

T.C.
MUĞLA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI
VE KENDİNİ AÇMA DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
MAKBULE YILMAZ

DANIŞMAN
Yrd. Doç. Dr. ATILGAN ERÖZKAN

TEMMUZ, 2010

MUĞLA

T.C.
MUĞLA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLERARASI İLİŞKİ
TARZLARI VE KENDİNİ AÇMA DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Hazırlayan

Makbule YILMAZ

Sosyal Bilimler Enstitüsünde

“Yüksek Lisans”

Diploması Verilmesi İçin Kabul Edilen Tezdir.

Tezin Enstitüye Verildiği Tarih : 09.07.2010

Tezin Sözlü Savunma Tarihi : 14.06.2010

Tezin Danışmanı : Yrd. Doç. Dr. Atılgan ERÖZKAN

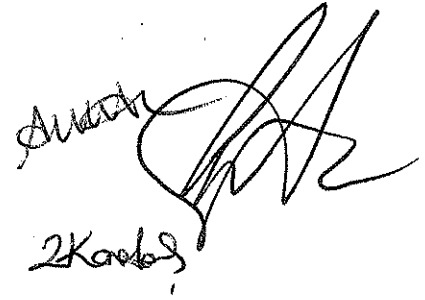
Jüri Üyesi : Prof. Dr. Zafer GÖKÇAKAN

Jüri Üyesi : Yrd. Doç. Dr. Zeynep KARATAŞ

Enstitü Müdürü : Prof. Dr. Nurgün OKTİK

TEMMUZ, 2010

MUĞLA



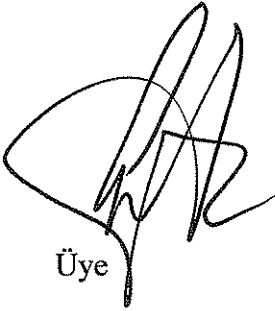
TUTANAK

Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nün 02.10.2010 tarih ve 4.8.8/6... sayılı toplantısında oluşturulan jüri, Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği'nin 25/4... maddesine göre, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Makbule YILMAZ'ın “Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyleri Arasındaki İlişki” adlı tezini incelemiş ve aday 14.10.2010 tarihinde saat 12.30... , jüri önünde tez savunmasına alınmıştır.

Adayın kişisel çalışmasına dayanan tezini savunmasından sonra 45. dakikalık süre içinde gerek tez konusu, gerekse tezin dayanağı olan anabilim dallarından sorulan sorulara verdiği cevaplar değerlendirilerek, tezin kabul edildiğine ve jüri kararı ile karar verildi.


Tez Danışmanı

Yrd. Doç. Dr. Atılkan ERÖZKAN


Üye

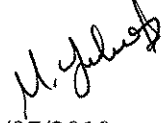
Prof. Dr. Zafer GÖKÇAKAN


Üye

Yrd. Doç. Dr. Zeynep KARATAŞ

YEMİN

Yüksek lisans tezi olarak savunduğum “Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyleri Arasındaki İlişki” adlı çalışmamın, tarafımdan bilimsel ahlâk ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.



09/07/2010

Makbule YILMAZ

YÜKSEKÖĞRETİM KURULU DOKÜMANTASYON MERKEZİ
TEZ VERİ GİRİŞ FORMU

YAZARIN

MERKEZİMİZCE DOLDURULACAKTIR

Soyadı:

Adı:

Kayıt No:

TEZİN ADI

Türkçe:

Y.Dil:

TEZİN TÜRÜ: Yüksek Lisans

Doktora

Sanatta Yeterlilik



TEZİN KABUL EDİLDİĞİ

Üniversite : Muğla Üniversitesi

Fakülte :

Enstitü : Sosyal Bilimler

Diğer Kuruluşlar :

Tarih :

TEZ YAYIMLANMIŞSA

TEZ YÖNETİCİSİNİN

Soyadı, Adı: Atılgan ERÖZKAN

Ünvanı: Yrd. Doç.

TEZİN YAZILDIĞI DİL: **Türkçe**

TEZİN SAYFA SAYISI: 149

TEZİN KONUSU (KONULARI) :

Kişilerarası İlişki Tarzları

Kendini Açma

TÜRKÇE ANAHTAR KELİMELER:

Kişilerarası ilişki tarzları

Kendini açma

Üniversite öğrencileri

İNGİLİZCE ANAHTAR KELİMELER:

Interpersonal relationship styles

Self disclosure

University students

1. Tezimden fotokopi yapılmasına izin vermiyorum.
2. Dipnot gösterilmek şartıyla, tezimin bir bölümünün fotokopisi alınabilir.
3. Kaynak gösterilmek şartıyla, tezimin tamamının fotokopisi alınabilir.

Yazarın İmzası:

M. J. J.

Tarih: 09/07/2010

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ile kendini açma düzeylerinin cinsiyet, öğrenim görülen bölüm, öğretim durumu, sınıf düzeyi, yaşanılan yer, sosyo-ekonomik düzey ve ebeveyn tutumları açısından incelenmesidir. Araştırma amacına uygun olarak 2009-2010 bahar döneminde, Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören Fen Bilgisi Öğretmenliği, Türkçe Öğretmenliği, Beden Eğitimi Öğretmenliği ve Resim Öğretmenliği bölümlerine devam eden sınıf düzeyleri dikkate alınarak 540 öğrenci üzerinde (272 kız, 268 erkek) gerçekleştirilmiştir.

Araştırmada Bilgi Formu, Kişilerarası İlişki Tarzı Ölçeği ve Kendini Açma Envanteri kullanılmıştır. Veri analizleri için SPSS/WINDOWS 16.0 programı kullanılmıştır. Gruplar arası farkı belirlemek için '*t testi*' ve '*varyans analizi*' kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma arasındaki ilişkiyi belirlemek için '*korelasyon*' kullanılmıştır.

Araştırmada, kişilerarası ilişki tarzlarına ilişkin cinsiyetler arasında yapılan karşılaştırmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre dışadönüklük ve dengelilik alt boyutlarında daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca araştırmada, kendini açmaya ilişkin kişiye açılma alt boyutlarında, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre anneye, aynı cins arkadaşına ve psikolojik danışmana açılma alt boyutlarında daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmüştür. Kendini açma envanterinin konulara göre açılma bağlamında kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre okul, aile, düşünce ve görüşler alt boyutlarında daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmüştür.

Araştırmada, bölümler arasında da anlamlı bir fark görülmüştür. Bağımsızlık, anneye, aynı cins arkadaşına, karşı cins arkadaşına açılma ve aile, cinsellik, zevk ve ilgiler alt boyutları açısından Resim Öğretmenliği öğrencilerinin, Fen Bilgisi Öğretmenliği, Türkçe Öğretmenliği ve Beden Eğitimi Öğretmenliği öğrencilerinin ortalamaları açısından anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Öğretim durumu açısından ise 2. öğretime devam eden öğrencilerin 1. öğretime devam eden öğrencilere göre insan severlik alt boyutunda daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmüştür.

Araştırmanın sonuçlarına göre sınıf düzeyine göre farklılık bulunmuştur. 3. Sınıfa devam eden öğrencilerin ortalamalarının, duyarlılık, karşı cins arkadaşına açılma, zevk

ve ilgiler konularında 1., 2.,ve 4. sınıfa devam eden öğrencilerin ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Dışa dönüklük alt boyutunda ise 2. sınıf öğrencilerinin ortalamalarının 1., 3., ve 4. sınıfa devam eden öğrencilerin ortalamalarından anlamlı derecede farklı olduğu görülmüştür. Düşünce ve görüşler alt boyutunda ise 4. sınıf öğrencilerinin ortalamalarının 1.,2., ve 3. sınıfa devam eden öğrencilerin ortalamalarından anlamlı derecede farklı olduğu görülmüştür.

Sosyo-ekonomik düzeyine göre de araştırma sonucunda anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Anneye, aynı cins arkadaşına, karşı cins arkadaşına açılma ve düşünce görüşler, okul, aile, kişilik, zevk ve ilgiler konularına göre orta düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip öğrencilerin ortalamalarının, düşük ve yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip öğrencilerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Babaya açılma alt boyutunda ise yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip öğrencilerin ortalamalarının, orta ve düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip öğrencilerin ortalamalarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Ebeveyn tutumlarına göre de araştırma sonucunda anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Anneye, babaya açılma ve okul, cinsellik konularında demokratik ebeveyn tutumuna sahip öğrencilerin ortalamalarının otoriter, ilgisiz, koruyucu ve tutarsız ebeveyn tutumuna sahip öğrencilerin ortalamalarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Kişilerarası ilişki tarzları ile kendini açma arasındaki korelasyon sonuçlarında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir.

Araştırmanın sonuçları, önceki bulgular ışığında kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma kapsamında başka araştırma ve uygulamalara da yol gösterecek bağlamda tartışılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Kişilerarası ilişki tarzları, kendini açma, üniversite öğrencileri

ABSTRACT

The purpose of the present study is to investigate interpersonal relations and self-disclosure levels of the participants in relation to the variables such as gender, department attended, being day-time or night-time students, grade level, place of residence, socio-economic level and parents' attitudes. The participants of the study were 540 students (272 females, 268 males) attending the departments of Science Teaching, Turkish Language Teaching, Physical Education Teaching and Arts Teaching of the Education Faculty at Muğla University in 2009-2010 academic year.

The study makes use of Personal Information Form, Interpersonal Relation Style Scale and Self-disclosure Inventory as data collection tools. SPSS/WINDOWS 16.0 was used to analyze the data. In order to determine the between-groups differences, "*t test*" and "*variance analysis*" were used, and "*correlation*" was used to analyze the relationship between interpersonal relationship styles and self-disclosure.

As a result of the analysis of the interpersonal relationships in relation to the gender variable, the study revealed that the male students have higher mean scores for the sub-dimensions of being extravert and balanced than the females do. Moreover, when it comes to sub-dimension of self-revelation which is revealing yourself to others, female students have higher mean scores for revealing themselves to their mothers, female friends and psychological counselors than the males do. When we look at the mean scores for the sub-dimension of revelation which is revealing yourself according to subjects, we can see that female students have higher mean scores for the subjects such as school, family, opinions and ideas than the males do.

The study found a significant difference based on the department attended. A significant difference was found between the mean scores of the Arts students for the sub-dimensions of independence, revelation to mother, friends from same or opposite sex, and the subjects of family, sexuality, pleasure and interest and those of the students from the departments of Science Teaching, Turkish Language Teaching and Physical Education Teaching. In terms of students' being day-time or night-time students, it was found that night-time students have higher mean score for the sub-dimension of love for humans than the day-time students do.

The study also revealed differences based on grade levels. The third-year students' mean score for the sub-dimensions of sensitivity, disclosure to a friend of opposite sex,

pleasure and interest was found to be higher than those of the first-, second-, and fourth-year students. In relation to the sub-dimension of being extravert, the mean score of the second-year students was found to be significantly higher than those of the first-, third-, and fourth-year students. In relation to the sub-dimension of opinions and ideas, fourth-year students have mean score significantly different from those of the first-, second-, and third-year students.

In relation to socio-economic level, the study revealed a significant difference. The students of medium socio-economic level have higher mean scores for the sub-dimensions of disclosure yourself to mother, friends of opposite sex and the subjects of opinions and ideas, school, family, personality, pleasure and interests than those of the students with low- and high-socio-economic levels. It was found that the students of high socio-economic level have a high mean score for the sub-dimension of disclosure to father than those of the students with low and medium socio-economic level.

A significant difference based parents' attitudes was found at the end of the study. It was found that the students having parents with democratic attitudes have higher mean scores for disclosure to mother and father and the subjects of school, sexuality than those of the students having parents with authoritarian, indifferent, protective and inconsistent manners.

The findings of the study were discussed in light of the previous findings reported in the literature in such a way as to provide guidance for further studies.

Key Words: Interpersonal relationship styles, self-disclosure and university students

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın sonuçlanmasında emeği geçenlere tek tek teşekkür etmek istiyorum.

Tezimin son aşamasında desteğini benden esirgemeyen, bilgisini ve zamanını paylaşan sayın hocam Prof. Dr. Zafer GÖKÇAKAN'a teşekkürü bir borç bilirim.

Çalışmam boyunca desteğini esirgemeyen, yaşamımda alacağım kararlarda destekleyen ve güven veren, sayın hocam Yrd. Doç. Dr. Sabahattin DENİZ'e teşekkür ederim.

Birlikte yola çıktığımız ve acı-tatlı çok anı paylaştığımız, tezimin her aşamasında, bilgisini, desteğini benden esirgemeyen dostum Zeynep ASLAN DÖLEN'e çok şey borçluyum. En içten teşekkürlerimle. Serüvenimin en başından beri yanımda olan, sevgisi, anlayışı, sabrı, manevi desteğiyle beni rahatlatan; birlikte başka bir serüveni daha keyifle paylaşacağım yol arkadaşım Onur İNCİ'ye sevgi dolu teşekkürlerimi sunuyorum.

Çalışmanın toparlanabilmesi ve gerçekleşebilmesi için yanımda olan, her aşamada desteğini hissettiğim sayın hocam Yrd. Doç. Dr. Necdet AYKAÇ'a, uygulamamdaki yardımları için sevgili arkadaşlarım Arş. Gör. Özkan ÇELİK'e, Songül TAHTABAŞI'na, tezin her aşamasında emeği olan sevgili arkadaşım Uğur DOĞAN'a ve son aşamasında hep yanımda olan teknolojideki kusurlarımı görmezden gelerek, koşulsuz yardım eden arkadaşım Erkan ÇER'e ne kadar teşekkür etsem azdır. İyi ki hayatımdasınız.

Son olarak bugünüme gelmemi sağlayan, eğitim hayatımda beni destekleyen, kararlarıma saygı gösteren ve yaşamı hissedebilmemi sağlayan ANNEME, BABAMA ve KARDEŞİME teşekkür ediyorum.

Makbule YILMAZ

Muğla, 2010

İÇİNDEKİLER

ÖZET	I
ABSTRACT	III
TEŞEKKÜR	V
İÇİNDEKİLER	VI
TABLolar LİSTESİ	VIII
GİRİŞ	1
Amaç	12
Önem	13
Sayıtlar	15
Sınırlılıklar.....	15
Tanımlar	15
BÖLÜM I	
KURAMSAL AÇIKLAMALAR	
1.1. KİŞİLERARASI İLİŞKİLER	15
1.1.1. Levinger İlişki Düzeyleri Görüşü.....	23
1.1.2. Hinde'nin Kişilerarası İlişkiler Görüşü	24
1.1.3. Duck'un İlişkilerin Gelişmeleri ve Çözümlerine İlişkin Modeli.....	25
1.1.4. Kişilerarası İlişkiler ve İletişim Becerileri	28
1.2. KENDİNİ AÇMA	34
1.2.1. Sosyal Etkileşim Kuramı.....	46
1.2.2 Sosyal Nüfuz Kuramı	47
1.2.3 Bağlantısal Diyalekt/İletişimsel Başarı Kuramı	48
1.2.4. Johari Penceresi.....	50
1.2.5. Hedef Temelli Modelde Kendini Açma Davranışı.....	50
1.2.6. Kendini Açmanın Duygu Yoğunluklu Modeli.	51
1.2.7. Kendini Açmayı Etkileyen Faktörler	52
1.2.8. Kendini Açmanın Boyutları	53
1.2.9. Kendini Açmanın Sonuçları	54
1.2.10. Kendini Açma için İstek..	56

1.2.11.Uygun Kendini Açma.....	57
1.2.12. Psikolojik Danışma ve Kendini Açma.	58
1.2.13. Kendini Açmanın Öğeleri	60
1.2.14. Karşıdaki Birey Açısından Kendini Açmanın İşlevleri.....	61

1.3. KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI VE KENDİNİ AÇMA ARASINDAKİ İLİŞKİ

.....	63
-------	----

1.3.1 Kişilerarası İlişki Tarzları ile İlgili Yapılmış Çalışmalar.....	69
1.3.2.Kendini Açma ile İlgili Yapılmış Çalışmalar.....	73

BÖLÜM II

YÖNTEM.....	80
Araştırma modeli.....	80
Çalışma Grubu.....	80
Veri Toplama Araçları.....	81
Bilgi Toplama Formu (BTF).....	82
Kişilerarası İlişkiler Tarzı Ölçeği.....	82
Kendini Açma Envanteri.....	83
Verilerin Analizi.....	83

BÖLÜM III

BULGULAR	84
SONUÇ VE TARTIŞMA.....	102
ÖNERİLER.....	109
KAYNAKÇA	110
EK I.....	
BİLGİ TOPLAMA FORMU.....	130
EK II.....	
KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI ÖLÇEĞİ.....	131
EK III.....	
KENDİNİ AÇMA ENVANTERİ	132

TABLolar

<u>Tablo-No</u>	<u>Sayfa No</u>
Tablo: 2.1. Araştırma Grubunun Sosyo-Demografik Özellikleri.....	81
Tablo: 3.1. Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Arasındaki Korelasyon İlişkisi İle İlgili Bulgular.....	85
Tablo: 3.2. Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyinde Cinsiyet Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular.....	87
Tablo: 3.3.. Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyinde Yaşanılan Yer Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular.....	89
Tablo: 3.4. Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyinde Öğretim Türü Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular.....	91
Tablo: 3.5. Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyinde Sınıf Düzeyi Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular	93
Tablo: 3.6. Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyinde Yaşanılan Yer Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular.....	95
Tablo: 3.7.Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyinde Sosyo-ekonomik Düzeyleri Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular	97
Tablo 3.8. Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyinde Ebeveyn Tutumları Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular.....	100

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Kişilerarası ilişkiler ve iletişime yönelik ilk kuramsal girişimler, Freud ve onu izleyen psikanalitik kuramcılar ile başlamıştır. Bu kuramcılar, obje ilişkileri olarak kavramlaştırdıkları kişilerarası ilişkileri, kişiliğin gelişimi ve psikopatolojinin oluşumunda önemli bir boyut olarak ele almışlardır (Baldwin, 1992, Akt: Erözkan, 2006).

İnsan, ilişkileri içinde sürekli yeniden tanımlanan bir varlıktır; diğer insanlarla hiç ilişkisi olmayan bir insan düşünülemez (Cüceloğlu, 2000). İnsanlar iletişimi kendilerini anlayabilmek, başkalarına anlatabilmek, başkalarını tanımak ve etkilemek amacıyla kullanırlar. İletişim *kişilerarası ilişkileri*, örgütleri, toplumları oluşturan ve bir arada tutan temel etkidir. Toplumsal yaşam içinde bireyin benliğini var edebilmesi ve başkalarıyla birlikte bir işi gerçekleştirebilmesi ancak iletişimle olanaklıdır. Birey kendi deneyimleri kadar, iletişim yoluyla başkalarının deneyimlerinden de yararlanarak yeni bilgi ve becerilere ulaşır (Tabak, 1999). Bireyler gelişimleri boyunca, sürekli olarak çevrelerindeki diğer kişileri gözlemleyerek, nasıl olduklarını, nasıl algılandıklarını ve kendilerine nasıl davranıldığını incelerler. Bu incelemeler sırasındaki kişilerarası etkileşim aynı zamanda bir kişilerarası öğrenme olarak şekillenir. Yaşamın devam ettirilmesi ve çevre ile uyumlu olmak uygun davranış biçimlerini öğrenmeye bağlıdır. Erken yaşlarda bu davranışlar anne-baba yardımı ile daha sonra da arkadaşlar, öğretmenler ve diğer önemli kişilerin etkisiyle öğrenilir, geliştirilir. Toplum tarafından genel olarak onay alan/kabul gören davranış normları bireylerin davranışlarının şekillenmesinde büyük önem taşır. Birey kendi algılarını diğer kişilerin algılarıyla karşılaştırırken, bunların kendisi için önemi olan diğer kişiler tarafından onaylanması ihtiyacını duyar. Bazı gelişim kuramlarına göre sosyal etkileşim, bireylerin gelişimleri ve kimlik oluşumlarında en önemli etkidir. Çünkü etkileşim sırasında bireyler kendileri hakkında birçok farklı özelliği de öğrenmiş olurlar (Giffin ve Patton, 1997, Akt: Erözkan, 2006).

Problemleri, çelişkileri, başarısızlıkları ve tüm olumsuzluklarına rağmen yaşamı paylaşmak, yaşamdan doyum alarak mutlu olmak ve var olmaya çalışmak tüm insanların ortak çabasıdır. Bu çabayı gerçekleştirme serüveninde, psikososyal bir varlık olarak denge ve uyum arayışında olan insan için sağlıklı ve dengeli ilişkiler

kurmada, duygu, düşünce, davranış ve fizyolojik tepkileri bir bütün olarak işlev görmektedir. Bu bütünlüğün sağlanmasındaki önemli unsurlardan biri belki de en önemlisi iç dünyamızın aynası olan duygularımızdır. Coşkulu, doyurucu, başarılı ve anlamlı bir yaşam sürdürebilmek için kendimizi, kendimize ait duygu ve düşüncelerimizi fark edip, tanımaya ve uyumlaştırmaya ihtiyacımız olduğu bilinen bir gerçektir (Koçak, 2005).

Sosyal ilişkilerin düzenlenmesi sürecinde farkında olunabilen zihinsel durumlar alanında ortaya öncelikle iki ana kategori, biliş durumlar ve duygu durumlar çıkmaktadır (Panksepp, 2003). Bu iki zihinsel durum, basitçe simetrik bir yapının iki yarısı değil, büyük olasılıkla farklı özellikleri bulunan fakat birbirlerini tamamlayıcı, bütünleyici şekilde, adeta iç içe geçmiş durumlardır. Diğer bir deyişle; biliş-durumlar ve duygu-durumlar, biri olmadan diğerinin varlığı tehlikeye girecek, biri olmadan diğeri işlevsiz kalacak iki zihinsel durumdur (Wegner ve Schneider, 2003).

Duygu-biliş ilişkisi gelişim sürecinin her döneminde önemini korumakta olan iki kavramdır (Blair, 2002; Gray, 2004). Bilişsel yapı, kişinin algılama ve yargılamalarına rehberlik eder, erken çocukluk döneminde ana-baba, kardeş, arkadaşlarla ilişkiler sonucunda kalıcı olur (Young, 1990).

Goleman (1995), duygu ve biliş ilişkisini birbirinden ayrılması mümkün olmayan bir sarmal olarak tanımlarken; duygu ve biliş kavramları bireye yaşamı süresince rehber olduğunu vurgular. Yaşam boyunca duygusal ve bilişsel süreçlerin koordinasyonu çok iyi yapılmalıdır; duygular için biliş, biliş için duygu gereklidir. Duygular bilişsel kararlar için vazgeçilmez bir unsurdur.

Bilişsel kararların etkili olduğu ve her şeyin hızla değiştiği dünyada, bireyler doğa ile etkileşimlerini sürdürürken aynı zamanda duyuşsal, sosyal ve fizyolojik gereksinimlerini gidermek zorundadır. Bu gereksinim bireylerin davranışlarının temelini oluşturmaktadır. Bireyler duyuşsal, sosyal ve fizyolojik gereksinimlerini karşılarken doğal olarak başkalarıyla etkileşim halindedirler. Bu etkileşim yaşamı zenginleştirebilen ya da fakirleştirebilen sihirli bir olay olarak görülmektedir. Etkileşim süreci yaşamın her döneminde hissedildiği gibi ergenlik çağında yoğun olarak hissedilir (Yüksel, 1997).

Bu noktada ergenlik döneminin başlıca gelişim görevlerinden birinin kişilerarası ilişkiler geliştirme olduğunun vurgulanması gerekmektedir. İnsan kendini

ve dışını tanımlamaya başladığında, ilk ve en yoğun ilişkide bulunduğu çevre kişilerarası olandır. Çeşitli örgütlü yer ve zamanda iki (veya ikiden fazla) kişi arasında olan ilişki ve bu ilişkinin olmasını sağlayan iletişim kişilerarası iletişimdir. Kişilerarası iletişimin doğal olarak birincil koşulu bireyin kendisiyle iletişimini gerçekleştirme kapasitesinin, becerisinin olmasıdır (Erdoğan, 2002).

Kişilerarası ilişkiler bireye benlik algısını, kendine verdiği değeri, kendine olan saygısını ve güvenini ölçme fırsatı verdiği için bireyin yaşamının çok önemli unsurlarından biri olma özelliğini de taşımaktadır. Ergenlik dönemi de kişilerarası ilişkilerde başarılı olabilmek için oldukça fazla çaba sarf edilen önemli bir evre olarak kendini gösterir (Giffin ve Patton, 1997, Akt: Erözkan, 2009).

Kişilerarası ilişkilerin önemli bir yer tuttuğu bireyin kişisel özelliklerine, donanımlarına, koşullarına, kültürel yapıya ve eğitimine göre başlangıcı ve bitişi belirlenen bu dönemde, diğerleri ile yakınlığın sağlıklı şekilde kurulması gelişim görevlerinin başarı ile tamamlanması anlamına gelmektedir. Aksi durumun söz konusu olması, sağlıklı ilişkilerin kurulamaması ise bireyin sosyal çevresinden yalıtılmış yaşamasına, yalnızlık algısı geliştirmesine neden olmaktadır (Erikson, 1982).

Sosyal çevrenin gerektirdiği sağlıklı ilişkilere kişilerarası ilişki adı verilmekte ve iki temel güdüden hareketle geliştirilmektedir. Bunlar statü ihtiyacı (kontrol, güç) ve sevgi ihtiyacı (duygusal yakınlık, birliktelik ve yakın ilişki) olarak isimlendirilmektedir. Son ergenlik döneminde bu iki temel güdü daha belirgin olarak ortaya çıkmaktadır. İnsanoğlu dıştan gelen etkiler yerine, hayatını kendini kontrol etmek istemekte, diğerlerine karşı kendini savunmak istemekte aynı zamanda diğerlerine duygusal olarak bağlanma da geliştirme yollarını aramaktadır. Bu iki gereksinim arasında kurulması beklenen denge, kişilerarası ilişkiler açısından incelenmiştir (Kiesler, 1996).

Kişilerarası ilişkiler iletişim temeline dayanmaktadır. İletişim insan uyumunda temel araçlardan biridir. Doğumdan itibaren insanoğlu çevresiyle sürekli olarak etkileşim içindedir. Aileyle, eşle, arkadaşlarla ve iş arkadaşlarıyla etkili iletişim uzun süren sağlıklı ilişkilerin vazgeçilmez bir malzemesidir. Yüksel-Şahin (2005), iletişim yeteneklerini, bir bireyin tatmin edici ilişkiler kurması, diğer bireylerde olumlu tepkilere yol açması ve sosyal yaşamı kolaylaştırması bağlamında öğrenilmiş

davranışlar olarak tanımlamıştır. Bu davranışlar, etkin dinlemeyle, uygun kendini açmayla (geniş kapsamlı konuşmalar, sözlü veya sözsüz mesajlarla diğer kişilere düşünce ve duyguları ifade etme) ve sosyal maskeleri çıkartmakla ilgili olup saygı ve empati temeline dayanır.

Etkin iletişim yeteneklerinin bu tanımı saygıyı sağlıklı kişilerarası iletişimin temeli olarak diğerlerini dikkate alarak, bireylere değer vermeye (Egan, 1975; Ersever, 2003) ve onları göz ardı etmeden önemsemeye vurgu yapar (Eisenberg ve Delaney, 1993). Saygıya ek olarak, empati işlevsel kişilerarası ilişki oluşumu için eşit derecede önemli ön koşuldur. Empati, kişinin kendini başkasının yerine koyma yeteneğini ve başkalarının bakış açısından bakabilmesini ve ayrıca bu anlayışı belirtirken kendi objektif duruşunu kaybetmemesini içerir (Rogers, 1970; Dökmen, 2002). Empatide sempatiden daha fazlası amaçlanır; sempati başkasının duygu ve düşüncesini benimsemesiyle ilgilidir oysa empati kişinin duygu ve düşüncelerini anlamayı içerir (Devito, 1989; Dökmen, 2002; Hardee, 2003). Empati, güçlü ve sağlıklı ilişkileri kolaylaştırır, kişilerarası ilişkileri destekler (Munro, Bore ve Powis, 2005; Tubbs ve Moss, 1991).

Kişilerarası iletişim kişinin kendisinden başlayarak –kişi içi iletişim- diğer bir kişiyle olan ilişkiyi gerçekleştirmesini sağlar. Dolayısıyla her iki kişi aynı anda hem kendiyle hem de diğeriyle ilişkiyi gerçekleştirmektedir (Erdoğan, 2002). Yaşamı boyunca bireyin ne bildiği, ne yaptığı, nasıl davrandığı ya da ne hissettiği diğer kişiler tarafından şekillendirilmektedir. Bu süreçte kişilerarası iletişim, en önemli etmenlerden birini oluşturmaktadır. Bireyin ‘gerçekte’ kim olduğu, kişinin kendisini nasıl gördüğü, diğerlerinin bireyi nasıl gördüğü, kişinin çevresinde yer alan insanlar için nasıl bir rol oynadığı gibi etmenlerden etkilenmekte ve bu unsurlar tarafından şekillendirilmektedir. Bireyin nasıl ve ne kadar etkili iletişim kurabildiği tamamen bireye bağlıdır. Kişilerarası iletişimin birey için önemi büyüktür, çünkü kendilik kavramı kişilerarası iletişim süreçlerinde öğrenilmekte, devam ettirilmekte ve değişmektedir. Kişinin kendisini nasıl gördüğü başkaları tarafından nasıl görüldüğüne dair algılayışının bir sonucudur. Kişinin kendisine ilişkin görüşü sabit değil aksine dinamik bir süreç ve değişim içindedir. Her yeni birey ya da her yeni deneyim dünyaya, diğer insanlara ve kişinin kendisine yönelik bakış açısını destekleyip güçlendirebildiği gibi, değişime de neden olabilmektedir. Kişi, kim olduğuna dair görüşünün diğer insanlar tarafından desteklenmesini ve doğrulanmasını ister. Kişi

kendisine yönelik doğrulamanın yanı sıra, başkalarına ve dünyaya dair görüşlerinin de doğrulanmasını istemektedir ve bu süreçte de iletişimin büyük bir önemi bulunmaktadır (Myers ve Myers, 1992).

Knapp, Ablada, Daly ve Miller (2002), kişilerarası iletişim süreci ile ilgili yapılan çalışmalarda, birçok kişisel özelliğe açıklama yapılmaktadır. Hem konuşmacı hem de dinleyicinin bakış açılarından sınırlı bir zaman diliminde bir davranışın ne kadar sıklıkla olduğu, davranışı hangi düzenin oluşturduğu ve bu davranışın ne kadar uzun süre devam ettiği ve onunla birlikte meydana gelen davranışlarla bağlantılı olarak bu davranışın hız ve zamanlamasının ne olduğunu bilmek önemlidir. Bu geçici özelliklerin her birisi dört düzeyde gerçekleşir ve analiz edilebilir: Belirli bir söz sırasında, belirli bir sohbet sırasında, bir ilişki sırasında ve tüm hayat boyunca (Akt. Yılmaz, 2007).

Analiz edilen bu özelliklerin ardından Hargie ve Dickson (2004) terminolojik bakımdan, kişilerarası ilişkiler alanını tanımlamak için farklı ifadelerin eş anlamlı olarak kullanıldığını belirtmişler: “Sosyal beceriler”, “kişilerarası ilişki kurma becerileri” ve “iletişim becerileri” çoğu zaman birbirlerinin yerine kullanılmaktadır. İletişim becerilerinin, kişilerarası becerilerin yanı sıra yazma becerilerini de kapsamakta olduğunu, sosyal becerilerin de genellikle gelişimsel ya da klinik uygulamaları ifade etmek için kullanıldığını ve kişilerarası ilişki kurma becerilerin, küresel anlamda, diğer insanlar ile etkileşirken kullandığımız beceriler olarak tanımlandığını ancak bu tanımlamanın pek de bilgilendirici olmadığını belirtmişlerdir (Akt: Yılmaz, 2006).

Kişilerarası ilişkiler, birey boyutuyla incelendiğinde; bireyin çevresine olan ilgisi doğuştan bir yetenek olduğu ve toplumsal ortam içinde ortaya çıktığına rastlanır. Küçük yaşlardan itibaren çevredeki insanlara gösterilen sevgi ve yakınlık tepkileri sonraki yıllarda etkileşim, paylaşım ve yardım gibi davranışlarla daha anlamlı hale gelmektedir. İlerleyen zamanla birlikte sosyal yönlerden kendini daha fazla geliştirmesi bakımından bireyde kişilerarası ilişkiler geliştirme ve bu ilişkilerinde kabul görme isteği söz konusu olmaktadır. Yakın ilişkiler kurma ve bu ilişkilerde istendik biri olma arzusu bireyin bütün yaşamı boyunca gerçekleştirmek istediği en önemli durumlardan biri olarak ortaya çıkmaktadır (Erözkan, 2004).

Kişilerarası iletişimin, insan hayatında önemli bir yere sahip olduğu bilinmektedir. Bireyler günlük yaşamda kurdukları ilişkilerden etkilenmekte ve diğer insanlarla kurulan bu ilişkiler, bireylerin yaşam kalitelerini belirlemektedir. İlişkilerde nasıl davranıldığı, bireyin kendisine ve diğerlerine ilişkin algıları, hayatın birçok alanında etkili olarak, mutlu ve üretken bir birey olma yönünde temel bir rol oynamaktadır (Yılmaz, 2007).

Yakın ilişkiler ya da kişilerarası ilişkiler, karşılıklı olarak bireyler arasındaki etkileşim sürecinin bir ürünüdür. İki kişinin arkadaş veya dost olmaları genelde birinin ya da her ikisinin uyumlu olmalarından değil, birlikte uyumlu bir çift (partnerlik) oluşturmalarından kaynaklanmaktadır. Yakın ilişkiler kurma bağlamında etkileşimin kapsamı, türü, niteliği, ilişkide kişilerin davranış ve tutumlarının karşılıklı ve tamamlayıcı olup olmaması oldukça önemli bir durumdur. Yakın ilişkilerde partnerlerin –ilişkinin tarafları-, birbirine olan atıflarının benzerliği, yakınlığı, ilişkinin sürekliliği, bireylerin birbirlerini nasıl algıladıkları ve buna paralel nasıl ilişkide buldukları ilişkinin devam etmesi ve gelişmesi bağlamında önemli rol oynayan etkenlerdir (Erözkan, 2004).

Diğer insanlarla ilişki kurmak çok önemlidir, uzun süre ilişki kurulmaması depresyona, insanın kendinden şüphe etmesine neden olur, hatta günlük yaşamı sürdürebilmek bile zorlaşır. Araştırmalar mutluluk için yakın ilişkinin, para, iş ve cinsellikten önce geldiğini göstermektedir. İlişki kurma isteği evrenseldir; bu durum erkekler, kadınlar, gençler, yaşlılar kısaca herkes için geçerlidir (DeVito, 2004).

İçeriği ne olursa olsun, bir sorunu çözmek için insanların duygu ve düşünce alışverişinde bulunmaları, ilişki kurmaları gerekir. İlk ve en önemli ilişki anne ile yaşanan ilişkidir, bu durum bireyin ilişkinin ne demek olduğunu anlamasına yardımcı olur. İhtiyaçlar değiştikçe baba ve ailenin diğer bireyleri de ilişkiler ağının gelişmesinde önemli rol oynayan bireyler olmaya başlarlar. Geçen zamanla birlikte ihtiyaçları karşılama bağlamında başka ilişkiler yaşama arayışı söz konusu olur. Sevilmeye ve anlaşılmaya duyulan ihtiyaç ileriki yaşlarda ebeveynler tarafından karşılanamaz hale geldiğinden, giderek artmakta olan duygusal, fiziksel ve ruhsal ihtiyaçların karşılanması için daha çok kişilerarası ilişkilere girilmeye ve daha fazla kişilerarası ilişkiler geliştirilmeye başlanır (Erözkan, 2004).

Kişilerarası yaklaşımda, bireyin diğer bireylerle olan etkileşimi hayati bir öneme sahiptir. Önemli diğerleri ile başlayan ve başkaları ile devam eden ilişkilerin hayatta kalmada çok önemli bir rol oynadığı gerçeğinden hareketle Safran ve Segal (1990), Bowlby (1973) bireylerin içsel işleyiş modellerinin bağlanma davranışı ile ikili kişilerarası etkileşimlerde geliştiğini vurgulamaktadırlar. Safran ve Segal, bilişsel psikoloji terminolojisinde bu türden bir işleyiş modelinin kişilerarası şema olarak kavramlaştırılabileceğini belirtmişlerdir. Onlara göre kişilerarası şema, bağlanma figürleri ile olan etkileşimlerin devam etme ihtimalini arttıran “ben ve diğerleri” ilişkisinin temsilcisidir. Yalnızca “ben” ya da yalnızca “diğerleri” nin etkileşimsel olması mümkün değildir. Bir bireyin “ben” ine ilişkin inançlarının, başkaları ile ilgili inançları oluşturduğu ya da başkaları ile ilgili inançların “ben” e ilişkin inançları oluşturduğu belirtilmektedir. Safran ve Segal’e göre kişilerarası şema kavramı benlik ve başkalarının algılanması arasındaki ilişkiyi açık hale getirmektedir (Akt: Erözkan, 2004).

Sosyal ilişki ağı bireye, düzenli pozitif ve durağan yaşantılar, sosyal ödüller ve toplum içinde uygun roller sağlamaktadır (Cohen ve Wills, 1985). Bireyin kendisinin ve yakın çevresinin oluşturduğu sosyal ağın birey tarafından yeterince destekleyici olup olmadığının algılanması bireyin yaşamında oldukça önemlidir. Bu anlamda algılanan sosyal destek de sosyal desteğin yeterli olup olmadığı konusunda bireyin algısıdır (Precidano ve Heler, 1983). Algılanan bu sosyal destek bireyin yaşam olayları karşısında güçlü olmasında stresle başa çıkabilmesinde problemlerini etkin şekilde çözüp, baş etme becerisi geliştirmesinde temel arz etmektedir. Bireyin yaşamında önemli bir yere sahip olan anne, baba, eş, sevgili, arkadaşlar, öğretmenler, akrabalar, komşular, uzmanlar gibi kimseler ise o bireyin sosyal destek kaynaklarını oluşturmaktadırlar. Sosyal destek kaynakları ile kurulan ilişkinin niteliği, miktarı, erişilebilir oluşu bireyin algılamasını etkilemektedir (Sorias, 1988).

Caplan (1974)’e göre önemli diğer kişiler bireyin psikolojik durumunu harekete geçirmesine yardım ederler. Bireyin duygusal tükenmişliğini önlerler, görevlerini paylaşırlar, maddi araçsal tecrübe ve bilişsel sosyal destek sağlarlar ve bireyin bu durumunun üstesinden gelmesine rehberlik ederler. Tabak (1999)’a göre insanlar iletişimi kendilerini anlayabilmek, başkalarına anlatabilmek, başkalarını tanımak ve etkilemek amacıyla kullanırlar. İletişim kişilerarası ilişkileri, örgütleri, toplumları oluşturan ve bir arada tutan temel etkidir. Toplumsal yaşam içinde

bireyin benliğini var edebilmesi ve başkalarıyla birlikte bir işi gerçekleştirebilmesi ancak iletişimle olanaklıdır. Birey kendi deneyimleri kadar, iletişim yoluyla başkalarının deneyimlerinden de yararlanarak yeni bilgi ve becerilere ulaşır.

İletişim toplumsal yaşamı olanaklı kılar ve bu yüzden toplumsal yaşamın temelidir. İletişim olmadan sosyalleşme süreci olamaz. Toplumsallaşma sürecinin özü iletişime dayanır. İletişim toplum yaşamı içinde kurulan insan ilişkilerinde paylaşılan ve geliştirilen anlamların zaman ve mekânlara ulaşmasını sağlar (Altıntaş ve Çamur, 2004).

İnsanın çevresiyle iletişim kurma ve bu iletişimi devam ettirme çabası içerisinde olduğu görülmektedir. Sosyal ilişkiler kurarak insan çevresiyle etkileşim içinde bulunur. Bu etkileşim sürecinde sağlıklı ilişkiler kurabilmek ancak yeterli sosyal becerileri kazanmakla gerçekleşebilir. İnsanın duygu ve düşüncelerini anlatmak ve karşısındaki kişinin bunları doğru anlayabilmesi için uygun anlatma yöntemini kullanması gerekir. Kullanılan yöntem kendini ifade etmede yeterli olması kadar, iletilenin karşısındaki insan üzerinde bırakacağı izlenimler açısından da önemi büyüktür. Çünkü olumlu bir tepki gelecekse bunu kolaylaştırır olumsuz bir tepki gelecekse de bu tepkinin kabul edilebilir ölçüde gerçekleşmesini sağlar (Deniz, 2002).

İnsanlar arası ilişkilerdeki bu durum bireylerin kendini açma davranışları üzerinde etkilidir. Bireyler alacakları tepkilere göre karşısındaki insanlara açılmakta ya da açılmamaktadır. İki birey arasında gerçekleşen bir iletişimde bireylerin birbirlerine kendilerini açıp açmamaları onların, yakın kişiler arası ilişki geliştirip geliştiremeyeceğini de etkileyebilmektedir (Arslan ve Izgar, 2007).

Kendini açma sürecinde etkin dinleme diğerlerinin düşüncelerini ve duygularını tamamen anlamak için çok önemlidir. Etkin dinleme empatik bir tavır, konuşanı anlama doğrultusunda aktif çaba (Tubbs ve Moss, 1991) ve işitilene dair geri bildirim vermeyi içerir. Etkin dinleme uygun geri bildirimle tamamlanır. Bu durum, dinleyenin karşısındaki kişinin duygu ve düşüncelerini anlamasını da içerir. Geri bildirimle eşlik edilen etkin dinleme ilişkiyi zenginleştirir. Geri bildirim sürecinde, iletişimde bulunanlar, kesin bir dil kullanmalı ve belirsiz ifadelerden kaçınmalıdır. Açık ve kesin bir dil dinleyici için söylenenin anlaşılmasını kolaylaştırır. İletişimde bulunanlar, duygularını, düşüncelerini ve isteklerini ifade ederken uygun kendini açmayı kullanmalıdırlar (Yüksel-Şahin,2005). Açık, kesin ve uygun kendini açma,

sağlıklı ve anlamlı kişilerarası ilişkilerin vazgeçilmez unsurudur (Ashmore&Banks, 2002; Reece ve Brandt, 1990). Kunkle ve Gerrity (1997) kendini açmayı kişinin geçmiş deneyimlerini, gelecek planlarını ve kişisel konularını başkalarıyla gönüllü olarak paylaşması olarak tanımlamışlardır.

Kendini açma sadece kişinin arzulan tavrı veya sosyal maskeleri göstermesi değil, gerçekleri söylemesidir (Kang ve Yang, 2006). Bazıları çok fazla veya çok az kendini açmayı sağlıksız olarak görür (Ersever, 1995). Anlamlı ve sağlıklı ilişkileri kurmak tarafların uygun kendini açmasını gerektirir.

Luft (1969), kendini açmanın uygunluğunun zamana, duruma, alıcıya ve iletişimde bulunanın ne üzerine ve kime açıklamayı seçtiğine bağlı olduğunu vurgular. İlk defa Jourard (1971), tarafından kullanılan Kendini Açma kavramı, bir bireyin kendi duygu, düşünce ve gereksinimleriyle ilgili bildiklerini bir başka bireye sözel olarak aktardığı bir iletişim süreci şeklinde tanımlamaktadır. Derlega ve Berg (1987) ise kendini açmayı, bir kişinin diğer bir kişi tarafından tanınmasına izin verdiği önemli bir kişiler arası etkileşim süreci olarak ifade etmektedir.

Jourard (1971) gizli ve kişisel bilginin karşılıklı paylaşılması olan kendini açmanın, ailede gelişen bir düşünce olduğunu ve ergenlik ve yetişkinlikteki ilişkilerin önemli bir parçası olarak ifade etmektedir. Miller ve Knapp (1998), Kendini açma konusunda asıl odaklanılan husus; insanların davranışlarının nedenini ve ne ile ilişkili olduğunu bulmaktır. Miller ve Read (1987), insanların çeşitli hedefleri olduğunu ve bunun için bu hedeflere ulaştıracak farklı planlara sahip olduklarını ifade etmektedir. Bundan dolayı bazı insanlar kendilerini fazla açarken bazıları ise daha az açmaktadırlar. Jourard (1971) araştırmalarında kendini açma davranışına durağan bir kişilik özelliği olarak yaklaşmaktadır, bu görüşüyle belirli kişilik özelliklerinin kendini açma davranışının çeşitli biçimleri ve derecelerine etkisinin olabileceğine odaklanmıştır. Aslında kişilik temelli kendini açma araştırmaları, bu davranışın durumsal bağlamların değişkenliğine rağmen durağan özellikte olduğu ve kişilik özelliği olarak ifade edilmesi riskini oluşturmuştur. Bu da kendini açma davranışının sınırlandırılması ve basitleştirilmesidir. Kendini açma davranışına kişilik özelliği olarak yaklaşılmasına karşı, kişilik özelliklerinin ve durumsal özelliklerin kendini açma davranışını etkilediği düşünülmelidir.

Kendini açma duyguların paylaşılmakta olduğu otantik ilişkilerde ortaya çıkar (Selçuk, 1989). Duyguların ifadesi, ilişkilerin önemli bir parçasıdır çünkü sadece

konuşmacının kendi duygularıyla ilgili farkında lığını sağlamamakla kalmaz ayrıca bu duyguların başka bir insan tarafından anlaşılması fırsatını da sağlar. Duyguların belirtilmesinde “ben” kelimesi, örneğin “seni seviyorum” veya “seni incittiğim için üzgünüm” gibi duygusal kelimelerle takip edilmelidir (Fensterheim ve Baer, 1994).

“Ben” mesajları ile kişi diğerlerini suçlamadan veya küçümsemekten düşüncelerini ve duygularını ifade edebilmektedir (Devito, 1989; Gordon, 2001). “Ben” mesajlarına ek olarak, empatik kendine güven de etkili kişilerarası iletişimde önemli bir bileşendir. Empatik kendine güven (Bayraktutan, 2006) kişinin iletişim ortağına olan duyarlılığını işaret eder. Bu, diğerinin düşüncelerini, duygularını ve koşullarını hesaba katmayı, kişiye anlaşıldığını ifade eden geri bildirim vermeyi ve bunu yaparken kendi haklarından ödün vermemeyi içerir (örneğin, “senin ne kadar meşgul olduğumu biliyorum. Diğer taraftan, ilişkimizin senin için de önemli olduğunu hissetmek isterim. Bu yüzden sadece ikimiz için -birlikte zaman geçirmemiz amacıyla- zaman ayırmanı isterim” v.s). Kişinin duygularını ve düşüncelerini içten ve saygılı (kendine güvenen) biçimde ifade edebilme yeteneği kişilerarası ilişkilerde çok önemlidir. Bireyler, kişilerarası iletişimde içten olmaya çalışmalıdırlar.

Ersever (2003) bireyler için etkili iletişimin anahtarının mümkün olduğunca tutarlı bir şekilde kendileri olmalarının olduğunu öne sürmektedir. Diğer taraftan içten davranılırken dikkate alınacak iki konu vardır. Birincisi, bu davranışlar sosyal duruma uygun olmalıdır. Kendini ifade etmeyi sağlayan işlevsel yetenekler, sosyal etkileşimlerin önemli bileşenleridir (Bacanlı, 1997). İkincisi, içten davranmak başkalarına saygısızlık etmek ya da başkalarını incitmek anlamına gelmez, içtenlik saygılı bir şekilde sergilenmelidir. Duyguların, düşüncelerin ve isteklerin içten ifadesi, sözel ve sözel olmayan davranışlar arasında bir tutarlılık gerektirmektedir. Eğer bir kişi öfkesini sözel olarak belirtirse, o kişinin duruşu ve yüz ifadesi de öfkesini belirtir, bu sözel ve sözel olmayan davranışlar arasındaki tutarlılığa örnek oluşturur.

Saygı, empati, etkin dinleme, açıklık, uygun kendini açma, “ben” mesajlarının kullanımı, empatik kendine güven, içtenlik, sözel ve sözel olmayan mesajlar arasındaki tutarlılık etkili iletişimin önemli bileşenleridir. Bunlar sağlıklı ve sürekli ilişkiler için gerekli olan temel yeteneklerdir. Örneğin, bir öğretmen sadece öğrencileri ile değil diğer öğretmenler, yöneticiler, okul danışmanları, okuldaki diğer çalışanlar ve velilerle de etkili iletişimde bulunmalıdır. Etkili iletişim, okulda ve öğretmenlerin kişisel ilişkilerinde, işlevsel ve tatmin edici ilişkileri kolaylaştırabilir ve

böylece kendi yaşamına dair doyuma katkıda bulunabilir. Bu sırasıyla, onun üretkenliğini ve topluma katkısını arttırabilir.

Tardy ve Dindia'ya göre (1997), kendini açma ve kişilerarası ilişkiler birbirini etkileyebilir. Kendini Açma; ilişkinin yönünü, anlamını ve yoğunluğunu değiştirir ve ilişkinin doğası, Kendini Açmanın etki ve anlamını değiştirir. Kendini Açmanın ilişkisel sonuçları olarak karşılıklılık ve hoşlanma görülebilir. İlişkiyi başlatmada, devam ettirmede ve sonlandırmada bireyin kendisini açmasının, kendisi hakkında bilgi vermesinin önemli fonksiyonu vardır. Cüceloğlu (2002) kendi düşünce ve duygularının yargılanmayacağına güvenen kişinin iç dünyasını sözlerine ve davranışlarına yansıtmaktan çekinmeyeceğini vurgular.

AMAÇ

Bu araştırmanın ana amacı, Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencilerinin üniversite öğrenimleri boyunca geçirdikleri yaşantılar bağlamında kişilerarası ilişki tarzları ile kendilerini açma düzeylerinin cinsiyet, sınıf düzeyleri, yaşanılan yer, ana-baba tutumları, sosyo-ekonomik düzeyler ve öğrenim görülen bölüm açısından incelenmesidir.

Bu ana amaca bağlı olarak aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ile kendini açma düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma düzeyleri cinsiyet açısından farklılık göstermekte midir?
3. Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma düzeyleri okunulan bölüm açısından farklılık göstermekte midir?
4. Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma düzeyleri öğretim türü açısından farklılık göstermekte midir?
5. Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma düzeyleri sınıf düzeyi açısından farklılık göstermekte midir?
6. Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma düzeyleri yaşanılan yer açısından farklılık göstermekte midir?
7. Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma düzeyleri sosyo-ekonomik düzey açısından farklılık göstermekte midir?
8. Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma düzeyleri ebeveyn tutumları açısından farklılık göstermekte midir?

ÖNEMİ

Bireyin çevresine olan ilgisi doğuştan var olan bir yetenektir ve toplumsal ortam içinde ortaya çıkmaktadır. Küçük yaşlardan itibaren çevredeki insanlara gösterilen sevgi ve yakınlık tepkileri sonraki yıllarda etkileşim, paylaşım ve yardım gibi davranışlarla daha anlamlı hale gelmektedir. İlerleyen zamanla birlikte sosyal yönlerden kendini daha fazla geliştirmesi bakımından bireyde kişilerarası ilişkiler geliştirme ve bu ilişkilerinde kabul görme isteği söz konusu olmaktadır. Yakın ilişkiler kurma ve bu ilişkilerde istendik biri olma arzusu bireyin bütün yaşamı boyunca gerçekleştirmek istediği en önemli durumlardan biri olarak ortaya çıkmaktadır (Erözkan, 2004).

İnsanoğlu biyopsikososyal bir varlık olmasından kaynaklı olarak yaşamı boyunca yalnız kalmak istemez, devamlı olarak birileriyle etkileşim ve iletişim kurma çabasındadır. Birey kurduğu kişilerarası ilişkilerde kendini tanır, anlamlandırır. Kişilerarası ilişkilerde yaşamının farkında olur ve içinde bulunduğu ilişkilere yaşamını devam ettirir. Bireyin kişilerarası ilişkileri yaşamında karar verme sürecinde, problem çözme becerisi geliştirmesinde ve en önemlisi olan yaşamına yön vermesinde etkilidir. Bu etki her yaş döneminde farklı etkiye sahipken, yaşama yön verilen kararlar alınmasını içeren ergenlik döneminde önem derecesi artmaktadır. Son ergenlik döneminin üniversite dönemine tekabül ettiği düşünüldüğünde, bu dönemde kurulan kişilerarası ilişkilerin, bireyin yaşamındaki önemi göz ardı edilmemelidir.

Üniversite öğrenimi sürecindeki birey, tanımadığı bir çevre ile tanışmasının ardından çeşitli faktörlerle farklı kişilerarası ilişkiler edinir. Birey kişilerarası ilişkilerinde kişilik özelliklerini ve ilişkiden beklentileri doğrultusunda kişilerarası ilişki tarzı geliştirir. Birey kişilerarası ilişki tarzlarınca ilişki içinde kendini açma düzeyini belirler. İlişkideki karşılıklı güvenin sağlanması ile birlikte bireyin kendini açma düzeyi de artar.

Her birey için üniversite eğitimi önemli bir süreçtir. Birey üniversite eğitimine ulaşana kadar yaşamında birçok kişilerarası ilişki geliştirmiştir. Üniversite eğitimi ile yeni bir sosyal çevre kazanan birey, farklı sosyal problemler ile de karşılaşacaktır. Dolayısı ile duygu ve düşüncelerini bir başkası ile paylaşmak istemesi en doğal yaşantılarından biridir. Bu süreçte yeni edindiği sosyal çevre ile farklı

kişilerarası ilişkilerinde kendini açma eğiliminde olacaktır. Bireyin kendini açması ile kendinde ve açıldığı kişide farklı özellikleri fark edecektir.

Üniversite yaşamı ile değişen kişilerarası ilişkilerde, farklılaşan kendini açma düzeyi bireyin yaşamına farklılıklar kazandırır. Çalışmanın amacı bu farklılıklarla birlikte farklı değişkenlere sahip bireylerin kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

Sayıtlar:

1. Çalışma grubu, veri toplama araçlarına objektif ve kendilerini tam olarak yansıtacak şekilde cevaplar vermişlerdir.

Sınırlılıklar:

Bu araştırma;

1. Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencileriyle,
2. Veri toplama araçlarının ölçtüğü özellikler ile sınırlıdır.

Tanımlar:

Kişilerarası İlişki Tarzları: Kişilerarası ilişkiler, bireylerin diğer kişiler ile olan ilişkilerinde yaşadıkları duygu, düşünme ve davranış stillerini ifade eder (Saymaz, 2003). Kişilerin ilişkilerinde kullandıkları iletişim tarzlarına kişilerarası ilişki tarzları adı verilir.

Kendini Açma: Bireyin kendi hakkındaki kişisel bilgiyi ortaya koyarak kendini başkalarına tanıtmaya sürecidir (Jourard, 1964).

BÖLÜM I

KURAMSAL AÇIKLAMALAR

1.1. KİŞİLERARASI İLİŞKİLER

İnsanlığın tarihiyle birlikte başlayan iletişim, canlıların varlıklarını sürdürebilmesi için gereklidir. Toplumsal bir varlık olan insan, kurduğu tüm ilişkilerde sürekli iletişim içindedir. Başka bir deyişle; insan yaşamı kişilerarası ilişkiler ve iletişim üzerine kurulmuştur.

İnsanların bütün eylemlerinin temelinde: ileti, iletmek, etkilemek, ikna etmek, yönlendirmek, etkileşim, yani: “İletişim” yatmaktadır. İnsan iletişimde bulunduğu sürece; bilimde, eğitimde, sanatta, teknolojide, kültürde ve uygarlık yolunda varlığını sürdürür, gelişir, ilerler hiç kuskusuz. Böylece kişi ve toplumlar, varlık nedenlerini ve tarihlerini anlamlı kılmaktadırlar.

İnsanoğlu; aklını kullanabilmesi, duygu ve düşüncelerini başkalarına da aktarabilme yetisine sahip olması özelliğiyle diğer canlılardan ayrılır. Bu özellikleri gerçekleştirirken başvurdukları biricik yol, iletişimdir. Yüzyıllar boyu kurmuş oldukları iletişim sayesinde birbirlerini etkileyerek, çabalarını, emeklerini, düşüncelerini, kültür ve uygarlıklarını geliştirerek, bugünkü uygarlık düzeyine ulaşmış oldukları görülmektedir (Orta, 2009).

İnsanın kendini gerçekleştirme sürecinde yaşadığı toplumsal ilişkilerde kurduğu ya da kuracağı iletişimle mutlu olabileceği ve “mutluluğun; başkalarıyla paylaşılan, başkalarıyla birlikte yaşanan bir duygulanım durumu olduğu ve bugüne dek yapılan araştırmaların, insanların birbirlerini anlayıp sevebilmeleri için sağlıklı iletişimin gerekli olduğunu ortaya koymuştur. Buna karşılık mutsuzluğun ve sevgisizliğin ilk nedeni olarak sağlıklı iletişim ileri sürülmüştür”(Köknel, 1986). Dünyanın en gelişmiş varlığı olan insan, var olduğundan bu yana sürekli bir devinim ve araştırma içinde olmuştur. Aklını kullanarak doğayı yenmiş, dünyayı ve evreni tanımaya ve anlamaya çalışmış, birçok uygarlıklara imza atmıştır. Kendisini ve dünyayı anlamlandırma çabalarına rağmen en az tanıyabildiği varlık yine de kendisi

olmuştur. Kendisini, çevresini ve içinde bulunduğu toplumu tanıma çabası geliştirdiği teknolojilerle, son yıllarda gittikçe artmıştır. Baş döndürücü bir hızla devam eden bu çaba insanı tanımak, duygu ve düşüncelerini bilmek, ikna etmek, algı, tutum ve davranışları üzerinde etkili olmak, ilişkiye girmek, etkilemek, yönetmek, etkileşmek vb. yaşamımızın her anında var olan, kişisel, kişilerarasında ya da içinde bulunduğumuz toplumla sürekli bir ilişki kurulmaktadır. Önemi yadsınamayacak biçimde kabul edilen bu ilişkiler düzeneğinin temeli iletişimdir. Böylesine önemli olan iletişimin bilinmesi ve öğrenilebilen becerilerle uygulanması da bireylerin olduğu gibi; toplumların ve toplumlararasıdaki ilişkilerin de sağlıklı gelişebilmesi için önemli konumdadır (Orta, 2009).

İnsanın; iletişim kurma gerekliliği ve gereksiniminin doğasında var olduğu ve doğası gereği diğer insanlarla iletişim kurmadan varlığını sürdüremeyeceği, “İçgüdülerin insanı yönettiği ve diğer insanlarla iletişim kuramazsa var olmaya bir an bile dayanamayacağı, tüm bedensel gereksinimleri doyurulsa bile insanın bu yalnızlık ve tek başlılık durumunu bir hapisane gibi algılayıp; aklını kaçırmamak için bu hapishaneden çıkması gerektiği” (From, 1982) belirtilmektedir. Öteki canlı varlıklarla bütünleşmek, onlarla ilişkiler kurmak, yerine getirilmesi gereken çok önemli bir zorunluluktur; insanın akıl sağlığı buna bağlıdır. En yakın insan ilişkilerinin tümünü kapsayan her türlü olguyu ve gereksinimleri göz önüne aldığımızda, böyle bir birliğin aranması ve gerçekleştirilmesi için çeşitli yollar olmakla birlikte, bu bağlamda; tüm yolların iletişimle kurulduğunu söylemek gerekmektedir. İletişim; kişinin kendisini, başkalarını, çevresini ve toplumunu tanıyabilmesi ve yaşamını sürdürebilmesi için bir gereksinimdir. Yaşamımızın olmazsa olmaz bir olgusudur. Bireylerden, topluma ulaşan her yolda, her zaman iletişim kurmanın zorunluluğu vardır. “İçeriği ne olursa olsun, bir sorunu çözmek için insanların düşünce alışverişinde bulunmaları, bir başka deyişle, iletişim kurmaları gerekir.”(Cüceloğlu, 2007).

Bu iletişim sürecinde çevreyle kişi ve kişilerarasında belli bir duyarlılık geliştirmenin gereği ve önemi de açıktır. Çünkü etkilemenin etkenliği ve hedefine ulaşması, bu konuda kimin, kim ya da ne ile ve nasıl iletişimde bulunduğunun açık ve kesin bir biçimde bilinmesini; karşılıklı güven, anlayış ve iyi niyetin sağlanmasını da gerektirmektedir. Günümüzde en çok kullanılan

sözcüklerden biri de hiç şüphesiz “İletişim”dir. İletişim çağı, iletişim becerileri, iletişimsizlik, etkili iletişim kurma-kuramama, iletişim ve empati (duygudaşlık), ikna, anlama, anlaşma, algılama, konuşma, dinleme, anlaşamama, iletişim çatışması ve bunun gibi birçok kavram ve tanımlar yaşamımızın her anında karşımıza çıkmaktadır. Günlük yaşamımızın içinde, sürekli bahsettiğimiz iletişim olgusunun, gerçek anlamda bilerek, başarıyla sürdüremediğimiz bir süreç olduğu da kaçınılmaz bir gerçektir.

Yaşamın; başlı başına bir iletişim ağını ve iletişim etkinliklerini içeren bir olay olduğu, var olduğumuz andan itibaren, çevreyle sürekli iletişim, etkileşim içine girildiği ve bilmeden çevremizi etkilemeye, değiştirmeye, yine bilinçsizce etkilenmeye, çevremize uyarlanmaya başladığımız ve bu iki yönlü alışverişin ömür boyu sürüp gittiği ifade edilerek; anlamak, öğrenmek, anlatmak ve başkalarına ulaşmak için iletişimin kullanıldığı belirtilmektedir (Güz, 1998).

Oskay (2001), “İletişimi; birbirlerine ortamlarındaki nesnelere, olaylar, olgularla ilgili değişimleri haber veren ve bunlara ilişkin bilgilerini birbirlerine aktaran, aynı olgular, nesnelere, sorunlar karşısında benzer yaşam deneyimlerinden kaynaklanan, benzer duygular taşıyıp birbirine ifade eden insanların oluşturduğu topluluk veya toplum yaşamı içinde gerçekleştirilen tutum, yargı, düşünce ve duygu bildirişimleri” olarak tanımlamaktadır.

“İletişim: Bilgi alışverişi, karşılıklı ileti aktarımı, iletim eyleminin çift yönlü görünümü, aynı zamanda da bir taraftan öbür tarafa bir bilginin, bir duygunun, bir düşüncenin aktarımı” ve “ ayrıca, duygu, düşünce ya da bilgilerin akla gelebilecek her türlü yolla başkalarına aktarılmasıdır”(Güz ve diğ., 2002). Günümüzde insanların, hızla değişen, ilerleyen ve toplumsal gelişimi de aşan teknoloji ile karşı karşıya olduğu, bu ortam içinde yaşamın ve bu evrene ayak uydurma zorunluluğunun bulunduğu, tüm bunların toplumsal, siyasal, ruhsal, ekonomik tutum ve davranışları kökten etkileyen ve etkileyecek bir iletişim ağı niteliğinde olduğu, birey içinse; iletişim sürecinin kaçınılmaz ve vazgeçilmez bir olgu olduğu belirtilerek; bütün bunların çevreyle ilişkiye girebilmek, bilgi almak, eğlenmek, öğrenmek gibi etkinliklerin ancak iletişim bağlamında gerçekleşebileceği

belirtilmektedir (Küçükeroğan, 2005). Kenneth (1972) “İletişimin en geniş anlamdaki tanımı, bilgi-paylaşma etkinliğidir” olarak açıklamıştır.

Bu tanımlar doğrultusunda iletişimin; bireyden, tüm topluma herkesi ilgilendiren ve vazgeçilmez bir olgu olduğunu söyleyebiliriz. İletişimle ilgili yapılan tanımlarda içerikleri açısından genel bir değerlendirme yapacak olursak, iletişimin genelde “aktarım ve etkileşim” ya da “anlamların paylaşımı” olmak üzere iki ana eksen üzerinde tanımlandığı gözlemlenmektedir. Bu nedenle, “insanlar iletişim kurduklarında, yalnızca dünyanın şu ya da bu yönü hakkında bilgi vermemekte, kendi varoluşlarını iletmek için birbirlerinden nasıl beklentiler içinde olduklarıyla ilgili açık ya da örtük taleplerini birbirlerine dile getirmektedirler” (Danziger, 1976).

İletişimi; aynı zamanda toplumsal bir eylem olarak değerlendirdiğimizde, iletişimde bulunan kişilerin öncelikle bir amaçlarının olduğu görülmekte, diğer kişilere bir şeyler iletmek, bildirmek, etkilemek, etkileşimde bulunmak vb. genel bir amaca sahip olmakla birlikte bu iletişim eyleminin gerçekleştiği anlamını taşımadığı, dolayısıyla iletişimde bulunan kişilerin aralarında, anlamlar üzerinde ortak paylaşımlarda bulunmalarıyla gerçekleşmektedir. Bu anlaşma durumu, iletişim sürecinin ilk aşamasını dolayısıyla temelini, özünü oluşturmaktadır. Bu bağlamda; iletişimin sağlıklı olabilmesi, amacımızın, duygu ve düşüncelerimizin eksiksiz, tam ve doğru biçimde aktarılmasıyla olasıdır. Bunun olabilmesi için de üç önemli öğe belirtilmektedir. Bunlar; kaliteli bir verici, anlamlı bir ileti ve iletiyi algılayabilen alıcıdır. Bu üç öğe, sağlıklı bir iletişim sürecinin temelini oluşturmaktadır (Aydın, 2000).

Kişilerarası iletişim, kişiye benlik algısını, kendisine verdiği değerini, kendine olan saygısını ve güvenini ölçme olanağı verdiği için kişinin yaşamının çok önemli gereksinimlerinden biri olma özelliğini taşımaktadır. Çünkü ,“iletişim sürecinin temelinde bireyin olduğu ve bireyin, hem ileti aktarımında, hem algılanmasında, yani bu sürecin her iki bölümünde de işlev gösterdiği ve bu nedenle de, bireyin konumunun iletişim sürecinde oldukça önemli”(Burton, 1995) olduğu belirtilmektedir. Bundan dolayı kişilerarası iletişimde doğal olarak, birinci koşul, bireyin iletişim kapasitesinin, becerisinin olması ve iki insanın birbirlerinin farkına varmasıdır.

İnsan dünyaya geldiği andan itibaren kendisini ve dünyayı bir bütün olarak algılamaktadır. Ancak o farkına varmasa da, dünyadaki ilk kişilerarası etkileşimi başlamıştır. Gereksinimlerini karşılamak için kendisi dışındaki bir varlıkla, etkileşime girer. Kişilerarası iletişim bu gereksinimin karşılanması doğrultusunda bir araç olma özelliği taşımaktadır. Ancak daha sonraki dönemlerde, kişilerarası iletişimin kendisi bir gereksinim olmaya ve kendi başına bir anlam kazanmaya baslar (Dökmen, 2001).

“Kişilerarası iletişim tüm insan iletişiminin temelidir. Kişilerarası iletişimin etkileşimsel özelliği, kişilerin bireylerarası iletişimle, karşılıklı davranışları üzerine etki yaptığı anlatılmaktadır. Yüz yüze iletişim için bu zorunlu bir koşuldur” (Lazar, 2001).

Bowlby (1969)'a göre, insanların neye ihtiyaç duyduğunu anlamak ve belirleyebilmek için, sosyal etkileşimlerini incelemek gerekir. Shutz (1958), kişilerarası ilişkilerde sosyal etkileşimlere bakıldığında, sevgi, kişinin kendi kontrolü ve temel ihtiyaçların varlığını belirtmiştir. Maslow (1968), kişilerarası ilişkiler ihtiyaçlar hiyerarşisi ile açıklanabilir. Kişilerarası ilişkilerde en temelde olan fizyolojik ihtiyaçların ardından sevgi/dostluk, güven ve saygı ihtiyacı gelir ki, sözü edilen bu kavramlara ancak kişilerarası ilişkilerde rastlanır.

İletişim sözcüğü, Türkçeye Latincedeki Communis sözcüğünden türetilmiştir. İletişim kavramının Latincedeki anlamı, bir ortaklığı toplumsallaşmış olmayı, birlikteliği ve toplu halde yaşamayı içermektedir. İletişim sürecinin temelinde bireylerin sosyalleşmeleri söz konusudur. Bundan dolayı iletişimi, hem bireyler arası bir süreç, hem de bunlar aracılığıyla toplumsal seviyede bir süreç olarak ele almak mümkündür (Güney, 2000).

Dökmen (1996), iletişimi “bilgi üretme, aktarma ve anlamlandırma süreci” olarak tanımlamıştır. Doğan (1998), iletişimi “bireyler arasında ortak bir simgeler sistemiyle gerçekleştirilen anlam ve bilgi alışverişidir” diye tanımlar. Nitekim insanların birbirlerini ve kendilerini gerçekten anlayabilmeleri, asırlar boyunca en büyük temel ihtiyaçlarından biri ola gelmiştir (Sherman, 2000). Bir birey kendi kendisini ancak diğerleri ile etkileşimde bulunarak oluşturabilir. Bireyler nesnelere ve onların kişi ile ilişkisini ancak iletişim yoluyla tanımlayabilir, yorumlayabilir ve

başkalarının bu ilişki ile ilgili onayını ölçebilir (Cushman ve Cahn, 1985). Bütün bu sürecin oluşumu tamamen karşılıklı etkileşim ile gerçekleşmektedir.

Belirli koşullar altında belirli bir biçimde davranma eğilimi olarak tanımlanabilen kişilik özellikleri; kişilerarası ilişkilerle ilgili ipuçları içermektedir (Somer, 1998). Blatt ve Shichman'a (1983) göre kişilik gelişimi iki temel görev içerir. Bunlar karşılıklı olarak doyurucu kişilerarası ilişkiler ile gerçekçi, kalıcı ve olumlu bir kimliğin edinilmesidir (Akt: Albayrak, 1994).

İnsanın içindeki en eski içgüdü, onu diğer insanlarla ilişki kurmaya iten içgüdüdür. İnsanların, diğer insanlara bir paylaşma duygusuyla yaklaşmaları sonucunda insanlık ileriye gitmiştir (Adler, 2000). Bolton'a (1979) göre iki kişi birbirleriyle iletişim kurduğunda, doğada başka hiç bir yerde bulunmayan çok özel bir durum gerçekleşir. Çünkü kişilerarası ilişkiler tüm anlamsız şeyleri anlamlı hale getirebilmektedir.

İnsan ilişkilerini bir sistem içinde düşünecek olursak, her birey içinde yaşadığı fizik ve toplumsal çevreden etkilenir. Öte yandan onun kişiliği ve davranışları, ilişkide bulunduğu kişinin düşünce ve davranışlarını etkiler. Bu ikili ilişkinin niteliği kişilerin sosyal çevrelerindeki diğer insanlarla ilişkilerine de yansır (Hortaçsu, 2003).

Kişilerarası ilişkiler, genel anlamıyla bireylerin diğer kişilerle olan ilişkilerinde yaşadıkları duygu, düşünme ve davranış stillerini ifade etmektedir (Saymaz, 2003). Kişilerarası ilişkilerde, taraflardan her biri kendi alışılmış tarzını elinde tutar ancak aynı zamanda, diğer kişinin tarzına uyum sağlamak üzere hareket eder (Sadler ve Woody, 2003).

Kişilerarası ilişkilerle ilgili ilk görüşler, Freud ve sonraki psikanalitik kuramcılarla başlamıştır. Ego psikolojisine göre, içgüdüsel dürtüler birincil, obje (insan) ilişkileri ikincildir (Geçtan, 2000). Kernberg'in (1987) nesne ilişkileri kuramı, benlik ve diğerlerinin (nesne ilişkilerinin) zihinsel temsillerinin doğasını ve gelişimini ele alır. Sadece temsillerin kendisini değil, aynı zamanda bu temsillerle ilişkili duygular ve hayalleri ve bu değişkenlerin kişilerarası işlevselliğe nasıl aracılık ettiğini de içerir (Oltmanns, Neale ve Davison, 2003).

Toplumunu meydana getiren bireylerin birbirleri üzerine olan etkilerine kişilerarası ilişkiler denir. Karşımızdaki insanı, kuşkulunılacak, çekinilecek biri gibi mi, yoksa sevinecek, konuşulması ilginç bir kişi gibi mi görmekteyiz? Ortak yanları olmakla birlikte, insanların algılanışı, eşyaların algılanışından farklıdır. Başkalarını görüş ve kavrayışımız, onlara karşı tavır ve tutumumuzu çok etkiler. Karşımızdakini nasıl görürsek, ona göre davranırız (Baymur, 1997).

Kişilerarası ilişkilerin kurulmasında dilin çok büyük bir önemi vardır. İletişimsiz bir ilişkiden bahsetmek oldukça güçtür. Rogers (1961), "İnsan Oluş" adlı eserinde, kişilerarası ilişkileri olumlu ya da olumsuz olarak etkileyen iki etmenin üzerinde durur. Bunlardan birisi insanların başkaları ile olan iletişimde saygı ilkesine yer vermesi ve karşısındakini mümkün olduğu kadar empatik bir anlayışla dinlemesidir. İnsanları en çok tedirgin eden şeylerden biri, başkaları tarafından eleştirilmektir. Empatik dinlemede insan karşısındakini ne över ne de suçlar, ama onu olduğu gibi anlamaya çalışır. Bu anlayış insanların birbirine yakınlaşmasına ve aralarında gerçeğe dayanan bir sevginin gelişmesine yol açar. Kişilerarası ilişkilerin olumlu yönde gelişmesine yardım edecek ikinci bir kurala da Rogers "bağdaşım ilkesi" demektedir. Bağdaşım ilkesine göre, kişilerin kendi içinden gelen duyguların farkında olmaları ve mümkün olduğu kadar oldukları gibi görünmeye, düşündükleri ve duydukları gibi konuşmaya çalışmaları gerekmektedir. Diğer bir deyişle insanın içi dışı ve özü sözü bir olmalıdır. Kısaca "açık" olmalıdır. İnsan bunu yapabildiği ölçüde karşısındakine güven telkin eder, bunun da kişilerarası ilişkileri olumlu yönde geliştirdiği ileri sürülür (Akt: Baymur, 1997).

Kişilerarası ilişki kuramları incelendiğinde ilişkilerde psikik sürecin oluşmaması diye bir durumdan söz etmek pek mümkün olmamaktadır. Bu sahiplenici ilişkide insan kendini zenginleşmiş, yaratıcı ve etkin hisseder. Bu ilişkiyi kaybetmekten korkar dolayısıyla ilişkide bulunduğu diğer bir bireyi kaybedeceği kaygısını hep taşır. Bu kaygı onun bir şekilde davranışlarına yansır (Krishnamurti, 2000).

Her insanın aynı sistemde diğer bir bireyle kurmuş olduğu ilişkilene durumu, bireylerin, geçmiş deneyimlerine, yaşam biçimlerine, kişiliklerine, psikolojik alt yapılarına (geçmişteki anne-baba ilişkileri, diğer yetişkinlerle olan

ilişkileri), öğrenmişliklerine, sosyal onay arzularına, benlik biçimlerine, ilişkiden elde etmek istedikleri girdi ve kendilerince bu ilişkide verebileceklerin çıktılarını hesabına (kazanç-kayıp), kültürel birlikteliklerine, inançlarına, tutumlarına, diğer bireyi etkileme veya diğer bireyden etkilenme durumlarına, diğer bireyle olan ilişkide algıladığı statüye, sahip olduklarını hissettiği güç veya güçsüzlüğüne, itaat etme, uyma eğilimlerine bağlı olarak farklılıklar göstereceklerdir (Akdağ, 2003).

Kişilerarası ilişkiler incelendiğinde, bazı kişilerle konuşmak kolay ve zevk vericiyken, bazıları ile kurulan iletişim çok zorlayıcı ve yüzeysel olabilmektedir. Benzer kişilik özellikleri, ortak ilgi alanları ve hobiler, birbirine yakın değerler ve eğitim düzeyi gibi pek çok faktör kişilerarası ilişkilerde temel öneme sahiptir. Ancak kişilerarası ilişkilerde, asıl belirleyici olan dinleme becerisidir. Ortak birçok nokta olmasına rağmen bazı ilişkilere girilmekten kaçınılır (<http://para.unl/para/Communication.Intro.html>).

Kişilerin kiminle ve hangi koşullar altında iletişim kurdukları, genel anlamda iletişim tarzları (Birtchnell, 1993), sosyal algı, diğer bir ifadeyle iletişim içindeki kişilerin birbirlerini nasıl algıladıkları (Tagiuri ve Petrullo, 1958; Jones, 1990) ve kişilerin kendi iletişim tarzlarını nasıl algıladıkları (Buren ve Nowicki; 1997) etkileşim süreci üzerinde etkilidir. Bütün bu etkilerin sonucunda bireyden bireye değişebilen etkileşim şekilleri, yani kişilerarası tarzlar oluşmaktadır ve bütün bunların ruhsal sağlık açısından önemli etkileri bulunmaktadır.

Toplumsal etkileşim, temel ihtiyaçlarımızı gidermeye çalışırken yaptığımız şeylere biçim ve yapı kazandıran, eylemlerimizden ve çevremizdekilere gösterdiğimiz tepkilerden oluşan bir süreçtir. Bu süreçte iletişim, sözel ve sözel olmayan şekliyle, insanların karşılıklı olarak ne demek istediğini anlamalarını sağlamaktadır (Giddens, 2000). Sosyal etkileşim hepimiz için kaçınılmaz bir süreçtir ve yaşamımızda oldukça önemli bir yere sahiptir. Her birey bu etkileşimin bir parçasıdır ve bu süreçte bütün ile birey, ayrı olarak düşünülemez (Cooley, 1970). Sosyal etkileşimin daha özel bir şekli olan kişilerarası ilişki, iki ya da daha fazla kişi arasındaki her türlü ilişkiyi betimlemektedir (Gold ve Elizabeth, 1997), bu etkileşimde birey ister aktif ister pasif olsun her iki şekilde de amaçlıdır (Birtchnell,

1993) ve kişilerarası ilişkilerde her bireyin ilişkiye katkısı ve diğer kişi ya da kişiler üzerinde etkisi bulunmaktadır (Bandura, 1969).

İnsanoğlu kompleks bir varlıktır. Bundan dolayı da, kişilerarası ilişkiler ve kişilerarası ilişki tarzları da komplekstir. Kişilerarası ilişki tarzlarını etkileyen ve kişilerin diğer kişilere gösterdikleri tepkileri belirleyen pek çok etken bulunmaktadır. Ancak bu etkenleri belirleyen yine bireyin kendisidir. Birey kendi kazanımının hangi davranışla oluşacağını veya hangi davranımının bulunduğu huzurlu durumu sürdüreceğine kanaat getirirse o doğrultuda davranmaktadır. Grup veya kalabalık davranışları, davranışın karakteristik tarzları olarak farz edilmiştir. Davranışın belli çeşitleri, bundan dolayı belirlenir ve diğerleri başlangıçta engellenir. Ani verilen tepkiler, motor oluşumlar (bağırma, el kaldırma v.b) verilmesinin hemen sonrasında birey bunu hemen düşünür. Amacı, yaptığı davranışın genel sosyal davranışa uygun olduğu veya uygunsuz bir davranış olmadığını kendisine kabul ettirmektir (Akdağ, 2003).

Doğası gereği toplumsal bir varlık olan insan, ilişkiler ağı içinde doğar yaşar ve ölür. Bu ilişkiler ebeveyn-çocuk, arkadaş, komşu, iş arkadaşı gibi çeşitlilik gösterebilir ve birçok açıdan birbirinden farklılaşır. Ancak hepsindeki ortak özellik ilişki içindeki bireylerin birbirlerini etkilemeleri ve birbirlerinden etkilenmeleridir (Hortaçsu, 2003).

1.1.1. Levinger İlişki Düzeyleri Görüşü

Levinger (1974), ilişkiler bağlamında dört ilişki düzeyinden söz etmektedir. İlk düzey olan sıfır ilişki düzeyinde, birbirinin varlığından habersiz iki kişi vurgulanmaktadır. İkinci düzey fark etme olarak adlandırılan ancak kişilerarası ilişkinin olmadığı ilişki türüdür; yalnızca kişilerden biri, diğerinin dış görünümünün farkına varmıştır. Üçüncü düzey olan yüzeysel ilişki düzeyinde ise kişilerarası ilişki vardır. Bu ilişkiler iki türlü olabilir; a) bir seferlik karşılaşılan kişilerle girilen geçici ilişkiler b) sürekli karşılaşıldığı halde selamlaşmanın ötesine gitmeyen ilişkiler. Dördüncü düzeyde ise karşılıklı ilişkiler yer almaktadır. Bu düzeydeki ilişkiler kişilerin etkileşiminin yoğunluğu boyutunda değişmektedir ve böylece kişiler az ya da çok yaşantı veya kişiliklerinin bölümlerini paylaşabilmektedirler (Akt: Erözkan, 2004).

1.1.2. Hinde'nin Kişilerarası İlişkiler Görüşü

Hinde'nin (1979) kişilerarası ilişkiler görüşüne göre ilişkiler, davranışlar dizisi olmayıp, etkileşimler dizisidir. Başka bir deyişle görüşün odak noktası bireyler değil, bireylerin birbirleri üzerindeki etkileri ve birbirinden etkilenmeleridir. Bu nedenle ilişkiler, onları meydana getiren kişilerin etkileşimlerinden doğarlar, ancak yalnızca o kişilerin davranış ve kişilik özellikleri ile açıklanamayacak niteliklere sahiptirler. Ayrıca her ilişki, bir ilişkiler ağı içinde de yer alır. Bu nedenle, bir yandan başka ilişkilerden etkilenirken, öte yandan da onları etkiler. Bu görüşe göre, ilişkiler değişik boyutlarda farklılık gösterebilir. Bu boyutlar, etkileşimlerin içeriği (ne yapıldığı-content), çeşitliliği (diversity), niteliği (quality), farklı etkileşimlerin göreceli sıklık (frequency) ve örüntülerinden (pattern) doğan nitelikleri (çocuğun kaç isteğinin kabul edildiği), ilişkideki kişilerin davranışlarındaki karşılıklı (reciprocity) birbirini tamamlayıcılık (complementary), benzerlik (similarity), kendilerini ve ilişkide buldukları kişileri algılayışları (self and other perception) ve bu algıların ideal kişi ve ilişki kavramlarına benzerliği, kişilerin ilişkinin devam ve gelişmesine bağlılıkları (commitment) olarak belirlenmiştir (Akt: Hortaçsu, 2003).

Görüldüğü gibi, Hinde'nin bu kuramı insan modeline pek değinmemekle birlikte, düşünen, beklentileri ve bir takım idealleri olan insanı öngörmektedir. Kuram, değişik türden ilişkileri ve ilişkilerin değişik devrelerini sözünü ettiği boyutlarla inceleyebilmektedir. Bazı boyutlar bireylerle ilgili olmakla birlikte, boyutların çoğunu değerlendirebilmek için, ikili etkileşimi gözlemlemek gereklidir (Hortaçsu, 2003).

1.1.3. Duck'un İlişkilerin Gelişmeleri ve Çözümlerine İlişkin Modeli

Duck'un (1982), ilişkilerin gelişmeleri ve çözümlerine ilişkin modeline göre ilişkilerin gelişmeleri ve çözümleri bir kararlar dizisi olarak ele alınmıştır. Bu iki devrede de, temelde yükleme, kişinin kendisini, eşini ve ilişkisini değerlendirmesi geleceğe ilişkin tahmin yürütmesi, duygusal iletişim gibi süreçlere yer verilmesini ancak bu süreçlerin yoğunluğu söz konusu olduğunda, dönemler arasında farklılıklar olabileceğini savunmaktadır. Bu görüşe göre ilişkiye giren kişiler, kendileri, ilişkileri, karşısındaki kişi ile ilgili yüklemeler yaparlar.

Yüklemelerin sonuçlarını ideal eş ve ilişki kavramları ile kıyaslayarak, değerlendirmeler ve ileriye dönük tahminler yaparlar. Bu süreçler sonucu acele karar verilirse, ilişkileri belli bir düzene girer ve önemli bir olay olmadıkça bu konuda çok düşünmez yorum ve çözümlenmeye girişmezler. İlişkide istenmeyen durumlar ile karşılaşıldığında ve önemli bir karar alınması gerektiğinde, önce bu durumun nedenlerini kendilerinde ve/veya eşlerinde arar, bu ilişkiyi sonlandırmanın bedelini ve diğer olası ilişkileri düşünürler. Duck'un "kişi içi" devre olarak adlandırdığı, bu dönemin en önemli kararı, bu hoşnutsuzluğu diğer kişiye açıklamak veya içine gömmek kararıdır. Kişi hoşnutsuzluğunu açıklama kararı almış ise "ikili" devreye geçilmiştir. Bu dönemde eşler ilişkilerini tartışır, durumu düzeltme çabaları veya ayrılma planları oluştururlar (Akt: Hortaçsu, 2003).

Ayrılma kararı alan çiftler "toplumsal" devreye girerler. Bu devrede kişiler eşlerinden ayrılacaklarını sosyal çevrelerindeki kişilere açıklar ve ayrılma öykülerini olabildiğince kendilerini haklı çıkaracak biçimde yayarlar. Bu devrede dedikodu, kişilerin açıklamalarının yapılması açısından önemlidir. Toplumsal çevre, ayrılığa karşı çıkıp çifti bir arada tutmaya çalışabilir veya taraf tutmak zorunda kalabilir (Hortaçsu, 2003).

Duck'un "mezar düzenleme" olarak adlandırdığı son dönemde, ilişki artık bitmiştir, ancak kişilerin zihninde devam etmektedir. Kişiler, biten ilişkiyi, bitme nedenlerini, eski eşlerinin kişiliğini düşünerek, öykülerini daha anlaşılır ve kabul edilebilir bir biçimde yeniden tartarlar. Bu süreçler devam ederken, ilişkileri sırasında dikkatlerini çekmeyen bazı olayları yorumlayıp, ilişki bitiminde akıllarına gelmeyen bazı nedenler bulabilirler. Örneğin kocasını başkasıyla yakaladığı için boşanma davası açan bir kadın, boşanmadan bir yıl sonra, evliliğinin sona ermesinin gerçek nedeninin, zayıf kişilikli kocasının kendi güçlü kişiliği altında ezilmesi olduğuna karar verebilir ve eşinin sadakatsizliğini öç almak amacıyla yapılmış bir davranış olarak yorumlayabilir. Görüldüğü gibi bu kuramın vurgusu ilişkinin değişik evrelerindeki kişi, çift ve çift-çevre etkileşimi arasında değişmektedir (Akt: Hortaçsu, 2003). Duck kuramını açıklarken, romantik ilişkilerden ve/veya evlilik ilişkilerinden söz etmiştir. Ancak kuram, arkadaşlık, iş, hatta aile ilişkilerini incelemek için de kullanılabilir. Kuramın öngördüğü insan modeli, düşünen, ileriye dönük tahmin yürüten sosyal çevreden etkilenen kişidir (Hortaçsu, 2003).

İnsan, ilişkileri içinde sürekli yeniden tanımlanan bir varlıktır; diğer insanlarla hiç ilişkisi olmayan bir insan düşünülemez (Cüceloğlu, 2000). İnsanlar iletişimi kendilerini anlayabilmek, başkalarına anlatabilmek, başkalarını tanımak ve etkilemek amacıyla kullanırlar. İletişim kişilerarası ilişkileri, örgütleri, toplumları oluşturan ve bir arada tutan temel etkidir. Toplumsal yaşam içinde bireyin benliğini var edebilmesi ve başkalarıyla birlikte bir işi gerçekleştirebilmesi ancak iletişimle olanaklıdır. Birey kendi deneyimleri kadar, iletişim yoluyla başkalarının deneyimlerinden de yararlanarak yeni bilgi ve becerilere ulaşır (Tabak, 1999). Bu noktada ergenlik döneminin başlıca gelişim görevlerinden birinin kişilerarası ilişkiler geliştirme olduğunun vurgulanması gerekmektedir.

İnsan kendini ve dışını tanımlamaya başladığında, ilk ve en yoğun ilişkide bulunduğu çevre kişilerarası olandır. Çeşitli örgütlü yer ve zamanda iki (veya ikiden fazla) kişi arasında olan ilişki ve bu ilişkinin olmasını sağlayan iletişim kişilerarası iletişimidir. Kişilerarası iletişimin doğal olarak birincil koşulu bireyin kendisiyle iletişimini gerçekleştirme kapasitesinin, becerisinin olmasıdır (Erdoğan, 2002).

Kişilerarası ilişkiler bireye benlik algısını, kendine verdiği değeri, kendine olan saygısını ve güvenini ölçme fırsatı verdiği için bireyin yaşamının çok önemli unsurlarından biri olma özelliğini de taşımaktadır. Ergenlik dönemi de kişilerarası ilişkilerde başarılı olabilmek için oldukça fazla çaba sarf edilen önemli bir evre olarak kendini gösterir (Giffin ve Patton, 1997).

Kişilerarası iletişimle yürütülen ilişki kurma ve tutmanın, insanın doğumuyla birlikte yaygın olarak bağlanma arayışı ve aynı zamanda bilinç yönetiminden geçerek bağlanma durumunu yaratmada oldukça önemli bir rol oynadığı ve bağlanma kuramının insanların doğumundan ölüme kadar olan kalıcı ilişki kalıplarını betimlemeye çalıştığı belirtilmektedir (Erdoğan, 2002).

Bağlanma kuramı, belirli bireylerle yakın duygusal bağlar kurma eğilimini insan doğasının temel bir bileşeni olarak kabul etmekte ve bu eğilimin hayat boyunca devam ettiğini ileri sürmektedir. Bağlanma kuramı, insanların kendileri için önemli olan diğerleriyle (anne-baba, kardeş, arkadaş, öğretmen vb.) güçlü duygusal bağlar kurma eğiliminin nedenlerini açıklayan bir yaklaşımdır. Bebeklik ve çocukluk dönemlerinde duygusal bağlar ebeveynler ile kurulmaktadır çünkü

koruma, rahatlama ve destek için onlara güvenilmektedir. Sağlıklı gençlik ve yetişkinlik dönemlerinde bu bağlar varlıklarını yeni bağlar tarafından tamamlanarak devam ettirmektedirler. Bu yeni bağlar ise genellikle akranlar, arkadaşlar ve karşı cinsle kurularak oluşturulmaktadır (Bowlby, 1969). Unutulmaması gereken bir konu, bağlanma stillerinin kişilerin veya bebeklerin bir özelliği olmayıp ilişkilerin özelliği olduğudur (Wagner ve diğerleri, 1979, 1985).

Bir çocuğun ilişkileri gözleendiğinde, ilişkide bulunduğu kişilerin bilinçsizce tercih edilmediği görülür. Çocukların ilişkilerine benzer bir durum yetişkinler için de geçerlidir. Yetişkinlerin kişilerarası ilişkilerinin ihtiyaçları doğrultusunda şekillendiğini, bağlanma stillerinin ve iletişim tarzlarının ön plana çıktığına rastlanır (Hendrix, 1988).

İletişim kişinin doğumundan başlayan önemli bir süreçtir (Huang, 1999), yetişkinlik dönemi için kişilerarası ilişki tarzlarının belirleyicisidir (Dwyner, 2000). Birey temel iletişim tarzını ebeveyni ile ilişkisiyle kazanır ve yetişkinlik sürecinde aynı iletişim tarzı ile var olur.

Kişilerarası iletişimin azalmasıyla, depresyon durumlarında artış gözlenir. Depresyon durumlarına bakıldığında, çocukluk döneminde ebeveyninin kaybını yaşayan kişilerde, ebeveyni ile iletişim kuramamış, temel iletişim becerilerini kazanamamış bireylerde depresyon durumuna sıkça rastlanır (Potts, 2007).

Bireylerin gelişim dönemlerinde yaşanan kritik anlar, yaşamlarında önemli noktaları oluşturur. Bireylerin gelişim sürecinde kurdukları ilişkiler incelendiğinde stresle başa çıkma yollarını, motivasyon ve özgüven kazanımını kişilerarası ilişkilerinde kazandıklarına rastlanmıştır (Potts, 2007).

İnsanlar, kişilerarası ilişkilerinde ihtiyaç ve beklentilerinin farkına varırlar (Baxter, 2004). Kişilerarası ilişkilerdeki memnuniyet ve doyum ancak iletişim ile desteklenir ve sağlanır (Doohan ve Manusov, 2004).

Bireyin kişilerarası ilişki tarzı ebeveynleriyle ilişkileriyle belirlenir. Kişinin çocukluk döneminde yaşadığı pozitif ve negatif gelişmeler ilişki tarzının belirleyicisidir (Naubauer ve Naubauer, 1990).

1.1.4. Kişilerarası İlişkiler ve İletişim Becerileri

İletişim becerisi ise, özellikle başkalarını anlamada onların duygu ve düşüncelerini onlarla özdeşleşerek görme duyarlılığı kazanmada çok önemlidir. Davranış değişikliğini başarmada ana etken iletişim becerisidir (Künüçen, 2006). Omololu'ya (1984) göre iletişim becerisi; dinleme, anlaşılabilir bir biçimde konuşma, göz kontağı kurma, konuşmayı teşvik etme, övgüde bulunma, sözel olmayan davranışları uygun bir biçimde kullanma olarak tanımlanmaktadır.

İletişim becerisi, kişilerarası ilişkilerde çok önemli bir yer tutmaktadır. Çünkü etkili iletişim, mesajı alan kişinin mesajın anlamını, veren kişinin iletmek istediği anlamda alması halinde gerçekleşmektedir. Dengeli ve sağlıklı ilişki kurabilen bireylerin; duygusal güvenlik içinde oldukları, olayları, durumları gerektiği biçimde yorumlayabildikleri ve çevrelerindeki insanlar kadar kendileriyle de olumlu iletişim kurabildikleri bilinmektedir (Bilen, 1995).

İletişimin en önemli özelliklerinden biri kişilerarası birlikteliği esas almasıdır. İletişim tek başına kurulan bir ilişki olmadığından, karşılıklı etkileşime ve beraberliğe dayanmaktadır. Eğer iletişim çift taraflı yani karşılıklı değilse belli bir zaman içinde kişilerarası başarısızlık kaçınılmaz olabilecektir. İyi bir iletişim genel olarak problemlerin çözümünde en etkili yöntemdir ve iletişim problemleri çözülmeden doyurucu bir yaşam sürmek çok zordur. İletişim konusunda bilinçlenmek -iletişim becerisine sahip olmak- bireye önemli etkileşim olanakları da sağlamaktadır (Berscheid, 1994; Akt: Erözkan, 2004).

Diğer insanların olumlu tepkiler vermesine yol açabilecek ve olumsuz tepkilerini önleyebilecek becerilere sahip olmak her birey için oldukça önemlidir. İnsanlar, başkalarıyla etkileşimi mümkün kılacak sosyal açıdan kabul edilebilir olan - reddedilmeye engel- davranış biçimlerine sahip olmak isterler. Bu davranış biçimleri genel olarak yaşam içerisinde iletişim becerileri olarak kendini göstermektedir. İletişim becerileri bireyler için olmazsa olmazlar şeklinde yaşamdaki yerlerini almakta, bu yüzden de önemli roller içermektedirler. Diğer insanlarla iletişim/etkileşimde bulunmayı kolaylaştırıcı özellikte olmaları, bu becerilerin kişilerarası bağlamdaki işlevlerinin önemini daha da artırmaktadır (Erözkan, 2004).

İletişim becerileri sözel olan ve olmayan mesajlara duyarlılık, etkili olarak dinleme ve etkili olarak tepki verme biçiminde özetlenebilmektedir. Gibson ve Mitchell (1995), pek çok kuramcı gibi iletişim becerilerinden söz ederlerken sözel olmayan mesajlara duyarlılık ve etkili dinleme üzerinde ısrarla durmaktadırlar. Bu beceriler bir dizi özellikten etkilendiği gibi kültür tarafından da etkilenir ve istenirse bazı ilişki örüntüleri değiştirilebilir. İletişim becerilerinin doğuştan ve sezgi yoluyla gerçekleştiğini düşünenler olsa da pek çok çalışma, iletişim tekniklerinin çoğu ögesinin öğrenilebilir ve öğretilbilir özelliklere sahip olduğunu göstermektedir (Corey, 2001; Akt: Erözkan, 2004).

İletişim kurma yolları öğrenilmekle beraber, bazen sağlıklı ve etkili olanlar yerine işe yaramayan iletişim yolları da öğrenilir. O nedenle, kişilerarası ilişkilerin hepsi her zaman etkili olmayabilmektedir. Etkili kişilerarası iletişim, mesajı alan kişinin mesajın anlamını, veren kişinin iletmek istediği anlamda alması halinde gerçekleşmektedir. Dengeli ve sağlıklı ilişki kurabilen bireylerin; duygusal güvenlik içinde oldukları, olayları, durumları gerektiği biçimde yorumlayabildikleri ve çevrelerindeki insanlar kadar kendileriyle de olumlu iletişim kurabildikleri bilinmektedir (Bilen, 2004).

Sağlıklı iletişimde bulunabilmek için kişilerin davranışsal ve duygusal tepkileri, düşünce ve inanç biçimleri ve olaylarla ilgili geliştirmiş oldukları bakışaçıları önemlidir. Gerçekçi iletişimde, bir olayla ilgili mesajın tam olarak amacına ulaşabilmesi için, kişinin paylaşılan olaya ilişkin tüm açılardan bir bakışaçısı geliştirmesi gerektiğine inanılır. Bu nedenle gerçekçi iletişimi benimsemiş bir kişinin amacı, kendi göreceli doğrusunu veya farklılığını çevresindekilere zorla kabul ettirmek değil, farklılıkları yakalamaktır. İletişim becerisi de olaylara farklı açılardan bakabilme esnekliğini gerektirmektedir. Olayı tek açıya bağlı kalarak açıklamak “açı sadakati” iletişim becerisini, iletişimsizlik becerisine dönüştürmektedir (Özer, 2000).

Bireyler gelişimleri boyunca, sürekli olarak çevrelerindeki diğer kişileri gözlemleyerek, nasıl olduklarını, nasıl algılandıklarını ve kendilerine nasıl davranıldığını incelerler. Bu incelemeler sırasındaki kişilerarası etkileşim aynı zamanda bir kişilerarası öğrenme olarak şekillenir. Yaşamın devam ettirilmesi ve çevre ile uyumlu olmak uygun davranış biçimlerini öğrenmeye bağlıdır. Erken

yaşlarda bu davranışlar anne-baba yardımı ile daha sonra da arkadaşlar, öğretmenler ve diğer önemli kişilerin etkisiyle öğrenilir, geliştirilir. Toplum tarafından genel olarak onay alan/kabul gören davranış normları bireylerin davranışlarının şekillenmesinde büyük önem taşır. Birey kendi algılarını diğer kişilerin algılarıyla karşılaştırırken, bunların kendisi için önemi olan diğer kişiler tarafından onaylanması ihtiyacını duyar. Bazı gelişim kuramlarına göre sosyal etkileşim, bireylerin gelişimleri ve kimlik oluşumlarında en önemli etkidir. Çünkü etkileşim sırasında bireyler kendileri hakkında birçok farklı özelliği de öğrenirler (Giffin & Patton, 1997; Akt: Erözkan, 2004).

İnsan topluluğu hangi bakış açısı ile incelenirse incelensin kişilerarası ilişkilerin çok önemli bir yer tuttuğu görülür. İnsan davranışlarının gelişimsel tarihini araştırmak veya tek bir bireyin gelişimini incelemek her zaman için kişilerarası ilişkilerle şekillenen insan varlığının değerlendirilmesini gerektirir. İnsanların her zaman üyeleri arasında güçlü ve kalıcı ilişkilerin bulunduğu gruplar halinde yaşadıkları yolunda inandırıcı veriler vardır. Kişilerarası davranış değişimsel anlamda belirgin bir biçimde uyuma yöneliktir. Güçlü, olumlu ve karşılıklı kişilerarası bağlar bulunmaksızın bireylerin yaşamlarını sürdürebilmeleri mümkün olamamaktadır (Berscheid, 1994; Akt:Erözkan, 2004).

Diğer kişilerin nasıl davrandıkları, onların algılayış biçimi hakkında çok önemli ipuçlarıdır. Başkalarının algılayış biçimi bireyin kendisi ile ilgili düşüncelerini biçimlendirerek kendisi için oluşturduğu benlik algısını etkiler. Benlik algısı ve kendilik değeri de karşılıklı olarak birbirini etkiler. Diğer kişilerle kurulan iletişim/etkileşim kendilik imajını etkiliyorsa, kendilik değeri de kaçınılmaz olarak etkilenecektir. İlişkilerde problem yaşandığı bir dönemde, kendini sorgulama ve yargılamaya yatkınlık söz konusu olmakta ve öz-güven daha kolaylıkla incinebilmektedir. İlişkilerin iyi olduğu bir dönemde ise bireylerin kendilerinden hoşnut olma düzeyleri daha yüksektir. Kişilerarası iletişim bireye benlik algısını, kendine verdiği değeri, kendine olan saygısını ve güvenini ölçme fırsatı verdiği için bireyin yaşamının çok önemli unsurlarından biri olma özelliği taşımaktadır (Giffin & Patton, 1997).

İnsan yaşamı gözden geçirildiğinde, kişilerarası ilişkilerin sıkıntılarda ve mutluluklarda çok büyük bir yer kapladığı görülmektedir. Sanata ve özellikle edebiyata konu olan ve günlük hayatımızı da önemli ölçüde etkileyen sevgi, ask, öfke duygusu, kayıp acısı, utanma ve intikam gibi duygular, diğer kişilerle olan ilişkilerimiz sonucunda uyanan duygulardır. İnsanların yaşamı kişilerarası ilişkiler üzerine kurulmuştur. Kişilerarası ilişkilerin egemenliğini sürdürdüğü bir dünyada da elbette sorunların birçoğunun kaynaklandığı ya da yuvalandığı yerler kişilerarası ilişkilerdir. Bu ilişkilerin belli bir düzen içinde gelişiminde eğitimin katkılarının olduğu, yapılan çalışmalarla da desteklenmektedir (<http://www.bilkent.edu.tr/dos/ogdm/b-kisilerarasiletisim.html>).

İletişim, düşünce ve görüşlerin sözlü olarak karşılıklı alışverişi ve kişinin kişilerarası ilişkilerinde diğerlerini ve kendisini anlaması süreci olarak tanımlanmaktadır. İletişim yazma ve konuşmanın yanında birçok değişik yolla yapılabilmektedir. Jest ve mimikler, vücut duruşu, göz ilişkisi gibi sözlü olamayan yollar ile de bir iletişim kurabilirler. (<http://para.unl/para/Communication.Intro.html>).

Kişilerarası ilişkiyi etkileyen önemli faktörlerden biri, bireylerin sosyal becerileridir. “Sosyal beceri” kavramı; kişilerarası beceri, kişilerarası yetenek, iletişim becerisi ve iletişim yeteneği gibi kavramlar ile ilişkilidir ve birçok araştırmacı bunları birbirinin yerine kullanmaktadır. Libet ve Lewinsohn’un (1973) tanımına bakılacak olursa: “Sosyal beceri, davranışın olumlu veya olumsuz ödüllendirilmesine yol açabilme ve ceza ile sonuçlanmasını önleme becerisidir”. Diğer bir ifadeyle kişinin iletişim sürecinde olumlu pekiştiricileri maksimum ve cezaları minimum düzeyde tutma becerisidir. Bununla birlikte, kişilerarası etkileşimlerden ayrı olarak var olabilse de; duygular, genellikle kişilerarası ilişkiler bağlamında ortaya çıkmaktadır. Başka bir deyişle, kişilerarası ilişkiler pek çok duyguyu ortaya çıkaran birincil faktördür (Wiseman, Metzl ve Barber, 2006).

Kişilerarası ilişki tarzlarındaki bireysel farklılıklar, bağlanma kuramının açıklamaya çalıştığı, temel olgulardır. Hem bağlanma kuramı hem de kişilerarası kuram açısından, kişilerarası tarzlardaki farklılıkların önemli kişilerce yaşanan farklılıkların önemli kişilerle yaşanan ilişkilerde daha belirgin şekilde ortaya çıkacağını beklenmektedir (Barthelemow, 1990).

Bugental (2000), Kişilerarası ilişkileri beş sosyal alan çerçevesinde tanımlar. Sözü edilen beş sosyal alan çerçevesi şu şekildedir. a) bağlanma b) hiyerarşik güç dağılımı c) bir araya geliş nedeni d) karşılıklılık e) romantik ilişki kurabilme eğilimi. Sıralanan sosyal alanlar düşünüldüğünde bireylerin kişilerarası ilişki kurabilmeleri sosyal, duygusal ve bilişsel etkenler içerdiği görülür.

Bireylerin kişilerarası ilişki tarzları incelendiğinde ihtiyaç ve duygusal eğilimleri fark edilebilir. Bu durum ilişkideki yakınlığa, karşılıklılığa göre değişebileceği gibi bireyler bilişsel durumlarına göre de değişim gösterirler. Ancak sağlıklı bireyler kişilerarası ilişki tarzlarını dengeleme eğilimindedirler (Neff ve Harter, 2002). Neff ve Harter'ın (2003) ergenlerin kişilerarası ilişki tarzları üzerine yaptıkları araştırmada, erkek ergenlerin, kız ergenlere oranla, kişilerarası ilişki tarzlarını dengelemekte zorlandıklarını, kendilerine dönük kararlar almayı tercih ettiklerine rastlanmıştır.

Bireyler farklı ilişkilerinde, farklı kişilerarası ilişki tarzları geliştirirler. İlişkilerin başlangıcında, bireyler bilinçsiz olarak birbirlerini tamamlayıcı kişilerarası ilişki tarzlarına bürünürler. Aksi bir durum gözleendiğinde ise bireylerin kişilerarası ilişki tarzları tamamlayıcı olmadığına çatışma durumu gözlenebilir. Her bireyin ilişkiye bakış açısı farklı olduğu gibi etkileşimi de farklı olacaktır, dolayısıyla bu durum bireylerin ilişki doyumunu etkileyecektir (Sadler, 2001).

Bireyin kişiliği ve kişilerarası ilişki tarzı ilişkilerinin niteliğini etkiler. Kişilerarası ilişkilerde var olan bağlanma, empati ve samimiyet, kişilerarası ilişki tarzlarında belirleyici faktörlerdendir (Bernard ve Goodyear, 1992; Carifia ve Hess, 1987). İlişkilerde kişilerin, farklı ilişki tarzlarına sahip olması ve birbirlerini tamamlamaması ilişkilerin sonlanmasının sebeplerindendir (Carsons, 1963; Kiesler, 1983).

Algılanan sosyal desteğin düşük olması, bireyin önceki ilişkilerindeki yetersizliğin göstergesidir, bu tür ilişki tarzına sahip bireyler, destekleyici girişimleri reddeder ve geçmişte karşılaşılan sosyal destek eğilimlerini yok sayarlar. Kişilerarası ilişkilerin olumsuz yönde ilerlemesi kurulabilecek kişilerarası ilişkilerde olumsuzluğa sebebiyet verir (Potts, 2007).

Sullivan'a (1953) göre, çocukluk döneminde karşılaşılan önemli gelişmeler, bireyin bu gününü de etkiler. Çocuğun karşılaştığı ebeveyn tutumları, önemli diğerleri ile kurduğu iletişim, sağlıklı kişilerarası ilişki tarzı geliştirmesinde, iş ve aile yaşamında mutlu bir birey olmasında etkili bir süreçtir.

Bireyin kişilerarası ilişki tarzı, farklı ilişkiler bağlamında farklı kişilerarası roller geliştirmesini sağlar. Böylece kişinin farklı kurallara uyum sağlama yeteneğini geliştirir (Potts, 2007).

1.2. KENDİNİ AÇMA

Kişilerarası ilişkilerin kurulması ve devam ettirilebilmesi, çeşitli iletişim becerilerinin kullanılmasına bağlıdır. Bu iletişim becerilerinden biri olan kendini açma, kişilerin daha doyurucu ilişkiler kurabilmesini sağlar. Kişilerarası iletişimde eylem boyutunda yer alan kendini açma, bir bireyin kendi duygu, düşünce ve gereksinimleriyle ilgili bildiklerini bir başka bireye sözel olarak aktardığı bir iletişim süreci olarak tanımlanmaktadır. Kendini açma kavramı, ilk kez Jourard tarafından, *The Transparent Self* (1964) adlı kitabında kullanılmıştır. Jourard'a göre kendini açma, bireyin kendi hakkındaki kişisel bilgiyi ortaya koyarak kendini başkalarına tanıtmaya sürecidir. Kendini açmanın sağlıklı bir kişiliğin kazanılmasının bir yolu olduğunu ileri sürdüğü teorisinde Jourard, kendisini en azından bir kişiye açmayanların kişisel gelişimleri için bir fırsatı göz ardı ettiklerini ve tanınmaktan kaçındıklarını ifade etmektedir.

Derlega ve Chaiken (1987), kendini açmayı, bir insanın kendisini başka insana bildirmesi süreci olarak tanımlar. Uygun kendini açma ile ilgili olarak Luft (1969) şu özellikler üzerinde durmaktadır. Sürüp giden ilişkinin bir fonksiyonu olması, karşılıklı olması, o anda olanlarla uygun olarak yapılması, kişiler arasında ve bireylerin kendi içlerinde o anda olan şeylerle ilgili olması, küçük ilerlemelerle artış göstermesi (Akt: Selçuk, 1989).

İlk defa Jourard tarafından kullanılan kendini açma kavramını, Johnson "bir bireyin kendi duygu, düşünce ve gereksinimleriyle ilgili bildiklerini bir başka bireye sözel olarak aktardığı bir iletişim süreci" şeklinde tanımlamaktadır (Akt: Selçuk, 1989). Derlega ve Chaiken ise kendini açmayı, bir kişinin diğer bir kişi tarafından tanınmasına izin verdiği önemli bir kişilerarası etkileşim süreci olarak ifade etmektedir (Akt: Kökdemir, 1995). Jourard, gizli ve kişisel bilginin karşılıklı paylaşılması olan kendini açmayı, ailede gelişen bir düşünce olduğunu ve ergenlik ve yetişkinlikteki ilişkilerin önemli bir parçası olarak ifade etmektedir. (Akt: Howe ve diğ., 2000).

Son çeyrek yüzyıl içerisinde kendini açma kavramı ile ilgili olarak yapılan bilimsel çalışmalarda ilk önceleri, kendini açma bir kişilik eğilimi olarak

görülyordu. Ancak daha sonraları kendini açmanın sosyal bir karşılıklı değişim yaşantısı olarak anlaşıldığı görülmektedir (Çakır, 1994). Egan'a göre (1975), kendini yüzeysel olarak açan (duygusal olarak derinlemesine açmayan) kimseler sevgiden yoksundurlar. Ancak kendini açma da asla bir amaç değildir.

Kendini açma konusunda farklı tanımlar yapılmış olmasına rağmen kendini açma teorisinin temelindeki isim ve araştırmalara öncülük eden hümanist psikolog Sidney Jourard (1971), kendini açmanın, psikolojik sağlığın sürdürülmesi için gerekli olduğunu belirtir ve kendini açma davranışını aşağıdaki şekilde tanımlar:

“Kendini açma bireyin özel dünyasının diğerine sunulmasıdır. Sen benim hakkımdaki bilgiyi sadece ben izin veririm ve ben bilmeni istersem bilebilirsin. Beni yanlış anlamam senin hatandır. Benimle kurduğun iletişimin anlamını bulabilirim. Benim kendimi anlatmamı istiyorsan benim iyiliğime çalıştığını veya benim zararına olmadığını ispatla...” (Jourard, 1964).

Peter ve Schouten (2005), kendini açma kavramını “kişisel bilgileri başkalarına açıklama davranışı” olarak tanımlarken; Bonebrake (2002), kendini açma davranışının, ilişkilerin başlangıç dönemlerinde kullanılması ile ilişkideki samimiyeti ve yakınlığı arttıracığını vurgulamıştır.

Kendini açma, dilin belli etmeden ortaya koyduğu durumlar kadar açıktan açığa kendiniz hakkındaki durumları ifade etmek ve sözel olmayan, farkında olmadan gerçekleşen hareketler, yazılı veya genel paylaşımlar olarak sınıflandırılabilir. Ayrıca diğerlerine gösterilen duygusal tepki ifadelerini de içerir (Devito, 1995). Kendini açma sürecinde, bireyler, doğrudan duygu ve düşünceleri hakkında konuşmadan, sözsüz mesajlar ile beden hareketleri ve mimikler ile kendileri hakkındaki bilgiyi anlatmada birçok kanala sahiptirler (Patterson, 1990).

Sözel ifadelerin yanı sıra sözsüz iletişimin de önemli olduğunu vurgulamaktadır: “Ben kendimi çeşitli yollarla açarım; kelimelerde hareketlerimle, jestlerimle yüz ifadelerimle (mimiklerimle), benim ihmallerimle, tüm bu yapılan şeyler benim amaçlarımı, hislerimi ve tutumlarımı, benim inançlarımı geçmişteki hatıralarımı açığa vurur” (Jourard, 1971).

Jourard (1958), kendini açmayı, hiçbir şey açığa vurmama, genel olarak açığa vurma, aşırı derecede açığa vurma olarak üç seviyede ölçmüştür. Kendini hiç açmayanlar, kişilerarası izlenimlere en az imkân verenlerdir. Bu durum, uyumsuz sosyal davranış olasılığını artırmakta, ilişkileri zor ve sorunlu hale getirmektedir. Aşırı derecede kendini açanlar ise, karşıdaki kişide rahatsız edici duygular oluşturmaktadır (Akt: Kunkle ve Gerrity, 1997).

Johnson (1972), kendini açma kavramını “bir bireyin kendi duygu, düşünce ve gereksinimleri ile ilgili bildiklerini bir başka bireye sözel olarak aktardığı bir iletişim süreci” şeklinde tanımlamıştır.

Rogers, kendini açma davranışını, içi dışı bir olma durumuna bağlı olarak tanımlamakta ve “kendini açma, kişinin kendini ortaya koyduğu sözel ifadelerdir” olduğunu söylemektedir. (Faubert, 1996). Gelişen ilişkilerde, kendini açmanın doğasını inceleyen Wheelless (1978), kendini açmayı bireyin diğer bireylerle iletişiminde verdiği kişisel mesaj olarak kavramlaştırmaktadır.

Adams ve Lez, uygun düzeyde kendini açmayı etkin olmak, düşük düzeyde kendini açmayı edilgen olmak, yüksek düzeyde kendini açmayı saldırgan olmak şeklinde açıklamaktadırlar. Düşük düzeyde kendini açan bireylerin edilgen oldukları ve dolaylı olarak saldırgan davranışlarda bulduklarını; yüksek düzeyde kendini açanların ise, doğrudan saldırgan davranışlarda bulduklarını ifade etmektedirler (Akt: Demirhan, 2002).

Kendini açma, güven ve sevgi tavrına sahip olmak olarak tanımlanmıştır (Jounard, 1971). Cozby (1973) ise, kendini açmayı, bir kişinin diğerine açtığı kendine dair herhangi bir bilgi olarak tanımlamış ve kendini açmanın karşılıklılık gerektirdiğini belirtmiştir. İletişim konusunda çalışmaları bulunan Wheelless ve Grotz (1976) kendini açmayı, “kişinin diğeri ile iletişim kurarken kendi hakkında herhangi mesajı” olarak tekrar kavramlaştırmıştır ve kendini açmanın beş boyutunu belirlemiştir: dürüstlük-kesinlik, olumluluk-olumsuzluk, miktar, bilinç niyeti ve samimiyetin kontrolü. Ayrıca, Wheelless kendini açmanın güven ve beraberlik ile bağlantılı olduğunu belirtmiştir (Wheelless, 1976; Wheelless ve Grotz, 1977).

Bireyler, her şeyin hızla değiştiği dünyada, doğa ile etkileşimlerini sürdürürken aynı zamanda duyuşsal, sosyal ve fizyolojik gereksinimlerini gidermek zorundadır. Bu gereksinim, bireylerin davranışlarının temelini oluşturmaktadır. Bireyler duyuşsal, sosyal ve fizyolojik gereksinimlerini karşılarken doğal olarak başkalarıyla etkileşim halindedirler. Bu etkileşim yaşamı zenginleştirebilen ya da fakirleştirebilen sihirli bir olay olarak görülmektedir (Yüksel, 1997). Sağlıklı bir toplumsal çevrenin kurulabilmesi, sağlıklı insan ilişkileri ile mümkün olmaktadır. Sağlıklı ilişkilerin kurulabilmesi ise, insanların birbirlerinin mesajlarını doğru olarak alıp yorumlamalarıyla mümkün olmaktadır. Ne var ki çeşitli iletişim engelleri, gönderilerin doğru alınıp uygun tepkilerin verilmesini engellemektedir. İletişim engellerinin bir kısmı çevresel koşullardan kaynaklanırken, önemli bir bölümü de bireylerin kişilik özelliklerinden kaynaklanmaktadır. İnsan ancak ilişkileri içinde var olabilen bir yaratık olduğundan dolayı, insanların düşünebilme, düşündüğünü karşısındakine anlatabilme yeteneği, toplumsal yaşamın temelini oluşturur. İnsanoğlunun düşünce ve duygu alışverişini kısıtlamak ya da genişletmek onun yaşam biçimini değiştirir (Cüceloğlu, 2000).

Her insan, kendini anlatmada ve başkalarıyla iletişimde yeterli olmak ister. İnsan, gerekli anlatım yollarını ve araçlarını kullanarak tek başına da kendini ifade edebilir. Ama asıl anlamda anlatım, başkalarına iletilebilendir. Bu yüzden insan, duygularını, düşüncelerini çevresinde ilişki kurduğu insanlara iletmek ister. Ayrıca insan, ilişki kurduğu insanların duygularını, düşüncelerini de anlamak ister (Yüksel, 1997). İnsanın çevresiyle iletişim kurma ve bu iletişimi devam ettirme çabası içerisinde olduğu görülmektedir. Sosyal ilişkiler kurarak insan çevresiyle etkileşim içinde bulunur. Bu etkileşim sürecinde sağlıklı ilişkiler kurabilmek ancak yeterli sosyal becerileri kazanmakla gerçekleşebilir. İnsanın duygu ve düşüncelerini anlatması ve karşısındaki kişinin bunları doğru anlayabilmesi için uygun anlatma yöntemini kullanması gerekir. Kullanılan yöntem, kendini ifade etmede yeterli olması kadar, iletilenin, karşıdaki insan üzerinde bırakacağı izlenimler açısından da önemi büyüktür. Çünkü bu durum, olumlu bir tepki gelecekse bunu kolaylaştırır, olumsuz bir tepki gelecekse de bu tepkinin kabul edilebilir ölçüde gerçekleşmesini sağlar (Deniz, 2002). İnsanlar arası ilişkilerdeki bu durum, bireylerin kendini açma davranışları üzerinde etkilidir. Bireyler alacakları tepkilere göre, karşıdaki insanlara

açılmakta ya da açılmamaktadır. İki birey arasında gerçekleşen bir iletişimde, bireylerin birbirlerine kendilerini açıp açmamaları onların, yakın kişilerarası ilişki geliştirip geliştiremeyeceğini de etkileyebilmektedir (Çakır, 1994).

Jourard'a (1964) göre, sosyal ve kültürel faktörler bireyin kendini açma özelliklerinin belirlenmesinde etkili olabilmektedir. Toplum, insanları hayatın ilk yıllarından itibaren olduğu gibi değil de olması gerektiği gibi davranmaya ve gerçek benliklerini yaşamamaya itmektedir. Bu yüzden, çocuklar, büyüdükçe başkalarına sansürden geçirilmiş bir benlik göstermeye başlamaktadır. Böyle bir durum ise, onların açık, içten ve saydam olmamalarına yol açmaktadır.

Egan'a (1970) göre davranış bilimcileri, kendini açma konusunu üç ayrı kategoriye ayırmışlardır. Bunlar:

1. İnsan ilişkileri eğitimi programında karşılıklı olarak kendini açma,
2. Günlük yaşamda kendini açma,
3. Hem danışanın hem de danışmanın, bireysel veya grupla danışma ve psikoterapide kendini açması (Akt: Avşaroğlu, 1999).

Noller ve Bagi, akıl sağlığı ve içsel ilişkiler alanındaki çalışmalarda samimi bir şekilde kendini açmanın değerinin vurgulandığını belirtmektedir (Akt: Gültekin, 2001). Bir insan herhangi bir problemini ifade etmedikçe problemin çözümüne yönelik bir şey yapmak mümkün değildir. Bizler, her gün pek çok duygumuzu, düşüncemizi, birçok insanla paylaşıyoruz. Bu paylaşımlarda, kendini açma davranışı, yaşa, cinsiyete veya içinde bulunulan kültüre göre açılan kişiler ve açılma konuları açısından farklılaşabilmektedir (Gültekin, 2001).

Kişinin kendini bir başkasına açmasını sağlayan temel iletişim türü, kişilerarası iletişimidir. Aksi takdirde, birey, iletişimin birinci aşamasında kalır. Kendi iç dünyasında, kendi ile iletişimi sağlıklı olan bireyin, kişilerarası iletişimde daha etkili olacağı ifade edilebilir. Açıkoz'e (2005) göre birey kişilerarası iletişim ile benliğini diğerlerine açıp onları aynası olarak görür. Birey olarak bizler, kendimizi diğerlerinin benliklerinde gerçekleştirdiğimiz gibi, aynı zamanda, onların benliklerinde kendi kişiliğimizi ve kimliğimizin kontrolünü de yaparız.

Yukarıda tanımlandığı gibi kendini açma, kişinin kendisi hakkındaki kişisel bilgileri, duygu ve düşünceleri diğer kişiye söylemesini içeren bir süreç olarak adlandırılır. Jourard (1971), bireylerin fizyolojik ve ruhsal sağlığının devamı ve başarılı ilişkilerin geliştirilmesi için yeterli kendini açmanın gerçekleşmesi ve kısıtlayıcı maskelerden sıyrılmanın gerekliliğine inanmaktadır. Böylece birey kendisini açmakla düşünce ve duygularını geçerli kılabılır, çevresindeki dünyaya uyum sağlama sürecini anlayabilir. Jourard'a (1964) göre kendini açma sürecinde, gönüllülük önemlidir. Buna göre: "Bireyin kendisini bilebilmemiz için ilk olarak kendisinin razı olması, bize söylemeyi kendisinin istemesi gerekir. Eğer kendisi hakkında bize bir şey söylemek istemiyorsa onu korkutabilir, kandırabilir, derin psikanalitik analizlerde bulunabiliriz. Fakat bireyin bilinmeyi istememesi durumunda biz kesinlikle bilemeyiz. Bizim bireyin kendisi hakkında tahminlerimizin doğru olup olmadığını kişi doğru diyene kadar bilemeyiz. Ayrıca onun söylediği anlamın kesin olup olmadığını da bilemeyiz. Birey kendisi hakkındaki bilgiyi diğerine söyleyecek. Ben bu anahtara kendini açma diyorum. Bu sayede ben diğerlerinin beni bilmelerine izin veririm. Bilinmesini istediğim kadar onlar beni bilebilirler. Gerçekte kendimi açtığımın dışındaki kendi benliğimi bilemeyeceğimden kuşku duymaya başladım. Doğru zamanda diğer bireye gerçek benliğimi açmam sayesinde benliğimi tanıyabilirim."

Kişilerarası ilişkilerin ayrılmaz bir parçası olan kendini açma, bireylerin diğer insanlara kendilerini anlattıkları bir süreçtir. Her türlü kişilerarası iletişimde, iş arkadaşlığından, aşk ilişkisine kadar kendini açma önemli bir rol oynar. İnsanlar arkadaşlarına ve eşlerine, doktorlarına, kuaförlerine ve avukatlarına kendilerini açarlar. Bireylerin ilişkileri açısından kendini açmanın önemi, her zaman belirli değildir. Bazen insanlar, kişisel problemlerini gerçekten etkili olabilecek profesyonellere anlatırken; bazen evlilikte eşler arasında olduğu gibi günlük sorunların anlatılması, bir ritüel halini alabilir (Tardy ve Dindia, 1997). Kendini açma bireyler arasında yakın ilişkilerin gelişmesinde temel rol oynar. Yani kendini açma aracılığıyla kişi diğerini bilir, bir kesit bilginin ötesinde kendini açmanın içeriği, birisine doğru olarak bir şeyler söylediğinde kendisi hakkındaki kişisel bilgiyi iletir. Bu, açılan bilgiye karşılık uygun tepkinin verileceğine ve bu bilginin iki kişi arasında saklanacağına olan güvenin göstergesidir (Tong, 1998).

Miller ve Knapp'a (1998) göre kendini açma terimi, kişisel durumu, mizacı, geçmişteki olayları ve gelecekle ilgili planları içeren, bireyin kendisiyle ilgili bilgiyi paylaşması (değişmesi) olarak tanımlanmaktadır.

Özel bir konuda kendini açma davranışı ile karşılaştığı zaman, açılan kişi açılana kendini daha yakın hisseder. Açılan kişi alıcıya güvendiğini ve alıcının tepkisine değer verdiğini göstermiş olur (Tong, 1998). Kendini açma diğerlerine rahatlıkla paylaşabilecek sıradan bilgileri içerebileceği gibi en derin sırları da içerebilir. En azından başka bir kişinin varlığını gerekli kılar. Bundan dolayı kişi içi iletişim olamaz. Kendini açmanın özelliği olarak bilginin öteki tarafından alınması ve anlaşılması gerekmektedir. Bilindiği üzere, kendini açma, önemsiz olandan (örneğin, oğlak burcunda olduğunu söylemek vb.) daha derin ve önemli kişisel bilgilere kadar (ben her zaman depresyondayım vb.) dağılım göstermektedir (Devito, 1995). Önemli konuların açılması demek, kişinin bunun bilinmesinin güvenli olduğuna ve getirilerinin hayati değerinin olduğuna inanması demektir. Birey, otantik oluşunun bilinmesinden dolayı kaybedeceklerinin hayati değerinin olduğunu hissederse, kendi oluşuyla bilinmek istemez, otantik olamaz (Jourard, 1971).

Kendini uygun bir şekilde açmanın tanımlamasını yapmak zordur. Çünkü değişik toplumlarda ve mekânlarda uygunluk ölçütü farklılık göstermektedir. Her toplumdaki sosyal norm ve beklentiler, uygun kendini açmanın niteliklerini belirlemede kullanılabilir (Selçuk, 1989).

Kendini açma, kişinin düşüncelerini, duygularını veya geçmiş deneyimlerini, istekli bir şekilde açığa vurması olarak da ifade edilebilir ve samimi kendini açma kişinin hayatında önemli etkiye sahiptir (Tong, 1998). Kendini açma kararı, kişinin diğerleri ile olan ilişkilerini etkilediği gibi kişinin kendi iyilik halini- mutluluğunu da olumlu yönde etkiler (Derlega ve Berg, 1987; Jourard, 1964).

Kendini açma, kişileearası süreçte önemli bir değişkendir. Birçok kültürde veya birey için arkadaş seçiminde önde gelen ölçütlerden birisi de bireyin konuşkan olması, kendinden bahsetmesi ve etkin bir dinleyici olmasıdır. Yaş, cinsiyet, meslek, eğitim, statü, güç, kabiliyet, güzellik gibi kişisel özellikler de kişilerarası ilişkilerde

etkin olmaya katkıda bulunabilir. Bireyin konuşması veya konuşmaması hakkında ne söylenebilir, derin yaşantıların bütünüyle açıklanması veya alıkonulması nasıldır? (Tong, 1998). Bu soruların her birinin cevabı, kişilerarası ilişkilerin yapısının anlaşılması ve sergilenmesinde yardımcı olabilir.

Jourard (1964), “açık (transparent)” ve “şeffaf olmayan (opaque)” insanlar arasındaki farklılığı vurgulamıştır. Bazı insanlar, kendi derin düşünce ve duygularının diğerleri tarafından bilinmesine izin verirlerken; bazıları, içlerinde ne olduğunun öğrenilmemesi için kendilerini gizlerler. Birçok insanın duygusal rahatlığı ve farklı konularda farkındalığı aynı olmadığından, bütün konularda eşit düzeyde açık değillerdir. Kendilerine daha güvenilir gelenlere açıkça konuşabilir; fakat kendilerini tehlikeye sokacak veya endişelendirecek kişilere daha ihtiyatlı konuşurlar. Benzer şekilde, insanlar, bütün insanlara karşı eşit düzeyde dürüst değildir. Kendilerini açma seviyeleri alıcının arkadaş, aile, iş ilişkisi veya bütünüyle yabancı olmasına bağlı olarak değişebilir (Tong, 1998). Ayrıca kurulan iletişimin kimin ile kurulduğunun önemi kadar, bu süreçte kendini açma ve iletişim becerileri arasındaki pozitif ilişki, kültürler arası iletişim çalışmalarında doğrulanmıştır (Rubin, 1975; Spitzberg, 1989).

Kişiler, başkaları ile iletişim kurmaya istekli olduklarında, kendilerinin ve başkalarının farkında olabilirler (Bowman, 2008; Pearce ve Sharp, 1973). Birçok kişi, özelini bir başkası ile paylaştığında, olumsuz sonuçlar doğuracağı inancındadır (Bowman, 2008; Miller ve Steinberg, 1975; Parks, 1982). Kadın ve erkek arasındaki farklılıklara bakıldığında, erkeklerin aynı cins arkadaşlıklarında kendilerini açmadıklarına ve kişisel bilgilerini, üzüntü ve korkularını paylaşmaktan kaçındıklarına rastlanmıştır (Allen ve Hacoun, 1976; Bowman, 2008; Davidson ve Duberman, 1982; Rubin, 1983). Kadınların kendini açma süreçleri incelendiğinde ise, aynı cins arkadaşlarıyla rahatlıkla her konuda açıldıkları görülmüştür (Bowman, 2008; Dindia ve Allen, 1992).

Kendini açma sürecinin, zihinsel ve fiziksel sağlık için büyük yararları vardır (Agne, Thompson ve Cusello, 2000). HIV pozitif hastaları ile yapılan araştırma, bu hastaların durumlarını güvendikleri biri ile paylaştıklarında sağlıklarında olumluya gidiş ve durumlarını kabullenme gözlenmiştir. Pervus ve Erwin (2004)’de yaptıkları

çalışmayla, post travmatik stres bozukluğu ve kendini açma arasındaki ilişki incelendiğinde, kadınların erkeklere oranla daha fazla duygusal olarak kendilerini açtıkları; dolayısıyla durumlara daha pozitif bakabildiklerine rastlanmıştır.

Pennebaker (1997), bireyler kişisel bilgilerini bir başkası ile paylaştıklarında psikolojik ve sosyal dünyaları değişir. Psikolojik yönden incelendiğinde, kendini açma sürecinin, bireyin kendini tanımasına ve anlamasını sağlarken, düşündüklerini yaşamında etkin kullanmasını etkilediğine rastlanmıştır. Sosyal yönden incelendiğinde ise, kişilerarası ilişkilerde karşılıklı güven ilişkisi kurulmasını hızlandırır.

Kendini açma sürecinin riskli tarafları olsa da, olumlu yanları riskli taraflarını göze alabilecek kadar çoktur. Bireyler başkaları ile ne paylaşacaklarına ve ne paylaşmayacaklarına karar vermelidirler. Bireyi diğerlerinden farklı ve önemli hissettiren, gizliliğinin olmasıdır. Bireyin özelindeki bu gizlilik olumlu kişilik geliştirmesinde etkindir. Kendini açmanın riskleri incelendiğinde, doğru olmayan kişiler ile özel bilgilerin paylaşılması, yanlış zaman tercih edilmesi, konunun açıklanmasındaki ifade yanlışlıkları, açılan kişinin olumsuz tavrı olarak sıralanabilir (Petronio, 2002). Bireyler, toplumda sosyal redde maruz kalmamak için kendilerini açarlar, ancak sıralanan olumsuzlukları yaşadıklarından yalnızlaşırlar (Wegner ve Lane, 1995; Wolcott, 2008). Kendini açma sürecinde yaşanan olumsuzluklar ile birey utanma duygusu hissederken, içe yönelme gözlenir (Farber, 2006).

Bireylerin gizli yanları arttıkça, kendilerine zarar vermeye başlarlar. Kendini açmamayı tercih eden birey, kendi içinde veya diğer kişilerle sıkıntı yaşıyordur (Wolcott, 2008). Derlega ve Chaikin (1975)'de yaptıkları çalışmada, kendini açmamayı tercih eden bireylerin, obsesyonel durumları sık yaşadıklarına rastlanmıştır. Wagner ve Lane (1995)'de yaptıkları çalışmada ise, kendini açmamanın anksiyete bozukluklarına ve depresyona yol açtığına rastlanmıştır.

Kendini açmanın yaşama kattığı olumlu taraflarına bakıldığında Derlega ve Chaikin (1975), kendini açan bireylerin algılanan sosyal destek ve özsaygı düzeylerinin, kendini açmayan bireylerden daha yüksek olduğuna rastlanmıştır. Petronio'ya (2002) göre ise, kendini açma davranışı ile birlikte sosyal kontrolde artış

görüldüğünü, bireyin düşündüklerinin onaylanması ile birlikte yakın ilişkilerin kurulabildiğini vurgular. Birey kendini açma sürecinde diğerleri ile iletişim süreci geliştirirken, yaşam ve kendisi ile bağ kurar (Pennebaker, 1997).

Üniversite öğrencilerinin arkadaş gruplarına bakıldığında, gruplarda lider veya liderler olduğu gözlenir. Bu liderlerin kendine has, benzersiz tarzları vardır. Grup içerisindeki liderler, kişilerarası ilişkilerinde çevrelerine güçlü mesajlar hissettirirler. Bu liderlerin etkisini ve başarısını anlayabilmek için kişilerarası ilişki tarzını çözmek gerekir (Patterson, 1990).

Kendini açma güven ve sevgi hissedilerek, özel bilgilerin paylaşımı olarak tanımlanır (Jourard, 1971). Egan (1970), kendini açma kavramını iki yönde incelemektedir. Bunlardan birincisini, geçmiş türü veya sahte kendini açma olarak nitelendirmektedir. Bu tür kendini açmada birey, geçmişte olup bitmiş yaşantılarla ilgili olarak kendini açmakta, orada ve o zaman ele alınmaktadır. İkincisini, hikâye türü kendini açma olarak nitelendirmektedir. Bu tür kendini açmada birey, içinde bulunulan zaman dilimindeki duygu ve düşüncelerle kendini açmakta, şimdi ve burada ele alınmaktadır. Geçmiş türü kendini açmada, yüzeysel ilişki kurulurken; hikâye türü kendini açmada, yakın ilişki kurulmaktadır. Egan, geçmiş türünde kendini açmayı “sahte kendini açma” olarak nitelendirmektedir. Kelley ve arkadaşları (1983) ise, “sahte kendini açma” yerine, “sözde kendini açma” kavramını kullanmaktadırlar. Bu tür kendini açma sürecinde, bireyler geçmiş bazı olaylardan bahsetmekte ve konuları entelektüel düzeyde ele almaktadırlar (Akt: Selçuk, 1989).

Kendini gelişigüzel açmanın daha ileri bir aşaması ise teşhirciliktir. Kendini açma, bireylerin kendileri hakkındaki sırlarını, özel durumlarını, her karşılaştıkları kişiye anlatmaları anlamına gelmemektedir (Derlega ve Chaikin, 1975). Diğer bir deyişle kendini açma bireylerin kendilerini sözel olarak teşhir etmeleri değildir. Çünkü kendini teşhir, psiko-patolojik bir nitelik olduğu halde; kendini açma, sağlıklı bir kişiliğin yansıması olarak görülmektedir. Kendini açan kişi, zamana ve yere bağlı olarak kendisiyle ilgili uygun gördüğü kişilere aktarmaktadır. Kendini teşhir eden kimse ise, uygunsuz bir şekilde tüm sırlarını, özel düşüncelerini hiç çekinmeden her yerde ve her zaman anlatabilmektedir. Oysa bireylerin kendi

içlerindeki bütünlüğü korumak için bazı mahrem özelliklerini saklamaları gerekmektedir. Bunun için bireylerin kendilerini açarken sorumluluk taşımaları lüzumu ortaya çıkmaktadır. Kampler (1987), bu konuyla ilgili olarak bireylere neyi, ne zaman, kime açacaklarını önceden düşünmelerini önermektedir. Ancak önceden planlayarak konuşmak, kişilerarası ilişkilerde içten olmayı güçleştirebilir (Selçuk, 1989).

Çocuklar, kendilerini ve başkalarını tanımak için kendilerini açarken; yetişkinler, kişilerarası ilişkilerini güçlendirmek ve sosyal destek almak için kendilerini açarlar (Howe ve diğ., 2000). Cüceloğlu (2000), kişide, kendini açma davranışının çocukluk yıllarında kendisini ifade ettiği durumlarda, anne-babasından aldığı tepkiler doğrultusunda şekillendiğini belirtmiştir. Duygu ve düşüncelerini doğal olarak ifade ettiği zaman, anne-babası tarafından engellenen çocuk, ileride kendi iç dünyasını tanımayan, duygu ve düşüncelerinden emin olmayan bir yetişkin olarak karşımıza çıkar. Öte yandan, çocuklukta, kendini rahatça ifade edebilmiş kişiler, yetişkin hayatta insan ilişkilerinde başarılı, kendine güvenli, dışa dönük bireyler olarak topluma katılır.

Altman ve Taylor (1973), kendini açmanın karşılıklılığından söz etmiştir. Tek bir karşılaşma süreci için, tesadüfen karşılaşan iki insanın arasında gerçekten kendini açmanın karşılığının, bir ilişki kurmak için, bir araya gelen iki insanın arasındakinden daha fazla olacağını belirtmiştir. Buna karşın Derlega, Wilson ve Chaikin (1976)'da, kendini açmanın karşılıklı olmasının, süre gelen arkadaşlık ilişkilerinin daha da gelişip büyümesinde kritik bir önemi olduğunu vurgulamıştır (Akt: Ekebaş, 1994).

Duygu ve düşüncelerini süzgeçten geçirmeden dile getirebilen çocuk, nasıl oluyor da büyüyünce duygu ve düşüncelerini denetlendikten sonra değiştirerek dile getiren birine dönüşüyor? Bunun yanıtı çocuğun büyürken aldığı terbiye, yetiştiriliş biçimi ve çevrenin baskısı olabilir. Kendini açan kişi, zaman ve mekâna göre kendisi ile ilgili uygun gördüğü bilgileri, yine uygun gördüğü kişilere aktarmaktadır. Kendini uygun biçimde açma, ilişkinin yakınlığı ile ilgilidir ayrıca uygun zamanlama ve kişilerarasındaki o andaki konu ile ilişkilidir. Kendini açma, bireyin

kişiliğinden etkilendiği kadar karşısındaki duyulan güvenden de etkilenmektedir (Beydoğan, 1994).

Kendini açma incelendiğinde, paylaşılan bilginin, ilişki kurulan kişinin samimiyet düzeyine ve dinleme isteğine göre değişir. Kendini açma bireysel farklılıkları içerdiği gibi, karşılıklılık ve sosyal normlara göre de farklılaşır. Ayrıca, kendini açma süreci farklı değişkenleri açıklamak için de kullanılabilir ve psikoterapi sürecinde, danışanın ve terapistin uygun zamanlama ile kendini açması önemlidir (Watkins, 1990).

Kendini açma kavramı değişik şekillerde tanımlanır ve bu tanımların ortak öğeleri içerdiği, dikkati çekmektedir. Tanımlar çerçevesinde sözel mesajlar, kişiye özel kişisel bilgi, kişisel olarak doğru bilgi, niyetli olarak paylaşma isteği kendini açmanın ortak öğeleri olarak görülmektedir. Aynı zamanda, kendini açmanın kişilerarası ilişkilerin gelişimindeki rolünü açıklamaya yönelik kuramlar bulunmaktadır. Kendini açıklamaya yönelik bu kuramlar şu şekilde sıralanır:

1.2.1. Sosyal Etkileşim Kuramı

Hinde'nin (1979) kişilerarası ilişkiler görüşüne göre, ilişkiler davranışlar dizisi olmayıp etkileşimler dizisidir. Başka bir deyişle, bu görüşün odak noktası bireyler değil, bireylerin birbirleri üzerindeki etkileri ve birbirinden etkilenmeleridir. Bu nedenle ilişkiler, onları meydana getiren kişilerin etkileşimlerinden doğarlar (Akt: Hortaçsu, 2003).

Bu kurama göre, kendini açmanın beklendik ve beklenmedik muhtemel etkileri olabilmektedir. Kendini açma ve ilişki gelişimi arasında karşılıklı dönüşümlü bir bağ vardır. Kendini açma iletileri, iletilere anlam verilmesini, iletilerin ışığında değişen ilişkideki kuralların anlaşılmasını, algılanmasını ve beklentiler çerçevesinde ele alınmasını gerektirmektedir. Dolayısıyla kendini açma bir ilişkinin yönünü, tanımını, yoğunluğunu veya doğasını etkilediği gibi ilişkinin doğası da kendini açmanın anlamını ve sonuçlarını etkilemektedir (Fisher, 1987; Hartley, 1999).

Aynı zamanda kendini açma, bireyler arasında kişisel bilgilerin karşılıklı olarak ifade edilmesini içermektedir. Kendini açma karmaşık bir süreçtir. Kendini açma sonucunda, bireylerin karşılıklı olarak anlaşıldıklarını hissetmeleri, değer görmeleri yakın ilişkilerde sağlanan en büyük ödüllerden birisi olmaktadır. Ancak kendini açma, reddetme, duyarsızlık riskini de beraberinde getirmektedir (Dizmen, 2006).

Kendini açma, gizliliği koruma ihtiyacını da beraberinde getirmektedir. İnsanların dengede tutmaları gereken iki tür ihtiyaçları vardır. Bireyler, kişisel bilgiyi açmaya karar verdikleri zaman oluşabilecek istismar edilme, kabul edilmeme, anlaşılmama riskleri karşısında bilginin korunması ihtiyacını hissetmektedirler (Hartley, 1999).

Bu kurama göre, kendini açmanın umulan ve umulmayan olası sonuçları olabilir. Kendini açma ve ilişki gelişimi arasında karşılıklı bir bağ vardır. Kendini açma iletileri, iletilere anlam verilmesini, iletilerin ışığında değişen ilişkideki kuralların anlaşılmasını algılanmasını ve beklentiler çerçevesinde ele alınmasını gerektirmektedir (Demirhan, 2002).

2.2. Sosyal Etki Kuramı

Altman ve Taylor (1973) tarafından geliştirilen Sosyal Nüfuz Kuramı'na göre kendini açma davranışı, kişilerarası ilişkilerin oluşumunda ve gelişmesinde önemli bir yere sahiptir. Kurama göre, kendini açmanın başlıca anlamı, ilişkilerin sistemli olarak, yüzeysel tanışık ilişkilerden yakın ilişkilere doğru gelişmesini sağlamasıdır. Kişilik, çekirdeği saran katmanların diğer katmanlar tarafından, bu katmanların da diğerleri tarafından sarıldığı bir soğana benzetilmektedir. Bu katmanlar, kişiye özel oluş derecesine göre genel, yarı özel ve özel olmak üzere üç düzeye ayrılmaktadır. En dıştaki katman, kişiye ait diğer insanlar tarafından görülebilen genel bilgileri içermektedir. Kendini açma ise, diğer insanların kişinin diğerlerinden saklı en iç katmanını keşfetmesi anlamına gelmektedir. Kişilerarası iletişim, paylaşılan konulara bağlı olarak genişlik ve derinlik olmak üzere iki boyutta ele alınmaktadır. Konuların genişliği, konuşulan konuların çeşitliliğini; derinliği ise, konuların kişiselliğini, özel oluş derecesini içermektedir. Kendini

açma, genel konulardan özel konulara, dıştan içe, genişliğine ve derinliğine doğru karşılıklı olarak artmaktadır. Kişilerarasında oluşan karşılıklı kendini açma davranışının genişlik ve derinlik boyutları, gelişmekte olan yakınlığın bir ölçümüdür.

Özel ve kişisel konularda kendilerini açan kişiler, diğerleri tarafından arkadaşça ve dostça algılanmaktadır. Kendi hakkında özel bilgileri diğerleriyle paylaşan kimseler, kendilerini karşısındakilere açmayanlara oranla çevreleri üzerinde daha olumlu ve güvenilir izlenim yaratmaktadır (Aker, 1996).

Kişilerarası ilişkilerde, kendini açma, geniş olduğu zaman derin olmaktadır. Buna karşıt olarak kendini açma, dar olduğu zaman yüzeysel bir ilişki ortaya çıkmaktadır. Kendini açmanın derinliği arttıkça konuşmanın içeriğinde değişim olmaktadır. Yüzeysel bir kendini açma söz konusu olduğunda, konuşmalar da yüzeysel ve genel olmaktadır. Kendini açmanın derin olduğu durumlarda ise, bireyler çok yakın ilişki kurmaktadır (Selçuk, 1989).

Altman'a (1973) göre gizlilik, kendini açma derecesini düzenleyerek sosyal etkileşimi dengelemektedir. Gizliliği, kendini açma ve saklamaya ilişkin kişisel sınır üzerinde seçici kontrol içeren dinamik bir süreç olarak tanımlamaktadır.

Kişiyi özel bilgi alışverişi, iki taraf için de bir ödül niteliği taşır. Bilgiyi veren, içini döküp kendini anlatarak ödül alırken; dinleyen de bu özel bilgilerin alıcısı olarak kendini güvenilir bulur ve böylece ödüllendirilmiş olur. İlişkiler olumlu yönde geliştikçe, kişiler kendileri ile ilgili daha fazla ve daha özel bilgiler verirler. Bu kuramın bir başka varsayımı da kişilerin her karşılaşmadan sonra son karşılaşmadan elde ettikleri çıktılarla önceki karşılaşmalardan birikmiş olan toplam çıktıları değerlendirerek ilişkilerin gelişme yönü (olumlu-olumsuz) ve hızına (yavaş-hızlı) göre ileriye dönük kararlar aldıklarıdır (Hortaçsu, 2003).

Sosyal Etkileşim Kuramı ve Sosyal Etki Kuramı, kendini açmanın kişilerarası ilişkilerin gelişimdeki rolünü tanımlamada çerçeve sunmaktadır. Bu iki kuramda, kendini açmanın karşılıklı olması, yakın ilişki gelişiminde ödül sağlanması ve sorumluluk ilişkisi konularında birleştiği görülmektedir. Ayrıca bu iki kuram,

kendini açmanın kişilerarası ilişkilerin gelişimindeki rolünü tanımlamada bir çerçeve sunmaktadır.

1.2.3. Bağlantısal Diyalekt / İletişimsel Başarı Kuramı

Bağlantısal diyalekt/iletişimsel başarı kuramı, ilişkilerin karşıt ve zıt görüşleri içerdiğini belirtmektedir. Buradan yola çıkarak incelenilen kuram, ilişkideki açıklığı ve kapalılığı, anlamlılığı, koruyuculuğu diyalektik gerilim olarak ele almaktadır. Bu kurama göre, kendini açma, yararlanabilirliğin kapılarını açmaktadır. Birbirlerini incitmekten kaçınmak için bireyler koruyucu önlemler almak zorundadırlar. Böylece açık ve kapalı arasındaki zıt çelişki, kişisel bilgileri açığa çıkarmada veya gizlemede bireyin kararını gerektirmektedir (Tardy ve Dindia, 1997).

Bireyler, iletişim kurarken gizlilik ihtiyacı ile kendilerini açma arasında denge kurma ihtiyacı hisseder ve kendilerini ayarlarlar. Bağlantısal Diyalekt/İletişimsel Başarı Kuramı'nın temel tezine göre, birey kendisi hakkında bilgiyi paylaşması ile kolayca yara alabilir, zarar görebilir. Bundan dolayı kişiye ait, özel bilginin açılması risklidir. Özel bilginin açılmasını yöneltmek, özel bilgiyi koruyan ve bireyin olasılık dâhilinde yaralanmasını engelleyen sınırı kaldırması demektir. Gizliliği düzenlemek ile açıklık ve kapalı olmanın gücü, mutlu olunabilecek bir derecede ayarlanabilir (Petronio, 2002).

Bağlantısal Diyalekt/İletişimsel Başarı Kuramı, kendini açmanın kişilerarası ilişkilerde samimiyeti ve güveni sağlamak için gerekli olduğunu vurgular. Ancak kendini açma yaralanabilirliğin kapılarını da açmaktadır. Birbirini incitmekten kaçınmak için bireyler koruyucu önlemler almak zorundadırlar. Böylece açık ve kapalı olmak arasındaki çelişki, kişisel bilgileri açığa çıkarmada veya gizlemede bireyin kararını gerektirmektedir (Tardy ve Dindia, 1997).

Bu kuram, kendini açmada duyguların, benliğin ve ihtiyaçların farkında olunmasının yüksek düzeyde güveni beraberinde getirdiğini ortaya koymaktadır (Derlega ve Berg 1987). Buna göre, kişisel bilginin açılma sınırları bilgi değişimini kontrol etme ve güven, kendini açma davranışında önemli öğeler olarak belirtilmektedir. Yine kendini açmanın ikili sınır içerdiği ifade edilmektedir. İlişki

sınırı ve benlik sınırından oluşan bu ikili sınıra göre, kendini açma kararının, bireyin algıladığı riskin derecesine bağlı olduğu görülmektedir. Rawlins'e (1983) göre, kendini açma isteği düşük ve güven duygusu az ise, kişinin kendini saklamaya yöneldiği söylenebilir. Bu kuramsal görüşler ışığında kendini açmanın kişilerarası ilişkilerdeki rolünün basit bir neden-sonuç ilişkisiyle açıklanamadığı görülmektedir. Bu açıklamalar çerçevesinde, kendini açma davranışında sınırların belirlenmesi, bilgi alışverişinin kontrolü, güven ve gizlilik miktarı öğelerinin karmaşık bir şekilde ilişkili olduğu ifade edilebilir.

1.2.4. Johari Penceresi

Kendini açma ile ilgili geliştirilen diğer bir kuramsal görüş, Joe Luft ve Harry Ingham tarafından tasarlanan Johari Penceresidir. Johari Penceresi, dört bölmeli bir çerçevedir. Bu görüşe göre kişisel bilgi dört farklı sınıfa ayrılmakta ve bu bölümlerin alanlarıyla ifade edilmektedir. Cüceloğlu (2000) tarafından, kendini tanıma penceresi olarak isimlendirilen Johari Penceresi'nde, birinci bölüm, bireyin hem kendisi hem de başkaları tarafından bilinen özelliklerini içeren "AÇIK" alanıdır. İkinci bölüm, bireyin kendisinin bilmediği, ancak başkaları tarafından bilinen özelliklerinin bulunduğu "KÖR" alanıdır. Üçüncü bölüm, bireyin kendisi tarafından bilinen, başkaları tarafından bilinmeyen niteliklerini içeren "GİZLİ" alanıdır. Dördüncü bölüm ise, ne bireyin ne de başkalarının bilmediği özellikleri tanımlayan "BİLİNMEYEN" alanıdır.

Bireylerde, kendini açma davranışı arttıkça "AÇIK" alanın büyüklüğü artmaktadır. Aksi yönde bir gelişme olursa, yani kendini açma davranışı azaldıkça "GİZLİ" alanda büyüme gözlenebilir. (Cüceloğlu, 2000; Fisher, 1987; Ören, 1981).

1.2.5. Hedef-Temelli Modelde Kendini Açma Davranışı

Miller ve Read (1987) tarafından geliştirilen hedef-temelli model sosyal ilişkilerin analizinde dört önemli unsuları ön plana çıkarmaktadır.

Bunlar aşağıdaki şekilde sıralanabilir:

1. Bireylerin hedefleri,
2. Bu hedefe götüren plan ve stratejileri,

3. Planların başarıyla gerçekleştirilmesi için gerekli kaynaklar,
4. Planların gerçekleştirilmesinde etkili olan inançlar.

Yukarıda ifade edildiği gibi, sosyal birey, diğer insanlarla birlikte olma amacına sahip olmaktadır. Eğer bireyin diğer insanlarla birlikte olma gibi bir isteği yoksa onun sosyal bir insan olduğunun düşünülmesi güçtür. Ayrıca gerçek bir sosyal birey, sosyal etkileşim için geliştirdiği çeşitli planları başarılı bir şekilde gerçekleştirebilir. Başarılı bir şekilde etkileşim kuramayan bireyin tipik bir yalnız olduğu söylenebilir. Sosyal birey ile yalnız birey aynı hedeflere sahip olmasına rağmen farklı inançlara stratejilere ve kaynaklara sahiptirler. Aynı şekilde, bireyler aynı stratejilere sahip olabilirler fakat bu stratejiler farklı amaçları gerçekleştirmek için kullanılabilir. Örnek olarak A diğerleri üzerinde olumlu etki oluşturmayı denediğinde kendi hakkında samimi bilgileri paylaşarak uygun bir şekilde kendini açabilir. Diğer bir kişi B, yeni bir arkadaş edinmek için (arkadaşlık başlatmak için) kendini açabilir. A'nın hedeflerinin stratejilerinin, kaynaklarının ve inançlarının oluşturduğu grup "olumlu kendini açma" olarak nitelendirilebilirken, B'nin hedeflerinin stratejilerinin kaynaklarının ve inançlarının oluşturduğu grup sosyal olma "yakın ilişki ihtiyacı" içeriği olarak özetlenebilir. Kısaca A ve B aynı stratejileri kullansalar da ikisinin farklı özelliklere sahip oldukları söylenebilir (Derlega ve Berg, 1987).

1.2.6. Kendini Açmanın Duygu Yoğunluklu Modeli

Stiles (1981) tarafından geliştirilen bu modelde, insanların üzüntülü veya endişeli olduklarında kendilerini açma eğiliminde oldukları ve kendini açarak yarar sağladıkları sonucu üzerinde durulmuştur. Benzer şekilde çok mutlu ve âşık olunca da açılmanın artacağı söylenebilir. Kendini açmanın derinliğinin ve genişliğinin kişinin üzüntüsünün şiddeti ile artma eğiliminde olduğunu ve kendini açmanın kişiyi rahatlatacak yardım sağlama eğiliminde olduğu söylenebilir. Çünkü psikolojik rahatsızlık ile kendini açmanın ilişkisi, fizyolojik enfeksiyonlarla bunların semptomlarının ilişkisine benzer. Her ikisi de bir rahatsızlığın işaretidir ve eski duruma dönmenin bir parçasıdır. Kendini açma sürecinin, zihinsel ve fiziksel sağlık için büyük yararları vardır (Agne, Thompson ve Cusello, 2000).

Stiles (1981), duygusal yoğunluklu model için kendini açmanın, konuşanın deneyimlerini anlatması ve iç referans çerçevesi ile tanımlanabilir olduğunu söylemektedir. Bu sözler diğer insanların deneyimlerini ilgilendiren durumlar (sorular, bilgiler yargılar ve diğerleri ile ilgili yorumlar) ve dış objektif referans çerçevesinde kullanılan olayların tanımlanmasından ayrılır. Duygu yoğunluklu modelde, kendini açmanın stratejik ve açıklayıcı işlevleri arasında da farklılık önemlidir. Açıklayıcı işlevi, kendine özgü veya eylemin kendisinden gelen kendini açmanın yararlarıdır. Bunlar özellikle “katarsis ve kendini anlama”dır. Stratejik fonksiyonlar, başkasından ve yararlı sayılan bir amaçtan kazanılır veya kendini açmanın dış sonuçlarından gelen yararlarıdır. Bunlar da diğer insanlarla ilişkilerin durumu, samimiyet, statü gibi başlıklarda genellikle etkilidir. Duygu yoğunluklu model, daha çok açıklayıcı kendini açma ile ilgilidir.

Bu kuramsal görüşler ışığında, kendini açmanın kişilerarası ilişkilerdeki rolünün basit bir neden-sonuç ilişkisiyle açıklanmadığı görülmektedir. Bu açıklamalar çerçevesinde, kendini açma davranışında sınırların belirlenmesi, bilgi alışverişinin kontrolü, gizlilik miktarı öğelerinin karmaşık bir şekilde ilişkili olduğu ifade edilebilir (Dizmen, 2006).

1.2.7. Kendini Açmayı Etkileyen Faktörler

Kendini açma davranışlarını etkileyen birçok faktör vardır. Bu faktörlerden en önemlisi benlik sorunudur. Özellikle gençlik döneminde, birey benliği ile ilgili birçok sorunu çözememiş, rol kargaşası içinde benliğini yitirme korkusu ile yüz yüze gelebilir. Bu da bireyin kendine dönmesine ve soyutlanmış duygularla yoğun bir şekilde yasamasına yol açar (Cüceloğlu, 2000).

Bireylerin kişiliği ve buna bağlı olarak başkalarına güven duygusu, kendilerini açma özelliklerini etkileyen faktörlerdendir. Erikson’a (1963) göre, güven duygusunun çok erken yaşlarda geliştiği ve çocuğun ana babası ile olan ilişkileri üzerine temellenir. Bunun yanı sıra, çocuğun ana-babası ile ilişkisinde kendisini ifade etmesine fırsat verilip verilmediği de önemlidir. Buna karşılık, güven verici ve samimi ana-babaların çocukları da genellikle güven verici ve samimi olmaktadır. Dolayısıyla çocukların kendini açma örüntülerinin belirlenmesinde ana-baba

tutumları da etkili olmaktadır. Çocukların kendini açma örüntülerinde etkili olan diğer bir etken ise, akran grupları olmaktadır (Selçuk, 1989).

Kendini açmayı etkileyen birçok değişkenin olduğu söylenebilir. Jourard (1964), kendini açma davranışının, bireyin erken yaşantılarından etkilendiğini vurgular ve konu ile ilgili açık benliğin oluşumunu irdeler: “Çocukken, bireyler gerçekte nasıl ise öyle davranırlar.” Ne düşünüyorsa ifade eder, ne istiyorsa çılgık atar ne yaptıysa söyler. Bu kendiliğinden açılmaların farklı sonuçları olur; bazıları görmezden gelinir, bazıları ödüllendirilir, bazıları da cezalandırılır. Bunların sonuçlarına göre kişiler, bunları saklama eğilimine girer. Bireyler, sadece toplum/çevre tarafından sergilediği davranışlardan dolayı değil nasıl düşündüğünden veya ne hissettiğinden dolayı da cezalandırılırlar. Kısa zamanda çocuk, diğerlerine asıl benliğinin büyük bir bölümünü göstermeyi öğrenir. Buna açık benlik denilebilir. Açıkça, açık benlik her zaman tam olarak gerçek benlik olarak betimlenmeyebilir. Bazen açık benlik gerçek benlikten uzaklaşmasına ve sonuç olarak da kişinin kendisine yabancılaşmasına neden olur. Kişinin kendini açması kendiliğinden duygu düşünce ve beklentilerini yansıtmaktan öte, bunun yerine önceki deneyimleri de göz önünde bulundurarak cezalandırmaktan kaçınmaya ve onaylanmaya yönelik olarak şekillenir. İlk olarak kendini açmanın sonuçlarına göre, şekillendiği söylenebilir. Diğerlerinin kendini açması, iletişim kurulan grubun büyüklüğü, açılan konu, açılanın değeri, kendini açanın cinsiyeti, kendini açanın değeri ile kurduğu ilişki ve kendini açmanın bağlamı, kendini açmayı etkileyen diğer etmenler olarak ifade edilebilir (Devito, 1995).

1.2.8. Kendini Açmanın Boyutları

Kendini açmanın dört boyutlu olduğu söylenebilir. Bunlar genişlik, derinlik, süreklilik ve karşılıklıdır. (Cozby, 1973; Rubin, 1975). Genişlik, açılan bilginin miktarı anlamındadır; derinlik ise, açılan bilgideki samimiyeti; süreklilik ise kendini açma için harcanan zamanı gösterir. Dördüncü bir boyut ise, karşılıklıdır ve bir kişi diğerine kendini açtığında diğerinin de benzer şekilde kendisini açması olarak ifade edilebilir.

1.2.9. Kendini Açmanın Sonuçları

Kendini açma sonrasında, alıcı kaçınılmaz bir şekilde tepki verir. Bazı sonuçlar tahmin edilebilir. Miller ve Knapp'a (1998) göre, açılma davranışı sonrası karşılaşılan sonuçların bazıları istenilir iken bazıları ise istenilir olmayabilir. Bazıları olumlu, bazıları olumsuz olabilir. Kendini açma, bir ilişkide farklı işlevlere ve hedeflere hizmet eder. Kendini açmanın sosyal onay almaya katkısı olabilir, bireyin kendi duygu ve düşünceleri hakkında diğerlerinden dönüt alması ve hayatındaki problemleri konusunda destek alması konusunda yardımcı olabilir. Seçici bir bilgi sunumu ile çevreye iyi bir izlenim oluşturmak ve sosyal kontrol için kendini açma kullanılabilir (Tong, 1998). Ayrıca kendini açma, diğer insanların ihtiyaçları ile çelişen kişisel hedeflerin tatmin edilmesi için de kullanılabilir. Örneğin, kendini açmada karşılıklılık kuralı düşünüldüğünde, birey bazı kişisel bilgilerini açıkladığı zaman alıcının benzer şekilde kişisel bilgilerini açması beklenir veya söyleneni anladığını gösterir şekilde veya iletişime ilgisinin olduğunu gösterir şekilde davranması beklenir (Derlega ve Berg, 1987).

Kendini açma davranışının genel sonuçlarına değindikten sonra açılmanın ana başlıklar halinde aşağıdaki sonuçları incelenebilir:

2.9.1. Karşılıklı Kendini Açma

Jourard'a (1971) göre, "Alışılmış sosyal ilişkilerde, kendini açma, karşılıklılık gösteren bir fenomendir. Diyaloğa katılanlar düşüncelerini, duygularını, eylemlerini vb. diğer durumlarını açarlar ve bunun karşılığı olarak kendini açma davranışıyla karşılaşılır. Ben bu karşılıklılığı "ikili efekt" olarak adlandırmaktayım; kendini açma kendini açmaya yol açar". Jourard, kendini açma davranışının kendini açma davranışını getireceğini belirtmektedir.

2.9.2. Risk Alma

Fisher ve Adams (1999), bireyin benlik şemasının, ilişkilerinde duyarlı davranışlar göstermesine yardımcı olması, uygun davranışı seçmesi, etkileşimin kontrolünde etkisinin olması açısından değerli bir psikolojik kaynak olarak görmekte ve bu şemanın bireyden aksettiğini vurgulamaktadır. Kendini çevreden

korumak için bireyin kendini açmayı tercih etmeyebileceğini ileri sürmekte ve birey kendini açma davranışı sergileyince alıcının buna tepki olarak dört yol seçebileceği bunlardan üçünün olumsuz olduğunu vurgulamaktadır: Kendini açma davranışına cevap olarak karşılıklılık görülebilir (benzer bir şekilde kendini açma davranışı gözlenebilir), kendini açma reddedilebilir, yok sayılabilir ve geri çevrilebilir. Kendini açma davranışı beraberinde bazı riskleri getirebilir. Riskin büyük olduğu düşünüldüğünde, kişi kendisini açmayarak kendini korumayı deneyebilir.

2.9.3. İlişkinin Başlatılması ve Geliştirilmesi

Kendini açma, kişilerarası ilişkilerde önemli fonksiyonları yerine getirir. Tardy ve Dindia'ya (1997) göre, bireyin kendisi hakkında bilgiyi açması, diğerleriyle ilişkiyi başlatma ve sürdürmesine yardımcı olabilir. Kendini açma ayrıca diğerlerinden istenen tepkiyi elde etmek için kullanılan bir strateji de olabilir. İlişkinin başında, bireyler isimlerini, ev ve şehirlerini, hobilerini ve buna benzer şeyleri paylaşırlar. Kendini açmanın olmadığı bir ilişkinin başlamış olmasını düşünmek gerçekten zordur. Kendini açma, ilişkinin başlangıç aşamasındaki fonksiyonunu, hoşlanmayı iletme ve insanların birbirlerini bilmelerine yardımcı olma olarak ifade edebiliriz. Açılma davranışı ötekinin değerleri, kişiliği, kişisel yetenekleri hakkındaki belirsizliğin azaltılmasında etkili olarak ilişkinin gelişmesine yardımcı olabilir. İlişkinin geliştirilmesinde de kendini açmanın önemli rolleri vardır. Kendini açan kişiden hoşlanılabilir, onun hakkında daha çok bilgi bilmek istenebilir, sırasıyla birey kendisi hakkında daha çok bilgi paylaşmaya istekli hale gelebilir. Kişisel deneyimler, hisler, yetenekler hakkında konuşmaya başlanabilir ve özetle kişisel bilgiler daha çok paylaşılabilir.

2.9.4. İlişkinin Sürdürülmesi

Kendini açma, ilişkinin sürdürülmesi açısından da önemlidir. Günlük olaylar hakkında kendini açma sorgulama ve öğrenmeye teşvik ederek ilişkinin sürdürülmesinde kullanılan önemli bir stratejidir. Çiftler birbirlerinden uzaklaştıklarında (örneğin çalıştıkları zaman) ilişki çeşitli dönemleri içerir. Birlikte olunamayan bu dönemlerde ilişkinin sürdürülmesinde çiftlerin kullandığı tekniklerden biri olarak kendini açma davranışı düşünülebilir. Örneğin, günün

sonunda rutin bir şekilde gün boyunca ne olduğunu çiftler konuşurlar. “Günleri nasıl geçti, kimi gördüler, ne yaptılar gibi.” Birbirleriyle, dönüşlerinde yaptıkları bu konuşma, ilişkilerinin sürdürülmesinde kullandıkları bir stratejidir (Üstündağ, 2006).

2.9.5. İlişkide İlerlemenin Olmaması ve Sonlandırma

Kendini açma (davranışının süreçte görülmemesi) ilişkiye son vermek için de kullanılabilir. Bazı ilişkiler tarafların kasıtlı bir girişimi olmadan yavaş yavaş sona erer, birçok ilişkide ilgiyi kesmek, açılmanın görülmemesi ilişkiyi sonlandırmayı başarmak için kullanılan stratejik bir iletişim stili olarak düşünülebilir (Üstündağ, 2006).

1.2.10. Kendini Açma için İstek

Kendini açma konusu her zaman “neden” sorusunu akla getirir. Neden herhangi birisi diğerine kendini açar? Devito’ya (1995) göre, faydalarından dolayı kendini açma tercih edilmektedir. Kendini açmanın, sahip olunan arkadaşlar ile ilişkiler, genel memnuniyet ve mutluluk düzeyi üzerinde ayrıca kendine ilişkin farkındalık düzeyi, psikolojik sağlık ve kişilerarası iletişim konusunda olumlu etkisinin olduğu söylenebilir. Jourard’a (1971) göre, açık olma kararında insanlar özgürdür. Kendini açma aktivitesi bir defa üstlenilir, sonrasında koşullanmış davranışın prensipleri takip eder. Bireyin kendisini açmasının içeriği ve biçiminde ilk olarak kendisini açmayı tercih etmesi gerekir, sonrasında kendisini açmanın pekiştirilmesi bireye yol gösterir ve etkilidir. Bir kılavuz gibi, diğerinin açılanana duyarlı olması ve buna göre algısını değiştirmesi açılma davranışının devam etmesi için delildir. Diğerlerinin nasıl olduklarını göstermelerine izin verebilen bir kişi için, kendi oluşunu açmaya diğerleri tarafından serbestçe ve olabildiğince izin verilir. Karşılıklılığın bir gereği olarak diğerini kendini açmaya teşvik etmenin en etkili yolu, bireyin kendisi hakkındaki benzer bilgiyi paylaşmasıdır Bu diğerlerinin kendini açmasını cesaretlendirmek için bireyin açılma davranışı göstermesidir. Ayrıca diğerlerine kendileri olmalarına izin vermenin, kişinin kendisi olmasına izin vermesi anlamına da gelebileceği söylenebilir.

1.2.11. Uygun Kendini Açma

Devito (1995) kendini açma süreci için, aşağıdaki basamakların dikkate alınmasını önermektedir:

1. Kendini açmaya motive olma: Kendini açmanın temel neden, ilişkiyi güçlendirmek olmalıdır.

2. Kendini açmanın uygunluğu: Kendini açma konunun bağlamına, dinleyici ve ilişkiye uygun olmalıdır. Kendini açma davranışı göstermeden önce bunun doğru zaman ve yer olup olmadığı sorgulanmalıdır. Daha iyi bir yer ve zaman bulunabilir mi? Kendini açmanın bu ilişkiye uygun olup olmadığı irdelenmelidir.

3. Diğerlerinin kendini açma davranışı: Kendini açma davranışı sırasında diğer insanların karşılık olarak kendilerini açmalarına imkân tanınmalıdır. Karşılıklı kendini açma davranışı gerçekleşmezse açılma davranışının tekrar değerlendirilmesi gerekebilir. Karşılıklılığın olmaması, zaman ve bağlamda kendini açma davranışının uygun olmadığını ve hoş karşılanmadığının bir işareti olabilir.

4. Kendini açma kademeli olarak ve küçük artışlardır: Kendini açma çok hızlı ve birden bire gerçekleştirilirse, dinleyici bu duruma olumlu bir şekilde yaklaşmayabilir. Alıcının cevabının dikkate alınması önemlidir.

5. Kendini açma davranışının getireceği sorumluluklar: Kendini açma davranışının sonucu olarak karşılaşılabilecek olası problemlere karşı dikkatli olmak gerekebilir. Örneğin, suç kayıtlarınızla ilgili bilgiyi paylaştığınızda işinizi kaybedebilirsiniz.

Devito (1995), kendini açan kişiye yönelik “etkin dinleme becerilerinin kullanılması, açılma davranışının desteklenmesi, söylenenlerin gizliliğinin korunması, gizli kalması gereken bilgilerin saklanması ve kendini açan bireye karşı (bireyin aleyhine) söylediklerinin kullanılmaması gerektiğini ifade etmektedir. Benzer şekilde Yalom (2005), bireylerin kendilerini açtıkları için cezalandırılmamalarının gerektiğini vurgulamakta, tam tersine risk almanın her zaman desteklenmesinin ve pekiştirilmesinin uygun olacağını ifade etmektedir. Yatay ve dikey kendini açma arasındaki farka dikkat çekerek grup ortamında grubun

dikey kendini açma için (geçmişle ilgili ayrıntılar, yerler, geçmiş zaman gibi sorular) bastıracağını; bunun yerine yatay açılmayla ilgili (Bugün bu açılma davranışının anlamı ne olabilir, önceden değil de şimdi bunları paylaşmanın anlamı ne olabilir?) yaklaşımın her zaman verimli olacağını ifade eder.

1.2.12. Psikolojik Danışma ve Kendini Açma

Kendini açma için etkili danışma sürecinin ve psikoterapinin bir gereği olduğu söylenebilir. Jourard (1964), bireylerin, diğerlerine kendilerini rahatlıkla açamamalarından dolayı, danışma sürecine katıldıklarını ifade etmektedir. Ayrıca bir termometre veya semptom ölçerin vücudun durumu hakkında bilgi vermesi gibi, kendini açmanın da kişinin iç dünyasının veya benliğinin gerçek durumunu açığa çıkarabileceğini, kendini açmanın zekice idare edildiğinde önemli bilgiler verebileceğini belirtmektedir. Yalom'a (2002) göre bu durum, katılımcıların hem korktuğu hem de değer verdiği kendini açma terapilerin bütünleyici bir parçası olarak rol oynamaktadır. Aynı yazar bu süreçte, kendini açmanın kişinin yaşamındaki geçmiş ve güncel olayları fantezi ya da rüya malzemesini geleceğe ilişkin umutları ve istekleri ve diğer bireylere karşı besledikleri duyguları kapsayabileceğini vurgulamış, kendini açmanın tedavi edici yönünün olduğunu da belirtmiştir. Danışma sürecinde ve süreç sonuçlarında, ilişki ve teknikler birbirinden ayrılmaz bir bütün oluştururlar. Danışmanın kendini açması ile bu bağlamda danışma sürecinin etkililiği ilişkilendirilebilir. Hendrick (1997), danışanların danışmanlarla ilgili üç temel algısının olduğunu ifade etmiştir. Bu üç temel algı şöyle sıralanabilir, sıcak destek bulma ile yakın destek ve kendini açmadır. Danışanlar, kendi danışman profillerine göre böyle bir değerlendirmeye girmekte ve danışmana kişisel bilgilerini açma konusunda isteklilik düzeylerini buna göre belirlemektedirler. Sonuçta, hem destekleyici sıcak hem de kendini açan danışman en fazla yardım edici olarak değerlendirilmiş ve üyeler kendini açmaya daha istekli hale gelmişlerdir.

Jourard'a (1964) göre, bir birey veya danışan kendisinden yabancılaşmaya başlarsa bundan rahatsız olur ve diğer kişiye, terapistte kendini açmaya başlar. Terapist, becerilerini kullanarak kendini açmanın artmasını sağlar. Sürecin ilerlemesi ile terapist danışanı hakkında başlangıçta bildiği şeyden daha fazlasını

bilir, aynı şekilde danışan da kendisi hakkında daha çok farkındalık geliştirir. Başlangıç olarak, aktif kabul etme, empatik yaklaşma, sevgi gösterme, cezalandırıcı olmayan yanıtlar verme gibi, kısaca ilgi gösterme, kişinin kendini açması için en olumlu şartları oluşturmuş olacaktır. Sonra belli bir dönem etkin dinlersek, danışanın sempatik ve empatik dinleyicisine kendisi hakkında konuştuğunu görürüz. Belli bir süre sonra danışan nihayet, “Sen bana çok yardımcı oldun, ne yapacağımı ve nasıl davranacağımı anladım ve öyle devam edeceğim” diyecektir.

Grupta kendini açmanın, grup içindeki bireyler arası anlamlı ilişkilerin biçimlendirilmesi için gerekli koşullardan birisi olduğu söylenebilir. Yalom’a (2002) göre, grupta açılmalar ilerledikçe, tüm üyelerin katılımı, sorumluluğu ve birbirlerine karşı yükümlülüğü artar. Eğer zamanlama doğruysa, hiçbir şey bireyin gruba bağlanmasında içten ve gizli konuların alınması ya da açığa çıkarılması kadar önemli olamaz.

Danışma ve terapiler göstermektedir ki hasta ve danışanlar kendini açma sayesinde kendilerini keşfederler. Jourard (1971), psikoterapi ve danışma için çeşitli becerilerin öğrenilmesi, sözel ve sözel olmayan mesajların çözümlenmesiyle bireyin gizli deneyimleri hakkında konuşacağını belirtmiştir. Danışma ortamına birey kendisini taşıırken, danışmadan kazanımlarını da günlük yaşamına transfer edebilir. Maskelerden uzak yaşamının farkındalığını yaşarken kendisi ve çevresinden yabancılaşma riskinden kurtulmuş olur.

Özetle kendini açma, karmaşık bir canlı olduğundan bu süreçteki değişimleri anlamak için kendini açan kişinin özellikleri kadar kendini açma davranışının kime yapıldığına, açılan konulara, duruma ve açılma davranışının uygunluğuna dikkat etmek gerekmektedir (Üstündağ, 2006).

1.2.14. Kendini Açmanın Öğeleri

Bilgi verir olması: Kendini açan kişi, kendisi ile ilgili bilgiler vermektedir. Kendini açma kavramındaki bilgi verme genişlik ve derinlik olarak iki boyutta ele alınmaktadır. Aralarında ters orantı vardır, derinlik (gizlilik, mahremiyet) arttıkça genişlik (toplam bilgi) azalmaktadır (Derlage, V. Grezlak, 1979; Hargie, 1981).

Uygunluk: Kendini açma kavramının en önemli ögesidir. Her kendini açma süreci mekân ve konunun ışığında değerlendirilmelidir. Kendini açma, dinleyen kişiyi sıkmadıkça uygundur. Psikolojik uyum ile kendini açma arasında bir ilişki bulunmaktadır. Kendini açan kişinin çok yüzeysel ya da çok derin davranması karşısındakinin olaya psikolojik yönden uyumunu azaltmaktadır. Kendini açmanın uygunluğu, kişilerin rollerine de bağlıdır. Kişiler yakın arkadaşları hatta eşleri ile paylaşmak istemediği bir sorunu tarafsız durumdaki ile paylaşmak isteyebilmektedirler. Kendini açmanın uygunluğu ortam ile de ilişkilidir. Kişi, doğal olarak özel bir gecede, yemekte yanında oturan biri ile sorunlarını tartışmayacaktır (Hargie, 1981).

Esneklik: Kendini açmada esneklik, kendini açmadaki genişlik ve derinliği değiştirebilme yeteneğidir. Bu konuda esnek kişiler, kendilerini açarken sunumun doğasını ve seviyesini değiştirebilme yeteneğine sahipken, esnek olmayan kişiler konuya ortama bakmaksızın aynı şekilde kendilerini açarlar. Forst ve Ark. (1987), esnekliğe önem vererek kendini açan danışmanların daha başarılı olduklarını belirtmişlerdir (Hargie ve Ark, 1981; Forst, 1987).

Ulaşılabilirlik: Ulaşılabilirlik terimi, kişiden kendisiyle ilgili bilgi almadaki kolaylık derecesi anlamına gelmektedir. Bazı insanlar kendilerini daha özgürce açarken bazıları ise oldukça zorlanmaktadır. C. G. Jung, insanları psikolojik karakteristikleri, sosyal, düşünce, heyecan yönlerinden, kararlılıkları bakımından, içe dönük ve dışa dönük tipler olmak üzere ikiye ayırmaktadır. Kişiliği dışa dönük olanlar daha fazla konuşur, kendilerini açmaya daha uygundurlar. Oysa içe dönükler, yetişme tarzına, kültüre, büyüdüğü ortam normlarının kendini açmaya teşvik edip etmemesine veya kişinin sosyal birlikteliklerin de kendini nasıl ve ne şekilde ifade etmesi gerektiğini bilmemesine bağlı olarak kendilerini daha az açmaktadırlar (Akt: Hortaçsu, 2003).

Dürüstlük: Kendini açma, etki-tepki işidir. Kendini açarken içtenlik ve dürüstlüğe dikkat edilmesi gerekmektedir. Danışman, dürüst değilse danışanın kendini rahat hissetmesi için doğruyu söylemiyorsa, bu kendini açma değildir. Danışmanın kendi duygu, yaşantı ve düşüncelerine ilişkin konuları, danışanla ilişkili olmak koşuluyla anlatması uygundur. Danışmanın sunumunun doğruluğunu

değerlendirirken kişinin yalancılığının sözsüz belirtilerinin de farkında olması gerekmektedir (Hargie ve diğ., 1981).

1.2.15. Karşıdaki Birey Açısından Kendini Açmanın İşlevleri

Hargie (1981), kendini ifade etmeyi kolaylaştırmada, kişisel konuları başkalarına anlatmamak ve her şeyi içinde tutmak, kişide zamanla yük haline gelebilir. Kendini açma, bunları atmasına yardımcı olur, rahatlatır, kendisini iyi hissetmesini sağlar. Profesyoneller bu ihtiyacın varlığından haberdar olmalı ve konudaki ihtiyacı karşılamak için gerekli yolları bilmeleri gerekmektedir (Akt: Dizmen, 2006).

Kişinin kendisini tanımasında, kişi kendisini açarken aynı zamanda daha önce farkında olmadığı kendisine ait bir davranışın ya da bazı ilişkilerin farkına varır. Davis'in (2008) araştırmaları, kendilerini daha doğru ve ayrıntılı tanıyan kişilerin kendilerini daha fazla açtıklarını belirtmişlerdir (Hargie ve diğ., 1981; De Vito, 1986).

Sosyal karşılaştırma yeteneğini geliştirmede, kendini açacak uygun ortam bulamayanlar, kendilerini tanıyabilmelerini ve düşüncelerinin, duygularının kabul edilebilirliğini değerlendirmelerini sağlayan "geribildirim" den mahrum kalır. Düşünce ve duygularını tartışarak, bunların başkalarında görülebilen veya görülemeyen tecrübeler olduklarının ayrımı yapılabilir. Kendini açmaya karşıdakinin tepkisi dikkate alınarak, hangi insanların, nasıl durumlarda, ne tip açılmaları kabul edebileceğini ve hangilerini kabul edemeyeceği öğrenilmektedir (Hargie ve diğ., 1981).

Jourard (1971), bireylerin özel bilgilerini başkaları ile paylaşımlarının faydaları olabileceğini ancak bu süreçte temkinli yaklaşmanın faydalı olabileceğini vurgularken; Leung (2002), değişen toplumlar ve insanlar ile birlikte ilişkilerde kendini açmanın dürüstlüğü ve yakınlığı artırdığını belirtmiştir.

Güven ve kendini açma ilişkisine bakıldığında, olumlu algılanan ilişkilerde derinlik ve dürüstlük olguları sıkça görülür. Psikolojik olarak sağlıklı bireylerin negatif düşüncelerindense, pozitif düşünceleri ile kendilerini açtıklarını ayrıca

ebeveynlerindense, arkadaş veya eşlerine kendilerini daha fazla açtıkları görülmüştür (Wheeles ve Grotz, 1976). Tardy, Hosman ve Bradac (1981) ergenler ile yaptıkları araştırmada, ergenlerin ebeveynlerine kendilerini sınırlı konuda açtıklarını, akranlarıyla ise derin ilişkiler kurdukları ve samimi olarak kendilerini açtıkları görülmüştür. Leung (2002)'de aynı konuda yaptığı araştırmada aradaki zamana rağmen aynı sonuca ulaşmıştır.

İnsanlar iç ve dış dünyaları ile sürekli etkileşim halinde oldukları için, kendi duygu ve düşünceleri olduğu kadar, kendi dışında yer alan insanı, olayı, olguyu ve nesnelere de algırlar. Bireyin kişiliği, iç ve dış çevresi ile kurduğu ilişkinin biçimini belirler. Birey beden, düşünce, duygu ve inanç gibi değişik yönleri olan son derece karmaşık yapıya sahip bir varlıktır. Sağlıklı bir birey ve toplum için insan ilişkilerinin düzenli bir şekilde kurulması gerekmektedir. Çünkü toplumsal çevrenin ana ögesi insan ilişkileridir. Bu nedenle, sağlıklı insan ilişkileri, sağlıklı bir toplumsal çevrenin kurulabilmesi için temel koşuldur (Cüceloğlu, 2000).

Modern psikolojinin iletişim sorunlarına çözüm bulmak amacı ile ilgilendiği en önemli konulardan birisi “benlik” (self)’tir. Benlik kavramı, psikolojinin yoğun olarak çalıştığı konulardan biridir. İnsan ilişkilerinde etkileşimin merkezi olarak görülen ben ya da benlik; bireyin yaşantılar içinde duygu ve düşünceleri ile kendine özgü dünyasını temsil eder (Gençtan, 1992). Literatüre bakıldığında “benlik” (self) ile ilgili “özsaygı” (self-esteem), “Kendini farketme” (Self-awarenes), “Benlik kavramı” (Self-concept), “öz kontrol” (self-monitoring), “Kendini Gerçekleştirme” (Self-actualisation), “Kendini Haklı Gösterme” (Self-justification), bilimsel çalışmaların yapıldığı görülmektedir. Bu kavramları ve bunlara yakın olan kavramları, araştırmacılar bilimsel olarak işlemekte ve insanlığa hizmet olarak sunmaktadırlar (Selçuk, 1989).

Akıl sağlığı ve içsel ilişkiler alanındaki çalışmalar, samimi bir şekilde kendini açmanın değerini vurgulamaktadır (Noller ve Bagi, 1985). Bir insan herhangi bir problemini ifade etmedikçe, problemin çözümüne yönelik herhangi bir şey yapmak mümkün değildir. İşinden ya da ücretinden memnun olmayan bir işçi bu durumunu patronuna söylemedikçe çözüme ulaşamayacak ve durum kişiyi rahatsız etmeye devam edecektir. İnsanlar, her gün pek çok duygusunu, düşüncesini,

fikirlerini vb. pek çok insanla paylaşır. Bu paylaşımlarda yaşa, cinsiyete veya içinde bulunulan kültüre göre kendini açma davranışı, açılan kişiler ya da açılma konuları farklılaşabilmektedir. Yaş artışıyla birlikte her iki cinsiyette de aynı cins yakın arkadaş ve ebeveynlere açılma miktarında artış olur (Jourard, 1961; Akt: Kökdemir, 1995.) Ait olduğu kültüre göre de kendini açma davranışı farklılaşır. Pek çok kültürde baba otoritenin simgesidir ve anneyle daha fazla iletişim kurulur (Garcia ve Geisler, 1988; Akt: Aşık, 1992). Bazı kültürlerde karşı cins yakın arkadaşlık teşvik edilirken, bazı kültürlerde bu onaylanmaktadır. Yine pek çok kültürde erkeklerden ve kadınlardan beklenen rollerin farklılığı nedeniyle erkekler kendilerini daha az açmakta ve duygularını daha az belli etmektedirler (Kökdemir, 1995).

Kendini açma yaşa, cinsiyete, açıldığı kişiye, açılma konularına, açılmada karşılıklılığa, açılma şekline, içinde bulunulan kültüre göre farklılaşan karmaşık bir olgudur. Ancak gerek psikolojik sağlık, gerek yeni çevrelerdeki sosyal farklılıklar ile etkili baş etmede, gerekse kişilerarası ilişkilerin kurulması ve devam ettirilmesinde büyük öneme sahiptir. Özellikle ergenlik döneminin birçok değişimini ve karmaşasını çözümlmek ve anlamlandırmak için ergenlerin çok fazla ihtiyaç duyduğu bir iletişim becerisidir. Kimlik oluşumu ilk ergenliğin hızlı biyolojik değişimlerinin geçtiği, bilişsel gelişimde soyut işlemler döneminin başladığı ve akranlara uyma konusundaki yoğun isteklerin yatıştığı son ergenliğin bir görevidir. Ergenlikteki bilişsel değişiklikler, kimlik konularının araştırılması için ergene zemin hazırlar (Çakır, 1994). Ergenliğin bu zorlu yaşantılarının farklı sonuçları vardır. Ergenlikteki hızlı bedensel değişim nedeniyle egoya gelen fazla bilgilerin birbiri ile uyum içinde olmamasından kaynaklanan kimlik krizi, kimlik duygusunun kazanılmasıyla sonuçlanabilir. Kimlik duygusu, "ben kimim?" sorusudur. Kimlik duygusu her psiko-sosyal evrede, belirli bir biçimde bulunur (Köker, 1997). Fizyolojik olarak değişen, toplum tarafından eskisinden farklı yerlere konulan, kendine ilişkin birçok soruyu cevaplamaya, değişimleri anlamaya, kendini tanımaya çalışan ergenin tüm bunları tek başına yaşamaya ve çözümlemesi, anlamlandırması düşünülemez. Ergen yaşadıklarını, hissettiklerini, korkularını, kaygılarını, umutlarını, planlarını vb. ebeveynlerine, yaşlılarına, öğretmenlerine veya uzmanlara açıklamak, paylaşmak, sorunlarına çözüm aramak ihtiyacı içerisindedir.

1.3. KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI VE KENDİNİ AÇMA ARASINDAKİ İLİŞKİ

Bireyler her şeyin hızla değiştiği dünyada doğa ile etkileşimlerini sürdürürken aynı zamanda duyuşsal, sosyal ve fizyolojik gereksinimlerini gidermek zorundadır. Bu gereksinim bireylerin davranışlarının temelini oluşturmaktadır. Bireyler duyuşsal, sosyal ve fizyolojik gereksinimlerini karşılarken doğal olarak başkalarıyla etkileşim halindedirler. Bu etkileşim yaşamı zenginleştirebilen ya da fakirleştirebilen sihirli bir olay olarak görülmektedir (Yüksel, 1997). Sağlıklı bir toplumsal çevrenin kurulabilmesi, sağlıklı insan ilişkileri ile mümkün olmaktadır. Sağlıklı ilişkilerin kurulabilmesi ise insanların birbirlerinin mesajlarını doğru olarak alıp yorumlamalarıyla mümkün olmaktadır. Ne var ki çeşitli iletişim engelleri, gönderilerin doğru alınıp uygun tepkilerin verilmesini engellemektedir. İletişim engellerinin bir kısmı çevresel koşullardan kaynaklanırken, önemli bir bölümü de bireylerin kişilik özelliklerinden kaynaklanmaktadır. İnsan ancak ilişkileri içinde var olabilen bir yaratık olduğundan, insanların düşünme, düşündüğünü karşısındakine anlatabilme yeteneği, toplumsal yaşamın temelini oluşturur. İnsanoğlunun düşünce ve duygu alışverişini kısıtlamak ya da genişletmek onun yaşam biçimini değiştirir (Cüceloğlu, 2000).

İnsanlık tarihinin başlangıcından bu yana var olan kişilerarası iletişim süreci, içeriği değişse de devam etmektedir. İnsanoğlu doğduğu andan ölünceye dek yani beşikten mezara kadar hep bir iletişim çabası içindedir. Bu çaba farklılıklar içinde ortak anlamları yakalama ve her şeye rağmen aynı anlamda buluşabilmeyi, kısacası anlaşmayı getirmektedir. Anlaşıldığını hisseden bireyin diğerlerinin aynasında kendisini daha iyi anladığı söylenebilir (Üstündağ, 2006).

Her insanın kendine özgü bir dünyası vardır. Birey kendi koşulları içinde kendine bir dünya oluşturur ve bu dünyanın içinden diğer insanlara uzanarak onlarla iletişim kurar. İnsanlar ancak ilişkiler içinde var olabilen bir varlık olduğu için, düşünme, düşündüğünü karşısındakine anlatabilme yeteneği, toplumsal yaşamın temelini oluşturur (Cüceloğlu, 1994).

Her insan, kendini anlatmada ve başkalarıyla iletişimde yeterli olmak ister. İnsan, gerekli anlatım yollarını ve araçlarını kullanarak tek başına da kendini ifade edebilir. Ama asıl anlamda anlatım, başkalarına iletilebilendir. Bu yüzden insan, duygularını, düşüncelerini çevresinde ilişki kurduğu insanlara iletmek ister. Ayrıca insan, ilişki kurduğu insanların duygularını, düşüncelerini de anlamak ister (Yüksel, 1997). İnsanın çevresiyle iletişim kurma ve bu iletişimi devam ettirme çabası içerisinde olduğu görülmektedir. Sosyal ilişkiler kurarak insan çevresiyle etkileşim içinde bulunur. Bu etkileşim sürecinde sağlıklı ilişkiler kurabilmek ancak yeterli sosyal becerileri kazanmakla gerçekleşebilir. İnsanın duygu ve düşüncelerini anlatmak ve karşısındaki kişinin bunları doğru anlayabilmesi için uygun anlatma yöntemini kullanması gerekir. Kullanılan yöntem kendini ifade etmede yeterli olması kadar, iletilenin karşısındaki insan üzerinde bırakacağı izlenimler açısından da önemi büyüktür. Çünkü olumlu bir tepki gelecekse bunu kolaylaştırır, olumsuz bir tepki gelecekse de bu tepkinin kabul edilebilir ölçüde gerçekleşmesini sağlar (Deniz, 2002). İnsanlar arası ilişkilerdeki bu durum bireylerin kendini açma davranışları üzerinde etkilidir. Bireyler alacakları tepkilere göre karşısındaki insanlara açılmakta ya da açılmamaktadır. İki birey arasında gerçekleşen bir iletişimde bireylerin birbirlerine kendilerini açıp açmamaları onların, yakın kişilerarası ilişki geliştirip geliştiremeyeceğini de etkileyebilmektedir. Son çeyrek yüzyıl içerisinde kendini açma kavramı ile ilgili olarak yapılan bilimsel çalışmalarda; ilk önceleri, kendini açma bir kişilik eğilimi olarak görülüyordu. Ancak daha sonraları kendini açma sosyal bir karşılıklı değişim olarak anlaşıldığı yaygın bir görüş haline gelmiştir (Çakır, 1994).

Yüksel-Şahin (1997) tarafından yapılan ve yeniden geliştirilen tanıma göre iletişim becerisi, “saygıyı ve empatiyi temel alarak, duygu ve düşünceleri karşısındaki kişiye maske takmadan ‘ben dili’ ile iletme, etkili dinleyebilme, somut konuşarak uygun bir biçimde kendini açabilme, ‘ben’ savaşımı vermeden başkalarını küçük görmeden kendi haklarını koruyabilme, sözel mesajlarla sözel olmayan mesajlar arasında tutarlılık sağlayabilme biçiminde bireyin, karşısındaki kişilerle doyum verici ilişkiler kurabilmesini sağlayan ve başkalarından olumlu tepkileri getiren, bireyin toplum içinde yaşamasını kolaylaştıran öğrenilmiş davranışlar” olarak tanımlanabilir.

İletişim denildiğinde, toplumsal uygulamalar, sosyal formlar, internet ağı akla gelir (Denzin, 1992). Birey kendini iletişim sürecinde tanımlar, anlamlandırır ve kendisinin farkına varır (Callero, 2003). Faules ve Alexander (1979), kişilerarası ilişkilerden kaçınmayan, sıklıkla diğer bireyler ile iletişim halinde olan bir birey, kendini tanı ve anlamlandırırken, diğer bireyleri de tanıma süreci içinde yer alır.

Kişilerarası ilişkilerin ayrılmaz bir parçası olan kendini açma, bireylerin diğerlerine kendilerini anlattıkları bir süreçtir. Her türlü kişilerarası iletişimde iş arkadaşlığından, aşk ilişkisine kadar kendini açma önemli bir rol oynar. İnsanlar arkadaşlarına ve eşlerine, doktorlarına, kuaförlerine ve avukatlarına kendilerini açarlar. Bireylerin ilişkileri açısından kendini açmanın önemi her zaman belirli değildir. Bazen insanlar kişisel problemlerini gerçekten etkili olabilecek profesyonellere anlatırken, bazen evlilikte eşler arasında olduğu gibi günlük sorunların anlatılması bir ritüel halini alabilir (Tardy ve Dindia, 1997). Kendini açma bireyler arasında yakın ilişkilerin gelişmesinde temel rol oynar. Yani kendini açma aracılığıyla kişi diğerini bilir, bir kesit bilginin ötesinde kendini açmanın içeriği, birisine doğru olarak bir şeyler söylediğinde kendisi hakkındaki kişisel bilgiyi iletir. Bu, açılan bilgiye karşılık uygun tepkinin verileceğine ve bu bilginin iki kişi arasında saklanacağına olan güvenin göstergesidir (Tong, 1998).

İnsanlar yaşamın içinde, iletişim sürecinde iken, sosyal rollerin gereğini yerine getirirken kendilerinden uzaklaşma riski taşırlar. Sosyal rol ile benliğin kesişim kümesinin büyümesi kişinin elinde ise, bu yabancılaşmadan uzak kalmanın da bireyin elinde olduğu söylenebilir. İlgi alanları, günlük olağan işler üzerine konuşmak kolaydır. Kişilik, özel hayat gibi mahrem konuları açabilecek kişilerin sayısının azalmış olması, iletişimin de samimiyetten uzak ve rolün gereği haline gelmesi anlamında olabilir. Bu süreçte bireyin dünyasının kapılarını aralaması anlamına da gelen kendini açma, bir kavram olarak ilk defa Jourard (1958) tarafından kullanılmıştır. Kendini açma "bir bireyin kendi duygu, düşünce ve gereksinimleriyle ilgili bildiklerini bir başka bireye sözel olarak aktardığı bir iletişim süreci" olarak ifade edilmiştir. Sağlıklı iletişim için uygun kendini açma ve iletişim becerilerinin kullanılması gerekmektedir. Söylemek veya söylememek pek çok insanın yasadışı bir ikilemdir.

Altman ve Taylor (1974)'a göre, bireyin sahip olduğu benliği ve çekirdeğin üzerinde yer alan katmanlar gibi, özellikleri iletişim sürecinde ön plandadır. Bu süreçte insanlar kendisi hakkında farklı kişilere farklı düzeylerde konuşur, kendilerinden bahseder, kısacası kendilerini açarlar. İletişimin her anında bireyden bir parça yer alır, benliğin dile getirilmesi, bireyin zenginliğinin başkaları ile paylaşılmasıdır. Bu süreç genellikle tek taraflı olmadığı için diğerinin de benzer şekilde hareket etmesi belki bireyin bilmedikleri ile yüzleşmesine, zenginliğine zenginlik katmasına yardımcı olur. Kendini açma ve iletişim süreci zenginleşmek olarak düşünebileceği gibi, yaralanmaya açık olmak anlamında da düşünülebilir. Birey iletişim sürecinde kendisiyle ve diğerleri ile yüzleşir. Kendisiyle yüzleşmenin oluşturduğu ilk endişeyi alacağı olumlu geri bildirimlerle aşabilir. Böylece birey gerçek benliği ile karşılaşma sürecini olgunlukla yaşayabilir. Bireyin çevresindekiler bir ölçüde ayna olur, bireyi kendisine yansıtır. Birey kendisiyle karşılaşırken, sahip olduğu özelliklerin rollerin, eşyaların, unvanların dışında yiyip içen, konuşup düşünen, seyredip dinleyen bir ben'e sahip olduğunu, kişi gerçek bir aynaya rastlayınca anlar (Dökmen, 2001). Bu farkındalık zorlu bir sürecin sonuna doğru olabilir, çünkü birey iletişimin sadece konuşmak olmadığını, "ben" in ifadesinin yanı sıra "diğerlerinin" ifadelerinin de pek çok anlamları barındırdığını; karşılaşılan her "ben"den de hazinelerle değişilemeyecek bir zenginlik kazanabileceğini göz önünde bulundurmasının gerektiğini fark eder. Kişilerarası ilişkilerinde ise "bir canın başka bir cana değmesi" şeklinde tarif edilebileceğini öğrenir (Cüceloğlu, 2002).

Kendini açma ve kişilerarası ilişkiler birbirini etkileyebilir. Kendini açma, ilişkinin yönünü, anlamını ve yoğunluğunu değiştirir ve ilişkinin doğası, kendini açmanın etki ve anlamını değiştirir. Kendini açmanın ilişkisel sonuçları olarak karşılıklılık ve hoşlanma görülebilir. İlişkiyi başlatmada, devam ettirmede ve sonlandırmada bireyin kendisini açmasının, kendisi hakkında bilgi vermesinin önemli fonksiyonu vardır (Navaro, 2000; Tardy ve Dindia, 1997). Cüceloğlu (2002), kendi düşünce ve duygularının yargılanmayacağına güvenen kişinin iç dünyasını sözlerine ve davranışlarına yansıtmaktan çekinmeyeceğini vurgular. Miller ve Knapp (1998), kendini açma konusunda asıl odaklanılan husus, insanların böyle davranmalarının nedenini ve ne ile ilişkili olduğunu bulmaktır. Miller ve Read (1987), insanların çeşitli hedefleri olduğunu ve bunun için bu hedeflere ulaştıracak

farklı planlara sahip olduklarını ifade etmektedir. Bundan dolayı bazı insanlar kendilerini fazla açarken bazıları ise daha az açmaktadırlar. Jourard (1971), araştırmalarında kendini açma davranışına durağan bir kişilik özelliği olarak yaklaşmıştır. Jourard'ın bu görüşü belirli kişilik özelliklerinin kendini açma davranışının çeşitli biçimleri ve derecelerine etkisinin olabileceğine odaklanmıştır. Kişilik temelli kendini açma araştırmaları, bu davranışın durumsal bağlamların değişkenliğine rağmen durağan özellikte olduğu ve kişilik özelliği olarak ifade edilmesi riskini oluşturmuştur. Bu da kendini açma davranışının sınırlandırılması ve basitleştirilmesidir. Kendini açma davranışına kişilik özelliği olarak yaklaşılmasına karşı, kişilik özelliklerinin ve durumsal özelliklerin kendini açma davranışını etkilediği düşünülmelidir (Miller ve Knapp, 1998).

Mükemmeliyetçilik ve cinsiyet unsurunun bireylerin kişilerarası tarzlarını belirlediği düşünülebilir. Örneğin, uyumsuz erkek mükemmeliyetçi sosyal ilişkilerde zorluklar yaşayabilir. Yaşamının sebebi olarak ise uyumsuz erkek mükemmeliyetçilerin, yakınlık, sempati ifadesinde ve yakın ilişkilerde zorluğa sebep olabilecek dominant-düşmanca kişilerarası tarzlar ile ilişkili olabileceği bulunmuştur (Slaney, 2006). Kendini açma, kendine dair kişisel ve özel bilgilerin açığa vurulması ve sözlü yakın davranışlar olarak tanımlanmıştır (Prager, 2000). Kendini açma insanlara olumlu olarak ilişkilerinin deneyimlerine yardımcı olur (Hemdrick, 1981). Kendini açma, duygular ve belirli olayların tasvirinde anlam atfedilen belirli olaylar gibi daha kişisel veya özel konular incelendiği zaman kişilerarası ilişkilerde, bireylerin yakınlık düzeyini artırır. Kendini açma, ihtiyaçların giderilmesi ve ilişki doyumu ile pozitif olarak ilişkili olduğu rastlanmıştır (Prager, 1998).

Kendini açma, kişinin kendisi ile ilgili bilgi iletmesi anlamına gelmektedir. Kendini açma ilişkileri hareketlendirir ve ilişkilere açıklık getirir. Kişi kendisini açmasının önüne geçemez. Birey kişilerarası ilişki içerisinde ise kendini açar. İçinde bulunduğu kişileri görmezden gelse dahi, sessizliği ve duruşu ile diğerlerine sözsüz mesajlar verir (<http://para.unl/para/Communication.Intro.html>).

Kişinin kendini bir başkasına açmasını sağlayan temel iletişim türü kişilerarası iletişimidir. Aksi takdirde birey iletişimin birinci aşamasında kalır. Kendi iç dünyasında kendi ile iletişimi sağlıklı olan bireyin kişilerarası iletişimde daha etkili olacağı ifade edilebilir. Açıköz'e (2005) göre birey kişilerarası iletişim ile

benliğini diğerlerine açıp onları aynası olarak görür. Birey olarak bizler kendimizi diğerlerinin benliklerinde gerçekleştirdiğimiz gibi aynı zamanda onların benliklerinde kendi kişiliğimizi ve kimliğimizin kontrolünü de yaparız.

Bireyin kişilerarası ilişki içinde yer alması ile, birey kendini kontrol etmeyi öğrenirken, başkaları tarafından onaylanır (Matsueda, 1992). Petronio (2002), bireylerin kişilerarası ilişkileri kendi içinde özel bir denge ve gizlilik oluşturduğu gibi, kendini açma davranışını beraberinde getirir. Başkaları tarafından onaylanan birey, duygu ve düşüncelerini paylaşabileceği, kendini açma süreci içine girer (Pfuhl ve Henry, 1993). Kendini açma, yakınlık içermeyen kişilerarası ilişkiler için, yakınlığa geçiş ve değişim süreci olarak da tanımlanır (Gilbert ve Horenstein, 1975).

Baumeister ve Leary (1995), kişinin gelişim süreci içinde yaşadığı değişimi anlamlandırması ve özümsemesinin ancak kişilerarası ilişkilerinde olabileceğini; böylece kişinin gelişimsel sürecindeki değişimlerin iyilik hali ile karşılanabileceğini vurgularlar. Kişinin kendisini bir gruba ait hissetmesi ile iyilik hali pekişir, gelişen kişilerarası ilişkiler ile kendini açma süreci hızlanır.

Kişilerarası ilişkilerde kendini açma, ilişkinin gelişiminde, bireylere yardımcı olurken, yakın ilişkiye geçiş sürecini hızlandırır. Kişilerarası ilişkilerde bireyler arasında hissedilen yakınlık, kişisel ve hassas bilgilerin paylaşılmasına zemin hazırlar (Adams, 2004).

Kendini açan bireyler, özel bilgilerini bir başkası ile paylaştığında açılan kişi doğru kişi olmadığı zaman, kendini açan birey incinebilir (Baird, 1977; Baxter ve Montgomery, 1996; Jacobs, Hyman ve McQuitty, 2001).

İletişim iki kişi arasındaki karşılıklılık olarak tanımlanır. İletişimin karşılıklı olması kişilerin yaşamlarında kuvvetli bağlar geliştirmelerini sağlar (Segrin ve Flora, 2005). Karşılıklı iletişim sürecinde kendini açan kişinin, karşısındakine mesaj aktarması, duygu, düşünce ve bakış açısını paylaşması ile kişilerarası bağlar kuvvetlenir (Montgomery, 2005). İletişim süreci, karşılıklılık gerektiren ve kişisel görüş ile düşüncelerini paylaşmada teşvik içeren bir süreçtir (Davis, 2008).

Kendini açma, ilişkideki samimiyetin ve güvenin göstergesidir. Bu süreçte kabul edilmediğini hissedenden kişide ilişkiye dair kaçınma davranışı görülür (Davis, 2008).

İletişim tarzları, kişiden kişiye göre değişir. Bu nedenle, kişilerarası iletişimde bireylerin kendini ve diğerlerini tanımak için iletişim tarzlarını belirlemeleri gerekir. İletişim tarzlarının farkında olan kişiler, kendilerini iyi ifade ederken, kendini açmanın miktarını ayarlayabilirler. Ayrıca kendini açmada doğru zamanlamayı kullanırken, kişisel bilgilerini paylaşırlar. Dolayısıyla kendini açmanın da kuralları vardır. Düşünce ve duyguların paylaşımı ile sağlıklı iletişim kurulur (Davis, 2008).

Kişilerarası ilişki kurmanın bireye katkısı olduğu kadar, riskleri de vardır. Birey başkaları ile iletişim kurarken, duygusal ve düşüncesele kendini açma sürecinde bulunur. Bu süreçte doğru olmayan kişiler ile duygularını (Greenberg ve Pascuel-Leona, 2001), düşüncelerini paylaşır. Bu durumun faydaları olabileceği kadar risk faktörü de vardır (Petronio, 2002). Eğer birey, kendini açarken güvenli hissetmiyorsa, duygu ve düşüncelerini paylaşmamalıdır. Ancak güven kurulabildiğinde kişi kendini açmanın miktarını ayarlayabilir. Bireyin kişilerarası ilişkilerindeki kendini açma değerlendirmeleri bireyin kişi içi ve kişilerarası iletişimini güçlendirir.

Kendini açma kişilerarası ilişkileri geliştirirken yakınlığı artırır. Yakınlığın artması ile kendini açmada da artış görülür. Kendini açma ile güven ilişkisi kurulurken kişilerarası ilişkiler gelişir. Olumsuz kendini açma da ise kişinin ihtiyacı olan paylaşımı sınırlandırırken kişilerin birbirlerinden uzaklaşmasına neden olur (Davis, 2008).

1.3.1. Kişilerarası İlişki Tarzları ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

Tracey ve Schneider (1995), erkekler ve kadınlar arasında kişilerarası davranışlar açısından farklılık olup olmadığını araştırmak üzere bekâr bay ve bayan örneklem grubuna kişilerarası etkileşimler kontrol listesini uygulamışlardır. Araştırma sonucunda erkeklerin kadınlara göre anlamlı derecede daha fazla kendine güvenen-başat, rekabetçi-güvenilmez, soğuk-düşmanca ve bağımsız çekingen

davranışlar sergiledikleri rapor edilmektedir. Ayrıca (Wiggins ve Holzmuller, 1978, 1981). Araştırmalarında da bekâr erkek ve kadın örneklem grubuna revize edilmiş kişilerarası sıfat listesi uygulamış ve sonuçta erkeklerin kadınlara göre kişilerarası ilişkilerinde daha fazla hırslı-başat, kibirli-kurnaz, soğuk-kavgacı ve ilgisiz/uzak-içedönük oldukları tespit edilmiştir.

Dökmen (1996), bir grup kız ve erkek üniversite öğrencisinin anneleriyle olan ilişkilerini karşılaştırdığı bir araştırma yapmıştır. Araştırmaya Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi'nde okuyan 140 öğrenci (86 kız, 56 erkek), 17-26 yaş arasında katılmıştır. Bu öğrenciler, sınıf ortamında, açık uçlu anket formuna anneleriyle olan ilişkilerinin olumlu ve olumsuz yönlerini ve ayrıca ideal anne-çocuk ilişkisinin nasıl olmasını beklediklerini de belirtmişlerdir. Cinsiyete göre bakıldığında, kızlarla erkekler, arasında bazı betimlemelerde anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Kızlar anneleri ile ilişkinin olumlu yönünü paylaşma, anlaşabilme ve arkadaşla iletişim olarak belirtirken, erkekler ilişkinin sevgi ve ilgi yönünü daha çok dile getirmişlerdir. Ayrıca gençler, annelerinin sevgisizlik ve ilgisizliklerini, çok konuşmalarının ve çok soru sormalarını, ezilmiş ve bağımlı olmalarını, onlara fazla güvenmeleri ve beğenmelerini de ilişkilerini olumsuz yönde olarak dile getirmişlerdir.

Sadler (2001), "Sosyal etkileşimde, kişilerarası ilişki tarzları ve ortak etki modeli" adlı çalışmasında 112 çift üniversite öğrencisi ile yapılan çalışma da, kişilerarası ilişki tarzları, tematik algı testi ve telefon görüşmeleri sonucu ilişkilerdeki hâkimiyet incelenmiştir. Cinsiyet farklılıkları açısından ilişkilerde hâkimiyet düzeyi anlamlı değer kazanmazken her ilişkinin kendi içinde farklılık gösterdiği vurgulanmıştır.

Mackenzie ve Shwitzer (2001), "İlişki denetiminde, kişilerarası tarz, kişilik ve ilişki memnuniyeti" adlı çalışmasında 24 yakın ilişki içinde olan çift üzerinde kişilerarası ilişki tarzları ve ilişki doyumu ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, bağımsız kişilerarası tarza sahip bireylerin ilişkilerinde güven, olumlu bakış açısı, duyarlılık ve sosyalleşme açısından anlamlı farklılığa rastlanırken ilişki doyumu açısından sosyallik ve yardım ihtiyacı alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmıştır.

Uzamaz ve Güçray (2004) araştırmalarını, sosyal beceri eğitiminin ergenlerin kişilerarası ilişki düzeylerine etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma, ön test, son test, deney ve kontrol gruplarından oluşan deneysel araştırma modeline göre düzenlenmiştir. Çalışma grubu Adana Ticaret Odası Anadolu Lisesine devam eden 9. Sınıf öğrencileri arasından 28 kişilik gönüllü bir gruptan oluşturulmuştur. Öğrencilerin 14'ü deney grubuna, 14'ü ise kontrol grubuna alınmıştır. Öğrencilerin kişilerarası ilişkiler düzeyi, Şahin, Durak ve Yasak (1994) tarafından geliştirilen ve araştırmacı tarafından ergenlerden oluşan 279 kişilik bir grupta geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan kişilerarası ilişkiler ölçeği ile belirlenmiştir. Deney grubuna 9 haftalık sosyal beceri eğitimi programı uygulanmıştır. Kontrol grubuna ise herhangi bir işlem yapılmamıştır. Verilerin analizinde tekrarlanmış ölçümler için varyans analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular, genel olarak sosyal beceri eğitiminin öğrencilerin kişilerarası ilişkiler düzeyinde olumlu etkiler sağladığı yönündedir. Aynı zamanda sosyal beceri eğitiminin kişilerarası ilişkiler Ölçeğinin bir alt boyutu olan Besleyici İlişkiler üzerinde etkili olduğu, fakat zehirleyici ilişkiler alt boyutunda etkili olmadığı saptanmıştır.

Gençdoğan ve diğ. (2005), "Polis okulundan ve polis meslek yüksekokulundan mezun polis memurlarının kişilerarası ilişki tarzlarının ve anormal davranış (saldırganlık) durumlarının karşılaştırılması" adlı çalışmasında Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda polis meslek yüksekokulu mezunu polislerin, polis okulu mezunu polisler göre; kişilerarası ilişki tarzları açısından, yardıma açık olma ve toleranslı olma durumlarının daha yüksek, saldırganlık açısından ise atılganlık durumlarının daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Kukulu ve ark. (2006), "Kadın hemşirelik öğrencilerinin, iletişim tarzları ve girişimcilikde sosyal destek, kontrol odağına etkisi" adlı çalışmalarında 105 hemşirelik öğrencisi ile yapılan çalışmada, Kontrol Odağı Ölçeği, Üniversite Öğrencileri için Kendini İfade Etme Ölçeği ve İletişim Tarzları Ölçeği, Algılanan Aile ve Akran Destek Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarında, algılanan akran desteğinin girişimcilik ile ilişkisinde anlamlı değere rastlanırken, iletişim tarzları ve girişimcilik arasında doğrudan bir ilişki olduğu belirtilmiştir. Ayrıca

algılanan aile desteğinin girişimcilik üzerinde doğrudan etkisinin olduğuna rastlanmıştır.

Kuehner (2006), “Kişisel uyum: kişilerarası ilişkiler ve problem çözme becerileri” 165 kişi (131 kadın, 34 erkek) ile yapılan, farklı milletlerden ve yaş ortalaması 41.73 olan çalışmada elde edilen bulgulara göre, kişilerarası ilişkilerdeki uyum düzeyinin cinsiyet farklılıkları açısından anlamlı değere rastlanırken; Asya milletlerinin, batı milletlerinden problem çözme ve kişilerarası ilişkilerdeki uyum düzeyinin anlamlı derecede yüksek olduğuna rastlanmıştır. Ayrıca kişilerarası ilişkilerden kaçınan bireylerin problem çözme becerilerinin düşük olduğuna rastlanmıştır.

Şahin Yüksel (2008), “Türk öğretmen adaylarının iletişim tarzları” adlı çalışmasında, 274 kişi ile iletişim tarzları üzerinde sosyal etkileşimde kişisel bakış açısı ve boyun eğici davranışlar araştırılmıştır. Kullanılan İletişim Tarzları Ölçeği, Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği ve Sosyal Etkileşim Ölçeği sonucunda olumlu kişisel bakış açısına sahip olan, kendilerini popüler ve öz güvenli algılayan, yüksek gelir düzeyinden gelen bireylerin daha yüksek iletişim tarzlarına sahip olduğuna ulaşılmıştır. Boyun eğici davranışlara göre, öğretmen adaylarının iletişim tarzlarında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Marr (2009), “Yükseköğretim yöneticileri ve çalışanları arasındaki kişilerarası iletişim ve profesyonel ilişkiler” adlı çalışmasında internet ortamında ulaştığı 1000 yükseköğretim yöneticisi ve çalışanı ile gerçekleştirilmiştir. Kişilerarası iletişim tarzı geliştiren bireylerin ilişkilerinde empati, duyarlılık, dışadönüklük gibi etkenlerin, ilişkiyi olumlu yönde etkilediği bulgusuna ulaşılmıştır.

Erözkan (2009a), “Lise öğrencilerinde kişilerarası ilişki tarzlarının yordayıcıları” adlı çalışmasında 400 kişi (200 kız; 200 erkek) üzerinde kişilerarası ilişkiler Tarzı Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi, İletişim Becerileri Envanteri ve Problem Çözme Envanterini kullanılmıştır. Araştırma bulguları, bağlanma stilleri, iletişim becerileri ve problem çözme becerilerinin kişilerarası ilişki tarzlarının önemli yordayıcıları olduğunu göstermiştir.

Erözkan (2009b), “Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve mizah tarzları” adlı çalışmasında cinsiyet, sınıf düzeyi, sosyo-ekonomik düzey ve ebeveyn tutumları açısından incelenmiştir. Araştırma da bilgi formu, kişilerarası ilişki tarzları ölçeği (Lorr, 1986) ve mizah tarzları ölçeği (Martin ve diğerleri, 2003) kullanılmıştır. Araştırma bulguları, üniversite öğrencileri için kişiler arası ilişki tarzlarının alt boyutları olan “duyarlılık” ve “dışadönüklük” üzerinde cinsiyetler ve sınıf düzeyleri arasında, mizah tarzlarının alt boyutları olan “kendini geliştirici mizah” ve “katılımcı mizah” üzerinde cinsiyetler ve ebeveyn tutumları arasında farklılık olduğunu ortaya koymuştur.

1.3.2. Kendini Açma ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

Selçuk (1989), “Üniversite öğrencilerinin kendini açma davranışları” adlı doktora tezinde cinsiyet, bölüm, sınıf, açılan bireyler, açılan konular ve uyum değişkenlerinin, öğrencilerin kendini açma düzeyini ölçmek için Selçuk (1989) tarafından geliştirilen “kendini açma envanteri” kullanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre kızlar kendilerini erkeklerden daha fazla açmakta, kız öğrenciler anneye, aynı cins yakın arkadaşına ve danışmana erkek öğrencilerden daha fazla açılmaktadır. Babaya, öğretmene ve karşı cins arkadaşına açılma puanlarında cinsiyetler arası farklılığa rastlanmamıştır. Kız öğrenciler düşünce ve görüşler, okul, aile, zevk ve ilgiler konularında erkeklerden daha fazla açılma göstermişlerdir. Ayrıca kız ve erkek öğrenciler arasında cinsiyet ve kişilik konularında açılma düzeyi bakımından farklılık gözlenmemiştir. Genel olarak öğrencilerin en fazla açıldıkları konular düşünce ve görüşler, en az ise cinsellik ve kişilik olmuştur. Öte yandan, uyum düzeyi ile kendini açma arasında yüksek ilişki bulunmuştur.

Dindia ve Allen (1992), kendini açma konusunda cinsiyet farklılığının belirlenmesi için 23.702 kişiyi kapsayan 205 araştırmanın analizini yürütmüştür. Bu araştırmaların sonuçlarına göre, kadınların erkeklere göre daha çok kendilerini açtıkları görülmüştür. Kadınların aynı cinse açılma seviyesinin karşı cinse açılmaya göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Kendini açan ile açılan birey arasında yakın ilişki bulunduğu zaman ise (açılanın aile üyesi, arkadaş, eş olması gibi) kadınların erkeklere göre kendini açma davranışlarının daha fazla olduğu görülmektedir. Açılan yabancı olduğunda ise erkeklerin kadınlara benzer şekilde

açılma davranışı gösterdikleri, kendini açmanın ölçümünde gözlemsel yaklaşım uygulandığında ise kadınların erkeklerden daha çok açıldıkları belirlenmiştir.

Aşık (1992), “Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarını Etkileyen Bazı Etmenler” adlı yüksek lisans tezinde yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, yaşamın çoğunu geçirdiği yerleşim birimi ve kendini kabul düzeyinin, üniversite öğrencilerinin kendini açma düzeyine etkisini incelemiştir. Elde edilen bulgulara göre, yaşın toplam puan olarak kendini açma düzeyine etkisi olmadığı, kız öğrencilerin anneye ve aynı cins yakın arkadaşına kendilerini daha fazla açtıkları, okul, zevk ve ilgiler konularında erkeklerden daha fazla açılma gösterdikleri gözlenmiştir. Sosyo-ekonomik düzey ve yaşamın çoğunu geçirdiği yerleşim birimi, toplam puan olarak kendini açma düzeyi üzerinde etkili olmamıştır. Kendini kabul düzeyi yüksek olan öğrencilerin, kendini açma düzeyinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Ekebaş (1994), “Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarının Cinsiyet ve Kendini Gerçekleştirme Düzeyleri Açısından İncelenmesi” adlı yüksek lisans tezinde, kendini gerçekleştirme düzeyi ve cinsiyetin kendini açma düzeyi ile ilişkisini incelemiştir. Elde edilen bulgulara göre, kendini gerçekleştirme düzeyi yüksek olan öğrenciler, kendilerini daha çok açabilmektedirler. Zamanı iyi kullanma puanı yüksek olan öğrencilerin düşünce ve görüşler, okul, cinsellik, zevk ve ilgiler konularında; annelerine, babalarına, aynı cinsten yakın arkadaşlarına, karşı cinsten yakın arkadaşlarına ve danışmanlara daha çok açıldıkları bulunmuştur. Öğrencilerin desteği içten alma puanlarına göre kendini açma envanterinden aldıkları konusal açılma ve bireylere açılma puanlarına bakıldığında düşünce ve görüşler, okul, cinsellik, zevk ve ilgiler, kişilik ile anne, baba, aynı cins yakın arkadaş, karşı cins yakın arkadaş, öğretmen, danışman için yüksek puanlı grup lehine anlamlı farklar bulunmuştur. Zamanı iyi kullanma puanları ve desteği içten alma puanları yüksek öğrencilerin kendilerini daha çok açtıkları, kız öğrencilerin erkeklere göre kendilerini daha çok açtıkları bulunmuştur.

Çakır (1994), “Lise son sınıf öğrencilerinin kendini açma davranışlarını etkileyen faktörler” isimli yüksek lisans tez çalışmasında 368 kız, 368 erkek lise son sınıf öğrencisi üzerinde Selçuk’un (1989), Türkçe ye uyarladığı kendini açma envanterini uygulamıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre kız

öğrencilerin kendilerini erkeklerden daha fazla açtıkları gözlenmiştir. Öte yandan kız öğrencilerin annelerine aynı cins yakın arkadaşlarına ve psikolojik danışma uzmanına kendilerini, erkek öğrencilerden daha fazla açtıkları görülmüştür. Kız öğrencilerin düşünce, görüşler, okul, aile, kişilik ve zevk-ilgiler konularında açılma düzeylerinin erkek öğrencilerden önemli düzeyde yüksek olduğu; cinsellik konusunda ise, kız ve erkek öğrencilerin puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Başarı durumları yüksek olan öğrencilerin kendini açma durumları düşük olan öğrencilere oranla daha yüksek bulunmuştur. Öte yandan sosyal faaliyetlere katılan öğrencilerin katılmayan öğrencilere oranla kendilerini daha fazla açtıkları sonucuna varılmıştır.

Kökdemir (1995), 626 lise ve üniversite öğrencisinin kendini açma davranışını kişi-çevre ilişkisi açısından incelediği bir araştırmasında ergenler ve genç yetişkinlerde kendini açma bakımından gerek konuşulan kişi gerekse konuşulan mekânda farklılıklar bulunmuştur. Araştırma sonucunda, kişinin kendini açması için en uygun kişiler olarak ebeveynleri ve arkadaşları; en uygun mekanlar ise, en fazla ev ortamı, akademik yerler ve genel kullanım alanları olarak belirlenmiştir. Aynı zamanda, arkadaşlara yapılan kendini açma davranışının ebeveynlere oranla daha fazla olduğu, ebeveynlerden ise anneye daha fazla açıldığı görülmüştür. Kendini açma davranışının yapıldığı mekânın ise en çok ev ortamı olduğu, bunun ardından sırasıyla akademik alanların ve herkese açık kullanım alanlarının geldiği bulunmuştur.

Ersever (1996), Hacettepe Üniversitesi, eğitim yönetimi, teftişi ve ekonomisi lisans tamamlama programına katılan 171 müfettiş adayı üzerinde yaptığı araştırmada, ilköğretim müfettiş adaylarının kendini açma davranışlarını, yaşa, doğum sırasına, yaşamının çoğunu geçirdiği yer ve meslekte çalışma yıllarına göre incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, bağımsız değişkenler olarak ele alınan yaş, doğum sırası, yaşamın çoğunu geçirdiği yer ve meslekte çalışma yıllarına göre kendini açma toplam puanları arasında anlamlı farklar bulunmamıştır.

Ataşalar (1996), grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin kendini açma davranışları, empatik becerileri üzerinde etkili olup olmadığı incelenmiştir. Araştırmasında, denek olarak psikolojik danışma ve rehberlik bölümünde okuyan ve kişiler arası ilişkiler dersini alan 10. sınıf öğrencilerinden

faydalanmıştır. Ön test-son test modeli çerçevesinde düzenlenen araştırmada kendini açma envanteri, empatik eğilim ölçeği ve empatik beceri ölçeği 6 hafta ara ile öğrencilere uygulanmış, testler arasında da 6 oturumluk grupla psikolojik danışma uygulaması yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, 6 oturumluk grupla psikolojik danışma anne-babaya kendini açma üzerinde etkili olmasına rağmen, kendini açma toplam puanı, empatik eğitim ve empatik beceriler üzerinde etkili olmamıştır. Atasalar, üniversite öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerine, cinsiyet ve yaşlarına göre kendini açma davranışlarını incelemek üzere bir çalışma yapmıştır. Üniversite 1. ve 4. sınıflarında okuyan 289 öğrenci üzerinde yapılan çalışma sonuçlarına göre; yaşları 20 den fazla olan öğrencilerin düşünce ve görüşler konusunda açılma düzeyleri, yaşları 17-19 arasında olanlara oranla daha yüksek bulunmuştur. Öte yandan yaşları 20-22 arasında olan üniversite öğrencilerinin cinsellik konusunda açılma düzeyleri, yaşları 17-19 arasında olan üniversite öğrencilerine göre daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca, 20-22 yas grubundaki öğrencilerden anneye açılma düzeyi diğerlerine göre daha yüksek bulunurken, 23 ve daha yukarı yaşta olan üniversite öğrencilerinin psikolojik danışmana açılma düzeyleri diğer yaş gruplarına oranla daha yüksek bulunmuştur.

Aker (1996), lise öğrencilerinin kendini açma davranışlarının kaygı düzeyleri ile cinsiyetleri açısından incelenmesi için bir araştırma yapmıştır. Araştırmanın sonucunda da kız öğrencilerin erkek öğrencilerden daha fazla oranda kendilerini açtıkları bulunmuştur. Ayrıca, sürekli kaygı düzeyi düşük öğrencilerin, sürekli kaygı düzeyi yüksek öğrencilerden daha fazla oranda kendilerini açtıkları da bu araştırmada önemli bir sonuç olarak bulunmuştur.

Gökçakan ve Gökçakan (1996)'da üniversite öğrencilerinin kendini anlatabilme düzeylerini belirlemek için yaptıkları çalışmada öğrencilerin ancak %19'nun kendilerini diğerlerine rahatlıkla anlatabildikleri, %50'sinin ancak orta düzeyde anlatabildikleri, %31'nin ise kendilerini açmadıkları görülmüştür. Konu açısından kendini anlatabilme düzeyine bakıldığında öğrencilerin %76'sının, para konusunda %90'nın, beden konusunda ise %89'nun kendilerini anlatmada sorunu olduğu ortaya çıkmaktadır. Kişilik, tutum, para ve inançlar konu alanlarında erkek öğrencilerin, kendilerini kız öğrencilere kıyasla daha kolay anlatabildikleri sonucuna ulaşılmıştır. Kız öğrencilerin anneye ve kız arkadaşına kendilerini daha fazla

anlatabildikleri, erkek öğrencilerin ise erkek arkadaşlarına ve annelerine açılabilirliklerine rastlanmıştır.

Öksüz (1997), duyguların açılması eğitiminin özerklik düzeyinin artmasında etkili olup olmadığını araştırdığı çalışmasında; özerklik düzeyi düşük olanların yüksek bir ilişki olduğu, genel, kişisel ve sosyal uyum düzeyleri yükseldikçe kendini açma düzeyinin de yükseldiği belirlenmiştir.

Özgüven ve Bilge (1997), 1994–1995 öğretim yılında farklı üniversitelerden 569 öğrenci üzerinde yaptıkları bir araştırmada, üniversite öğrencilerinin kendilerini karşı cinse mi, aynı cins arkadaşına daha rahat açtıklarını da araştırmış ve şu sonuçlara ulaşmışlardır: Üniversite öğrencilerinin %36'sı aynı cins arkadaşına ve %14'ü karşı cins arkadaşına kendilerini daha rahat açmakta olduklarını belirtmişlerdir. Ayrıca kızların %50'si ve erkeklerin % 49'unun kendini daha rahat açma konusunda hem cinsleri ile cinsiyet ayrımı gözetmedikleri de belirlenmiştir. Bu araştırmada, karşı cinse kendilerini daha rahat açtıklarını belirten kızlarla (% 11) erkekler (% 1) arasındaki görüş farkı 0,0025 düzeyinde önemli bulunmuştur.

Tong (1998) Kafkasya ve Çin kökenli Amerikan öğrencilerin kendini açma davranışları arasında kültürel farklılığın olup olmadığını araştırmıştır. Araştırma, öncesinde danışma deneyimi yaşamamış toplam 97 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Her bir örneklem grubu kız ve erkek öğrencilerin sayıları açısından yaklaşık eşit olarak oluşturulmuştur. 10 maddelik danışmada kendini açma envanteri hipotetik danışma oturumundaki kişisel konuların açılmasının düzeyini ölçmek için geliştirilmiştir. Bu oturumlarda erkek ve kadın olan ayrıca Çinli ve Kafkas olan danışmanlar bulunmaktadır. Sonuçlar Kafkas üyelerin genelde Çinli üyelere göre daha fazla kendilerini açtıklarını göstermiştir. Kültürel kimliğe bakılmaksızın üyelerin, kendileriyle aynı cinse açılma davranışını daha çok gösterdikleri belirlenmiştir. Ayrıca araştırma kadın danışman ve kadın arkadaşların kendini açma için tercih edilen üyeler olduklarını göstermiştir.

Leung (2002), “Yalnızlık, Kendini Açma ve ICQ Kullanma” isimli araştırmasında ICQ da kendini açma açısından yalnızlığın seviyesi ve ICQ kullanımı arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Revizyondan geçirilmiş UCLA yalnızlık ölçeği ve Kendini Açma Envanteri 576 üniversite öğrenci grubuna uygulanmıştır. Sonuçlar,

yalnızlığın, ICQ kullanma düzeyiyle doğrudan ilişkili olmadığı şeklindedir. Tersine açılan konunun önemi, doğruluğu ve ICQ chatte kendini açma miktarının ve amacının, kendini açmada derinliğin kontrolü ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Araştırmada, yalnız öğrencilerin ICQ etkileşimlerinde yalan söylemeye daha eğilimli, daha negatif ve daha az nitelikli kendini açma davranışı sergiledikleri bulunmuştur. Tersine olarak kişi anlaşıldığını kabul edildiğini hissettiğinde uygun, dürüst, olumlu ve doğru kendini açmanın yalnızlıkta azalmaya yol açtığı belirlenmiştir. Ayrıca yakın ilişkilerin, kendini açmanın samimiyetine ve derinliğine dayandığı ifade edilmiştir.

Purves ve Erwin'ın (2004) "Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Kendini Açma" isimli araştırmalarında duygusal açılma ile travma sonrası psikolojik durum arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Sonuçta erkeklerin kadınlara göre daha az duygusal kendini açma davranışı gösterdikleri, erkeklerin mutluluk duygusunu göstermeye olan istekliliklerinin anlamlı düzeyde daha az olduğu bulunmuştur. Kadınlar için ise, kaygı duygusunu ifade etmelerine ilişkin isteklilikleri anlamlı düzeyde daha fazla iken, korku duygusu için tersinin geçerli olduğu görülmüştür. Travmatik yaşantı sürecinde duygusal kendini açmanın rolünün olduğu araştırma sonucunda belirlenmiştir.

Horesh, Zalsman ve Apter (2004), "İntihar Davranışı ve Hastanede Yatan Ergen Psikiyatrilere Kendini Açma Davranışı" isimli araştırmasında yakın bir kişiye duygu ve düşüncelerin iletilmesindeki yetersizliğin intihar davranışı için önemli bir risk faktörü olabileceğini saptamıştır. Ergenlerde intihar davranışı ve kendini açma davranışı arasındaki ilişkinin araştırıldığı bu çalışmada, hastanenin psikiyatri servisinde yatan, 34 intihar girişiminde bulunmuş, 18 intiharı düşünen ve 18 intihar teşebbüsü veya düşüncesi olmayan ergenle çalışılmıştır. Değerlendirme ölçümleri, Çocuk intihar Potansiyeli Ölçeği, intihar Niyet Ölçeği ve Kendini Açma Envanteri ile ölçülmüştür. Araştırmada düşük kendini açma seviyesinin intihar düşünceleri, intihar girişimi ve intihar davranışı ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Gibbs, Nicole ve Rebecca (2006) "İnternet Birlikteliğinde Algılanan Başarı Kendini Açma Davranışı ve Umulan Gelecek Etkileşimlerin Rolü" isimli araştırmasında internetteki birlikteliklerdeki kendini açma davranışını araştırmayı

amaçlamıştır. 349 match.com adresi üyesi örneklem olarak seçilmiştir ve araştırmacı, ilişkisel hedeflerin bir modelini, kendini açma davranışını ve online birliktelikteki algılanan başarıyı test etmiştir. Araştırma sonuçları, sosyal nüfuz teorisinin, sosyal bilgi sürecinin ve online kendini açma davranışında gelecekte yüz yüze iletişim kurma beklentisinin yüksekliğini desteklemiştir. Araştırmacı, algılanan online birliktelikteki başarının kendini açma davranışının 4. boyutu üzerinde öngörülebildiğini (dürüstlük, miktar, niyet ve önem) yordayabildiğini göstermiş, dürüstlüğün negatif etkiye sahip olduğunu ifade etmiştir. Araştırma bulguları incelendiğinde genel olarak kendini açma ile pek çok değişken arasındaki ilişki incelenmiş, polislerin diğer gruplara göre kendini açma düzeylerinin daha az olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ayrıca araştırma sonuçlarına göre iletişim becerileri eğitim programının kendini açma davranışına etkisinin olduğu belirlenmiştir.

Üstündağ (2006), “İletişim Becerilerini Geliştirme Programının Güvenlik Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarına Etkisi” isimli araştırmasında güvenlik bilimleri fakültesine devam eden öğrencilerin, iletişim becerilerini geliştirme programının kendini açma davranışına etkisini araştırmayı amaçlamıştır. Araştırma 30 katılımcıdan oluşan deney ve kontrol gruplarında yürütülmüştür. Deney grubuna toplam 11 haftalık iletişim becerileri geliştirme programı uygulanmıştır. Programın başlangıcında Kendini Açma Envanteri uygulanmıştır. Uygulanan iletişim becerileri eğitimi sonrasında deney grubundaki öğrencilerin “Babaya, Karşı Cins Arkadaşa, Öğretmene ve Psikolojik Danışmana Açılma” davranışlarında kontrol grubundakilere göre anlamlı düzeyde artış gözlenmiş, “Anneye ve Aynı Cins Arkadaşa açılma” davranışlarında anlamlı düzeyde farklılık gözlemlenmemiştir.

BÖLÜM II

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ile kendini açma düzeylerinin cinsiyet, okunulan bölüm, öğretim türü, sınıf, yaşanan yer, sosyo-ekonomik düzey ve ebeveyn tutumları bağlamında incelenmesi amacıyla betimsel yöntem kullanılarak yapılmıştır. Betimsel yöntemin kullanıldığı araştırmalar olayların, objelerin, varlıkların, kurumların, grupların ve çeşitli alanların ne olduğunu inceleyen değişkenler arasındaki ilişkileri belirleyen araştırmalardır (Büyüköztürk, 2006). Araştırmada, kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma arasındaki ilişki ve çeşitli değişkenlere göre aralarındaki farklar incelendiğinden, betimsel yöntem modellerinden olan survey tipi bir araştırma modelinin kullanılması uygun bulunmuştur.

2.2. Çalışma Grubu

Araştırma grubu, 540 kişiden oluşmuştur. Araştırma amacına uygun olarak 2009-2010 eğitim öğretim yılında Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören ve Fen Bilgisi Öğretmenliği, Türkçe Öğretmenliği, Beden Eğitimi Öğretmenliği ve Resim Öğretmenliği bölümlerine devam eden sınıf düzeyleri dikkate alınarak 540 öğrenci üzerinde (272 kız; 268 erkek) gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılan grubun sayısal dağılımı aşağıdaki gibidir.

Tablo 2.1. Araştırma Grubunun Sosyo-Demografik Özellikleri

DEM. DEĞ.	FAKTÖR	n	%
Cinsiyet	Kız	272	50,3
	Erkek	268	49,6
Bölüm	Fen Bilgisi Öğretmenliği	194	35,9
	Türkçe Öğretmenliği	203	37,5
	Beden Eğitimi Öğrt.	88	16,3
	Resim Öğretmenliği	55	10,1
Öğretim	1. Öğretim	403	74,6
	2. Öğretim	137	25,3
Sınıf	1.Sınıf	158	29,2
	2.Sınıf	111	20,5
	3.Sınıf	117	21,6
	4.Sınıf	154	28,5
Yaşanılan Yer	Şehir	391	72,4
	Kasaba	75	13,8
	Köy	74	13,7
Sosyo-Ekonomik Düzey	Düşük	44	8,1
	Orta	460	85,1
	Yüksek	36	6,6
Ebeveyn Tutumları	Otoriter	47	8,7
	Demokratik	356	65,9
	İlgisiz	14	2,5
	Koruyucu	107	19,81
	Tutarsız	16	2,9

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma düzeyine ilişkin veriler Bilgi Formu, Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği ve Kendini Açma Envanteri ile elde edilmiştir.

2.4. Bilgi Toplama Formu (BTF)

Bu formda, çalışma grubundaki öğrencilerin cinsiyet, sınıf düzeyleri, öğretim türü, yaşanılan yer, anne-baba tutumları, sosyo-ekonomik düzeyler ve öğrenim görülen bölüm gibi demografik özelliklerine ilişkin bilgilerin toplanması amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan 7 soru yer almıştır.

2.5. Kişilerarası İlişki Tarzı Ölçeği (KİTÖ)

Lorr (1986) tarafından geliştirilen ölçek, bireyin diğer insanlarla olan etkileşim tarzını belirlemeyi amaçlamaktadır. Orjinali 300 maddeden oluşan ölçek, uzun zaman alması nedeniyle 150 maddeye indirgenmiştir. Tüm maddeler beş ana faktör -kişilerarası etkileşim, sosyalleşme, otonomi, kendini kontrol ve dengeli olma- altında toplanmış, güvenirlik katsayılarının .72 ile .89; test-tekrar test korelasyon katsayılarının .81 ile .95 arasında değiştiği görülmüştür. Geçerlik çalışmaları ise; Eysenck Kişilik Envanteri alt boyutları ile .51 ile .71; 16 Kişilik Faktörü Ölçeği alt boyutları ile .35 ile .71 arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Öztan (1995) tarafından yapılmış, daha kullanışlı bir ölçek oluşturmak için Cronbach Alpha değerleri en düşük alt boyutları ile her alt boyutta madde toplam korelasyonu en düşük olan maddeler ölçekten çıkarılarak 150 maddelik ölçek 55 maddeye indirilmiştir. Böylelikle geçerliği ve güvenirliği yüksek maddelerden oluşan daha kısa bir ölçek elde edilmiştir. Ölçeğin Türkçe formu, 11 alt boyutu -sosyallik ($\alpha=.36$), yardıma açık olma 5), destekleyicilik ($\alpha=.44$), başkalarına güven ($\alpha=.61$), hoşgörülülük ($\alpha=.37$), yönlendiricilik ($\alpha=.48$), bağımsızlık ($\alpha=.28$), temkinlilik ($\alpha=.39$), kararlılık ($\alpha=.50$) ve temkinlilik ($\alpha=.56$)- ayrı ayrı tanımlayan bir açıklama ile birlikte psikoloji alanında en az master derecesi olan 10 uzmana verilerek, her maddeyi dikkatle okuduktan sonra hangi alt boyuta girdiğine karar vermeleri istenmiştir. Uzmanlar arasındaki uzlaşma oranları % 60 ile % 100 arasında olup, ortalama % 80'dir. Böylece toplam 11 boyut ve her boyutta 5 maddenin yer aldığı 55 soruluk bir ölçek elde edilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliğini anlamak amacıyla 11 alt boyut kendi içinde bir faktör analizine tabi tutulmuş ve ana bileşenler (principal components) yöntemi ile yapılan analiz ve varimax dönüştürmesinden sonra bu 11 alt boyut 5 faktör üzerinde toplanmıştır. Bu faktörler ve kapsadıkları alt boyutlar şunlardır: İnsanseverlik ($\alpha=.66$). Dengelilik ($\alpha=.60$). Bağımsızlık ($\alpha=.46$). Duyarlılık ($\alpha=.51$). Dışadönüklük ($\alpha=.39$).

2.6. Kendini Açma Envanteri (KAE)

Kendini açma envanteri, üniversite öğrencilerinin davranış örüntülerini belirlemek amacıyla Selçuk (1988) tarafından geliştirilmiştir. Bu envanter Jouarard (1958) tarafından geliştirilen 'Self Disclosure Questionnaire' ile Flanders (1976) tarafından geliştirilen "Inventory of Self Disclosure" ölçeklerinden şekil ve içerik

yönünden faydalanarak hazırlanmıştır. Ayrıca Jouarard'ın geliştirdiği orjinal formun yanı sıra, bu formun Baymur (1971) Türkçeye adapte edilmiş halinden faydalanılmıştır. Envanter düşünce ve görüşler, aile, okul, cinsellik, kişilik, zevk ve ilgiler konularında 8'er madde olmak üzere toplam 48 maddeden oluşmaktadır. Envanterde ayrıca bireylerin kendilerin açmak için yöneldikleri bireyler olarak anne, baba, aynı cins yakın arkadaş, karşı cins yakın arkadaş, öğretmen ve danışman yer almaktadır.

Kendini açma envanteri'nin güvenilirlik çalışması Selçuk (1988) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu amaçla, aralıklı testin tekrarı yöntemi kullanılmıştır. Kendini açma envanteri, Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Matematik ve Almanca Bölümlerinin çeşitli sınıflarına 21-24 gün aralıklarla iki kez uygulanmıştır. Güvenirlik katsayısı 0.84 olarak bulunmuştur.

Kendini açma envanteri altı konuda sekizer madde olmak üzere toplam 48 maddeden oluşan bir envanterdir. Cevaplandırma her bir maddeye "0", "1" ya da "2" derecelerinden birini işaretleyerek yapılmaktadır. Kişi eğer belirli bir konuda kendini açtığı bireye olduğu gibi rahatlıkla anlatabiliyorsa cevap kağıdına "2", eğer rahatlıkla anlatamıyor ve yüzeysel olarak geçiştiriyorsa ilgili boşluğa "1" ve kendini açtığı bireyle hiç konuşmuyorsa ilgili boşluğa "0" rakamını yazmaktadır. Kendini açma envanterinde üç türlü puan bulunmaktadır. Bireye açılma puanı, konusal açılma puanı, toplam puan.

2.7. Verilerin Analizi

Kişilerarası İlişkiler Tarzı Ölçeği ve Kendini Açma Envanterinden elde edilen verilerin analizi SPSS/WINDOWS 16.0 programı kullanılarak yapılmıştır. Gruplar arası farklılığı belirlemek için "t" testi" ve "varyans analizi", değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için "korelasyon" kullanılmıştır.

BÖLÜM III

3. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, ölçeklerden elde edilen verilerin karşılaştırılmasına yönelik istatistiksel verilere alt amaçlar sırasıyla yer verilmiştir.

3.1. Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyleri Arasındaki İlişki İle İlgili Bulgular

Tablo 3.1.'de görüldüğü gibi; kişilerarası ilişki tarzlarının alt boyutlarından duyarlılık ile kendini açmanın alt boyutlarından karşı cins arkadaşına açılma ($r=.09$, $p<0.05$); düşünce ve görüşler ($r=.12$, $p<0.01$); aile ($r=.10$, $p<0.05$); cinsellik ($r=.09$, $p<0.05$) arasında düşük düzeyde, pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Dışa dönüklük alt boyutu ile aynı cins arkadaşına açılma ($r=.094$, $p<0.05$); karşı cins arkadaşına açılma ($r=.10$, $p<0.05$); cinsellik ($r=.09$, $p<0.05$) arasında düşük düzeyde, pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Bağımsızlık alt boyutu ile karşı cins arkadaşına açılma ($r=.10$, $p<0.05$); öğretmen ($r=.10$, $p<0.05$); psikolojik danışman ($r=.10$, $p<0.05$) arasında düşük düzeyde, pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma arasındaki ilişkiler Tablo 3' de verilmiştir.

Tablo 3.1

Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendi Açma Arasındaki Korelasyon Katsayıları

**=0.01 düzeyinde anlamlıdır, *=0.05 düzeyinde anlamlıdır.

DEĞİŞKEN	Duyarlılık	Dışa Dön.	İnsan Sev.	Denge.	Bağımsız	Anne	Baba	ACA	KCA	Öğrt.	PD	Düş. ve Gör.	Okul	Aile	Cinsellik	Kişilik	Zevk ve İlgiler
Duyarlılık	1																
Dışadönüklük	.24**	1															
İnsan severlik	.15**	.21**	1														
Dengelilik	.03	.03	.04	1													
Bağımsızlık	.29*	.11**	.07	.05	1												
Anne	.03	.02	.04	-.02	.02	1											
Baba	.03	-.00	.01	.03	-.00	.60**	1										
Aynı Cins Arkadaş	.05	.09*	.06	.01	.02	.39**	.35**	1									
Karşı Cins Arkadaş	.09*	.10*	.00	.04	.10*	.34**	.40**	.57**	1								
Öğretmen	.09*	.05	.03	.01	.10*	.36**	.40**	.41**	.56**	1							
Psikolojik Danışman	.09	.02	.00	.02	.10*	.36**	.31**	.40**	.43**	.58*	1						
Düşünce ve Görüşler	.12**	.02	.01	-.01	.07	.51**	.54**	.54**	.57**	.59**	.56**	1					
Okul	.02	.04	.00	.02	-.00	.63**	.61**	.61**	.60**	.57**	.54**	.69**	1				
Aile	.10*	.05	.00	.03	.06	.59**	.60**	.67**	.70**	.70**	.54**	.61**	.72**	1			
Cinsellik	.09*	.09*	.03	.06	.07	.58**	.60**	.56**	.66**	.65**	.43**	.46**	.53**	.72**	1		
Kişilik	.02	.08*	.04	.01	.04	.62**	.65**	.60**	.66**	.68**	.50**	.52**	.58**	.71**	.72**	1	
Zevk ve İlgiler	.07	.06	.03	.01	.07	.60**	.63**	.57**	.63**	.63**	.52**	.58**	.58**	.62**	.59**	.74**	1

3.2. Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeylerinde Cinsiyet Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular

Tablo 3.2’de görüldüğü gibi; duyarlılık ($t=1.51, p>0.05$), insan severlik ($t=.29, p>0.05$), bağımsızlık ($t=.49, p>0.05$), baba ($t=.98, p>0.05$), karşı cins arkadaş ($t=.19, p>0.05$), öğretmen ($t=.15, p>0.05$), cinsellik ($t=.03, p>0.05$), kişilik ($t=1.19, p>0.05$), puan ortalamalarında cinsiyet açısından istatistiksel olarak fark bulunmamıştır.

Dışadönüklük puan ortalamalarında cinsiyet'e göre fark bulunmuştur ($t=2.59, p<0.05$). Erkeklerin ortalamaları (27.79), kızların ortalamalarından (26.91) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Dengelilik açısından, cinsiyet'e göre fark bulunmuştur ($t=2.81, p<0.05$). Erkeklerin ortalamaları (24.09), kızların ortalamalarından (23.12) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kendini açmanın alt boyutlarından olan anneye açılmada alınan puanlar açısından cinsiyetler arasında fark bulunmuştur ($t=6.51, p<0.05$). Kızların ortalamaları (12.87), erkeklerin ortalamalarından (11.16) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Aynı cins arkadaşına açılmadan alınan puanlar açısından cinsiyetler arasında fark bulunmuştur ($t=3.29, p<0.05$). Kızların ortalamaları (12.75), erkeklerin ortalamalarından (11.94) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Psikolojik danışmana açılmadan alınan puanlar açısından cinsiyetler arasında fark bulunmuştur ($t=5.21, p<0.05$). Kızların ortalamaları (10.96), erkeklerin ortalamalarından (8.68) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Envanterdeki konulara göre açılma alt boyutlarından düşünce ve görüşlerden alınan puanlarda cinsiyetler arasında fark bulunmuştur ($t=3.06, p<0.05$). Kızların ortalamaları (8.31), erkeklerin ortalamalarından (7.90) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Okuldan alınan puanlarda cinsiyet açısından fark bulunmuştur ($t=4.76, p<0.05$). Kızların ortalamaları (7.76), erkeklerin ortalamalarından (6.97) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Aileden alınan puanlarda cinsiyet açısından fark bulunmuştur ($t=2.21, p<0.05$). Kızların ortalamaları (7.13), erkeklerin ortalamalarından (6.74) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Zevk ve ilgilerden alınan puanlarda cinsiyetler arasında fark bulunmuştur ($t=3.88, p<0.05$). Kızların ortalamaları (7.81), erkeklerin ortalamalarından (7.06) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Tablo 3.2.

Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeylerinde Cinsiyet Farklılıklarına Göre -t- testi Sonuçları.

FAKTÖR	CİNSİYET	n	Ort	Ss	sd	t	p
Duyarlılık	Kız	272	27.66	3.59	537	1.51	.13
	Erkek	268	28.16	4.11			
Dışadönüklük	Kız	272	26.91	3.71	537	2.59	.01
	Erkek	268	27.79	4.21			
İnsan severlik	Kız	272	27.51	3.67	537	.29	.76
	Erkek	268	27.60	3.47			
Dengelilik	Kız	272	23.12	4.01	538	2.81	.00
	Erkek	268	24.09	4.01			
Bağımsızlık	Kız	272	26.50	3.36	538	.49	.62
	Erkek	268	26.65	3.51			
Anne	Kız	272	12.87	2.76	538	6.51	.00
	Erkek	268	11.16	3.30			
Baba	Kız	272	10.40	3.51	538	.98	.32
	Erkek	268	10.09	3.69			
Aynı Cins Arkadaş	Kız	272	12.75	2.77	538	3.29	.00
	Erkek	268	11.94	2.93			
Karşı Cins Arkadaş	Kız	272	10.43	3.55	538	.19	.84
	Erkek	268	10.37	3.48			
Öğretmen	Kız	272	7.87	4.02	538	.15	.87
	Erkek	268	7.92	3.90			
Psikolojik Danışman	Kız	272	10.96	4.76	537	5.21	.00
	Erkek	268	8.68	5.40			
Düşünce ve Görüşler	Kız	272	8.31	1.41	537	3.06	.00
	Erkek	268	7.90	1.68			
Okul	Kız	272	7.76	1.82	537	4.76	.00
	Erkek	268	6.97	1.98			
Aile	Kız	272	7.13	1.96	538	2.21	.02
	Erkek	268	6.74	2.17			
Cinsellik	Kız	272	6.00	2.05	537	.03	.96
	Erkek	268	6.01	2.20			
Kişilik	Kız	272	6.14	2.11	537	1.19	.23
	Erkek	268	5.92	2.26			
Zevk ve İlgiler	Kız	272	7.81	2.10	538	3.88	.00
	Erkek	268	7.06	2.35			

3.3.Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeylerinde Okunulan Bölüm Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular

Tablo 3.3'de görüldüğü gibi; duyarlılık ($F=1.99$, $p>0.05$), dışadönüklük ($F=.38$, $p>0.05$), insan severlik ($F=1.82$, $p>0.05$), dengelilik ($F=.58$, $p>0.05$), babaya

açılma ($F=1.08, p>0.05$), öğretmene açılma ($F=2.08, p>0.05$), psikolojik danışmana açılma ($F=.79, p>0.05$), düşünce ve görüşler konusunda ($F=2.29, p>0.05$), cinsellik konusunda ($F=3.21, p>0.05$), kişilik konusunda ($F=1.91, p>0.05$) alınan puanlar açısından bölümler arasında istatistiksel olarak fark bulunamamıştır.

Bağımsızlık puan ortalamalarında bölümler açısından fark bulunmuştur ($F=3.44, p<0.05$). Resim öğretmenliği bölümünün puanları (27.89); Beden Eğitimi öğretmenliği (26.69); Türkçe öğretmenliği (26.50) ve Fen Bilgisi öğretmenliği (26.63) bölümünün ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kendini Açmanın alt boyutlarından olan anneye açılmadan alınan puanlara bakıldığında bölümler arasında fark bulunmuştur ($F=2.75, p<0.05$). Resim öğretmenliği bölümünün puanları (12.73); Fen Bilgisi öğretmenliği (12.32); Türkçe öğretmenliği (11.75) ve Beden Eğitimi öğretmenliği (11.53) bölümünün ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Aynı cins arkadaşına açılmadan alınan puanları açısından bölümler arasında fark bulunmuştur ($F=4.57, p<0.05$). Resim öğretmenliği (12.82); Türkçe öğretmenliği (12.63); Fen Bilgisi öğretmenliği (12.38) ve Beden Eğitimi öğretmenliği (11.37) bölümünün ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Karşı cins arkadaşına açılmadan alınan puanlar açısından bölümler arasında fark bulunmuştur ($F=2.73, p<0.05$). Resim öğretmenliği (11.61); Türkçe öğretmenliği (10.37); Fen Bilgisi öğretmenliği (10.29) ve Beden Eğitimi öğretmenliği (9.96) bölümünün ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Envanterdeki konulara göre açılma alt boyutlarından okuldan alınan puanlarda bölümler arasında fark bulunmuştur ($F=1.22, p<0.05$). Resim öğretmenliği (7.77); Türkçe öğretmenliği (7.38); Fen Bilgisi öğretmenliği (7.35) ve Beden Eğitimi öğretmenliği (7.13) bölümünün ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Aile puanları ortalamaları açısından bölümler arasında fark bulunmuştur ($F=3.29, p<0.05$). Resim öğretmenliği (7.58); Türkçe öğretmenliği (7.06); Fen Bilgisi öğretmenliği (6.79) ve Beden Eğitimi öğretmenliği (6.56) bölümünün ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Cinsellik puan ortalamaları açısından bölümler arasında fark bulunmuştur ($F=3.21, p<0.05$). Resim öğretmenliği (6.65); Beden Eğitimi öğretmenliği (6.24); Türkçe öğretmenliği (6.00) ve Fen Bilgisi öğretmenliği (5.72) bölümünün ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı

bulunmuştur. Zevk ve ilgiler puan ortalamaları bölümler açısından fark bulunmuştur ($F=4.06$, $p<0.05$). Resim öğretmenliği (8.11); Fen Bilgisi öğretmenliği (7.64); Türkçe öğretmenliği (7.29); ve Beden Eğitimi öğretmenliği (6.92) bölümünün ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Tablo 3.3.

Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeylerinde Okunulan Bölüm Farklılıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.

FAKTÖR	BÖLÜM	n	Ort	Ss	Sd	F	p
Duyarlılık	Fen Bilgisi	195	27.42	3.54	3	1.99	.11
	Türkçe	202	28.19	3.69	535		
	Beden Eğt.	88	28.44	4.87	538		
	Resim	55	27.74	3.65			
Dışa dönüklük	Fen Bilgisi	195	27.10	4.54	3	.38	.76
	Türkçe	202	27.50	3.68	535		
	Beden Eğt.	88	27.52	3.72	538		
	Resim	55	27.36	3.41			
İnsan severlik	Fen Bilgisi	195	27.89	4.01	3	1.82	.14
	Türkçe	202	27.54	3.46	535		
	Beden Eğt.	88	27.59	2.89	538		
	Resim	55	26.65	3.16			
Dengeliklik	Fen Bilgisi	195	23.87	4.73	3	.58	.62
	Türkçe	202	23.42	3.16	536		
	Beden Eğt.	88	23.64	4.73	539		
	Resim	55	23.23	3.66			
Bağımsızlık	Fen Bilgisi	195	26.23	3.51	3	3.44	.01
	Türkçe	202	26.50	3.50	536		
	Beden Eğt.	88	26.69	2.87	539		
	Resim	55	27.89	3.70			
Anne	Fen Bilgisi	195	12.32	2.96	3	2.75	.04
	Türkçe	202	11.75	3.19	536		
	Beden Eğt.	88	11.53	3.57	539		
	Resim	55	12.73	2.81			
Baba	Fen Bilgisi	195	10.48	3.23	3	1.08	.35
	Türkçe	202	9.98	3.85	536		
	Beden Eğt.	88	10.06	3.85	539		
	Resim	55	10.75	3.45			
Aynı Cins Arkadaş	Fen Bilgisi	195	12.38	2.82	3	4.57	.04
	Türkçe	202	12.63	2.70	536		
	Beden Eğt.	88	11.37	3.33	539		
	Resim	55	12.82	2.62			
Karşı Cins Arkadaş	Fen Bilgisi	195	10.29	3.26	3	2.73	.10
	Türkçe	202	10.37	3.68	536		
	Beden Eğt.	88	9.96	3.71	539		

	Resim	55	11.61	3.27			
Öğretmen	Fen Bilgisi	195	7.44	3.98	3	2.08	.49
	Türkçe	202	7.93	3.76	536		
	Beden Eğt.	88	8.23	4.46	539		
	Resim	55	8.81	3.60			
Psikolojik Danışman	Fen Bilgisi	195	10.08	5.01	3	.79	.07
	Türkçe	202	9.79	5.17	535		
	Beden Eğt.	88	9.11	5.49	538		
	Resim	55	10.21	5.58			
Düşünce ve Görüşler	Fen Bilgisi	195	8.21	1.41	3	2.29	.30
	Türkçe	202	8.17	1.45	535		
	Beden Eğt.	88	7.71	2.01	538		
	Resim	55	8.16	1.62			
Okul	Fen Bilgisi	195	7.35	1.78	3	1.22	.02
	Türkçe	202	7.38	2.03	535		
	Beden Eğt.	88	7.13	2.20	538		
	Resim	55	7.77	1.68			
Aile	Fen Bilgisi	195	6.79	1.85	3	3.29	.02
	Türkçe	202	7.06	2.04	536		
	Beden Eğt.	88	6.56	2.59	539		
	Resim	55	7.58	1.84			
Cinsellik	Fen Bilgisi	195	5.72	2.03	3	3.21	.12
	Türkçe	202	6.00	2.08	535		
	Beden Eğt.	88	6.24	2.45	538		
	Resim	55	6.65	1.89			
Kişilik	Fen Bilgisi	195	6.16	2.03	3	1.93	.12
	Türkçe	202	5.82	2.08	535		
	Beden Eğt.	88	5.90	2.45	538		
	Resim	55	6.54	1.89			
Zevk ve İlgiler	Fen Bilgisi	195	7.64	2.07	3	4.06	.00
	Türkçe	202	7.29	2.25	536		
	Beden Eğt.	88	6.92	2.41	539		
	Resim	55	8.11	1.89			

3.4. Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeylerinde Öğretim Türü Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular

Tablo 3.4'de görüldüğü gibi; duyarlılık ($t=.18, p>0.05$), dışadönüklük ($t=1.09, p>0.05$), dengelilik ($t=1.65, p>0.05$), bağımsızlık ($t=.47, p>0.05$), anneye açılma ($t=.37, p>0.05$), babaya açılma ($t=.53, p>0.05$), aynı cins arkadaşına açılma ($t=.09, p>0.05$), karşı cins arkadaşına açılma ($t=.11, p>0.05$), öğretmene açılma ($t=1.85, p>0.05$), psikolojik danışmana açılma ($t=.14, p>0.05$), düşünce ve görüşler konusu ($t=1.21, p>0.05$), okul konusu ($t=1.20, p>0.05$), aile konusu ($t=.87, p>0.05$), cinsellik konusu ($t=.89, p>0.05$), kişilik konusunda ($t=.58, p>0.05$), zevk ve ilgiler konusunda

($t=.25$, $p>0.05$) alınan puan ortalamalarında bölümler açısından istatistiksel olarak fark bulunamamıştır.

İnsan severlik puan ortalamalarında öğretim türü açısından fark bulunmuştur ($t=2.55$, $p<0.05$). 2.öğretim (28.22), 1. öğretim ortalamalarından (27.32) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Tablo 3.4.

Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyleri Arasında Öğretim Türü Farklılıklarına Göre t-testi Sonuçları

FAKTÖR	ÖĞRETİM	n	Ort	Ss	sd	t	p
Duyarlılık	1.Öğretim	403	27.89	3.87	537	.18	.85
	2.Öğretim	137	27.96	3.84			
Dışadönüklük	1.Öğretim	403	27.24	3.79	537	1.09	.27
	2.Öğretim	137	27.67	4.51			
İnsan severlik	1.Öğretim	403	27.32	3.36	537	2.55	.01
	2.Öğretim	137	28.22	4.08			
Dengelilik	1.Öğretim	403	23.43	3.78	538	1.65	.10
	2.Öğretim	137	24.09	4.69			
Bağımsızlık	1.Öğretim	403	26.62	3.28	538	.47	.63
	2.Öğretim	137	26.45	3.85			
Anne	1.Öğretim	403	11.99	3.16	538	.37	.70
	2.Öğretim	137	12.11	3.14			
Baba	1.Öğretim	403	10.20	3.59	538	.53	.59
	2.Öğretim	137	10.39	3.62			
Aynı Cins Arkadaş	1.Öğretim	403	12.35	2.94	538	.09	.92
	2.Öğretim	137	12.37	2.68			
Karşı Cins Arkadaş	1.Öğretim	403	10.41	3.58	538	.11	.90
	2.Öğretim	137	10.37	3.34			
Öğretmen	1.Öğretim	403	8.08	3.96	538	1.85	.06
	2.Öğretim	137	7.35	3.93			
Psikolojik Danışman	1.Öğretim	403	9.81	5.20	537	.14	.88
	2.Öğretim	137	9.88	5.25			
Düşünce ve Görüşler	1.Öğretim	403	8.06	1.60	537	1.21	.22
	2.Öğretim	137	8.25	1.43			
Okul	1.Öğretim	403	7.43	1.98	537	1.20	.23
	2.Öğretim	137	7.20	1.82			
Aile	1.Öğretim	403	6.98	2.14	538	.87	.38
	2.Öğretim	137	6.80	1.88			
Cinsellik	1.Öğretim	403	6.05	2.15	537	.89	.37
	2.Öğretim	137	5.87	2.04			
Kişilik	1.Öğretim	403	6.00	2.20	537	.58	.55
	2.Öğretim	137	6.13	2.16			
Zevk ve İlgiler	1.Öğretim	403	7.43	2.22	538	.25	.80
	2.Öğretim	137	7.48	2.36			

3.5. Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeylerinde Sınıf Düzeyleri Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular

Tablo 3.5’de görüldüğü gibi; insan severlik ($F=1.33$, $p>0.05$), dengelilik ($F=1.49$, $p>0.05$), bağımsızlık ($F=1.32$, $p>0.05$), anneye açılma ($F=.20$, $p>0.05$), babaya açılma ($F=.39$, $p>0.05$), aynı cins arkadaşına açılma ($F=.82$, $p>0.05$), öğretmene açılma ($F=2.28$, $p>0.05$), psikolojik danışmana açılma ($F=2.30$, $p>0.05$), okul konusu ($F=.34$, $p>0.05$), aile konusu ($F=1.35$, $p>0.05$), cinsellik konusu ($F=.91$, $p>0.05$), kişilik konusunda ($F=1.10$, $p>0.05$) alınan puan ortalamalarında açısından sınıf açısından istatistiksel olarak fark bulunamamıştır.

Duyarlılık puan ortalamalarında sınıflar açısından fark bulunmuştur ($F=2.81$, $p<0.05$). 3. sınıf olan bireylerin ortalamaları (28.32); 4. sınıf (28.25); 1.sınıf (27.89) ve 2.sınıf (27.02) olan bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Dışadönüklük puan ortalamalarında sınıflar açısından fark bulunmuştur ($F=3.74$, $p<0.05$). 1. sınıf olan bireylerin ortalamaları (28.19); 2. sınıf (27.31); 3.sınıf (27.02) ve 4.sınıf (26.72) olan bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Karşı cins arkadaşına açılma puan ortalamaları açısından sınıflar arasında fark bulunmuştur ($F=4.82$, $p<0.05$). 3. sınıf olan bireylerin ortalamaları (10.99); 4. sınıf (10.93); 1.sınıf (9.98) ve 2.sınıf (9.64) olan bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Envanterdeki konulara göre açılma alt boyutlarından düşünce ve görüşler puan ortalamaları sınıf açısından fark bulunmuştur ($F=4.12$, $p<0.05$). 4. sınıf olan bireylerin ortalamaları (8.41); 3. sınıf (8.22); 2.sınıf (7.98) ve 1.sınıf (7.82) olan bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Zevk ve ilgiler puan ortalamalarında sınıf açısından fark bulunmuştur ($F=3.67$, $p<0.05$). 4. sınıf olan bireylerin ortalamaları (7.77); 3. sınıf (7.24); 2.sınıf (7.22) ve 1.sınıf (7.06) olan bireylerin ortalamalarından daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Tablo 3.5.

Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyleri Arasında Sınıf Düzeyleri Farklılıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.

FAKTÖR	SINIF	n	Ort	Ss	sd	F	p
Duyarlılık	1.Sınıf	158	27.89	3.50	3	2.81	.03
	2.Sınıf	111	27.02	3.44	535		
	3.Sınıf	117	28.32	3.75	538		
	4.Sınıf	154	28.25	3.68			
Dışa dönüklük	1.Sınıf	158	28.19	4.57	3	3.74	.01
	2.Sınıf	111	27.31	3.65	535		
	3.Sınıf	117	27.02	3.65	538		
	4.Sınıf	154	26.72	3.71			
İnsan severlik	1.Sınıf	158	27.89	3.97	3	1.33	.26
	2.Sınıf	111	27.36	3.52	536		
	3.Sınıf	117	27.79	3.21	539		
	4.Sınıf	154	27.17	3.42			
Dengeliklik	1.Sınıf	158	23.99	3.65	3	1.49	.21
	2.Sınıf	111	23.54	4.27	536		
	3.Sınıf	117	22.97	3.37	539		
	4.Sınıf	154	23.72	3.60			
Bağımsızlık	1.Sınıf	158	26.34	2.98	3	1.32	.26
	2.Sınıf	111	26.61	2.98	536		
	3.Sınıf	117	26.80	3.44	539		
	4.Sınıf	154	26.91	3.98			
Anne	1.Sınıf	158	11.89	3.17	3	.20	.89
	2.Sınıf	111	12.06	3.03	536		
	3.Sınıf	117	11.98	3.10	539		
	4.Sınıf	154	12.16	3.28			
Baba	1.Sınıf	158	10.07	3.39	3	.39	.75
	2.Sınıf	111	10.14	3.39	536		
	3.Sınıf	117	10.51	3.72	539		
	4.Sınıf	154	10.31	3.87			
Aynı Cins Arkadaş	1.Sınıf	158	12.08	3.17	3	.82	.48
	2.Sınıf	111	12.48	2.75	536		
	3.Sınıf	117	12.60	2.78	539		
	4.Sınıf	154	12.35	2.72			
Karşı Cins Arkadaş	1.Sınıf	158	9.98	3.37	3	4.82	.00
	2.Sınıf	111	9.64	4.01	536		
	3.Sınıf	117	10.99	3.31	539		
	4.Sınıf	154	10.93	3.90			
Öğretmen	1.Sınıf	158	7.64	3.70	3	2.28	.07
	2.Sınıf	111	7.42	4.23	536		
	3.Sınıf	117	7.78	4.22	539		
	4.Sınıf	154	8.57	3.76			
Psikolojik Danışman	1.Sınıf	158	9.63	4.86	3	2.30	.07
	2.Sınıf	111	9.63	5.00	535		
	3.Sınıf	117	9.12	5.87	538		
	4.Sınıf	154	10.70	5.09			

Düşünce ve Görüşler	1.Sınıf	158	7.82	1.52	3	4.12	.00
	2.Sınıf	111	7.98	1.57	535		
	3.Sınıf	117	8.22	1.65	538		
	4.Sınıf	154	8.41	1.48			
Okul	1.Sınıf	158	7.32	1.85	3	.34	.79
	2.Sınıf	111	7.36	1.94	535		
	3.Sınıf	117	7.27	2.04	538		
	4.Sınıf	154	7.50	1.96			
Aile	1.Sınıf	158	6.81	1.97	3	1.35	.25
	2.Sınıf	111	6.70	1.95	536		
	3.Sınıf	117	7.05	2.23	539		
	4.Sınıf	154	7.15	2.14			
Cinsellik	1.Sınıf	158	5.89	2.00	3	.91	.43
	2.Sınıf	111	5.87	2.23	535		
	3.Sınıf	117	6.27	2.09	538		
	4.Sınıf	154	6.02	2.20			
Kişilik	1.Sınıf	158	5.96	1.98	3	1.10	.34
	2.Sınıf	111	5.85	2.20	535		
	3.Sınıf	117	5.96	2.27	538		
	4.Sınıf	154	6.25	2.32			
Zevk ve İlgiler	1.Sınıf	158	7.06	2.12	3	3.67	.01
	2.Sınıf	111	7.22	2.23	536		
	3.Sınıf	117	7.24	2.41	539		
	4.Sınıf	154	7.77	2.24			

3.6. Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları Ve Kendini Açma Düzeylerinde Yaşanılan Yer Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular

Tablo 3.6'de görüldüğü gibi; duyarlılık ($F=.65, p>0.05$), dışadönüklük ($F=1.44, p>0.05$), insan severlik ($F=2.74, p>0.05$), dengelilik ($F=.44, p>0.05$), bağımsızlık ($F=2.12, p>0.05$), anneye açılma ($F=1.76, p>0.05$), babaya açılma ($F=.94, p>0.05$), aynı cins arkadaşına açılma ($F=.08, p>0.05$), karşı cins arkadaşına açılma ($F=.33, p>0.05$), öğretmene açılma ($F=.60, p>0.05$), psikolojik danışmana açılma ($F=.27, p>0.05$), okul konusu ($F=.53, p>0.05$), aile konusu ($F=.02, p>0.05$), cinsellik konusu ($F=.97, p>0.05$), kişilik konusunda ($F=.35, p>0.05$), zevk ve ilgiler konusunda ($F=.86, p>0.05$), alınan puan ortalamalarında yaşanılan yer açısından istatistiksel olarak fark bulunamamıştır.

Tablo 3.6.

Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyleri Arasında Yaşanılan Yer Farklılıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.

FAKTÖR	Yaşanılan yer	n	Ort	Ss	sd	F	p
Duyarlılık	Şehir	391	27.98	3.92	2	.65	.51
	Kasaba	75	27.43	3.85	536		
	Köy	74	27.97	3.55	538		
Dışadönüklük	Şehir	391	27.24	4.09	2	1.44	.23
	Kasaba	75	27.20	3.94	536		
	Köy	74	28.08	3.37	538		
İnsan severlik	Şehir	391	27.38	3.42	2	2.74	.06
	Kasaba	75	27.56	4.02	536		
	Köy	74	28.44	3.78	538		
Dengeliklik	Şehir	391	23.50	4.20	2	.44	.64
	Kasaba	75	23.74	3.74	537		
	Köy	74	23.95	3.42	539		
Bağımsızlık	Şehir	391	26.42	3.48	2	2.12	.12
	Kasaba	74	26.68	3.35	537		
	Köy	74	27.31	3.19	539		
Anne	Şehir	391	12.17	3.08	2	1.76	.17
	Kasaba	75	1176	3.26	537		
	Köy	74	1149	3.37	539		
Baba	Şehir	391	10.37	3.54	2	.94	.38
	Kasaba	75	10.07	3.73	537		
	Köy	74	9.78	3.80	539		
Aynı Cins Arkadaş	Şehir	391	12.32	2.90	2	.08	.91
	Kasaba	75	12.44	2.77	537		
	Köy	74	12.43	2.91	539		
Karşı Cins Arkadaş	Şehir	391	10.47	3.53	2	.33	.71
	Kasaba	75	10.31	3.46	537		
	Köy	74	10.12	3.54	539		
Öğretmen	Şehir	391	7.92	4.00	2	.60	.54
	Kasaba	75	9.48	4.06	537		
	Köy	74	9.66	3.66	539		
Psikolojik Danışman	Şehir	391	8.12	5.20	2	.27	.76
	Kasaba	75	8.11	5.64	536		
	Köy	74	8.02	4.82	538		
Düşünce ve Görüşler	Şehir	391	8.12	1.53	2	.13	.87
	Kasaba	75	8.11	1.82	536		
	Köy	74	8.02	1.47	538		
Okul	Şehir	391	7.40	1.91	2	.53	.58
	Kasaba	75	7.39	1.97	536		
	Köy	74	7.15	2.09	538		
Aile	Şehir	391	6.95	2.08	2	.02	.98
	Kasaba	75	6.92	1.99	537		
	Köy	74	6.90	2.18	539		
Cinsellik	Şehir	391	6.08	2.15	2	.97	.37
	Kasaba	75	5.79	2.00	536		
	Köy	74	5.81	2.09	538		
Kişilik	Şehir	391	6.08	2.16	2	.35	.70
	Kasaba	75	5.90	2.33	536		
	Köy	74	5.90	2.20	538		
Zevk ve İlgiler	Şehir	391	7.50	2.23	2	.86	.42
	Kasaba	75	7.13	2.41	537		
	Köy	74	7.43	2.23	539		

3.7. Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları Ve Kendini Açma Düzeylerinde Sosyo-ekonomik Düzeyleri Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular

Tablo 3.7’de görüldüğü gibi; duyarlılık ($F=1.25, p>0.05$), dışadönüklük ($F=.44, p>0.05$), insan severlik ($F=.86, p>0.05$), dengelilik ($F=.74, p>0.05$), öğretmene açılma ($F=1.20, p>0.05$), psikolojik danışmana açılma ($F=1.81, p>0.05$) ve cinsellik konusu ($F=1.87, p>0.05$) alınan puan ortalamalarında sosyo-ekonomik durum açısından bölümler arasında istatistiksel olarak fark bulunamamıştır.

Bağımsızlık puan ortalamalarında sosyoekonomik durum açısından fark bulunmuştur ($F=3.29, p<0.05$). Yüksek olan bireylerin ortalamaları (27.33); orta olan bireyler(26.62); düşük olan bireylerin ortalamalarından (25.45) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Anneye açılma puan ortalamalarında sosyoekonomik durum açısından fark bulunmuştur ($F=3.54, p<0.05$). Orta olan bireylerin ortalamaları (12.14); yüksek olan bireyler (11.98); düşük olan bireylerin ortalamalarından (10.82) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Babaya açılma puan ortalamalarında sosyoekonomik durum açısından fark bulunmuştur ($F=10.84, p<0.05$). Yüksek olan bireylerin ortalamaları (11.13); orta olan bireyler(10.40); düşük olan bireylerin ortalamalarından (7.95) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Aynı cins arkadaşına açılma puan ortalamalarında sosyoekonomik durum açısından fark bulunmuştur ($F=3.74, p<0.05$). Orta olan bireylerin ortalamaları (12.49); yüksek olan bireyler(11.45); düşük olan bireylerin ortalamalarından (10.40) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Karşı cins arkadaşına açılma puan ortalamalarında sosyoekonomik durum açısından fark bulunmuştur ($F=3.69, p<0.05$). Orta olan bireylerin ortalamaları (10.54); yüksek olan bireyler(10.25); düşük olan bireylerin ortalamalarından (9.05) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Envanterdeki konulara göre açılma alt boyutlarından düşünce ve görüşler puan ortalamalarında sosyoekonomik durum açısından fark bulunmuştur ($F=4.52, p<0.05$). Orta olan bireylerin ortalamaları (8.19); yüksek olan bireyler(7.84); düşük olan bireylerin ortalamalarından (7.49) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Okul puan ortalamalarında sosyoekonomik durum açısından fark bulunmuştur ($F=8.90, p<0.05$). Orta olan bireylerin ortalamaları (7.49); yüksek olan bireyler(7.24); düşük olan bireylerin ortalamalarından (6.22) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Aile puan ortalamalarında sosyoekonomik

durum açısından fark bulunmuştur ($F=3.51, p<0.05$). Orta olan bireylerin ortalamaları (7.03); yüksek olan bireyler(6.42); düşük olan bireylerin ortalamalarından (6.33) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kişilik açısından sosyoekonomik durum arasında fark bulunmuştur ($F=3.52, p<0.05$). Orta olan bireylerin ortalamaları (6.11); yüksek olan bireyler(5.96); düşük olan bireylerin ortalamalarından (5.20) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Zevk ve ilgiler puan ortalamalarında sosyoekonomik durum açısından fark bulunmuştur ($F=6.00, p<0.05$). Orta olan bireylerin ortalamaları (7.54); yüksek olan bireyler(7.48); düşük olan bireylerin ortalamalarından (6.32) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Tablo 3.7.

Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeylerinin Sosyo-ekonomik Düzey Farklılıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.

FAKTÖR	SED	n	Ort	Ss	Sd	F	p
Duyarlılık	Düşük	44	27.20	3.37	2	1.25	.28
	Orta	460	27.93	3.93	536		
	Yüksek	36	28.58	3.49	538		
Dışadönüklük	Düşük	44	27.06	3.52	2	.44	.64
	Orta	460	27.33	4.06	536		
	Yüksek	36	27.88	4.06	538		
İnsan severlik	Düşük	44	27.69	3.08	2	.14	.86
	Orta	460	27.56	3.56	536		
	Yüksek	36	27.27	4.21	538		
Dengeliilik	Düşük	44	27.15	3.84	2	.28	.74
	Orta	460	23.64	4.09	537		
	Yüksek	36	23.65	3.65	539		
Bağımsızlık	Düşük	44	23.45	3.35	2	3.29	.03
	Orta	460	26.62	3.36	537		
	Yüksek	36	27.33	4.12	539		
Anne	Düşük	44	10.82	3.61	2	3.54	.03
	Orta	460	12.14	3.06	537		
	Yüksek	36	11.98	3.46	539		
Baba	Düşük	44	7.95	4.01	2	10.8 4	.00
	Orta	460	10.40	3.50	537		
	Yüksek	36	11.13	3.41	539		
Aynı Cins Arkadaş	Düşük	44	11.45	3.09	2	3.74	.02
	Orta	460	12.49	2.81	537		
	Yüksek	36	11.67	3.24	539		
Karşı Cins Arkadaş	Düşük	44	9.05	3.80	2	3.69	.02
	Orta	460	10.54	3.47	537		
	Yüksek	36	10.25	3.48	539		

Öğretmen	Düşük	44	7.35	3.68	2	1.20	.30
	Orta	460	8.00	3.99	537		
	Yüksek	36	7.16	3.80	539		
Psikolojik Danışman	Düşük	44	9.09	4.93	2	1.81	.16
	Orta	460	10.00	5.20	536		
	Yüksek	36	8.52	5.53	538		
Düşünce ve Görüşler	Düşük	44	7.49	1.56	2	4.52	.01
	Orta	460	8.19	1.54	536		
	Yüksek	36	7.84	1.69	538		
Okul	Düşük	44	6.22	2.06	2	8.90	.00
	Orta	460	7.49	1.91	537		
	Yüksek	36	7.24	1.76	539		
Aile	Düşük	44	6.33	1.93	2	3.51	.03
	Orta	460	7.03	2.08	537		
	Yüksek	36	6.42	2.08	539		
Cinsellik	Düşük	44	5.41	2.19	2	1.87	.15
	Orta	460	6.05	2.10	536		
	Yüksek	36	6.13	2.28	538		
Kişilik	Düşük	44	5.20	2.17	2	3.52	.03
	Orta	460	6.11	2.18	536		
	Yüksek	36	5.96	2.14	538		
Zevk ve İlgiler	Düşük	44	6.32	2.26	2	6.00	.00
	Orta	460	7.54	2.21	537		
	Yüksek	36	7.48	2.54	539		

3.8. Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları Ve Kendini Açma Düzeylerinde Ebeveyn Tutumları Açısından Farklılıklara İlişkin Bulgular

Tablo 3.8’de görüldüğü gibi; duyarlılık ($F=.88, p>0.05$), dışadönüklük ($F=.47, p>0.05$), insan severlik ($F=.51, p>0.05$), dengelilik ($F=.78, p>0.05$), bağımsızlık ($F=.63, p>0.05$), aynı cins arkadaşına açılma ($F=.56, p>0.05$), karşı cins arkadaşına açılma ($F=.62, p>0.05$), öğretmene açılma ($F=.21, p>0.05$), psikolojik danışmana açılma ($F=.35, p>0.05$), düşünce ve görüşler konusu ($F=2.34, p>0.05$), aile konusu ($F=2.37, p>0.05$), kişilik konusu ($F=1.33, p>0.05$) son olarak zevk ve ilgiler konusunda ($F=1.29, p>0.05$) alınan puan ortalamalarında ebeveyn tutumları açısından istatistiksel olarak fark bulunamamıştır.

Anneye açılma puan ortalamalarında ebeveyn tutumları açısından fark bulunmuştur ($F=7.42, p<0.05$). İlgisiz olan bireylerin ortalamaları (12.54); demokratik olan bireylerin (12.48); koruyucu olan bireylerin ortalamaları (11.33), otoriter olan bireylerin (10.53) ve tutarsız olan bireylerin ortalamaları (10.27) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Babaya açılma puan ortalamalarında ebeveyn tutumları açısından fark bulunmuştur ($F=15.22, p<0.05$). Demokratik olan bireylerin ortalamaları (10.99); koruyucu olan bireyler (9.40); otoriter olan bireyler (8.47), tutarsız olan bireylerin ortalamaları (8.12), ilgisiz olan bireylerin ortalamaları (6.27) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Envanterdeki

konulara göre açılma alt boyutlarından okul puan ortalamalarında ebeveyn tutumları açısından fark bulunmuştur ($F=3.81, p<0.05$). Demokratik olan bireylerin ortalamaları (7.59); ilgisiz olan bireylerin (7.10); koruyucu olan bireylerin ortalamaları (7.04), tutarsız olan bireylerin (6.89) ve otoriter olan bireylerin ortalamaları (6.67) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Cinsellik puan ortalamalarında ebeveyn tutumları açısından fark bulunmuştur ($F=4.29, p<0.05$). Demokratik olan bireylerin ortalamaları (6.26); koruyucu olan bireylerin (6.21); ilgisiz olan bireylerin ortalamaları (5.86), otoriter olan bireylerin (5.50) ve tutarsız olan bireylerin ortalamaları (4.84) daha yüksek olup, fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Tablo 3.8.

Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeylerinin Ebeveyn Tutumları Farklılıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.

FAKTÖR	TUTUM	n	Ort.	Ss	sd	F	p
Duyarlılık	Otoriter	47	27.65	4.13	4	.88	.47
	Demokratik	356	28.09	4.04	534		
	İlgisiz	14	28.42	2.76	538		
	Koruyucu	107	27.45	3.39			
	Tutarsız	16	27.06	2.46			
Dışadönüklük	Otoriter	47	27.46	3.80	4	.47	.75
	Demokratik	356	27.48	4.15	534		
	İlgisiz	14	27.28	5.16	538		
	Koruyucu	107	26.91	3.45			
	Tutarsız	16	26.93	2.97			
İnsan severlik	Otoriter	47	27.40	2.93	4	.51	.72
	Demokratik	356	27.49	3.34	534		
	İlgisiz	14	28.07	3.04	538		
	Koruyucu	107	27.87	4.51			
	Tutarsız	16	26.81	3.76			
Dengeliklik	Otoriter	47	24.02	3.49	4	.78	.53
	Demokratik	356	23.69	4.09	535		
	İlgisiz	14	23.78	3.11	539		
	Koruyucu	107	23.02	4.26			
	Tutarsız	16	24.12	3.53			
Bağımsızlık	Otoriter	47	25.95	3.79	4	.63	.63
	Demokratik	356	26.69	3.44	535		
	İlgisiz	14	27.14	5.05	539		
	Koruyucu	107	26.41	3.00			
	Tutarsız	16	27.56	3.42			
Anne	Otoriter	47	10.53	3.74	4	7.42	.00
	Demokratik	356	12.48	2.92	535		
	İlgisiz	14	12.54	4.01	539		
	Koruyucu	107	11.33	3.01			
	Tutarsız	16	10.27	3.88			
Baba	Otoriter	47	8.47	3.96	4	15.22	.00
	Demokratik	356	10.99	3.26	535		
	İlgisiz	14	6.27	4.75	539		
	Koruyucu	107	9.40	3.53			
	Tutarsız	16	8.12	3.37			
Aynı Cins Arkadaş	Otoriter	47	12.32	2.99	4	.56	.69
	Demokratik	356	12.42	2.98	535		
	İlgisiz	14	13.03	2.32	539		
	Koruyucu	107	12.16	2.58			
	Tutarsız	16	11.70	2.39			
Karşı Cins Arkadaş	Otoriter	47	9.80	3.91	4	.62	.64
	Demokratik	356	10.52	3.49	535		
	İlgisiz	14	10.91	4.47	539		
	Koruyucu	107	10.28	3.34			
	Tutarsız	16	9.92	3.35			

Öğretmen	Otoriter	47	8.20	4.27	4	.21	.93
	Demokratik	356	7.93	4.02	535		
	İlgisiz	14	7.24	3.47	539		
	Koruyucu	107	7.77	3.74			
	Tutarsız	16	7.67	3.70			
Psikolojik Danışman	Otoriter	47	9.09	5.28	4	.35	.84
	Demokratik	356	9.88	5.22	534		
	İlgisiz	14	9.24	5.82	538		
	Koruyucu	107	9.80	5.16			
	Tutarsız	16	10.37	4.82			
Düşünce ve Görüşler	Otoriter	47	7.64	1.60	4	2.34	.05
	Demokratik	356	8.24	1.56	534		
	İlgisiz	14	7.86	1.45	538		
	Koruyucu	107	7.95	1.46			
	Tutarsız	16	7.75	1.91			
Okul	Otoriter	47	6.67	2.25	4	3.81	.00
	Demokratik	356	7.59	1.89	534		
	İlgisiz	14	7.10	1.67	538		
	Koruyucu	107	7.04	1.88			
	Tutarsız	16	6.89	1.92			
Aile	Otoriter	47	6.63	2.16	4	2.37	.05
	Demokratik	356	7.11	2.08	535		
	İlgisiz	14	7.04	2.26	538		
	Koruyucu	107	6.89	1.87			
	Tutarsız	16	5.96	2.46			
Cinsellik	Otoriter	47	5.50	2.47	4	4.29	.00
	Demokratik	356	6.26	2.04	534		
	İlgisiz	14	5.86	1.97	538		
	Koruyucu	107	6.21	2.11			
	Tutarsız	16	4.84	2.13			
Kişilik	Otoriter	47	5.76	2.64	4	1.33	.25
	Demokratik	356	6.16	2.21	534		
	İlgisiz	14	6.02	1.92	538		
	Koruyucu	107	5.90	1.92			
	Tutarsız	16	5.26	2.12			
Zevk ve İlgiler	Otoriter	47	7.08	2.48	4	1.29	.27
	Demokratik	356	7.59	2.27	535		
	İlgisiz	14	6.84	1.99	539		
	Koruyucu	107	7.19	2.17			
	Tutarsız	16	7.25	2.00			

SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu bölümde kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma düzeyine ilişkin elde edilen bulguların mevcut kuramsal literatür desteğiyle tartışılmasına ve değerlendirilmesine yer verilmiştir.

Kişilerarası ilişki tarzlarına ilişkin cinsiyet açısından yapılan karşılaştırmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre dışadönüklük ve dengelilik alt boyutlarında daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca araştırmada, kendini açmaya ilişkin kişiye açılma alt boyutlarında, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre anneye, aynı cins arkadaşına ve psikolojik danışmana açılma alt boyutlarında daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmüştür. Kendini açma envanterinin konulara göre açılma bağlamında kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre okul, aile, düşünce ve görüşler alt boyutlarında daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmüştür.

Kişilerarası ilişki tarzlarına ilişkin kız üniversite öğrencilerinin dışadönüklük alt boyutunda erkeklere göre daha yüksek olabileceğine ilişkin denencenin oluşturulmasında, kızların kişilerarası ilişkilere girme, duygularını tanıma ve bunları paylaşabilmede erkeklere göre daha katılımcı oldukları düşüncesi yer almıştır. Aynı bulgular, Erözkan (2009) ve Erginsoy (2002) tarafından desteklenmektedir. Kendini açmaya ilişkin ise kız öğrencilerin anneye ve aynı cins arkadaşına açılma eğiliminde, Aşık (1992), Doğan (1983), Selçuk (1989), Aker (1996) ile aynı sonuca ulaşılmıştır. Konulara göre açılma bağlamında okul konusunda Selçuk (1989), Mulcahy (1973), Aker (1996), Aşık (1992) ile aynı sonuca ulaşılmıştır.

Mulcahy'ın (1973), ergenlerde yaptığı araştırmaya göre, kızlar daha çok özel ve kişisel konuları açma eğilimindeyken, erkekler daha çok genel ve yüzeysel konularda açılmaktadırlar. Snell'in (1988) üniversite öğrencilerini kapsayan araştırmalarında kızların kişisel duygularını erkeklerden daha fazla açtıklarını göstermişlerdir.

Bireylerin kendini açma süreçleri birbirinden farklı olduğu gibi kadınların ve erkeklerin kendini açma süreçlerinde de farklılıklar görülür. Dindia ve Allen'de (1992) cinsiyet farklılıklarında kendini açma sürecini incelemişler ve zihinsel sağlık, psikolojik sıkıntılarının paylaşılmasında farklılıklara rastlamışlardır. Diamond ve Hellkamp (1969), lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada, cinsiyet açısından kendini

açma puanlarında anlamlı bir farklılık bulamamışlardır. Ancak Jourard ve Lasakow 'de (1958) cinsiyet üzerinde yapılan çalışmada kadınların erkeklere oranla daha fazla kendilerini açtıklarına rastlanmıştır. Morton (1978)'e göre ise kendini açma sürecinde erkeklerin yaşanan duygu dışında tavır takınırken, kadınların düşünce ve duygulara önem veren tavır takındıklarına rastlanmıştır (Akt: Wolcott, 2008).

Erkeklerde aynı cins arkadaşlıklarının kalitesi ve miktarı incelendiğinde, arkadaşlıklarında kendini açma eksikliklerine rastlanır. Aynı cins erkek arkadaşlıkları hakkında bilinenler, kadınların aynı cins arkadaşlıkları ile kıyaslama yapılarak elde edilmiştir (Wolcott, 2008). Aynı cins erkek arkadaşlıklarının, kadın aynı cins arkadaşlıkları ile karşılaştırılarak değil, kendi içlerinde çalışılmayı hak ettiklerini tavsiye etmiştir. Üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada ve aynı cins erkek arkadaşlıklarının, kişisel bilgilerini ve hayatlarındaki samimiyet kaynağında önemli bir parça olduğu bulunmuştur (Fehr, 2004). Samimiyet, yakın arkadaşlıkları diğer kişisel ilişkilerden ayırt etmeye yardım eden en dikkat çekici bileşendir (Hays, 1988), ve diğer bireylerle düşünceleri, duyguları ve kişisel bilgileri paylaşmayı sağlayan kişilerarası ilişki süreci olarak tanımlanmıştır (Akt: Laurenceau, Rivera, Schaffer ve Pietromonaco, 2004).

Jourard (1971) diğer kişilere duygulara ve deneyimlere dair kendini açmanın, yakın ilişkilerin derinleşmesini sağlayacağını vurgular. Kadınların aynı cins arkadaşlıkları, erkek aynı cins arkadaşlıklardan daha samimi olarak tasvir edilmiştir. Yapılan deneysel araştırmalar erkek aynı cins yakın ilişkilerin kadın aynı cins ilişkiler kadar yakın olmadığı düşüncesine karşı çıkmaktadır. Erkeklerin genç yetişkinliğe yaklaşırken, arkadaşlıklarında ilgilerini yakınlık ve samimiyete yöneldikleri ve kadın ve erkek aynı cins arkadaşlıkları arasındaki farkın azaldığı belirtilmektedir (Johnson, 1993).

Doohan ve Manusov (2004) erkeklerin aynı cins arkadaşlarına tavır ve davranışlarının, cinsiyet rol sosyalleşmesinin bir modelinden anlaşılabilirliğini belirtir. Erkek çocuklar, erkekliğin önemli bir parçası olarak ifadesizlik ve samimiyetten kaçınmayı öğrenirler. Üniversite çağı erkeklerin aynı cins arkadaşlıklarında paylaşılan aktivitelere ve bu aktiviteler hakkında konuşmayı tercih ettiklerine rastlanır.

Keelan ve ark.'nın (1998), kişilerarası ilişkilerde, bağlanma stillerinin ve kendini açmanın önemli olduğunu vurgularlar. Yaptıkları araştırmalar neticesinde kontrol grubunda aynı cins bağlanma stiline sahip bireylerin, sürdürülen kendini açma ilişkisinde olumlu sonuçlara rastlanmıştır. Buradan yola çıkarak Keelan ve ark. Aynı cins arkadaşlık ilişkilerinde kişilerarası ilişkilerde kendini açma ilişkisinin olumlu sonuçlanacağını vurgularlar. Kişilerarası ilişkilerden kaçınan bireyler ile yapılan çalışmada kendini açma ve kişilerarası ilişki tarzları arasında olumsuz korelasyona rastlanmıştır (Bratford, Feenay ve Campbell, 2002). Bu çalışmanın aksine kişilerarası ilişkilerinde kaygılı bağlanmanın, kişilerarası ilişkilerin içerdiği kendini açma ilişkisinde bir öneme rastlanmamıştır (Bratford ve ark., 2002).

Kadınların aynı cins arkadaşlıkları erkeklerinki ile kıyaslandığında sosyal normları daha fazla yansıttığına rastlanır (Steiner-Pappalardo ve Gurung, 2002). Kadınlar aynı cins arkadaşlıklarında empatik iletişimi sıklıkla kullanırken, kendini açma ilişkisi içinde bulunurlar. Kadınların bu tür özellikleri kişilerarası ilişkilerinde sosyal destek unsuru oluşturur (Antill, 1983; Bradburry ve Finchman, 1988; Langis ve ark., 1994).

Kadınların kişilerarası ilişkilerine bakıldığında, kendini açma ve empati gibi etkenlere sıklıkla rastlanır. Aynı araştırma da kadınların erkeklere oranla daha fazla iletişim içinde oldukları, dolayısıyla sosyal desteği hissedebildiklerine rastlanmıştır (Meeks ve ark., 1998). Bu belirtmektedir ki, kişilerarası ilişki sürecinde bireylerin, olumlu algıları, kendini açma ilişkisini ve ilişki memnuniyetini artırırken, günlük yaşam zorluklarına, sosyal ve duygusal destek ağı sağlar (Murray, 1999).

Cinsiyete özgü özellikler karşılaştırıldığında kadınların erkeklere oranla kişilerarası ilişkilerde daha başarılı oldukları gözlenmiştir (Davis ve Oathout, 1987; Lamke ve ark., 1994; Meeks ve ark., 1998; Vank ve Van Nobelen, 1993). Kadınların kişilerarası ilişkileri özel bir iletişim, dinleme becerisi, kendini açma ilişkisi ve empati içerir ki tüm bunlar kişilerarası ilişkiler ile olumlu korelasyon içerir (Davis ve Oathout, 1987; Meeks ve ark., 1998).

Aube ve ögr. (1995), kişilerarası ilişkilerde, karşı cins ile ilişki doyumunu incelemiştir. Erkeklerin aynı cins arkadaşlıklarında, karşı cins ile ilişkilerinde daha yüksek bir sonuca ulaşılırken, erkeklerin kadınları sıklıkla kullandığı kendini açma

ilişkisi geliştirdiklerinde pozitif ilişkiler geliştirdiklerini, ilişki doyumunun da daha yüksek sonuçlandığına rastlanmışlardır. Bu olumlu etkileşim kişilerarası ilişkilerde kendini açma ilişkisine geçişi hızlandırır (Meeks ve ark., 1998). Benzer çalışmalar incelendiğinde, aynı cins arkadaşlıkların ilişki doyumu, karşı cins arkadaşlıklara nazaran yüksektir. Bu doğrultuda incelendiğinde erkekler, kızlara göre çocukluklarında olumsuz bir muamele ile karşılaşma olasılıkları daha yüksektir. Erkekler aynı cins arkadaşlıklarında, kendini açma ilişkisi ve empatik iletişim kurduklarında olumsuzluklar yaşarlar(Lueken, 2005). Aynı konu bir başka çalışmada incelendiğinde benzer sonuca ulaşılmıştır; Davis ve Oathout (1987), kadınların kişilerarası ilişkileri, iletişim tarzları, dinleme becerileri, kendini açma bakımından erkeklere oranla daha yüksektir.

Tüm bunların yanında biyolojik bileşen unutulmamalıdır. Biyolojik bileşen, kişilerin kişilerarası ilişkilerini etkilerken, tutum ve davranışlarında bireysel farklılıklara neden olur (Steiner-Pappalardo ve Gurung, 2002).

İnsan türünün iki cinse ayrılmış olması başka türlü bir iş bölümüne yol açmaktadır. Kadın fizik yapısı nedeniyle bazı işlerin dışında bırakılmış, öbür yandan, erkek de başka bir takım işlerde daha yararlı olduğu için bazı işlerden uzak tutulmuştur (Adler 1985). Ancak geçtiğimiz birkaç on yılda kadınların geleneksel olarak toplumda üstlendikleri rollerde muazzam değişiklikler olmuştur. Giderek daha fazla kadın sadece aile gelirini desteklemek için değil aynı zamanda evvelce sadece erkeklere mahsus alanlarda kariyer yapmak için çalışma hayatına katılmışlardır (Reece ve Brandt, 2000). Kadınların ev kadını ve çalışan kadın rollerini aynı anda yerine getirmelerine bağlı olarak ortaya çıkan sorunlar cinsiyetle ilişkili rollerinin yeniden sorgulanmasını gerekli kılmıştır. Günümüzde kadınların tümüyle çalışma yaşamını seçip, kamusal yaşamda varlık göstermesi oldukça güçtür (Altan Arslan 2000). Yaşamda insanların kadın ve erkek olarak iki farklı cinse ayrılmış olmaları dolayısıyla bir erkeğin erkekle ve kadınla veya bir kadının kadınla ve erkekle iletişimine de farklılıklar getirmektedir.

İletişimde cinsiyet farklılığının bulunması, mesajın anlamında çeşitli bozulmalar, kadın ve erkek arasında anlaşmazlıklar ve anlam sapmalarına neden olur. Bunun nedeni erkekler ve kadınların çocuklarından beri farklı eğitim görmeleridir. Bu durum, yaşam konusunda farklı tutum ve bakış açıları, farklı iletişim biçimlerini

geliştirmelerine neden olur. Bunun sonucu olarak da bir erkeğe karşı rahatlıkla kullanabileceğiniz bir sözü veya yapabileceğiniz bir hareketi bir kadına karşı kullanamazsınız. Toplumsal yaşamda özellikle erkeklerin kadınlara karşı takındığı tavırların kendi hemcinslerine karşı takındığı tavırlardan farklı olduğunu, daha nazik ifadeler ve tavırlar gösterdiğini söylemek yanlış olmaz.

Böyle bir konunun önemi, hangi konularda ne ölçüde açıldığının bilinmesiyle sınırlı değildir. Bir insanın kendini açma özelliklerinin bilinmesi o kişinin kişilerarası ilişkilerinin bir haritasının elde edilmesi demektir. Kişilerarası ilişkilerin kendini açma davranışıyla doğrudan ilişkili olduğu düşünülürse konunun önemi daha da artacaktır.

Araştırmada, bölümler arasında da anlamlı bir fark görülmüştür. Bağımsızlık, anneye, aynı cins arkadaşına, karşı cins arkadaşına açılma ve aile, cinsellik, zevk ve ilgiler alt boyutları açısından Resim Öğretmenliği öğrencilerinin, Fen Bilgisi Öğretmenliği, Türkçe Öğretmenliği ve Beden Eğitimi Öğretmenliği öğrencilerinin ortalamaları açısından anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Erginsoy (2002), çalışmasında anabilim dalı farklı olan öğrencilerin kişilerarası ilişki tarzı farklıdır hipotezi desteklenmiştir. Sosyal bilimler (Okul öncesi, Resim ve Müzik öğretmenliği) öğrencilerinin, Fen bilimleri (İktisat, Çevre mühendisliği) alanındaki öğrencilere göre yüksek olduğuna rastlanmıştır. Gençdoğan ve diğ. (2004), kişilerarası ilişki tarzlarına ilişkin yardıma açık olma ve toleranslı olma alt boyutları açısından polis meslek yüksekokulu mezunlarının, polis okulu mezunlarının ortalamalarından daha yüksek olduğuna rastlanmıştır. Izgar ve Arslan'ın (2007) çalışmasında ise Sosyal bilgiler öğretmenliği ve Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin kendini açma düzeyleri karşılaştırılmış ve Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin daha yüksek düzeyde kendini açma ilişkisi kurduklarına rastlanmıştır.

Araştırmanın sonuçlarına göre sınıf düzeyine göre farklılık bulunmuştur. 3. sınıfa devam eden öğrencilerin, duyarlılık, karşı cins arkadaşına açılma, zevk ve ilgiler puan ortalamalarının 1., 2., ve 4. sınıfa devam eden öğrencilerin ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Dışa dönüklük alt boyutunda ise 2. sınıf öğrencilerinin ortalamalarının 1., 3., ve 4. sınıfa devam eden öğrencilerin puan ortalamalarından

anlamli derecede farkli olduğu görülmüstür. Düşünce ve görüşler alt boyutunda ise 4. sınıf  ğrencilerinin puan ortalamalarının 1.,2., ve 3. sınıfa devam eden öğrencilerin ortalamalarından anlamli derecede farkli olduğu görülmüstür.

Bu durum 4. sınıfa devam eden öğrencilerin sınav kaygısı nedeni ile kendilerine dönük yaşantılarının azlığına bağlanabilir. Erözkan (2009) alışmasında farkli bir sonuca ulaşmıştır. Kişilerarası ilişki tarzlarından duyarlılık alt boyutunda anlamli bir farklılığa rastlanırken 4. sınıfların diğer sınıflara göre ortalamalarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Izgar ve Arslan'ın (2007) alışmasında Rehberlik psikolojik danışmanlık bölümü  ğrencilerinin kendini açma davranışlarının 1. sınıftan 4. sınıfa kadar olan zaman diliminde arttığı ve sosyal bilgiler  ğretmenliği bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin 1. sınıftan 4. sınıfa kadar olan zaman diliminde, kendini açma davranışlarının aşılanan kişiler konusunda ya aynı düzeyde kaldığı ya da anlamli düzeyde düştüğü bulunmuştur.

Sosyo-ekonomik düzeyine göre de araştırma sonucunda anlamli bir farklılık bulunmuştur. Anneye, aynı cins arkadaşa, karşı cins arkadaşa açılma ve düşünce görüşler, okul, aile, kişilik, zevk ve ilgiler konularına göre orta düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip öğrencilerin ortalamalarının, düşük ve yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Babaya açılma alt boyutunda ise yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip öğrencilerin ortalamalarının, orta ve düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip öğrencilerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Jaffee ve Polansky (1962), düşük sosyal sınıfta bulunan siyah ve beyazlar arasında bir fark olmadığını; Mayer (1967), orta sınıf kadınlarının evlilik sorunlarını, düşük sosyal sınıftaki kadınlara göre daha çok açtıklarını ifade etmişlerdir (Akt: Cozby, 1973).

Ebeveyn tutumlarına göre de araştırma sonucunda anlamli bir farklılık bulunmuştur. Anneye, babaya açılma ve okul, cinsellik konularında demokratik ebeveyn tutumuna sahip öğrencilerin ortalamalarının otoriter, ilgisiz, koruyucu ve tutarsız ebeveyn tutumuna sahip öğrencilerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin, öğretmenlerine kendilerini açamadıkları görülmüştür. Öğrencilerin, öğretmenlerini resmi üst olarak algılamaları dışında, öğretmenlerin, öğrencilerin öğrenme eksikliklerini fark edebilecekleri dolayısıyla kendilerini suçlu hissedecekleri kanısında olduklarına rastlanmıştır (Olney ve Brockelman., 2003).

Araştırma da yaşanan yer faktöründe anlamlı bir fark bulunamamıştır. Benzer çalışmalar incelendiğinde aynı bulgulara ulaşıldığı görülmüştür. Bunun nedeni olarak ise günümüzde ulaşılabilen örneklem grubunun bir çoğunun küçük yerleşim birimlerinde yetişmelerine rağmen eğitim dolayısı ile yaşadıkları yerden ayrılarak, farklı merkezlerde yaşamaları düşünülebilir.

ÖNERİLER

Araştırmadan elde edilen bulgular ışığında şu öneriler getirilebilir.

1. Kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açmaya ilişkin çalışmalar arttırılmalı, elde edilen sonuçlar birleştirilebilir.
2. Kişilerarası ilişki tarzları ve kendini açma konusunda yapılan bu araştırma sonuçları üniversitelerde yürütülen rehberlik hizmetlerinde psikolojik danışmanlarca kullanılabilir.
3. Üniversitelerde psikolojik danışma ve rehberlik hizmeti veren birimlere kişilerarası ilişkilerde kendini açma sorunları nedeniyle başvuran bireylere yönelik psiko-eğitim programları hazırlanabilir.
4. Bu araştırmanın örneklemini Muğla Üniversitesinde öğrenim gören Eğitim Fakültesi öğrencileri oluşturmaktadır. Bu araştırmanın farklı düzeyde ve farklı bölümlerdeki öğrenciler ile yapılması önerilir.
5. Biyopsikososyal bir varlık olan birey kişilerarası ilişkileri ile benliğini tanıır ve tamamlar, kişilerarası ilişkilerinde farklı bireyler ile iletişime girer ve kendini açar. Birey kendini açması ile yaşamında karşılaştığı problem durumları ile baş eder. Var olan bu durum psikolojik danışmanlarca dikkate alınarak psikolojik danışma süreci devam ettirilebilir.
6. Farklı bölümleri kapsayan ve daha fazla bölümden alınan veriler ile çalışma grubu genişletilerek, bölümler arası farklılıklar ortaya koyulabilir.

KAYNAKÇA

- Açıköz, H. M. (2005). Etkili İletişim, Elis Yayınları. Ankara.
- Adams, H. S. (2004). The Relationship Among Adult Attachment General Self Disclosure and Perceived Organizational Trust. *Unpublished Doctorate Thesis*. State University Virginia Polytechnic Institute .
- Adler, A. (1985). Yaşamın Anlamı ve Amacı. (Çev: Sipal, K.) Say Yayınları. İstanbul.
- Agne, R. R., Thompson, T. L., & Cusella, L. P. (2000). Stigma In The Line of Face: Self disclosure of Patients' HIV Status to Health Care Providers. *Journal of Applied Communication Research*, 28(3), 235-261.
- Albayrak-Kaymak, D. (1994). Kişilerarası Davranış Biçimlerine Dualist Bir Bakış: İçselleştirme ve Dışsallaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(32). 35-46.
- Allen, J., & Haccoun, D. (1976). Sex Differences in Emotionality: A Multidimensional Approach. *Human Relations*, 29, 711-722.
- Altan-Aslan, Ş. (2000). Ders Kitaplarında Cinsiyetçilik. T.C Başbakanlık Kadının Statüsü ve Sorunları Genel Müdürlüğü. Ankara.
- Altman, I. & Taylor, D. A. (1973) Social Penetration The Development Of Interpersonal Relationships, Holt Renihat and Winston, New York.
- Akdağ, T. A. (2003). Örgütlerde, Kişilerarası Çatışma, Baş Etme yöntemleri ve Kişilerarası İlişki Tarzları. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul
- Aker, Ç. (1996) Lise Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışları ile Cinsiyetleri Açısından İncelenmesi, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Altıntaş, E. ve Çamur, D. (2004). Beden Dili Sözsüz İletişim. Alfa Yayınları. İstanbul
- Antill, J. K. (1983). Sex Role Complementarity Versus Similarity in Married Couples.

Journal for Personality and Social Psychology, 45(1), 145-155.

Arslan, C. ve Izgar, H. (2007). Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarının İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. Sayı: 18, 307-328

Ashmore, R. & Banks, D. (2002). Student Nurses' Use of Their Interpersonal Skills Within Clinical Role-Plays. *Nurse Education Today*, 24, 20-29.

Aşık, E. (1992) Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarını Etkileyen Bazı Etmenler, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Ataşalar, J. (1996) Üniversite Öğrencilerinin Empatik Eğilim Düzeylerine Cinsiyet ve Yaşlarına Göre Kendini Açma Davranışları, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Aube, J., Norcliffe, H., Craig, J., & Koestner, R. (1995). Gender Characteristics and Adjustment-Related Outcomes: Questioning The Masculinity Model. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(3)

Avşaroğlu, S. (1999). Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Kendilerini Açma Davranışına Etkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Aydın, E. (2000) Bireysel Gelişim Kişisel Kalite Yöntemleri, Hayat Yayınları. İstanbul.

Bacanlı, H. (1997). Eğitim Psikolojisi. Ankara. Alkım Yayınevi.

Baird, J. (1977). The Dynamics of Organizational Communication. New York:

Harper & Row. Bandura, A. (1969). Principles of Behavior Modification. Holt, Rinehart and Winston, Inc. s. 45-48. USA.

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The Need to Belong: Desire for Interpersonal

Attachments as a Fundamental Human Motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.

Baxter, L. & Montgomery, B. (1996). *Relating: Dialogues and Dialectics*. New York: Guilford.

Baymur, F. (1997). Genel Psikoloji. Bilim ve Kültür Dizisi, İnkılap ve Aka Kitapevleri Koll.Şti. İstanbul.

Bayraktutan, E. (2006). Grupla Psikolojik Danışmanın Lise Öğrencilerinin Atılganlık Düzeyine Etkisi (Ticaret Meslek Lisesinde Deneysel Bir Uygulama). *Yüksek Lisans Tezi*. Dokuz Eylül Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Beydoğan, M. (1994), Buca Eğitim Fakültesi, Eğitim Yüksek Okulu Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışları, VIII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bildirisi, İzmir.

Bilen, M. (2004). Sağlıklı İnsan İlişkileri. Anı Yayıncılık. Ankara

Birtchnell, J. (1993). *How Humans Relate: A New Interpersonal Theory*. UK: Psychology Press.

Bonebrake, K. (2002). College Students' Internet Use, Relationship Formation, and Personality Correlates. *Cyber Psychology and Behavior*, 5(6), 551-557.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Attachment (Vol. 1)*. New York: Basic.

Bolton, R. (1979). *People skills*. Prentice Hall. New York.

Bowman, M.J. (2008). Gender Role Orientation and Relational Closeness: Self-Disclosive Behavior in Same-Sex Male Friendships. *The Journal of Men's Studies*, (16) 3, 316-330.

Bradbury, T. N. & Fincham, F. D. (1988). Individual Difference Variables in Close Relationships: A Contextual Model of Marriage as an Integrative Framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 713-721.

Bradford, S. A., Feeney, J. A., & Campbell, L. (2002). Links Between Attachment Orientations and Dispositional and Diary-Based Measures of Disclosure in Dating Couples: A Study of Actor and Partner Effects. *Personal Relationships*, 9, 491-506.

- Bugental, D. B. (2000). Acquisition of The Algorithms of Social Life: A Domain-Based Approach. *Psychological Bulletin*, 126, 187-219.
- Buren, A. V., Nowicki, S. (1997). Awareness of Interpersonal Style and Self-Evaluation. *The Journal of Social Psychology*, 137 (4). 429- 434.
- Burton, G. (1995). Görünenden Fazlası (Çev: Nefin Dinç). Alan Yayıncılık. İstanbul.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum. Pegem Yayıncılık. Ankara.
- Callero, P. L. (2003). The Sociology of Self. *Annual Review of Sociology*, 29, 115-133.
- Caplan, G. (1964). Principles of Preventive Psychiatry, Basic Books, Inc. New York, USA.
- Cohen, S., & Wills, T.A. (1985). Stress, Social Support, And The Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- Cooley, C. H. (1970). Human Nature and The Social Order (3. Baskı). Schoken Books. New York.
- Corey, G. (2001). Theory and Practice Of Counseling And Psychotherapy (6th ed.), Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Cozby, P. C. (1973). Self-Disclosure: A Literature Review. *Psychological Bulletin*, 79, 73- 91
- Cushman D. P. & Cahn J. R. (1985) Communication In Interpersonal Relations. State University of New York Press. Albany.
- Cüceloğlu, D. (2000). İnsan İnsana. Remzi Kitabevi. İstanbul
- Çakır, M. A. (1994) Lise Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarını Etkileyen Faktörler, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, On dokuz Mayıs Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.

Danziger, K. (1976). *Interpersonal Communication*, Pergamon General Psychology Series. Canada.

Davis, J. B. (2008). *Building Interpersonal Relationship Skills Among Missionaries In Assemblies Of God World Missions Northern Asia Region, Unpublished Doctorate Thesis*. Assemblies Of God Theological Seminary. Missouri

Davis, M. H., & Oathout, H. A. (1987). Maintenance Of Satisfaction In Romantic Relationships: Empathy And Relational Competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 125-134

Davidson, J., & Duberman, L. (1982). Same-Sex Friendships: A Gender Comparison Of Dyads. *Sex Roles*, 8, 809-822.

Derlega, V.J.& Chaikin, A. L. (1975) *Sharing Intimacy- What We Reveal To Others and Why*, Perentice Hall Inc, London.

Devito, J.A. (1986). *The Interpersonel Communication Book*, Seventh Edition, Harper Collins College Publishers.

Deniz, M.E. (2002).Üniversite Öğrencilerinin Karar Verme Stratejileri ve Sosyal Beceri Düzeylerinin Baskın Ben Durumları Ve Bazı Özlük Niteliklerine Göre Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Denzin, N. K. (1992). *Symbolic Interactionism And Cultural Studies: The Politics Of Interpretation*. Oxford: Blackwell

Demirhan, M. (2002). Kendini Açma Düzeyleri Farklı Genel Lise Öğrencilerinin Bazı Değişkenler Açısından Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Anadolu Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Eskişehir.

Derlega, V. J. & J.H. Berg (1987). *Self-Disclosure: Theory, Research, And Therapy*. New York: Plenum.

Derlega, V. J., & Chaikin, A. L. (1975). *Sharing Intimacy: What We Reveal To Others And Why*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall Inc.

- Derlega, V. J. & Grzelak, J. (1979). Appropriateness Of Self- Disclosure. In J.Chelune, Self-Disclosure: Origins, Patterns, And Implications Of Openness In Interpersonal, Relationships. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Devito, J.A. (1995). The Interpersonel Communication Book, Seventh Edition, Harper Collins College Publishers.
- Dindia K, & Allen M. (1992). Sex Differences In Self-Disclosure: A Meta-Analysis, Psychol Bull. Jul; 112(1): 106-124. Retrieved: 10.03.2006 Web: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/>.
- Dizmen, F. (2006). Farklı Okul Programlarındaki Lise Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarının İncelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Atatürk Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Erzurum.
- Doğan, E. (1998). Evli ve Boşanmışlarda Yalnızlık, Depresyon, Benlik Saygısı Ve Denetim Odağı İnancı. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Doğan, S. (1983). Lise Son Sınıf Öğrencileri Hangi Konularda Kimlere Ne Derece Açılıyorlar. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Doohan, E. M., & Manusov, V. (2004). The Communication Of Compliments In Romantic Relationships: An Investigation Of Relational Satisfaction And Sex Differences And Similarities In Compliment Behavior. *Western Journal Of Communication*, 68, 170- 194
- Dökmen, Y. Z. (1996). Bir Grup Kız ve Erkek Öğrencisinin Anneleriyle İlişkilerinin Karşılaştırılması, *Türk Psikoloji Bülteni Cilt:2 sayı: 5*, Ankara.
- Dökmen, Ü. (2001). İletişim Çatışmaları ve Empati. Sistem Yayıncılık. İstanbul.
- Duck, S. A. (1982), A Topography Of Relationship Disengagement And Dissolution, Ed. S.Duck, Personal Relationships 4: Dissolving Personal Relationships. Academic Press, New York.

- Dwyer, K. K. (2000). The Multidimensional Model: Teaching Students To Self-Manage High Communication Apprehension By Self-Selecting Treatments. *Communication Education*, 49, 72-81
- Ekebaş, M. (1994). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarının Cinsiyet Ve Kendini Gerçekleştirme Düzeyleri Açısından İncelenmesi, *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi SBE, Ankara.
- Egan, G. (1970). *Enconter: Group Process For Interpersonal Growth*. Wadsworth Pub. Comp. California.
- Erdoğan, İ. (2002). *İletişimi Anlamak*. Erk Yayıncılık. Ankara
- Erikson, E. (1982). *The Life Cycle Completed*. New York: Norton.
- Erginsoy, D. (2002). Duygusal zeka Ve kişilerarası İlişki Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erözkan, A. (2004a). Romantik İlişkilerde Reddedilmeye Dayalı İncinebilirlik Bilişsel Değerlendirme ve Başa Çıkma. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erözkan, A. (2004b). Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri Ve Yalnızlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4, 155-175.
- Erözkan, A., Yılmaz, B. (2006). Muğla Üniversitesi Muğla Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Etkileyen Faktörler. *Muğla: I. Ulusal Sağlık Geliştirme ve Sağlık Eğitimi Kongresi-Bildiri Özetleri Kitabı*, 117.
- Erözkan, A. (2009a). Lise Öğrencilerinde Kişilerarası İlişki Tarzlarının Yordayıcıları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. Sayı: 21, 543-552.
- Erözkan, A. (2009b). Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve mizah tarzları. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*. Sayı: 26.
- Ersever, O. G. (1996). Grupla Psikolojik Danışmanın Kişilerarası ilişkiler Dersini Alan

Öğrencilerin Kendini Açma Davranışlarına, Empatik Eğilimlerine Ve Empatik Becerilerine Etkisi, *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Bursa.

Ersever, O. G. (2003). Etkili İletişim. *Bilim ve Akıl Aydınlığında Eğitim Dergisi*. Sayı: 36, 5-7

Faules, D. F. & Alexander, D. C. (1979). *Communication And Social Behavior: A Symbolic Interaction Perspective*. Reading, MA: Addison-Wesley Publishing Company.

Fehr, E. (2004). *Human Behaviour: Don't Lose Your Reputation*. Nature Press.

Fisher, A. (1987). *Interpersonal Communication Pragmatics Of Human Relationships*. Random House, Inc., New York.

Fisher, A. & Adams, K. (1999). *Interpersonal Communication Pragmatics of Human Relationships*, Second Edition, McGraw-Hill, New York.

From, E. (1982). *Sağlıklı Toplum*, (Çev: Yurdanur Salman ve Zeynep Tanrısever), Payel Yayınları. İstanbul.

Forst, I.J. (1987) *Androgyny As A Predictor Of Disclosure To Parents*, The Annual Meeting Of The Eastern Communication Association.

Geçtan, E. (1992). *İnsan Olmak. Remzi Kitabevi*. İstanbul.

Geçtan, E. (2000). *Psikanaliz ve Sonrası*. (9. baskı). Remzi Kitabevi. Ankara.

Gençdoğan, B., Demirci, U., Şekertekin, M.A., Şahin, M., Bayraktar, G. (2005). Polis Okulundan Ve Polis Meslek Yüksekokulundan Mezun Polis Memurlarının Kişilerarası İlişki Tarzlarının ve Anormal Davranış (Saldırganlık) Durumlarının Karşılaştırılması. *Polis ve Sosyal Bilimler Dergisi*. 1(3), 1-8.

Gibbs, J. L. & Nicole B. E. ; Rebecca D. H. (2006). "The Role of Anticipated Future Interaction, Self-Disclosure, and Perceived Success in Internet Dating ", *Communication Research*, 33, 2, 152-177

Gibson, R. L. & Mitchell, M. H. (1995). *Introduction To Counseling And Guidance*, 4th Ed., Merrill, Prentice Hall.

- Giddens, A. (2000). *Sosyoloji* (1. baskı). (Çev: Hüseyin Özel ve Cemal Güzel). Ayraç Yayınları. Ankara.
- Giffin, K. & Patton, B. R. (1997). *Basic Readings In Interpersonal Communication*, NwYork: Harper-Row.
- Gilbert, S. J. , & Horenstein, D. (1975). A Study Of Self Disclosure: Level Versus Valance, *Human Communication Research*.
- Gray, J. R. (2004). Integration Of Emotion And Cognitive Control. *Current Directions in Psychological Science*, 13, 46–48.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., Burling, J. (1992). Why Do People Need Self-Esteem? Converging Evidence That Self-Esteem Serves an Anxiety-Buffering Function. *Journal of Personality and Social Psychology*. 63, 6, 913-922
- Gold, M., Elizabeth, D. (1997). *Interpersonal Relations*. In: A New Outline Of Social Psychology. American Psychological Association. Washington, DC.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books. New York.
- Gordon, T. (2001). *Etkili Ana-Baba Eğitiminde Aile İletişimi* (Çev: Emel Aksay). Sistem yayınevi. İstanbul.
- Gökçakan, Z. ve Gökçakan, N. (1996). Üniversite Öğrencilerinin Kendilerini Anlatabilme Düzeyleri. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*. Sayı: 3, 103-110.
- Gültekin, F. (2001). Lise Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarının Kimlik Gelişim Düzeyleri Açısından İncelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. Cilt 14, Sayı 1.
- Güney, S. (2000). *Davranış Bilimleri*. Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul.
- Güz, N. (1998). *Ulusal Savunma ve Ulusal Güvenlik Yapılanmasında İletişim Stratejileri*, İstanbul.
- Güz, N., Küçükerdoğan, R., Sarı, N., Küçükerdoğan, B., Zeybek, .I. (2002). *Etkili İletişim Terimleri*. İnkılap Yayınları. İstanbul.

- Hargie, O., & Dickson, D. (2004). *Skilled Interpersonal Communication: Research Theory and Practice*, London: Roudlege.
- Hargie, O, Saunders, C., Dickson, D. (1981) *Social Skill In Interpersonal Communication*, Brookline Books, Cambridge.
- Hartley, P. (1999) *Interpersonal Communication*, 11 New Fetter Lene Published, London.
- Hendrix, H. (1988). *Getting The Love You Want: A Guide For Couples*. New York: Henry Holt
- Hinde, R.A (1979). *Towards Understanding Relationships*. New York: Akademic Press.
- Horesh, N. & Zalsman, G. & Apter, A. (2004). "Suicidal Behavior and Self-Disclosure in Adolescent Psychiatric Inpatients". *Journal of Nervous & Mental Disease*. 192(12):837-842
- Hortaçsu, N. (2003). *İnsan ilişkileri*. (2.baskı). İmge Kitabevi. Ankara.
- Howe N. J. Aquan-Assee , W. M. Bukowski , C. M. Rinaldi, Pascale M. L. (2000). Sibling Self-Disclosure in Early Adolescence. *Merrill-Palmer Quarterly*. (46), 4, 653.
- Huang, L. N. (1999). Family communication Patterns And Personality Characteristics. *Communication Quarterly*, 47, 230–243.
- <http://www.bilkent.edu.tr/dos/ogdm/b-kisilerarasiletisim.html>
- <http://para.unl/para/Communication.Intro.html>
- Jacobs, R., Hyman, M., & McQuitty, S. (2001). Exchange-Specific Self-Disclosure, Social Self-Disclosure, and Personal Selling. *Journal of Marketing Theory and Practice*, 9(1), 120-145
- Johnson, J.D. (1993). *Organizational Communication Structure*. Norwood, N. J. Ablex
- Jones, E. E. (1990). *Interpersonal Perception*. W.H. Freeman and Company. New York.

- Jourard, S. M., & Lasakow, P. (1958). Some Factors In Self-Disclosure. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 56, 91-98.
- Jourard, M.S. (1971). *The Transparent Self*. New York, Van Nostrand Rein hold.
- Jourard, M.S. (1964). *The Transparent Self*. New York, Van Nostrand Rein hold.
- Kang, H. S., & Yang, H. D. (2006). The Visual Characteristics of Avatars in Computer-Mediated Communication: Comparison of Internet Relay Chat and Instant Messenger As of 2003. *International Journal of Human-Computer Studies*, 64(12), 1173-1183.
- Keelan, J. P. R., Dion, K. K., & Dion, K. L. (1998). Attachment Style And Relationship Satisfaction: Test of a self-Disclosure Explanation. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 30, 24-35.
- Kelley, H. ve ark. (1983) *Close Relationships*, W. H. Freeman and Co., Newyork.
- Kenneth, E. A.(1972). *Introduction To Communication*, University of Illinois.
- Kernberg, O. (1987). Projection And Projective Identification: Developmental And Clinical Aspects. *Psychoanalytical Association*. 35:795-819.
- Kiesler, D. J. (1996). *Contemporary Interpersonal Theory And Research*. New York.
- Krishnamurti, J. (2007). İlişki Üzerine. (Çev. Volkan Nedime). Ayna Yayınevi. 2. Basım, İstanbul.
- Koçak, A. (2001). Sosyal Kaygıyla Başa Çıkma Programının Lise Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeylerine Etkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara
- Kökdemir, D. (1995). Kim Kendini Kime ve Nerede Açar, *Yayınlanmamış Doktora Tezi*, Başkent Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Köknel, Ö. (1986). *İnsanı Anlamak*. Altın Kitaplar. İstanbul.

- Köker, S.(1997). Kimlik Duygusunun Kazanılması Açısından Ergenlerin, Genç Yetişkinlerin ve Yetişkinlerin Karşılaştırılması. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Kuehner, S. K. (2006). The Personality Adaptation Model: The Relationship of Interpersonal and Problem-Solving Styles to Personality Adaptations, *Unpublished Doctorate Thesis*. Fielding Graduate University.
- Kukulu, K., Buldukoğlu, K., Kulukaç, Ö., Köksal, D.C. (2006). The Effects of Locus of Control, Communication Skills and Social Support on Assertiveness in Female Nursing Students. *Social Behavior and Personality*. 34(1), 27-40
- Küçükeroğan, R. (2005). Reklam Söylemi. Es Yayınevi. İstanbul.
- Lamke, L. K., Sollie, D. L., Durbin, R. G., & Fitzpatrick, J. A. (1994). Masculinity, Femininity And Relationship Satisfaction: The Mediating Role Of Interpersonal Competence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11, 535-554.
- Langis, J., Sabourin, S., Lussier, Y., & Mathieu, M. (1994). Masculinity, Femininity, And Marital Satisfaction: An Examination Of Theoretical Models. *Journal of Personality*, 62(3), 393-414.
- Laurenceau, J. P., Rivera, L. M., Schaffer, A. R., & Pietromonaco, P. R. (in press). Intimacy as an Interpersonal Process: Current Status and Future Directions. In D. Mashek & A. Aron (Eds.) *Handbook of Closeness and Intimacy*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Lazar, J. (2001). İletişim Bilimi (Çev: Cengiz Anık). Vadi Yayınları. Ankara.
- Levinger, G. (1974). A Three-Level Approach To Attraction: Toward An Understanding of Pair Relatedness. T. L. Huston (ed). *Foundation Of Interpersonal Attraction*, New York: Academic Press.
- Leung, L. (2002). Loneliness, Self-Disclosure, and ICQ ("I Seek You") Use *Cyberpsychology and Behavior*, 5(3), 241-251

- Libet, J. M. & Lewinsohn, P. M. (1973). Concept of Social Skill with Special Reference to the Behaviour of Depressed Persons. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 40. 304-312.
- Lorr, M. (1986). Development of Interpersonal Style Inventory", *Journal of Research in Personality*, (20) 107-144.
- Lueken, M. A. (2005). The Prediction of Relationship Satisfaction: An Analysis of Partner and Self-Perception. *Unpublished Doctorate Thesis*. Ohio University.
- Luft, J. (1969). *Of Human Interaction*. Palo Alto, CA: National Press
- Mckenzie, K., & Schwitzer, R. (2001). Who Succeeds at University? Factors Predicting Academic Performance in First Year Australian University Students. *Higher Education Research & Development*, 20(1).
- Marr, D. J. (2009). Interpersonal Communication and Professional Relationships Between Faculty And Administrators in Higher Education. *Unpublished Doctorate Thesis*. Spalding University. Louisville.
- Martin, M, J., Vila, D., & Capellas, R. (2000), Studies of the Personality of Nursing Students. *Revista de Enfermeria*. 23, 643-650.
- Matsueda, R. L. (1992). Reflected Appraisals. *American Journal of Sociology*, 97, 1557-1661
- Meeks, B. S., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1998). Communication, Love, and Relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(6), 755-773.
- Miller, M. L. & Knapp, M. L. (1998). *Handbook Of Interpersonal Communication*. books.google.com.tr/books?isbn=5938780853...
- Miller, L.C., & Read, S.J. (1987). "Why Am I Telling You This? Selfdisclosure in A Goal Based Model Of Personality". In V.J. Derlega and J.H. Berg (Eds.). *Self-Disclosure: Theory, research, and therapy*. Plenum. New York.

- Miller, G. R., & Steinberg, M. (1975). *Between People: A New Analysis of Interpersonal Communication*. Science Research Associates. Chicago
- Montgomery, M. J. (2005). Psychosocial Intimacy And Identity: From Early Adolescence To Emerging Adulthood. *Journal of Adolescent Research*, 20, 346-374.
- Morton, T. L. (1978). Intimacy and Reciprocity Of Exchange: A Comparison Of Spouses and Strangers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(1), 72-81.
- Mulcahy, A. G. (1973). Sex Differens in Patterns of Self Disclosure Among Adolescents: A development Perspective. *Journal of Youth and Adolescence*. 2, 4, 343-356.
- Murray, S. L. (1999). The Quest For conviction: Motivated cognition in romantic relationships. *Psychological Inquiry*, 10(1), 23-34.
- Myers, G. J. & Myers, M. T. (1992). *The Dynamics of Human Communication: A Laboratory Approach*. McGraw Hill, Inc. New York.
- Navaro, L. (2000). *Tapınağın Öbür Yüzü: Bağlılık ve Bağımlılık Üzerine, Remzi Kitapevi*. İstanbul
- Neff, K. D., & Harter, S. (2002). The Role of Power and Authenticity In Relationship Styles Emphasizing Autonomy, Connectedness, Or Mutuality Among Adult Couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19, 827-849.
- Neff, K. D., & Harter, S. (2003). Relationship Styles Of Self-Focused Autonomy, Other-Focused Connectedness, And Mutuality Across Multiple Relationship Contexts. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20, 81-99
- Neubauer, P., & Neubauer, A. (1990). *Nature's Thumbprint: The New Genetics Of Personality*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Olney, M. J. & Brockelman, F. K. (2003). Out of The Disability Closet: Strategic Use of Perception Manegemant by Select University Students with Disabilities. *Disability& Society*.18, 1, 35-50.

- Oltmans, T.F., Neale, J.M., & Davison, G.C. (1995). *Case Studies In Abnormal Psychology*. (4th ed.). John Wiley & Sons, Inc. izniyle, çev. ed. Dağ, İ.(2003). *Anormal Davranışlar Psikolojisinde vaka Çalışmaları*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Omololu, C. B. (1984). Communication Behaviours of Undergraduate Medical Students Before and After Training. *British Journal of Medical Psychology*, 57, 97-100.
- Orta, A. Z. (2009). Etkili İletişim Sürecinde Kişilerarası İletişim Becerileri ve Yaratıcı Drama Uygulama Örneği. İstanbul Kültür Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Oskay, Ü. (2001). İletişimin ABC'si. Der Yayınları. İstanbul.
- Öksüz, Y. (1997) Duyguların Açılması Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Özerklik Düzeyine Etkisi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, OMÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Ören, N. (1981) İnsan İlişkileri Dersinin Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerine Etkisi, *Yayınlanmamış Doktora Tezi*, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özer, A. K. (2000). İletişimsizlik Becerisi. Sistem Yayıncılık. İstanbul.
- Özgüven, İ. E. ve Bilge, F. (1997) Üniversite Öğrencilerinin Karşı Cins Arkadaşlığı, *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 8, 27-36.
- Öztan, N. (1994). Kişilerarası İlişkiler Tarzı Ölçeği Geçerlik ve Güvenirliği: Bir Ön Çalışma. *VIII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları*, Türk Psikoloji Derneği Yayınları
- Panksepp, J. (2003). At the Interface Of The Affective, Behavioral, And Cognitive Neurosciences: Decoding The Emotional Feelings Of The Brain. *Brain and Cognition*, 52(1), 4-14.
- Parks, M. (1982). Ideology In Interpersonal Communication: Off The Couch And Into The World.In M. Burgoon (Ed.), *Communication Yearbook 5* (pp. 79-107). New Brunswick, NJ: Transaction.

- Patterson, M. L. (1990). Functions Of Non-Verbal Behaviour In Social Interaction. In H. Giles & W.P. Robinson, *Handbook Of Language And Social Psychology*. Chichester, UK: John Wiley.
- Pearce, W. B., & Sharp, S. M. (1973). Self-Disclosing Communication. *Journal of Communication*, 23(4), 409-425.
- Pennebaker, J. W. (1997). *Opening Up: The Healing Power Of Expressing Emotions* (rev.ed.). New York: The Guilford Press.
- Peter, J., Valkenburg, P. M., & Schouten, A. P. (2005). Developing A Model Of Adolescent Friendship Formation On The Internet. *CyberPsychology and Behavior*, 8(5), 423-430
- Petronio, S. (2002). *Boundaries Of Privacy: Dialectics Of Disclosure*. Albany, NY: State University of New York Press.
- Pfuhl, E. H., & Henry, S. (1993). *The Deviance Process*. New York: Aldine de Gruyter.
- Potts, L. G. (2007). *Interpersonal Style, Perceived Social Support and Emotional Exhaustion among Pastors*, *Unpublished Doctorate Thesis*. Seattle Pacific University.
- Prager, K. J. (1995). *The psychology of intimacy*. New York: Guilford.
- Precidano, M. E. & Heller, K. (1983). Measures Of Perceived Social Support From Friends And From Family: Three Validation Studies. *American Journal of Community Psychology*, 11, 1-24
- Purves, D.G & Erwin, P.G. (2004). "Post-Traumatic Stress and Self-Disclosure", *Journal of Psychology*. (138), 11-23.
- Rawlins, W. (1983). "Openness As Problematic In Ongoing Relationships: Two Conversational Dilemmas". *Communication Monographs*, 50, 1-13. Retrieved: 03.01.2006 Web: <http://scholar.google.com/scholar>.
- Reece, B.L. ve Brandt, R. (1990). *Human Relations Principles And Practices*. Boston: Houghton Mifflin Company.

Rogers, R. C (1961). *On Becoming A Person*. Houghton Mifflin Co. Boston.

Rubin, Z. (1975). Disclosing Oneself To A Stranger: Reciprocity and Its Limits. *Journal of Experimental Social Psychology*, 11, 233-260.

Sadler, P. (2001). Complementarity in Social Interaction: Interpersonal Style and Mutual Influence In Mdced-Sexdyads, *Unpublished Doctorate Thesis*. University of Waterloo. Ontario.

Sadler, P., & Woody, E. (2003). Is Who You Are Who You're Talking to? Interpersonal Style And Complementarity In Mixed-Sex Interactions? *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 80-96.

Saymaz, İ. (2003). Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişkileri Ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

Selçuk, Z. (1989). Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışları. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Hacettepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Sherman, H. (2000). *Olumlu Yaşama Sanatı*. Hayat Yayıncılık. İstanbul.

Somer, O. (1998). Beş Faktör Kişilik Modeli. *Türk Psikoloji Yazıları*, 1(2), 35-62.

Sorias, O. (1988). Sosyal Destegın Değerlendirilmesi. Toplumdan Seçilmiş Örneklemede Sosyal Ağın Yapısal Özellikleri İle Algılanan Destek. *Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Seminer Dergisi*, 6, 23-33.

Snell W. E (1988) Development Of The Emotional Self-Disclosure Scale Sex Roles.

Spitzberg, B.H (1989). *Handbook of Interpersonal Communication Research*, Springer-Verlag, New York.

Steiner-Pappalardo, N. L., & Gurung, R. A. R. (2002). The Femininity Effect: Relationship Quality, Sex, Gender, Attachment, And Significant-Other Concepts. *Personal Relationships*, 9, 30-50

Stiles, W.B. (1981). I Have to Talk to Somebody, A Fever Model of Self Disclosure, In V.J. Derlega & J.H.Berg, Self-disclosure: Theory, research, and therapy. New York: Plenum.

Sullivan, H. S. (1953). The Interpersonal Theory Of Psychiatry. New York: W.W. Norton.

Şahin, N., Durak, A., Yasak, Y. (1995). Kişilerarası İlişkiler Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. VIII. Ulusal Psikolojik Kongresi, İzmir.

Tabak, R.S. (1999). Sağlık İletişimi. Literatür Yayınları. İstanbul

Tagiuri, R.& Petrullo, L. (1958). Person Perception and Interpersonal Behavior. Stanford University Press. US.

Tardy, C. H. & Dindia, C. (1997) Self-Disclosure, The Handbook of Communication Skills, London.

Tardy, C, Hosman, L., & Bradac, J. (1981). Disclosing Self To Friends And Family: A

Reexamination Off Initial Questions. *Communication Research*, 29, 263-268.

Tong, A.S. (1998). Patterns Of Self-Disclosure Among Caucasian And Chinese Students, *Unpublished Doctorate Thesis*. Trinity Western University.

Tracey, T. J. G. & Schneider, P.L. (1995). An Evaluation Of The Circular Structure Of The Checklist Of Interpersonal Transactions And The Checklist Of Psychotherapy Transactions. *Journal of Counseling Psychology*. Vol 42(4), 496-507

Tubbs, S. L. & Moss, S. (1991). Human Communication. 6 th. Ed. Aarnio. New York.

Uzamaz, F & Güçray, S. (2004). Sosyal Beceri Eğitiminin Ergenlerin Kişilerarası İlişki

Düzeylerine Etkisi. Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2(28); 29-36.

Üstündağ, E. (2006). İletişim Becerilerini Geliştirme Programının Güvenlik Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışına Etkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Voltan Acar, N. (1994). Teröpotik İletişim Süreci. 3.bölüm, Eisenberg, S. & Delenay, D. J. (1993). Psikolojik Danışma Süreci. Meb Yayınları. Ankara.
- Vonk, R., & Van Nobelen, D. (1993). Masculinity and Femininity In The Self With an Intimate Partner: Men Are Not Always Men In The Company Of Women. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 627-630.
- Wagner, M. E.& Schubert, H. J. P. & Schubert, D. S. P., (1985) Effects Of Sibling Spacing On Intelligence, Interfamilial Relations, Psychoacial Characteristics Mental And Physical Health, ed. H. J. Reese, Advances In Child Development and Behaviour, c. 19, Academic Press, New York
- Watkins, C.E., Jr. (1990). The Effects Of Counselor Self-Disclosure: A Research Review. *The Counseling Psychologist*, 26, 130-145.
- Wegner, D.M., & Lane, J.D. (1995). From Secrecy To Psychopathology. In J. W.Pennebaker (Ed.), *Emotion, Disclosure, And Health* (pp. 25-46). Washington, D.C.:American Psychological Association.
- Wegner, D. M., & Schneider, D.J. (2003). The White Bear Story. *Psychological Inquiry*, 14(3), 326-329.
- Wiggins, J. S. & Holzmuller, A. (1978). Psychological Androgyny And Interpersonal Behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. Vol 46(1), 40-52.
- Wiseman, H., Metzl, E., Barber, J. P. (2006). Anger, Guilt And Intergenerational Communication Of Trauma In The Interpersonal Narratives Of Second Generation Holocaust Survivors. *American Journal of Orthopsychiatry*, 76(2), 176-184.
- Wheless, L. R. (1978). A Follow-Up Study Of The Relationships Among Trust, Disclosure And Interpersonal Solidarity. *Human Communication Research*, 4, 143-157.
- Wheless, L. R. & Grotz, J. (1976). Conceptualization And Measurement Of Reported Self-Disclosure. *Human Communication Research*, 2, 338-346.
- Wheless, L. R. & Grotz, J. (1977) The Measurement Of Trust And Its Relation To Self-Disclosure. *Human Communication Research*, 3, 250-257.

Wolcott, M.A (2008). Sharing the Stories Behind Our Scars: A Qualitative study of Self-Disclosure of Parental Death During The Acquaintance Process. *Unpublished master Thesis*. South Dakota State University.

Yalom, I. (2002). Grup Psikoterapisinin Teori ve Pratigi, Kabalcı Yayınları, İstanbul.

Yalom, I. (2005). Schopenhauer Tedavisi – Bugünü Yasama Arzusu, İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

Yılmaz, B. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İletişim Becerileri ve Bağlanma Stilleri. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Muğla Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yüksel, G. (1997). Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeyine Etkisi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Yüksel-Şahin, F. (2005). Grupla İletişim Becerileri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin İletişim Beceri Düzeylerine Etkisi, *Deneyisel Olarak Sınanmış Grupla Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programları II*. (Ed: Serkan Erkan ve Alim Kaya). Ankara: Pegem Yayıncılık.

Yüksel Şahin, F. (2008). Communication Skill Levels in Turkish Prospective Teachers. *Social Behavior and Personality*. 36(9), 1283-1294.

EKLER**EK I: KİŞİSEL BİLGİ FORMU****EK II: KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI ÖLÇEĞİ****EK III: KENDİNİ AÇMA ENVANTERİ**

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Cinsiyetiniz Kız () Erkek ()
2. Üniversite öğrenciliğinden önceki yaşadığınız yer.
Şehir () Kasaba () Köy ()
3. Sosyo-ekonomik düzey.
Düşük () Orta () Yüksek ()
4. Anne-Babanızın (ebeveyninizin) size yönelik tutumları:

Anne ve babanızı, size yönelik duygu, düşünce ve davranışları bağlamında -kişisel, akademik ve kişilerarası özelliklerinizi de değerlendirdikleri noktada- sergiledikleri ebeveyn tutumları bakımından nasıl algılamaktasınız?

Otoriter () Çocuğunu yanlış yapağından korktuğı için sürekli kontrol eden, kuralcı, cezalandırıcı, her zaman kendisinin doğru olduğuna inanan, “ya hep, ya hiç” türü mantık dışı inançları olan ve kendi gibi düşünmediğinde çocuğuna değer vermeyen anne-baba tutumudur.

Demokratik () Çocuğunu farklı bir kişi olarak kabul eden, ona saygı duyan, başarısını ödüllendiren, sevgisini esirgemeyen, sorumluluk sahibi bir kişi olabilmesi için fırsatlar ve olanaklar sağlayan anne-baba tutumudur.

İlgisiz () Çocuğunu etkin olarak dinlemeyen, çocuğun zamanının nerede, nasıl, kiminle geçirdiğine duysız kalan, çocuğuna yeterli uyarıcıyı sağlamayan, çocuğunun birçok uyarısına tepkisiz kalan anne-baba tutumudur.

Koruyucu () Çocuğunun işini, kararını, sorumluluğunu ve yetkisini elinden alarak –ki bu durum çocuğun iyiliğı içindir diye düşünülen- çocuğı adına kararlar veren, -çoğı kez sevecenlikle- ve böylece çocuğunda eksiklik duygularının oluşmasına neden olan anne-baba tutumudur.

Tutarsız () Çocuğuna bazen çok sert bazen de çok olumlu tepkiler veren, ne zaman ödüllendireceğı ne zaman cezalandıracağı belli olmayan, anne-babanın tutumları arasında tutarsızlık –anne ve babanın birbirine aykırı ceza ve eğitim anlayışlarına sahip olmasının da etkisi ile- olan, çocuğun ikilem içinde, tutarsız ve güvensiz olmasına neden olan anne-baba tutumudur.

KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI ÖLÇEĞİ

Açıklama: Aşağıda kişilerarası ilişkilerinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Lütfen her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 4 Aralıklı ölçek üzerinde değerlendiriniz. Her ifadenin yanındaki kutulardan size en uygun olan birisinin içine (X) işareti koyunuz.

	1.....2.....3.....4				
	Hiç uymuyor	Çok az uyuyor	Çoğu kez uyuyor	Tam uyuyor	
1.Fazla hareketli olmayan, sessiz ve sakin bir tatili tercih ederim.	1	2	3	4	
2.Zor bir duruma düştüğüm zaman, genellikle arkadaşlarımdan yardım isterim.	1	2	3	4	
3.Birisi kendini iyi hissetmiyorsa ondan uzak durmaya çalışırım.	1	2	3	4	
4.Birisi bana haksızlık etse bile onunla iyi geçinebilirim.	1	2	3	4	
5.Başkaları ile karşılaştırıncı, kendimi oldukça dikkatli ve tedbirli bulurum.	1	2	3	4	
6.Popüler olmayan görüşleri destekleyen insanlarla çok nadir olarak aynı fikri paylaşıyorum.	1	2	3	4	
7.Sık sık belirli bir nedeni olmaksızın kendimi bitkin ve karamsar hissederim.	1	2	3	4	
8.Bir grupla çalışırken başkasının liderliğini kabul ederim.	1	2	3	4	
9.Eğer insanlara iyi davranırsan, onlarda sana iyi davranırlar diye düşünürüm.	1	2	3	4	
10.Aptalca hatalar yapan insanlara hiç tahammülüm yoktur.	1	2	3	4	
11.Birini incittiğimi hemen her zaman anlarım.	1	2	3	4	
12.Düşünmeden hemen harekete geçme isteğimi kontrol etmekte zorlanırım.	1	2	3	4	
13.Etrafımda kim olursa olsun, inandığım şeyi söylerim.	1	2	3	4	
14.Eğer yaptığım işte bir yere varamıyorsam, başka bir işle uğraşmaya başlarım.	1	2	3	4	
15.Sinirlendiğim zaman çok çabuk kendimi toplarım.	1	2	3	4	
16.Yapılması gereken bir iş olduğunda emirler vererek işi başlatırım.	1	2	3	4	
17.İşyerinde/sınıfta resmi ve mesafeli olmayı tercih eden yalnız bir insanımdır.	1	2	3	4	
18.Bir karar vermem gerektiğinde arkadaşlarımdan fikrini sorarım.	1	2	3	4	
19.Başkasının kişisel sorunlarını dinlemek zorunda kalmaktan hoşlanmam.	1	2	3	4	
20.Sık sık birisi bitirmek için geç vakitlere kadar çalışırım.	1	2	3	4	
21. Bir grubun lideri olmak gibi özel bir isteğim yok.	1	2	3	4	
22.Birçok yakın arkadaşım var.	1	2	3	4	
23.Çoğu insanın sözünde duracağına inanırım.	1	2	3	4	
24.İnsanlar beni rahatsız ettiklerinde, alaycı konuşurum.	1	2	3	4	
25.Çoğunlukla şakalarımdan birini incitip incitmediğimin farkına varırım.	1	2	3	4	
26.Genellikle sonra devam etmek üzere bıraktığım bazı zor işlere geri dönmeyi unuturum.	1	2	3	4	
27.Bazen davetleri geri çevirip evde oturmayı tercih ederim.	1	2	3	4	
28.Bir işe başladıktan sonra daha eğlenceli bir şey yapma fırsatı çıksa bile işi yarıda bırakmam.	1	2	3	4	
29.Gelecek hakkında endişelerim var.	1	2	3	4	
30.Yönetici olmamı gerektirecek durumlardan uzak dururum.	1	2	3	4	
31.Kişisel sorunlarımı başkasının yardımı olmadan kendi başıma çözmeyi tercih ederim.	1	2	3	4	
32.Çoğu zaman zorda kalan arkadaşşıma yardım ederim.	1	2	3	4	
33.İnsanlar bana hükmetmeye çalıştıklarında, hadlerini bildiririm.	1	2	3	4	
34.Arkadaşlarımdı duygularını saklamaya çalışsalar bile neler hissettiklerini tahmin edebilirim.	1	2	3	4	
35. Etrafımdaki insanlar fikirlerimi kolayca etkileyemez.	1	2	3	4	
36.Bir kriz anında bile sakin ve soğukkanlı kalabilirim.	1	2	3	4	
37.Çok önemli bir karar almam gerektiğinde arkadaşlarımdan onayımı almaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	
38.İnsanların çok zamanımı almalarından hoşlanmam..	1	2	3	4	
39.Sık sık nedenini bilmeden endişelenirim.	1	2	3	4	
40.Hasta olduğumu bildiğim kişilere yardım etmek için kendi işimi bir kenara bırakırım.	1	2	3	4	
41.İnsanlara güvendiğim zaman, onlar da bu güveni kötüye kullanmazlar diye düşünürüm.	1	2	3	4	
42.Çevremdeki insanların ruh halini bir çok insana nazaran, daha iyi fark edebilirim.	1	2	3	4	
43.Bazen kendimi bir anda beklenmedik bir şeyler beklerken bulurum.	1	2	3	4	
44.Otorite figürü (yetkili) kişilerin dediklerini kabul etmektense, kendi fikrimi oluşturmayı tercih ederim.	1	2	3	4	
45.Devamlı akıl danışıp fikir soran insanlardan hoşlanmam.	1	2	3	4	
46.Bir kuyrukta önüme birisi geçtiğinde genellikle sesimi çıkarmam.	1	2	3	4	
47.Çok heyecanlanıp sinirlendiğimde bile bir şey söylemeden önce biraz beklerim.	1	2	3	4	
48.İnsanlar emredici bir tavır takınsalar bile istediklerini yaparım.	1	2	3	4	
49.Bir işi halletmek konusundaki becerikliliğimle tanınırım.	1	2	3	4	
50.Diğer insanları etkilememi gerektirecek durumlardan kaçınırım.	1	2	3	4	
51.Yalnız çalışmaktansa, diğer insanlarla birlikte çalışmayı tercih ederim	1	2	3	4	
52. Kendimi iyi hissetmediğim zaman bana ilgi ve şevkat gösterilmesinden hoşlanmam.	1	2	3	4	
53.İnsanlar bir şey bekledikleri için değil, içlerinden öyle geldiği için arkadaşşıca davranırlar diye düşünürüm.	1	2	3	4	
54. Başkalarının bakış açısını anlama konusundaki becerikliliğimle tanınırım.	1	2	3	4	
55.İşler sıkıcı olmaya başladığında, hemen heyecan verici bir şeyler ararım.	1	2	3	4	

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Makbule YILMAZ
Doğum Yeri : Plevne/Bulgaristan
Doğum Yılı : 1985

EĞİTİM VE AKADEMİK BİLGİLER

Lise 2000-2003 : Yatağan Anadolu Lisesi
Lisans 2003-2007 :Uludağ Üniversitesi
Yabancı Dil : İngilizce

MESLEKİ BİLGİLER

2007 – 2008 : Coşku Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi, Muğla
2008-2009 : Kulvar Dergisi Dershanesi, Muğla
2009-2010 : Bal Arısı Çocuk Evi, Muğla