce	Annemle	36	23.86	4.155	-1.763	.078
	Babamla	17	25.53	3.023		
Aleksitimi	Annemle	36	51.75	12.089	-.744	.457
	Babamla	17	54.47	9.599		
Depresyon	Annemle	36	10.75	9.425	-.086	.932
	Babamla	17	9.88	7.960		

Tablo 10. Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Diğer Ebeveynlerini Görme Sıklığına Göre SÖÖTÖ ve Alt Ölçeklerinden, TAÖ-20 ve Alt Ölçeklerinden ve BDÖ'den Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Kruskal Wallis Testi Bulguları

Ebeveynleri Boşanmış	Diğer ebeveyni görme sıklığı	N	ORT	SS	χ^2	p
Sürekli Öfke	Haftada en az bir	6	24.17	5.742	3.251	.661
	Ayda en az bir	12	20.58	7.292		
	3-5 ayda bir	16	21.38	5.976		
	1 yılda bir kez	10	21.60	7.863		
	3 yıl ve fazlasında bir kez	3	26.33	6.110		
	Hiç görüşmüyorum	6	22.17	1.722		
Öfke Vurumu İçer	Haftada en az bir	6	14.33	3.933	9.482	.091
	Ayda en az bir	12	15.83	1.642		
	3-5 ayda bir	16	17.19	2.428		
	1 yılda bir kez	10	16.70	3.773		
	3 yıl ve fazlasında bir kez	3	13.67	2.517		
	Hiç görüşmüyorum	6	13.67	5.610		
Öfke Vurumu Dışa	Haftada en az bir	6	19.33	7.202	4.473	.483
	Ayda en az bir	12	16.67	5.646		
	3-5 ayda bir	16	16.50	4.397		
	1 yılda bir kez	10	17.60	5.719		
	3 yıl ve fazlasında bir kez	3	22.00	3.606		
	Hiç görüşmüyorum	6	16.00	5.477		
Öfke Kontrolü	Haftada en az bir	6	18.00	5.621	3.098	.685
	Ayda en az bir	12	19.75	5.379		
	3-5 ayda bir	16	19.38	6.652		
	1 yılla bir kez	10	21.10	6.903		
	3 yıl ve fazlasında bir kez	3	14.33	2.517		
	Hiç görüşmüyorum	6	19.33	7.607		
Duyguları Tanıma Zorluğu	Haftada en az bir	6	17.33	7.257	3.240	.663
	Ayda en az bir	12	14.00	5.494		
	3-5 ayda bir	16	15.94	6.115		
	1 yılda bir kez	10	16.00	5.477		
	3 yıl ve fazlasında bir kez	3	17.67	5.132		
	Hiç görüşmüyorum	6	13.00	4.858		
Duyguları İfade Etme Zorluğu	Haftada en az bir	6	11.50	3.937	5.202	.392
	Ayda en az bir	12	12.67	4.163		
	3-5 ayda bir	16	14.56	4.718		
	1 yılda bir kez	10	12.40	3.098		
	3 yıl ve fazlasında bir kez	3	12.67	3.055		
	Hiç görüşmüyorum	6	10.33	3.266		

Tablo 10 *Devam.* Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Diğer Ebeveynlerini Görme Sıklığına Göre SÖÖTÖ ve Alt Ölçeklerinden, TAÖ-20 ve Alt Ölçeklerinden ve BDÖ'den Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Kruskal Wallis Testi Bulguları

Ebeveynleri Boşanmış	Diğer ebeveyni görme sıklığı	N	ORT	SS	χ^2	p
Dışa Dönük Düşünce	Haftada en az bir	6	23.83	6.882	2.872	.720
	Ayda en az bir	12	24.92	3.204		
	3-5 ayda bir	16	25.25	3.890		
	1 yılda bir kez	10	24.00	2.160		
	3 yıl ve fazlasında bir kez	3	24.67	1.528		
	Hiç görüşmüyorum	6	22.17	4.708		
Aleksitimi TP	Haftada en az bir	6	52.67	16.145	3.970	.554
	Ayda en az bir	12	51.58	11.634		
	3-5 ayda bir	16	55.75	12.631		
	1 yılda bir kez	10	52.40	8.113		
	3 yıl ve fazlasında bir kez	3	55.00	6.083		
	Hiç görüşmüyorum	6	45.50	8.142		
Depresyon	Haftada en az bir	6	8.00	8.173	5.390	.370
	Ayda en az bir	12	6.42	7.038		
	3-5 ayda bir	16	12.31	10.378		
	1 yılda bir kez	10	11.10	7.325		
	3 yıl ve fazlasında bir kez	3	14.67	10.066		
	Hiç görüşmüyorum	6	13.00	10.658		

Tablo 10'da ebeveynleri boşanmış bireylerin diğer ebeveynlerini görme sıklıklarına göre SÖÖTÖ ve alt ölçeklerinden, TAÖ-20 ve alt ölçeklerinden ve BDÖ'den aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal dağılmayan örnekleme uygun Kruskal Wallis testi bulguları verilmiştir.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin, diğer ebeveynlerini görme sıklıklarına göre ölçeklerden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 11. Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Ebeveynlerinin Ayrıldığı Dönemki Yaşlarına Göre SÖÖTÖ ve Alt Ölçeklerinden, TAÖ-20 ve Alt Ölçeklerinden ve BDÖ'den Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Kruskal Wallis Testi Bulguları

Ebeveynleri Boşanmış	Ebeveynlerinin Ayrıldığı Dönemki Yaş	N	ORT	SS	χ^2	p
Sürekli Öfke	0-6 yaş	14	20.79	5.820	3.796	.284
	7-12 yaş	18	21.61	6.572		
	13-17 yaş	14	21.43	6.947		
	18 ve üstü	7	26.00	4.203		
Öfke İçer Vurumu	0-6 yaş	14	14.50	4.519	6.901	.075
	7-12 yaş	18	15.28	2.492		
	13-17 yaş	14	17.50	3.180		
	18 ve üstü	7	16.86	1.069		
Öfke Dışa Vurumu	0-6 yaş	14	15.86	4.330	3.257	.354
	7-12 yaş	18	17.28	5.486		
	13-17 yaş	14	17.43	6.009		
	18 ve üstü	7	20.14	5.429		
Öfke Kontrolü	0-6 yaş	14	20.29	6.580	1.493	.684
	7-12 yaş	18	18.56	6.501		
	13-17 yaş	14	20.21	6.229		
	18 ve üstü	7	17.71	5.024		
Duyguları Tanıma Zorluğu	0-6 yaş	14	15.14	7.070	1.585	.663
	7-12 yaş	18	15.33	4.715		
	13-17 yaş	14	14.79	5.873		
	18 ve üstü	7	17.57	5.563		
Duyguları İfade Etme Zorluğu	0-6 yaş	14	11.21	4.042	3.164	.367
	7-12 yaş	18	13.28	3.938		
	13-17 yaş	14	13.21	4.839		
	18 ve üstü	7	13.86	2.193		
Dışa Düşünce Dönük	0-6 yaş	14	22.71	4.140	4.427	.219
	7-12 yaş	18	24.94	3.472		
	13-17 yaş	14	24.71	4.393		
	18 ve üstü	7	25.71	2.752		
Aleksitimi	0-6 yaş	14	49.07	13.263	3.183	.364
	7-12 yaş	18	53.56	9.925		
	13-17 yaş	14	52.71	12.579		
	18 ve üstü	7	57.14	7.313		
Depresyon	0-6 yaş	14	10.86	12.434	2.199	.532
	7-12 yaş	18	10.56	7.740		
	13-17 yaş	14	8.71	7.730		
	18 ve üstü	7	13.00	6.272		

Tablo 11'da ebeveynleri boşanmış bireylerin ebeveynlerinin boşandıkları dönemdeki yaşlarına göre SÖÖTÖ ve alt ölçeklerinden, TAÖ-20 ve alt ölçeklerinden ve

BDÖ'den aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve normal dağılmayan örnekleme uygun Kruskal Wallis testi bulguları verilmiştir.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin, ebeveynlerinin boşandıkları dönemdeki yaşlarına göre ölçeklerden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

4.3. Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları, Aleksitimi Düzeyleri ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkiler

Tablo 12'de ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ, TAÖ-20 ve BDÖ puanları arasındaki Pearson korelasyon bulguları verilmiştir.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin sürekli SÖÖTÖ öfke puanları ile SÖÖTÖ öfke dışı vurumu puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.730$; $p<.01$). Sürekli öfke arttıkça öfke dışı vurumu artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ sürekli öfke puanları ile SÖÖTÖ öfke kontrolü puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.635$; $p<.01$). Sürekli öfke arttıkça öfke kontrolü azalmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ sürekli öfke puanları ile TAÖ-20 duyguları tanıma zorluğu puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.614$; $p<.01$). Sürekli öfke arttıkça duyguları tanıma zorluğu artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ sürekli öfke puanları ile TAÖ-20 duyguları ifade etme zorluğu puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.476$; $p<.01$). Sürekli öfke arttıkça duyguları ifade etme zorluğu artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ sürekli öfke puanları ile TAÖ-20 dışı dönük düşünce puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.277$; $p<.05$). Sürekli öfke arttıkça dışı dönük düşünce artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ sürekli öfke puanları ile TAÖ-20 toplam puanları (Aleksitimi) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.575$; $p<.01$). Sürekli öfke arttıkça aleksitimi artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ sürekli öfke puanları ile BDÖ (Depresyon) puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.348$; $p<.05$). Sürekli öfke arttıkça depresyon artmaktadır.

Tablo 12. Ebeveynleri Boşanmış Bireylerin SÖÖTÖ, TAÖ-20 ve BDÖ puanları arasındaki Pearson Korelasyon Matrisi

Ebeveynleri Boşanmış	1	2	3	4	5	6	7	8
Sürekli Öfke	-							
Öfke İçer Vurumu	.245	-						
Öfke Dışarı Vurumu	.730**	.132	-					
Öfke Kontrolü	-.635**	.099	-.666**	-				
Duyguları Tanıma Zorluğu	.614**	.337*	.445**	-.413**	-			
Duyguları İfade Etme Zorluğu	.476**	.425**	.355**	-.428**	.821**	-		
Dışarı Dönük Düşünce	.277*	.243	.009	-.157	.264	.449**	-	
Aleksitimi	.575**	.406**	.355**	-.416**	.890**	.927**	.637**	-
Depresyon	.348*	.374**	.182	-.076	.609**	.430**	.014	.466**

* $p<.05$

** $p<.01$

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ öfke içer vurumu puanları ile TAÖ-20 duyguları tanıma zorluğu puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.337$; $p<.05$). Öfke içer vurumu arttıkça duyguları tanıma zorluğu artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ öfke içer vurumu puanları ile TAÖ-20 duyguları ifade etme zorluğu puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.425$; $p<.01$). Öfke içer vurumu arttıkça duyguları ifade etme zorluğu artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ öfke içe vurumu puanları ile TAÖ-20 toplam puanı (Aleksitimi) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.406$; $p<.01$). Öfke içe vurumu arttıkça aleksitimi artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ öfke dışa vurumu puanları ile SÖÖTÖ öfke kontrolü puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.666$; $p<.01$). Öfke dışa vurumu arttıkça öfke kontrolü azalmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ öfke dışa vurumu puanları ile TAÖ-20 duyguları tanıma zorluğu puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.445$; $p<.01$). Öfke dışa vurumu arttıkça duyguları tanıma zorluğu artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ öfke dışa vurumu puanları ile TAÖ-20 duyguları ifade etme zorluğu puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.355$; $p<.01$). Öfke dışa vurumu puanları arttıkça duyguları ifade etme zorluğu puanları artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ öfke dışa vurumu puanları ile TAÖ-20 toplam puanları (Aleksitimi) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.355$; $p<.01$). Öfke dışa vurumu arttıkça aleksitimi artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ öfke kontrolü puanları ile TAÖ-20 duyguları tanıma zorluğu puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.413$; $p<.01$). Öfke kontrolü arttıkça duyguları tanıma zorluğu azalmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ öfke kontrolü puanları ile TAÖ-20 duyguları ifade etme zorluğu puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.428$; $p<.01$). Öfke kontrolü arttıkça duyguları ifade etme zorluğu azalmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ öfke kontrolü puanları ile TAÖ-20 toplam puanları (Aleksitimi) arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.416$; $p<.01$). Öfke kontrolü arttıkça aleksitimi azalmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin TAÖ-20 duyguları tanıma zorluğu puanları ile depresyon puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.609$; $p<.01$). Duyguları tanıma zorluğu arttıkça depresyon artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin TAÖ-20 duyguları ifade etme zorluğu puanları ile depresyon puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.430$; $p<.01$). Duyguları ifade etme zorluğu arttıkça depresyon artmaktadır.

Ebeveynleri boşanmış bireylerin TAÖ-20 toplam puanları (Aleksitimi) ile depresyon puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.466$; $p<.01$). Aleksitimi arttıkça depresyon artmaktadır.



BÖLÜM V

TARTIŞMA

Ailenin boşanmış ya da birlikte olması çocuğu pek çok açıdan etkileyebilmektedir. Özellikle boşanmış aileye sahip olmanın çocuk yaşlarda görülen etkilerinin yanı sıra çocukların ileriki yaşamlarında da pek çok ortaya çıkabilen etkileri bulunmaktadır. Boşanmış aileden gelen ergen ve çocuklarla yapılan çeşitli çalışmalar bulunmaktadır. Fakat boşanmış aileden ve boşanmamış aileden gelen çocukların ileriki yaşamları olan yetişkinlik dönemine ait kısıtlı çalışmalar mevcuttur. Araştırmanın bu bölümünde, boşanmış ve boşanmamış ebeveyne sahip bireylerin depresyon, aleksitimi ve öfke düzeylerinin arasındaki ilişkinin incelenmesi ve bununla birlikte boşanmış ebeveyne sahip bireylerde depresyon, öfke, aleksitimi düzeylerini etkileyebilecek bazı değişkenlerin (kardeş sayısı, ebeveynleri boşandıklarında buldukları yaş, hangi ebeveynde kaldıkları, diğer ebeveyni görme sıklığı vb.) bulguları tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Araştırmanın katılımcıları 62'si kadın, 47'si erkek olan toplamda 109 bireyden oluşmaktadır. Ayrıca boşanmış ebeveyne sahip 53, boşanmamış ebeveyne sahip 56 birey çalışmaya katılım sağlamıştır. Çalışmaya boşanmış ya da boşanmamış aile ortamında yetişen 20-30 yaş aralığında bulunan bireyler, Beck Depresyon Envanteri (BDÖ), Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20) ve Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği'ni (SÖÖTÖ) doldurarak çalışmaya gönüllü olarak katılım sağlamışlardır. Çalışmada yer alan örneklem grubunun ailelerinin evli ya da ayrı oluşlarındaki etkilerini incelenmek amacıyla 20-30 yaş aralığında ki bireylerle çalışılmıştır.

Yapılan çalışmanın analiz sonuçlarına bakıldığında; boşanmış ve boşanmamış aileye sahip bireylerin örneklem gruplarının SÖÖTÖ içerisinde bulunan sürekli öfke, öfke dışı vurum alt boyutlarından aldıkları puanların anlamlı şekilde farklılık oluşturmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bunun dışında SÖÖTÖ'nin diğer alt boyutları olan öfke içi vurum ve öfke kontrolünden alınan puanlarda anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Ebeveyni boşanmış olan bireylerin ebeveyni boşanmamış olanlara göre öfke içi vurum alt boyutundan alınan puanlar anlamlı derecede yüksek, ebeveynleri birlikte olanların öfke kontrolü ortalama puanları ebeveynleri boşanmış olanların ortalama puanlarından

anlamli şekilde yuaksektir. Calismannin sonucuna bakildiginda boşanmiş ebeveyne sahip bireyler boşanmamış ebeveyne sahip bireylere oranla öfkelerini daha fazla içe yansittigini ve öfke kontrolü konusunda da boşanmamış ebeveynlere sahip bireylere oranla daha düşük kontrole sahip olduklarına yöneliktir. Bu sonuçlar bakımından Spigelman ve arkadaşlarının (1991), Fiyakalı (2008), Spielberger ve Culbertson'un (1991) gibi çalışmalarla bulunan boşanmış ebeveyne sahip çocuk ya da ergenlerin boşanmamış ebeveyne sahip olanlara göre öfke düzeylerinin fazla olduğu bilgisiyle direk olarak örtüşmemektedir. Ayrıca Karahan ve arkadaşlarının (2009) yapmış oldukları çalışmaları boşanmış aileden gelen çocukların saldırganlık düzeylerinin boşanmamış aileden gelenlere göre daha fazla olduğu yönündedir. Saldırganlık bir tür öfkeyi dışa vurum şekli olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu yönüyle çalışma sonucunda öfke dışa vurum alt ölçeğinde herhangi bir anlamlı sonuca ulaşılmamıştır. Karahan ve arkadaşlarının çalışmasıyla bu durum örtüşmemektedir. Çalışmada öfke içe vurum alt boyutu hariç hiçbir alt boyutta boşanmış ebeveyne sahip bireylerde boşanmamış ebeveyne sahip bireylere oranla ortalama puanlar yüksek bulunmamıştır. Bunun yanında çalışmaya yakın sonuçlar bulan Güleç (2002), Deniz ve arkadaşlarının (2006) çalışmalarının sonucunda ise boşanmış ya da boşanmamış ebeveyne sahip ergenlerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları alt ölçekleri arasında anlamlı şekilde farklılaşmaların bulunmadığı şeklindedir. Öfke içe vurum ve öfke kontrol alt ölçekleri hariç bütün alt ölçeklerin sonucu Güleç, Deniz ve arkadaşlarının çalışmalarının sonuçlarıyla örtüşmektedir. Bahsi geçen çalışmalar boşanmış ve boşanmamış ebeveynlere sahip ergenler ve çocuklar üzerinde yürütülen çalışmalardır. Bu yönüyle bu çalışma ise ailesi ayrı olan ve olmayan çocukların ya da ergenlerin ileri ki yaşlarına 20-30 yaşları aralığına yönelik ele alınmaya çalışılmıştır.

Çalışmanın örneklem grubu olan boşanmış ebeveyne sahip bireylerin birlikte olan bireylere oranla TA-20 dışa dönük düşünce alt boyutundan aldıkları ortalama puanlarına bakılmış ve anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun yanında aleksitimi alt boyutları olan duyguları tanıma zorluğu ve duyguları ifade etme zorluğunun ve aleksitimi toplam puanlarının ortalamalarına baktığımızda boşanmış ebeveyne sahip bireyler daha yüksek ortalamalara sahip olsalar da istatistiksel olarak anlamlı bir sonuç elde edilmemiştir. Çalışılan örneklem grubuna ve sonuçlarına baktığımızda bu durum, boşanmış ebeveyne sahip bireylerin boşanmamış ebeveyne sahip bireylere göre

düşüncelerini rahatça dışarıya aktarmakta zorlanan bireyler olduğu şeklinde açıklanabilir. Fakat anlamlı bir sonuç elde edilmemesi bu açıklamayı desteklememektedir.

Ebeveynleri boşanmış kadın ve erkeklerin ölçeklerden ve ölçeklerin alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Çalışmanın ebeveynleri boşanmış kadın ve erkeklerin aleksitimi ölçeğinden ve bunun alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Uzun (2013) boşanmış ve boşanmamış ebeveyne sahip çocuklarla yapmış olduğu çalışmasının sonucu ve çalışmanın içerisinde yer alan Reinherz (1984), Mechanic ve Hansell (1979) çalışmaları gözden geçirildiğinde boşanmanın çocuklar üzerinde bir takım etkilerin bulunduğu fakat bu etkilerin kız ya da erkek olunmasıyla ilgili bir farkın bulunmadığı, çalışmanın sonucuyla örtüşmektedir. Ayrıca, Gürkan (1996), Koçak (2003), Ünal (2004), Burç (2015) gibi farklı örneklem gruplarıyla yapılan çalışmaların cinsiyet açısından değişkenlerin sonuçlarıyla da bu durum örtüşmektedir. Bunun yanında alt boyut ortalama puanlarına bakıldığında duyguları ifade etme zorluğu ve dışarı dönük düşünce ortalamaları erkeklerin kadınlara göre yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuç, erkeklerin düşüncelerini dışarıya karşı rahatça aktarmakta ve hangi duyguları yaşadıklarını ifade etmekte daha fazla zorlandıklarını gösterse de bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı bir sonuç değildir. Çalışmanın bir başka ölçeği olan depresyon ve cinsiyet değişkenine bakıldığında yine anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Bu bakımdan Gençdoğan, Ören (2007) lise öğrencileriyle, Özdel ve arkadaşları (2002) üniversite öğrencileriyle yapmış oldukları araştırmalarla örtüşmektedir. Kessler ve arkadaşları (1993), Weisman ve arkadaşları (1993) kadınlarda hayatları boyunca depresyon özelliklerinin görülme riskinin erkeklere oranla daha fazla olduğunu belirtmişler ve bu oranın 1.7 ile 2.7 katı olduğunu vurgulamışlardır (Akt. Akdeniz, Gönül, 2004). Erözkan (2004) yapmış olduğu lise öğrenciler üzerinde ki çalışma da ise kız öğrencilerin erkek öğrencilere oranla daha fazla ortalamalara sahip olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucu ortaya konmuştur. Çalışmanın sonucunda depresyon ve kadın erkek puanları arasında anlamlı farklılıkların olmaması dışında kadın örneklem grubunun erkek örneklem grubuna oranla Beck Depresyon Ölçeğinden aldıkları ortalama puan daha fazla olsa da istatistiksel olarak anlamlı bir sonuç elde edilmemiştir. Bu yüzden ilgili çalışmaların sonuçlarıyla bu çalışmanın sonucu örtüşmemektedir.

Gür (1996) yapmış olduğu çalışmada kardeş sayısının depresyonu etkilediğini belirtmiştir. Çalışmada boşanmış ebeveyne sahip bireylerin kardeş sayısına göre ölçekler ve alt ölçeklerin ortalama puanlarına ve sonuçlara bakıldığında sürekli öfke, öfke dışı vurumu, duyguları tanıma zorluğu alt ölçekler ve depresyon ölçeğinden elde edilen ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Çalışmada tek kardeş, iki kardeş, üç ve üzeri kardeş sayılarından oluşan grupların puanları ve sonuçlarına bakıldığında sürekli öfke, öfke dışı vurumu alt ölçekleri, duyguları tanıma zorluğu alt ölçeği ve depresyon ölçeğinin üç kardeşe sahip olan bireylerin ortalama puanlarına bakıldığında tek ve 2 kardeşe sahip olan bireylerinkinden anlamlı derece yüksektir. Fakat anlamlı derecede yüksek olan alt ölçek ve ölçek ortalamalarına bakıldığında kardeş sayısı artıkça alt ölçekler ve ölçek ortalamaların arttığı söylenemez. Çünkü anlamlı derecede yüksek çıkan bazı alt ölçeklerde tek çocuk ortalaması iki kardeş ortalamalarından yüksek bulunmaktadır. Böylece kardeş sayısının depresyonu etkilediğini belirten Gür'ün çalışmasıyla, incelenen çalışmanın sonucu benzerlik göstermektedir. Alkış (2016) yapmış olduğu çalışma sonuçlarına göre kardeş sayısına göre sürekli öfke, öfke içe ve dışı vurum ve öfke kontrolünün anlamlı bir farklılığı olmadığı yönündedir. Bu yönüyle boşanmış ebeveyne sahip bireylerin üzerinde ise bu çalışma sonuçlarına bakıldığında sürekli öfke, öfke dışı vurum alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar anlamlı fark bulunduğuna yöneliktir. Çalışmanın sonucu Alkış (2016) çalışmasının sonucunun bir kısmıyla örtüşmemektedir. Bunun yanında ebeveynleri boşanmış bireylerin ebeveynlerinin ayrıldıkları dönemde kiminle yaşadıklarına göre ölçeklerden ve alt ölçeklerden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Anlamlı fark bulunmayan bu örneklemin ortalamalarına bakıldığında öfke dışı vurum, duyguları ifade etme zorluğu, dışı dönük düşünce alt ölçekleri ve aleksitimi toplam puan ortalamaları babalarında kalan bireylerin annelerinde kalanlara oranla daha fazla bulunmaktadır. Aynı şekilde geri kalan alt ölçek ve ölçek ortalamaları annelerinde kalanların daha fazla bulunmuştur. Fakat bu ortalama puanlar arasında anlamlı derecede bir fark bulunmamıştır. Çalışmanın sonucu öfke alt ölçeklerine bakılırsa, boşanmış ve boşanmamış ebeveyne sahip ergenlerle denetim odağı ve öfkeyle çalışan Alkış (2016) çalışmasının sonucuyla örtüşmektedir. Alkış'ın çalışmasının sonucunda ise ebeveyne boşanmış ergenlerin kiminle yaşadığı ve sürekli öfke ve öfke tarzı ölçeği alt boyutlarından hiç birisinde anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

Yavaş (1999) boşanmış aileye sahip çocuklarda depresyon görülme riskinin boşanmamış aileden gelen çocuklara oranla daha fazla olduğunu belirtmiştir (Akt. Ocakçı, Kürtüncü, 2004). Çalışmanın sonucuna bakıldığında boşanmış aileden gelen bireylerin depresyon ortalamaları boşanmamış aileden gelen bireylere göre daha fazla olsa da anlamlı bir fark bulunmamıştır. Yavaş'ın çalışmasıyla çalışmanın sonucu örtüşmektedir.

Çalışmada son olarak ebeveynleri boşanmış bireylerin SÖÖTÖ, TAÖ-20 ve BDÖ puanları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Pek çok çalışma tarafından depresyonun aleksitimiyle ya da öfkeyle ilişkisi yer almaktadır. Saarijarvi ve arkadaşları (1993), Saarijarvi ve arkadaşlarının (2001), Montan ve Gençöz'ün (2007) çalışmalarında depresyon ve aleksitimi arasında ki ilişkinin yüksek derecede anlamlılığında bahsedilmektedir. Buna benzer olarak çalışmanın bulgular kısmında yer alan bir başka sonuç ise depresyon ölçeği ve aleksitimi ölçeği toplam puanlarının arasında ki ilişkinin pozitif yönünde anlamlı derecede bulunduğu yönündedir. Bu sonuç bahsi geçen çalışmaların sonuçlarıyla ve bilgileriyle örtüşmektedir. Fakat bunun yanın da aleksitim ölçeğinin alt boyutlarında yer alan duyguları tanıma ve duyguları ifade etme zorluğu alt boyutlarına bakıldığında depresyonla pozitif yönde anlamlı ilişki bulunurken dışa dönük düşünce alt boyutunun puanının anlamlı derecede olmadığı saptanmıştır. Bu durum depresyonun artmasıyla birlikte duyguları sözcüklerle tanımlamada yaşanan zorluklar ve duyguları ifade etmekte yaşanan güçlüklerin arttığı yönündedir. Aleksitimi toplam puanların ölçeklerle ve alt ölçeklerle ilişkisine bakıldığında ise bütün alt ölçek ve ölçeklerle ilişkisi pozitif yönde anlamlı çıkmakta sadece SÖÖTÖ alt ölçeklerinde bulunan öfke kontrolü ölçeğiyle negatif yönde bir ilişki içerisinde olduğu bulunmaktadır. Bu da aleksitimi ölçeğinden alınan toplam puanların artmasıyla birlikte öfkeyi kontrol etmede başarısızlık yaşandığı söylenebilir.

Bunun yanın da çalışmada depresyon ve öfke alt ölçeklerinin ilişkisine bakıldığında depresyon ölçeğinin puanları ile sürekli öfke ve öfke içe vurum alt ölçek puanları arasında ki ilişkiye bakıldığında pozitif yönde anlamlı çıktığı görülmektedir. Depresyon ve öfke ilişkisini inceleyen çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmalardan biri Köksal ve Gençdoğan'a (2007) aittir. Çalışmalarının sonuçlarına bakıldığında depresyon ölçeğinin puanları ve sürekli öfke, öfke içte, öfke dışta ölçekleri puanları arasında ki ilişki

değerleri pozitif yönde anlamlı bulunurken, depresyon ölçeği puanları ve öfke kontrol ölçeği puanları arasındaki ilişkiye bakıldığında negatif yönde anlamlı çıktığı görülmektedir. Çalışmanın sonucu Köksal ve Gençdoğan'ın çalışmasıyla sürekli öfke ve öfke içe vurum alt ölçeklerin pozitif yönde olan ilişkisiyle örtüşmektedir. Bu da depresyonun artmasıyla birlikte sürekli öfke düzeyi alt ölçeği bakımından öfke düzeyinin yükseldiği ayrıca öfke içe alt ölçeği bakımından ise öfkenin bastırıldığı şeklinde yorumlanabilir. Bu durum depresyon durumunda öfke düzeyi yükselirken, yükselen öfkenin bastırıldığı söylenebilir. Ayrıca öfke ölçeğinin alt boyutlarının birbirleriyle ilişkisine bakıldığında öfke kontrolü alt ölçeği ile sürekli öfke ve öfke dışı vurum alt ölçeği puanları arasında negatif yönde korelasyon bulunmaktadır. Yani öfke düzeyinin yükselmesiyle, öfkenin dışarıya ifadesinin artmasıyla birlikte öfke kontrolünün azaldığı bu şekilde ilişki içerisinde buldukları söylenebilir.

5.1. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu çalışma Spielberger tarafından geliştirilen Özer (1994) tarafından Türkçe uyarlanması yapılan Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği'nin; Beck ve arkadaşları tarafından (1961) geliştirilen Tegin (1980) tarafından Türkçeye uyarlanması yapılan Beck Depresyon Envanteri'nin; Taylor ve arkadaşları (1985), Bagby ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilen ve Güleç (2009) tarafında Türkçe uyarlanması yapılan Toronto Aleksitimi Ölçeği'nin (TA-20) ölçtüğü niteliklerle sınırlı kalmıştır.
2. Çalışmaya 109 birey katılım sağlamıştır. Çalışmada daha genel verilere ulaşabilmek için bu araştırmanın benzer koşullarda daha geniş bir grup üzerinde yapılmasıyla birlikte daha geniş kapsamlı bulgular elde edilebilir.
3. Çalışma Çanakkale, İstanbul, Denizli illerinde ulaşılabilen 20-30 yaş aralığında bulunan bireylerle yapılmıştır. Sadece üç ille sınırlandırılan çalışma daha fazla kişi sayısına ulaşarak farklı illerden bireyleri göz önüne alınabilir.
4. Çalışmaya dahil edilen 20-30 yaş aralığında ki bireylerin depresyon, aleksitimi ve sürekli öfke, öfke içe vurum, dışı vurum ve kontrolünü etkileyen hayatlarında ki diğer değişkenler göz önüne alınabilir.

5. Çalışma içerisinde ebeveynlerin boşandıklarında bireylerin hangi ebeveynde kaldıkları sorusuna çoğunluk olarak 'annem' cevabı alınmıştır. Çalışmada babasıyla kalan birey sayısı annesiyle kalan birey sayısından daha az bulunmaktadır. Bunun gibi boşanan bireylerde cinsiyet, kardeş sayısı gibi değişkenlerin incelenmesi açısından daha iyi bir karşılaştırma verebilmesi için bu sayıların dengede tutulmasına dikkat edilebilir.



BÖLÜM VI

SONUÇ ve ÖNERİLER

Ebeveyni boşanmış ve boşanmamış bireylerin depresyon, aleksitimi ve öfke düzeyleri ve bunları belirleyen alt ölçek ve alt boyutları arasındaki ilişkinin ve bununla birlikte bazı değişkenlerin ölçeklere etkileri incelendiği bu çalışmadan çıkan sonuçlar aşağıda belirtilmiştir.

1.Boşanmış ve boşanmamış aileye sahip bireylerin depresyon düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

2.Boşanmış ve boşanmamış aileye sahip bireylerin aleksitimi düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bunun yanında aleksitimi ölçeğinin alt boyutlarına bakıldığında dışa dönük düşünce alt boyunda anlamlı derecede farklılık bulunmuştur. Boşanmış aileye sahip bireylerin dışa dönük düşünce alt boyutu boşanmamış aileye sahip bireylerinkine göre daha yüksektir.

3.Boşanmış, boşanmamış aileye sahip bireylerin öfke düzeylerini ölçmek amacıyla SÖÖTÖ alt ölçeklerine bakıldığında öfke içe vurum ve öfke kontrol alt ölçeklerinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Öfke içe vurum alt ölçeğinde boşanmış aileye sahip bireylerin ortalamaları daha fazla bulunmuştur. Öfke kontrol alt ölçeğinde ise boşanmamış aileye sahip bireylerin ortalamaları daha fazla bulunmuştur. Ölçeğin öfke dışa vurum ve sürekli öfke alt boyutlarında ise anlamlı farklılık bulunmamıştır.

4.Boşanmış ebeveyne sahip bireylerin depresyon, aleksitimi ve öfke düzeyleri cinsiyet açısından incelendiğinde, ölçek ve alt ölçeklerde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

5.Boşanmış aileye sahip bireylerin öfke, depresyon ve aleksitimi düzeyleri kardeş sayıları açısından incelendiğinde öfke alt ölçeği; sürekli öfke ve öfke dışa vurumu, aleksitimi alt boyutu; duyguları tanıma zorluğu ve depresyon düzeylerinde farklılık bulunmuştur.

- Ölçeklerin ve alt ölçeklerin farklılıkların kaynağına bakıldığında anlamlı çıkan depresyon ölçeği, aleksitimi alt boyutu olan duyguları tanıma zorluğu ve SÖÖTÖ alt

ölçekleri olan sürekli öfke ve öfke dışı vurum, 3 ve üzere kardeşe sahip bireylerin daha yüksek ortalamalara sahip olduğu bulunmuştur.

6.Boşanmış ebeveyne sahip bireylerin depresyon, öfke ve aleksitimi düzeyleri birlikte kaldığı ebeveyne göre incelendiğinde; aleksitimi, öfke ve depresyon ölçekleri ve alt ölçeklerinde anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

7.Boşanmış ebeveyne sahip bireylerin depresyon, öfke, aleksitimi düzeyleri diğer ebeveyni görme sıklığına göre incelendiğinde; aleksitimi, öfke ve depresyon ölçekleri ve alt ölçeklerinde anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

8. Boşanmış ebeveyne sahip bireylerin depresyon, öfke, aleksitim düzeyleri ebeveynleri ayrıldığı dönemdeki yaşa göre incelendiğinde aleksitimi, öfke ve depresyon ölçekleri ve alt ölçeklerinde anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

9.Boşanmış ebeveyne sahip bireylerin SÖÖTÖ, TAÖ-20 ve BDÖ aralarındaki ilişkilere bakıldığında,

- SÖÖTÖ'nin alt ölçekleri olan sürekli öfke ile öfke dışı vurumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bunun yanında sürekli öfke ile öfke kontrolü arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bireylerin sürekli öfke düzeyleri arttıkça öfke dışı vurum düzeyleri de artmakta, sürekli öfke düzeyleri arttıkça öfke kontrol düzeyleri ise azalmaktadır.

- SÖÖTÖ'nin alt ölçeklerine ve TAÖ-20 ve alt boyutlarına bakıldığında, sürekli öfke, aleksitimi alt boyutlarından biri olan duyguları tanıma zorluğu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Yine benzer şekilde sürekli öfke ile aleksitimi diğer alt boyutları olan duyguları ifade etme zorluğu, dışı dönük düşünce arasında da pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bireylerin sürekli öfke düzeyleri arttıkça duygularını tanımlama zorlukları, duyguları ifade etme zorlukları ve dışı dönük düşünceleri de artmaktadır. Bunun yanı sıra SÖÖTÖ'nin alt ölçeği olan sürekli öfke ile Aleksitimi (TAÖ-20 toplam) arasında da pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sürekli öfke arttıkça aleksitiminin arttığı söylenebilir.

- SÖÖTÖ'nin alt ölçeği olan sürekli öfke ile Depresyon (BDÖ) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sürekli öfke arttıkça depresyonda artmaktadır.
- SÖÖTÖ'nin alt ölçeği olan öfke içe vurumu ile TAÖ-20 alt boyutu duyguları tanıma zorluğu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öfke içe vurumu ile TAÖ-20 bir başka alt boyutu olan duyguları ifade etme zorluğu arasında da pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öfkeyi içe vurum arttıkça duyguları tanıma zorluğu ve duyguları ifade etme zorluğu da artmaktadır. Öfke içe vurumu ile Aleksitimi (TAÖ-20 toplam) arasında ki ilişkinin sonucu pozitif yönde anlamlıdır. Öfke içe vurum arttıkça aleksitimi de artmaktadır.
- SÖÖTÖ'nin alt ölçekleri olan öfke dışı vurumu ile öfke kontrolü arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öfke dışı vurum arttıkça öfke kontrol azalmaktadır.
- SÖÖTÖ'nin alt ölçeği olan öfke dışı vurumu ile TAÖ-20 alt boyutları duyguları tanıma zorluğu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öfke dışı vurum arttıkça duyguları tanıma zorluğu artmaktadır.
- SÖÖTÖ'nin alt ölçeği olan öfke kontrolü ile TAÖ-20 alt boyutu duyguları tanıma zorluğu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öfke kontrolü arttıkça duyguları tanıma zorluğu azalmaktadır. Öfke kontrolü ile TAÖ-20 diğer bir alt boyutu duyguları ifade etme zorluğu arasında ise negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öfke kontrol arttıkça duyguları ifade etme zorluğu azalmaktadır. Öfke kontrolü ile Aleksitimi (TAÖ-20 toplam) arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öfke kontrolü arttıkça aleksitimi azalmaktadır.
- TAÖ-20 alt boyutu olan duyguları tanıma zorluğu ile depresyon arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duyguları tanıma zorluğu arttıkça depresyon artmaktadır. TAÖ-20 bir diğer alt boyutu olan duyguları ifade etme zorluğu ile depresyon arasında da pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Duyguları ifade etme zorluğu arttıkça depresyon artmaktadır. Aleksitimi (TAÖ-20 toplam) ile depresyon arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Aleksitimi arttıkça depresyon artmaktadır.

Yukarıda bulunan çalışmanın sonuçları doğrultusunda konuyla ilgili yapılacak olan çalışmalara ya da çalışmaların sonuçlarına göre konuyla ilgili şu önerilerde bulunulabilir;

1. Boşanma olgusu her geçen gün daha da artış göstermektedir. Boşanma düşüncesi içerisinde olan çiftler evlilik, boşanma ya da boşanma olgusunun çocukları nasıl en az şekilde etkileyebileceği konusunda profesyonel olarak destek alıp bu kişilerden bilgi alabilirler.
2. Çalışmada boşanmamış ve boşanmış ebeveyne sahip bireylerin depresyon, öfke ve aleksitimi değişkenleri karşılaştırılmıştır. Boşanmış ve boşanmamış aileye sahip gruplar arasında daha başka değişkenlerin karşılaştırıldığı araştırmalar yapılabilir.
3. Çalışma 20-30 yaş aralığında bireylerle yapılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular farklı örneklem gruplarıyla ya da daha farklı yaş gruplarıyla araştırılabilir.
4. Boşanmış ve boşanmamış ebeveyne sahip yetişkin bireylerle yapılan çalışmalar kısıtlı olduğu için çalışma 20-30 yaş grubu bireylerle yapılmıştır. Fakat boşanmanın ve boşanmamanın çocuklar üzerinde uzun süreli etkilerini araştırmak için boylamsal çalışmalar yapılabilir. Ya da çocukluk, ergenlik, yetişkinlik gibi farklı yaş gruplarıyla birlikte kesitsel çalışmalar yapılabilir.
5. Boşanmış ve boşanmamış ebeveyne sahip olan çocukları, ergenleri ya da bireyleri karşılaştırmada vaka incelemeleri yapılması yararlı olabilir.

KAYNAKÇA

Adalet Bakanlığı, 2017. Türk Medeni Kanunu Mevzuatı, Ankara: Ankara Açık Cezaevi Matbaası.

Ağdemir, S., 1991. Aile ve Eğitim. Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi, 1(1), 11-13.

Akdeniz, F., Gönül, A. S., 2004. Kadınlarda üreme olayları ile depresyon ilişkisi. Klinik Psikiyatri, 2(70), 70-74.

Aktay, M., 2014. Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimi ve Depresyonun Yordayıcısı Olarak Bağlanma Stilleri. Doctoral Dissertation. İstanbul Arel Üniversitesi. İstanbul.

Akyol, S. U., 2013. Boşanmış ve Boşanmamış Aileye Sahip Ergenlerin Yalnızlık, Yaşam Doyumu, Sosyal Destek ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Doctoral dissertation, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü).

Alkış, L., 2016. Boşanmış ve Boşanmamış Ailedeki Ergenlerde Ddenetim Odağı ve Öfke İfade Tarzlarının Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Ticaret Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Aile Eğitim ve Danışmanlığı Anabilim Dalı. İstanbul.

Aral, N., Sağlam, M., 2011.Boşanma Sürecinde Olan Ailelerdeki Çocukların Aile Algılarının Resimler Aracılığı ile İncelenmesi. Çocuk Vakfı Yayınları, 292-302, İstanbul.

Arkar, H., 1992. Beck'in Depresyon Modeli Ve Bilişsel Terapisi. Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi, 5(1-3), 37-40.

Aydemir, A., 2010. Çocuk ve Ergenlerde Obezite, Depresyon ve Aleksitimi Düzeyleri Arasındaki İlişki: İstanbul Örneği. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı. İstanbul.

Aydın, O., Baran, G., 2010. Toplumsal değişme sürecinde evlenme ve boşanma. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 21(2), 117-126.

Aygen, S., 2011. Otizm Tanısı Almış Çocuk ve Ergenlerin Annelerinde Aleksitimi Düzeylerinin Yordanması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı. İstanbul.

Bağcı, T., 2008, “Üniversite öğrencilerinin aleksitimi düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi” Yüksek Lisans Tezi. T.C. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Ankara.

Balkaya, B., 2001. Çok Boyutlu Öfke Envanterinin Geliştirilmesi ve Bazı Semptom Grubundaki Etkisi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Bölümü Uygulama Psikoloji Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi.

Balkaya, F., 2001. Öfke: Temel Boyutları, Nedenleri ve Sonuçları. *Türk Psikoloji Yazıları*, 4(7), 21-45.

Balkaya, F., Şahin, N. H., 2003. Çok Boyutlu Öfke Ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 192-202.

Batıgün, A. D. ve Büyükşahin, A., 2008. Aleksitimi: Psikolojik belirtiler ve bağlanma stilleri. *Klinik Psikiyatri*, 11, 105-114.

Bayır, G.S., 2016. Yatalak Hastalara Bakım Veren Kişilerin Öfke Kontrolü ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Psikoloji Anabilim Dalı. İstanbul.

Bayraktutan, M., 2014. Sosyal Anksiyete Bozukluğu Olan Hastalarda Empati Becerisi, Aleksitimi, Depresyon, Anksiyete Düzeyleri ile Sempatik Deri Yanıtı İlişkisi ve Tıbbi Tedavinin Etkileri. Uzmanlık Tezi. T.C. Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı. Denizli.

Beck, J.S., 1995. *Cognitive therapy: Basics and beyond*. New York: Guilford Press.

Beck, A.T., 2005. Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar. Çev. Aysun Türkcan. Litera Yayınevi. İstanbul.

Burç, B., 2015. Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumları İle Dürtüsellik ve Aleksitimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, T.C. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Cömert, E. H., 2004. Depresif Bozukluklarda Anksiyete Şiddetine Göre Sürekli Öfkenin ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Psikoloji Anabilim Dalı. İstanbul.

Çivitçi A., Çivitçi N, Fiyakalı C., 2009. Anne Babası Boşanmış Boşanmamış Olan Ergenlerde Yalnızlık ve Yaşam Doyumu. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, Denizli. 9(2):493-525.

Danışık, D. N., 2005, “Ergenlerin Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.

Demirer, E., 2005. Reem Nöropsikiyatri Merkezi'nin Üç Şubesine Depresyon Şikâyetiyle Başvuran Kadınların Çocukluk Çağı Travması Açısından Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı. Klinik Psikoloji Bilim Dalı. İstanbul.

Deniz, M. E., Kesen, N. F., ve Üre, Ö., 2006. An investigation of trait anger (t-anger) and anger subscales of adolescents living in youth homes. Educational Sciences: Theory and Practice. 6(1):133-159.

Dereboy, İ. F., 1990. Aleksitimi: Bir gözden geçirme. Türk Psikiyatri Dergisi, 1(3), 157-165.

Dereboy İ.F., 1990. Aleksitimi Özbildirim Ölçeklerinin Psikometrik Özellikleri Üzerinde Bir Çalışma. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi.

Dilbaz, N., Seber, G., 1993. Umutsuzluk kavramı: Depresyon ve intiharda önemi. *Kriz Dergisi*, 1(3), 134-138.

Doğan, T., Çetin, B., 2008. The investigation of relationship between social intelligence, depression and some variables at university students. *Journal of Human Sciences*, 5(2).

Doğan S, Güler H, Kelleci M., 2001. Hastaların Öfkeli Davranışları Karşısında Hemşirelerin Yaklaşımları. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 5 (1): 26-32.

DSM- V., 2013. (The Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders-5): Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı. E. Köroğlu (çev.), İstanbul: HYB Yayıncılık.

Durak, A. Palabıyıköğlu, R., 1994. Beck Umutsuzluk Ölçeği Geçerlilik Çalışması, *Kriz Dergisi*, 2(2), 311-319.

Duran, Ö., Eldeleklioğlu, J., 2005. Öfke Kontrol Programının 15 ve 18 Yaş Arası Ergenler Üzerindeki Etkililiğinin Araştırılması. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(3).

Duran, S., 2016. Depresyon ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Arasındaki İlişkide Otomatik Düşünce Özelliklerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı. İstanbul.

Epözdemir, H., 2012a. The Effect of Alexithymic Characteristics of Married Couples on Their Marital Adjustment. *Journal of Family Psychotherapy*, 23(2), 116-130.

Epözdemir, H., 2012b. Aleksitimi: Psikolojik Bir Semptom Mu, Yoksa Bir Kişilik Özelliği Mi?. *Türk Psikoloji Yazıları*, 15(30), 25-33.

Erden, D., 2005. Farklı Yetiştirme Koşullarının Aleksitimi, Depresyon ve Psikiyatrik Belirtilerle İlişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 8, 60-66.

Erdim, L., Ergün, A., 2016. Boşanmanın Ebeveyn ve Çocuk Üzerindeki Etkileri. Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi, 3(1), 78-84.

Ergin, D., Şen, N., Eryılmaz, N. E., Pekuslu, S., & Kayacı, M., 2007. Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Depresyon Düzeyi ve Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi. Journal of Anatolia Nursing and Health Sciences, 10(1).

Ergün, H., 2008. 14-18 Yaş Arası Ergenler ve Ebeveynlerinde Aleksitimik Özellikler, Ebeveyn Tutumları, Bağlanma ve Bağımlılık. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Klinik Psikoloji. Ankara.

Erözkan, A., 2011. Lise Öğrencilerinin Sosyal Karşılaştırma ve Depresyon Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi, 1(13).

Erürker, B., 2007. Aileye ve Parçalanmış Aileye Sahip 5-6 Yas Çocuklarının Bilişsel İşlevlerinin Karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Ersöz, A. G., 2011. Türkiye’de Boşanma Olgusu ve Kadına Yönelik Aile İçi Şiddet İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme. Sosyoloji Konferansları, (43), 249-264.

Fiyakalı, N. C., 2008. Anne-babası Boşanmış ve Boşanmamış Lise Öğrencilerinin Sürekli Öfke Düzeyleri ve Öfke İfade Tarzlarının Bazı Değişkenler Açısından Karşılaştırılması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.

Gökçe, F.S., 2007. Depresyon Tanısı Alan Annelerin Çocukları ve Annelerine Yönelik ‘Aileyi Güçlendirici Destek Programı’. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi. Ankara.

Güleç Y., 2002. Ergenlerin Öfke Yaşantıları, Benlik Algıları ve Akademik Başarı İlişkileri. Basılmamış yüksek lisan tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Güleç, M. Y., Hocaoglu, Ç., Gökçe, M., & Sayar, K., 2007. Kalple İlişkili Olmayan Göğüs Ağrısında Aleksitimi, Öfke ve Bedensel Duyumları Büyütme. *Anadolu Psikiyatri Dergi*.

Güleç, H., Yenel, A., 2010. 20 Maddelik Toronto Aleksitimi Ölçeği Türkçe Uyarlamasının Kesme Noktalarına Göre Psikometrik Özellikleri. *Klinik Psikiyatri*. *13;108- 112.*, 8, 14-21.

Gülveren, H., 2008. Lise Son Sınıf Öğrencilerinde İç-Dış Kontrol Odağı, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı ile Zeka Arasındaki İlişkinin Araştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Psikoloji Anabilim Dalı. İstanbul.

Gür, A., 1996. Ergenlerde Depresyon ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

Gürkan, S. B., 1996, "Aleksitimi" Çukurova Eğitim Fakültesi Dergisi, *2(14): ss.99-103*.

Gürsoy, T., 2015. 13-15 Yaş Grubundaki Bireylerde Empatinin Aleksitimi Düzeyleri Üzerindeki Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Psikoloji Ana Bilim Dalı Genel Psikoloji Programı. İstanbul.

Kapçı, E. G., 2004. İlköğretim öğrencilerinin zorbalığa maruz kalma türünün ve sıklığının depresyon, kaygı ve benlik saygısıyla ilişkisi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, *37(1), 1-13*.

Karagün E., Çağlayan, Ç., 2014. Sporcuların Şiddete Maruz Kalma Durumları ile Öfke Düzeylerinin Değerlendirilmesi. Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, *(28), 113-127*.

Karahan, T. F., Özcan, K. ve Ağlamaz, T., 2009. Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Anne Babanın Birliktelik Durumu, Öz Üvey Oluşu ve Yasamda Öncelikli En Önemli Değer Algısı Açısından İncelenmesi. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, *22(1), 211-229*.

Karakaya, I., Coşkun, A., & Ağaoglu, B., 2006. Yüzücülerin Depresyon, Benlik Saygısı ve Kaygı Düzeylerinin Değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7, 162-166.

Karslı, N., 2012. Dindarlık ve Öfke Kontrolü İlişkisi Üzerine Tecrübî Bir Araştırma.

Keskin, I., 2007. Boşanmanın Sosyolojik ve Psikolojik Nedenleri ve Boşanmanın Ortaya Çıkardığı Sonuçlar (Niğde İli Örneği). Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.

Koçak, E., 2008. Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Koçak, R., 2002. Aleksitimi: Kuramsal Çerçeve Tedavi Yaklaşımları ve İlgili Araştırmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 35(1-2), 183-212.

Koçak, R., 2003. Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimi ve Yalnızlığın Bazı Değişkenler Açısından Karşılaştırılması ve Aralarındaki İlişkinin İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(19), 15-24.

Koçak, R., 2016. Duygusal İfade Eğitimi Programının Üniversite Öğrencilerinin Aleksitimi ve Yalnızlık Düzeylerine Etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(23).

Koçak, R., Karaboğa, M., Baloğlu, M., 2015. Çocuklar İçin Aleksitimi Ölçeği (ÇAÖ) Türkçeye Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. *Electronic Turkish Studies*, 10(11).

Köksal, F., Gençdoğan, B., 2010. Depresif Olanlar ile Olmayalar Suçluluk, Utanç ve Öfke Tarzlarının İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9 (1), 163-175.

Kuyucu, Y., 2007. Boşanmış ailede yetişen ergenlerin bilişsel çarpıtmalarıyla benlik değeri arasındaki ilişki. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Levant, F. R., Hall, J. R., Williams, M. C. and Hasan, T. N., 2009, "Gender differences in alexithymia" *Psychology of Men and Masculinity*, 10(3):190-203.

Mete, H. E., 2008. Kronik Hastalık ve Depresyon. *Klinik Psikiyatri*, 11, 3-18.

Motan, İ., Gençöz, T., 2007. Aleksitimi Boyutlarının Depresyon ve Anksiyete Belirtileri ile İlişkileri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18 (4), 333-343.

Murdock, N.L., 2012. Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları. Çev. Prof. Dr. Füsün Akkoyun. Nobel Akademi Yayınları. Ankara.

Ocakci, A., Kürtüncü, M., 2004. Çocuk Yuvasında Yaşayan 9-13 Yaş Grubu Çocuklarda Depresyon ve Benlik Kavramı Düzeylerinin Belirlenmesi. *Journal of Educational Sciences & Practices*, 3(5).

Öngider, N., 2013. Boşanmanın Çocuk Üzerindeki Etkileri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 5(2).

Ören, N., Gençdoğan, B., 2007. Lise Öğrencilerinin Depresyon Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(1), 85-92.

Özağı, A., 2007. Depresyon Düzeyi Yüksek Parçalanmış Aile Çocuklarıyla Yapılan Eğitsel Grup Oyunlarının Depresyon Düzeylerine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı. İzmir.

Özcan, H., Subaşı, B., Budak, B., Çelik, M., Gürel, Ş. C., Yıldız, M., 2013. Ergenlik ve Genç Yetişkinlik Dönemindeki Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Depresyon ve Anksiyete İlişkisi. *Journal of Mood Disorders*, 3(3), 107-113.

Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O., Oğuzhanoglu, N. K., 2002. Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirtiler ve Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(3), 155-161.

Özer A.K., 1994. Sürekli Öfke (SL-Öfke) ve Öfke İfadesi Tarzı (Öfke-Tarz) Ölçekleri ön çalışması, *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31):26-35.

Özgüven, İ.E., 2001, Ailede İletişim ve Yaşam, Ankara: Pdrem Yayınları.

Özmen, S. K., 2004. Aile İçinde Öfke ve Saldırganlığın Yansımaları. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 37(2), 27-39.

Özmen, A., 2006. Anger: the theoretical approaches and the factors causing the emergence in individuals. Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences, 39(1), 39-56.

Özmen, E., Ögel, K., Boravat, C., Sağduyu, A., Aker, T., Tamar, D., 2003. Depresyon ile İlgili Bilgi ve Tutumlar: İstanbul Örneği. Türk Psikiyatri Dergisi. 14(2):89-100.

Özyürek, A., Özkan, İ., 2015. Ergenlerin Okula Yönelik Öfke Düzeyleri ile Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 15(2), 280-296.

Sallıoğlu, G., 2002, “Aleksitimik Olan ve Olmayan Üniversite Öğrencilerinin Duygu İfade Eden Sözcük ve Deneyimlere Yüklendikleri Duygu Yoğunluğu” Yüksek Lisans Tezi. T.C. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Savaşır, I, Şahin, NH, 1997, Bilişsel- Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler. Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.

Savrun, B., 1999. Depresyonun Tanımı ve Epidemiyolojisi. İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri. Depresyon, Somatizasyon ve Psikiyatrik Aciller Sempozyumu, İstanbul, s. 11-17.

Saykan, E., 2016. Depresyon Hastalarının İrritabl Barsak Sendromu Semptom Sıklığı ve Depresyon Şiddetiyle İlişkisi. Uzmanlık Tezi. Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı. Ankara.

Serin, N. B., Öztürk, S., 2007. Anne-babası Boşanmış 9–13 Yaşlarındaki Çocuklar ile Aynı Yaş Grubundaki Anne-babası Boşanmamış Çocukların Benlik Saygısı ve Kaygı Düzeyleri. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 8(2).

Spigelman, G., Spigelman, A., Engleson, I., 1991. Hostility, Aggression, and Anxiety Levels of Divorce and Nondivorce Children as Manifested in Their Responses to Projective Tests. *Journal of Personality Assessment*. 438-452.

Softa, H. K., 2013. Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21(2).

Süleymanov, A., 2010. Çağdaş Türk Toplumlarında Aile ve Evlilik İlişkileri. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi*, 199.

Sümer, A. S., 2008. Farklı Öz-anlayış (self-compassion) Düzeylerine Sahip Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Anksiyete ve Stresin Değerlendirilmesi (Doctoral Dissertation, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Şahin, P. N. H., Batıgün, P. A. D., Koç, P. V., 2011. Kişilerarası Tarz, Kendilik Algısı, Öfke ve Depresyon1, 2. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 22(1):17-25.

Şahin, T., 2015. Sadece Otistik Çocuğu Olan Annelerin Kaygı ve Depresyon Düzeyi ile Sağlıklı Kardeş/Kardeşlere Sahip ve Otistik Çocuğu olan Annelerin Kaygı ve Depresyon Oranlarının Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi. İstanbul.

Şentürk, Ü., 2006. Parçalanmış Aile Çocuk İlişkisinin Sebep Olduğu Sosyal Problemler (Malatya Uygulaması), Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Ana Bilim Dalı, Malatya.

Tamam, L., Zeren, T., 2002. Depresyonda Serotonerjik Düzenekler. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 5, 11-18.

Tamar, M., Özbaran, B., 2004. Çocuk ve Ergenlerde Depresyon. *Klinik Psikiyatri*, 2, 84-92.

Taşkın, E. O., Tıkız, C., Yüksel, E. G., Fırat, A., Tüzün, Ç., Aydemir, Ö., 2007. Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Polikliniğine İlk Kez Başvuran ve Fibromiyalji Tanısı Konan Hastalarda Depresif Bozuklukların Görülme Sıklığı ve Aleksitimi ile İlişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 8, 248-255.

Taycan, O., Kutlu, L., Çimen, S., Aydın, N., 2006. Bir Üniversite Hastanesinde Çalışan Hemşirelerde Depresyon ve Tükenmişlik Düzeyinin Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7(2), 100-108.

Torun F, Torun D.S, Yıldırım A.E., 2011. Silahlı Ruhsat Almak için Başvuranlarda Depresyon, Öfke, Aleksitimi ve Kişilik Özellikleri. *Nobel Medicus*. 7(1): 61-67.

TÜİK, Evlenme ve Boşanma İstatistikleri., 2011. Ankara: TÜİK Yayınları.

TÜİK, Evlenme ve Boşanma İstatistikleri., 2014. Ankara: TÜİK Yayınları.

TÜİK, Evlenme ve Boşanma İstatistikleri., 2015. Ankara: TÜİK Yayınları.

Türk, M., 1992. Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimik Özellikler ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Türkarşlan, N., 2007. Boşanmanın Çocuklar Üzerine Olumsuz Etkileri ve Bunlarla Başetme Yolları. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 11(11).

Türkçapar H., Güriz O, Özel A, Işık B, Dönbak Örsel S., 2004. Antisosyal Kişilik Bozukluğu Olan Hastalarda Öfke ve Depresyonun İlişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15 (2): 119-124.

Ulu, S., 2011. Ergenlerde Algılanan Duygusal İstismar İle Sürekli Öfke Düzeyi ve Öfke İfade Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Psikoloji Anabilim Dalı. Adli Klinik Psikoloji Programı. İstanbul.

Uşaklı, H., 2013. Eşinden Ayrılmış Annelerin Görüşü Açısından Çocuklarının Sorunları. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 195-208.

Uzdu, Y.S., 2016. 18-60 Yaş Arası Sedef Hastalığı Tanısı Almış Bireylerin; Depresyon ve Sosyal Kaygı Düzeyi ile 18-60 Yaş Arası Sedef Hastalığı Almamış Bireylerin; Depresyon ve Sosyal Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi.

Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı. İstanbul.

Uzun, Ç., 2013. Anne-babası Boşanmış ve Boşanmamış Çocuklarda Depresyon ve Sosyal Becerilerin Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Psikoloji Anabilim Dalı. İstanbul.

Uzun, Ç., 2016. Klinik Olmayan Bir Örneklemede Aleksitimi, Bağlanma Stilleri ve Obsesif Kompulsif Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. T.C. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı. İstanbul.

Ünal, G., 2004. Bir Grup Üniversiteli Gençte Çekingenlik, Aleksitimi ve Benlik Saygısının Değerlendirilmesi. Klinik Psikiyatri, 7(4), 215-222.

Yıldız, B., 2013. Çocuklarda Maddi Değerlere Verilen Önem ile Aleksitimi Arasındaki İlişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. T.C. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Eğitimi Bilimleri Anabilim Dalı. Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı. Sakarya.

Yıldız, M., 2016. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal Zekâ Yaşam Doyumu ve Depresyonun Cinsiyet ve Sınıf Seviyelerine Göre Etkileri. Emir Osmanoğlu Editörler, 451.

EKLER

EK 1: SOSYODEMOGRAFİK FORM

1.Cinsiyetiniz:

a)Kadın

b)Erkek

2.Yaşınız:

3. Kardeş sayısı:

4.Eğitim durumunuz?

a)İlkokul mezunu b) Orta okul mezunu c)Lise mezunu d)Üniversite mezunu

e)Lisans Üstü

5.Mesleğiniz/ İşiniz:

6. Kaçınıcı çocuksunuz?

7.Annenizin eğitim durumu:

a)İlkokul mezunu b) Orta okul mezunu c)Lise mezunu d)Üniversite mezunu

e)Lisans Üstü

8.Babanızın eğitim durumu/mesleği

a)İlkokul mezunu b) Orta okul mezunu c)Lise mezunu d)Üniversite mezunu

e)Lisans Üstü

9.Anne/Babanız birlikteler mi ayrılır mı?

a)Birlikteler b)Boşandılar c)Boşanmadılar fakat ayrı yaşıyorlar

d)Annem ya da babam hayatta değil

*Eğer ebeveynleriniz ayrılmış ise altta buluna 10,11.12 soruları cevaplayınız ayrılmamışlar ise lütfen 13. soruya geçiniz.

10.Anne ve babanız ayrıldıklarında siz kaç yaşındaydınız?

11. Ayrıldıkları dönem siz kiminle yaşıyordunuz?

a)Annemle b)Babamla c)İkisi ile de değil

12.Diğer ebeveyni görmeyen hangi sıklıktaydı?

a)Haftada en az 1 b)Ayda en az 1 c)3-5 ay da 1 d)1 yılda 1 kez e)3 yıl ve fazlasında1

f)Hiç görüşmüyordum

13. Aşağıdakilerden hangisi sizi tanımlar, lütfen işaretleyiniz.

a) Yalnız yaşıyorum.

b) Ailemle yaşıyorum ya da ailemden biriyle yaşıyorum.

c) Ailemden ayrı/ arkadaşlarımla yaşıyorum.

d) Evliyim, eşimle birlikte yaşıyorum

e) Erkek kız arkadaşım ile yaşıyorum

14. Aylık evinize giren ortalama gelir: (Kiminle kalıyorsanız)

a)500 TL ve altı b) 500-1000 c)1000-3000 d)3000-5000 e)5000 ve üstü

15. Yaşamınız boyunca hiç bağımlılık yapan madde kullandınız mı?

a)Evet b)Hayır

Evet ise;

Hala bağımlılık yapan madde kullanıyor musunuz?

a)Evet b)Hayır

16.Şimdiye kadar çoğunlukla ikamet ettiğiniz yer?

a)Köy b) Kasaba c) Şehir d) Büyük şehir e)Yurtdışı

17.Ailenizde psikiyatrik tedavi gören biri ;

a)Var b)Yok

18. Daha önce psikiyatrik bir tedavi gördünüz mü?

a)Evet b)Hayır

19.Sürekli tedavi gerektiren bedensel bir rahatsızlığınız;

a) Var b) Yok



EK 2: Toronto Aleksitimi Ölçeği-20

TAÖ-20

Toronto Aleksitimi Ölçeği

Lütfen aşağıdaki maddelerin sizi ne ölçüde tanımladığını işaretleyiniz. Hiçbir zaman (1),....., Her zaman (5) olacak şekilde bu maddelere puan veriniz.	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her zaman
1- Ne hissettiğimi çoğu kez tam olarak bilemem	1	2	3	4	5
2- Duygularım için uygun kelimeleri bulmak benim için zordur.	1	2	3	4	5
3- Bedenimde doktorların dahi anlamadığı hisler oluyor.	1	2	3	4	5
4- Duygularımı kolayca tarif edebilirim.	1	2	3	4	5
5- Sorunları yalnızca tarif etmektense onları çözümlmeyi yeğlerim	1	2	3	4	5
6- Keyfim kaçtığımda, üzgün mü, korkmuş mu yoksa kızgın mı olduğumu bilemem.	1	2	3	4	5
7- Bedenimdeki hisler kafamı karıştırır	1	2	3	4	5
8- Neden öyle sonuçlandığını anlamaya çalışmaksızın, işleri olurlarına bırakmayı yeğlerim	1	2	3	4	5
9- Tam olarak tanımlayamadığım duygularım var.	1	2	3	4	5
10- İnsanların duygularını tanıması gerekir	1	2	3	4	5
11- İnsanlar hakkında ne hissettiği tarif etmek bana zor geliyor	1	2	3	4	5
12- İnsanlar duygularımı kolayca tarif etmemi isterler.	1	2	3	4	5
13- İçimde ne olup bittiğini	1	2	3	4	5

bilmiyorum.					
14- Çoğu zaman neden kızgın olduğumu bilmem.	1	2	3	4	5
15- İnsanlarla, duygularından çok günlük uğraşları hakkında konuşmayı yeğlerim.	1	2	3	4	5
16-Psikolojik dramalar yerine eğlendirici programlar izlemeyi yeğlerim	1	2	3	4	5
17-İçimdeki duyguları yakın arkadaşlarıma bile açıklamak bana zor gelir	1	2	3	4	5
18-Sessizlik anlarında dahi, kendimi birisine yakın hissedebilirim	1	2	3	4	5
19-Kişisel sorunlarımı çözerken duygularımı incelemeyi yararlı bulurum..	1	2	3	4	5
20-Film,oyunlarda gizli anlamlar aramak, onlardan alınacak hazzı azaltır	1	2	3	4	5

EK 3: Beck Depresyon Ölçeği

Beck Depresyon Ölçeği

Aşağıda, kişilerin ruh durumlarını ifade ederken kullandıkları bazı cümleler verilmiştir. Her madde bir çeşit ruh durumunu anlatmaktadır. Her maddede o ruh durumunun derecesini belirleyen 4 seçenek vardır. Lütfen bu seçenekleri dikkatle okuyunuz. Son bir hafta içindeki (su an dahil) kendi ruh durumunuzu göz önünde bulundurarak, size en uygun olan ifadeyi bulunuz. Daha sonra, o maddenin yanındaki harfin üzerine (X) işareti koyunuz.

1)	a. Kendimi üzgün hissetmiyorum b. Kendimi üzgün hissediyorum c. Her zaman için üzgünüm ve kendimi bu duygudan kurtaramıyorum d. Öylesine üzgün ve mutsuzum ki dayanamıyorum
2)	a. Gelecekte umutsuz değilim b. Gelecek konusunda umutsuzum c. Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok d. Benim için bir gelecek olmadığı gibi bu durum değişmeyecek
3)	a. Kendimi başarısız görmüyorum b. Herkesten daha fazla başarısızlıklarım oldu sayılır c. Geriye dönüp baktığımda, pek çok başarısızlığımın olduğunu görüyorum d. Kendimi bir insan olarak tümüyle başarısız görüyorum
4)	a. Her şeyden eskisi kadar doyum (zevk) alabiliyorum b. Her şeyden eskisi kadar doyum alamıyorum c. Artık hiçbir şeyden gerçek bir doyum alamıyorum d. Bana doyum veren hiçbir şey yok. Her şey çok sıkıcı
5)	a. Kendimi suçlu hissetmiyorum b. Arada bir kendimi suçlu hissettiğim oluyor c. Kendimi çoğunlukla suçlu hissediyorum d. Kendimi her an için suçlu hissediyorum
6)	a. Cezalandırılmışım gibi duygular içinde değilim b. Sanki bazı şeyler için cezalandırılabilmişim gibi duygular içindeyim c. Cezalandırılacakmışım gibi duygular yaşıyorum d. Bazı şeyler için cezalandırılıyorum
7)	a. Kendimi hayal kırıklığına uğratmadım b. Kendimi hayal kırıklığına uğrattım c. Kendimden hiç hoşlanmıyorum d. Kendimden nefret ediyorum
8)	a. Kendimi diğer insanlardan daha kötü durumda görmüyorum b. Kendimi zayıflıklarım ve hatalarım için eleştiriyorum c. Kendimi hatalarım için her zaman suçluyorum d. Her kötü olayda kendimi suçluyorum

9)	a. Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok b. Bazen kendimi öldürmeyi düşünüyorum ama böyle bir şey yapamam c. Kendimi öldürebilmeyi çok isterdim d. Eğer bir fırsatını bulursam kendimi öldürürüm
10)	a. Herkesten daha fazla ağladığımı sanmıyorum b. Eskisine göre şimdilerde daha çok ağlıyorum c. Şimdilerde her an ağlıyorum d. Eskiden ağlayabilirdim. Şimdilerde istesem de ağlayamıyorum
11)	a. Eskisine göre daha sinirli veya tedirgin sayılmam b. Her zamankinden biraz daha fazla tedirginim c. Çoğu zaman sinirli ve tedirginim d. Şimdilerde her an için tedirgin ve sinirliyim
12)	a. Diğer insanlara karşı ilgimi kaybetmedim b. Eskisine göre insanlarla daha az ilgiliyim c. Diğer insanlara karşı ilgimin çoğunu kaybettim d. Diğer insanlara karşı hiç ilgim kalmadı
13)	a. Eskisi gibi rahat ve kolay kararlar verebiliyorum b. Eskisine kıyasla şimdilerde karar vermeyi daha çok erteliyorum c. Eskisine göre karar vermekte oldukça güçlük çekiyorum d. Artık hiç karar veremiyorum
14)	a. Eskisinden daha kötü bir dış görünüşüm olduğumu sanmıyorum b. Sanki yaşlanmış ve çekiciliğimi kaybetmişim gibi düşünüyorum ve üzülüyorum c. Dış görünüşümde artık değiştirilmesi mümkün olmayan ve beni çirkinleştiren değişiklikler olduğumu hissediyorum d. Çok çirkin olduğumu düşünüyorum
15)	a. Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum b. Bir işe başlayabilmek için eskisine göre daha çok çaba harcıyorum c. Ne olursa olsun, yapabilmek için kendimi çok zorluyorum d. Artık hiç çalışmıyorum
16)	a. Eskisi kadar kolay ve rahat uyuyabiliyorum b. Şimdilerde eskisi kadar kolay ve rahat uyuyamıyorum c. Eskisine göre bir veya iki saat erken uyanıyor, tekrar uyumakta güçlük çekiyorum d. Eskisine göre çok erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum
17)	a. Eskisine göre daha çabuk yorulduğumu sanmıyorum b. Eskisinden daha çabuk ve kolay yoruluyorum c. Şimdilerde neredeyse her şeyden, kolayca ve çabuk yoruluyorum d. Artık hiçbir şey yapamayacak kadar yorgunum

- | | |
|-----|---|
| 18) | a. İştahım eskisinden pek farklı değil
b. İştahım eskisi kadar iyi değil
c. Şimdilerde iştahım epey kötü
d. Artık hiç iştahım yok |
| 19) | a. Son zamanlarda pek fazla kilo kaybettiğimi/aldığımı sanmıyorum
b. Son zamanlarda istemediğim halde iki buçuk kilodan fazla kaybettim/aldım
c. Son zamanlarda beş kilodan fazla kaybettim/aldım
d. Son zamanlarda yedi buçuk kilodan fazla kaybettim/aldım |
| 20) | a. Sağlığım beni pek endişelendirmiyor
b. Son zamanlarda ağrı, sızı, mide bozukluğu, kabızlık gibi sıkıntılarım var
c. Ağrı sızı gibi bu sıkıntılarım beni çok endişelendiriyor
d. Bu tür sıkıntılar beni öylesine endişelendiriyor ki başka bir şey düşünemiyorum |
| 21) | a. Son zamanlarda cinsel yaşantımda dikkatimi çeken bir şey yok
b. Eskisine göre cinsel konularla daha az ilgileniyorum
c. Şimdilerde cinsellikle pek ilgili değilim
d. Artık cinsellikle hiç bir ilgim kalmadı |

EK 4: Sürekli Öfke Öfke Tarzı Ölçeği

I. BÖLÜM

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatırken kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da genel olarak nasıl hissettiğinizi düşünün ve ifadelerin sağ tarafındaki sayılar arasında sizi en iyi tanımlayanı seçerek üzerine (X) işareti koyun. Doğru ya da yanlış cevap yoktur.

1. Hiç

2. Biraz

3. Oldukça

4. Tümüyle

1. Çabuk parlarım. (1) (2) (3) (4)
2. Kızgın mizaçlıyım. (1) (2) (3) (4)
3. Öfkesi burnunda bir insanım. (1) (2) (3) (4)
4. Başkalarının hataları, yaptığım işi yavaşlatınca kızarım. (1) (2) (3) (4)
5. Yaptığım iyi bir işten sonra takdir edilmemek canımı sıkır. (1) (2) (3) (4)
6. Öfkelenince kontrolümü kaybederim. (1) (2) (3) (4)
7. Öfkelenince ağzıma geleni söylerim. (1) (2) (3) (4)
8. Başkalarının önünde eleştirilmek beni çok hiddetlendirir. (1) (2) (3) (4)
9. Engellendiğimde içimden birilerini vurmaya gelir. (1) (2) (3) (4)
10. Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılgına dönerim. (1) (2) (3) (4)

II. BÖLÜM

YÖNERGE: Herkes zaman zaman kızgınlık veya öfke duyabilir. Aşağıda, kişilerin öfke ve kızgınlık tepkilerini tanımlarken kullandıkları ifadeleri göreceksiniz. Her bir ifadeyi okuyun ve öfke ve kızgınlık duyduğunuzda genelde ne yaptığınızı düşünerek o ifadenin yanında sizi en iyi tanımlayan sayının üzerine (X) işareti koyarak belirtin. Doğru veya yanlış cevap yoktur.

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 söylemediğim kinler beslerim. (1) (2) (3) (4)
24. Beni çileden çıkaran her neyse saldırırım. (1) (2) (3) (4)
25. Öfkem kontrolden çıkmadan kendimi durdurabilirim. (1) (2) (3) (4)
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. Sınırlerime hakim olamam. (1) (2) (3) (4)
33. Beni sinirlendirene, ne his ettiğimi söylerim. (1) (2) (3) (4)
34. Kızgınlık duygularımı kontrol ederim. (1) (2) (3) (4)

EK 5: ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler:

Adı Soyadı : Feray Kırdök

Doğum Yeri : 23.03.1992- Denizli

Eğitim durumu:

Maltepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü

İş deneyimi:

20.09.2015- 20.03.2016: Sevgi Ağacı Anaokulu

08.09.2014 - 15.01.2015 : Sultanbeyli Kaymakamlığına Bağlı ‘Gençler İçin Gençlerle’ projesi kapsamında (15-20 yaş arası gençlerle) Sultanbeyli Meslek Edindirme Merkezi projesi

05.02.2013- 05.06.2013: Sancaktepe Belediyesine Bağlı 5 ve 6 yaş grubu çocuklarla ‘Sosyal Duyarlılık’ Projesi