



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN GENEL PSİKOLOJİK
BELİRTİSELLİK İLE İLİŞKİSİNDE ÖZ-DUYARLIK VE
ALGILANAN SOSYAL DESTEĞİN ROLÜ**

Gözde TAMCAN

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2019

BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN GENEL PSİKOLOJİK BELİRTİSELLİK İLE
İLİŞKİSİNDE ÖZ-DUYARLIK VE ALGILANAN SOSYAL DESTEĞİN ROLÜ

Gözde TAMCAN

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Anabilim Dalı

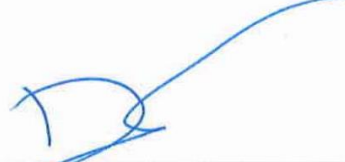
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2019

KABUL VE ONAY

Gözde TAMCAN tarafından hazırlanan "Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Genel Psikolojik Belirtisellik ile İlişkisinde Öz-Duyarlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Rolü" başlıklı bu çalışma, 19.02.2019 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.



Prof. Dr. İhsan Dağ (Danışman)



Doç. Dr. Sedat Işık (Başkan)



Doç. Dr. Deniz Canel Çınarbaş

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

Prof. Dr. Musa Yaşar Sağlam

Enstitü Müdürü

YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kağıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinleri yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Yükseköğretim Kurulu tarafından yayınlanan “**Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge**” kapsamında tezim aşağıda belirtilen koşullar haricince YÖK Ulusal Tez Merkezi / H.Ü. Kütüphaneleri Açık Erişim Sisteminde erişime açılır.

- o Enstitü / Fakülte yönetim kurulu kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren 2 yıl ertelenmiştir. ⁽¹⁾
- o Enstitü / Fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren ay ertelenmiştir. ⁽²⁾
- o Tezimle ilgili gizlilik kararı verilmiştir. ⁽³⁾

19.02.2019
[İmza]

Gözde TAMCAN

“Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge”

- (1) Madde 6. 1. Lisansüstü teze ilgili patent başvurusu yapılması veya patent alma sürecinin devam etmesi durumunda, tez **danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü** üzerine **enstitü** veya **fakülte yönetim kurulu** iki yıl süre ile tezin erişime açılmasının ertelenmesine karar verebilir.
- (2) Madde 6. 2. Yeni teknik, materyal ve metotların kullanıldığı, henüz makaleye dönüşmemiş veya patent gibi yöntemlerle korunmamış ve internetten paylaşılması durumunda 3. şahıslara veya kurumlara haksız kazanç imkanı oluşturabilecek bilgi ve bulguları içeren tezler hakkında tez **danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü** üzerine **enstitü** veya **fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı** ile altı ayı aşmamak üzere tezin erişime açılması engellenebilir.
- (3) Madde 7. 1. Ulusal çıkarları veya güvenliği ilgilendiren, emniyet, istihbarat, savunma ve güvenlik, sağlık vb. konulara ilişkin lisansüstü tezlerle ilgili gizlilik kararı, **tezin yapıldığı kurum tarafından** verilir *. Kurum ve kuruluşlarla yapılan işbirliği protokolü çerçevesinde hazırlanan lisansüstü tezlerle ilişkin gizlilik kararı ise, **ilgili kurum ve kuruluşun önerisi ile enstitü** veya **fakültenin uygun görüşü** üzerine **üniversite yönetim kurulu tarafından** verilir. Gizlilik kararı verilen tezler Yükseköğretim Kuruluna bildirilir.
Madde 7.2. Gizlilik kararı verilen tezler gizlilik süresince enstitü veya fakülte tarafından gizlilik kuralları çerçevesinde muhafaza edilir, gizlilik kararının kaldırılması halinde Tez Otomasyon Sistemine yüklenir.

* Tez **danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü** üzerine **enstitü** veya **fakülte yönetim kurulu tarafından** karar verilir.

ETİK BEYAN

Bu çalışmadaki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, kullandığım verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, yararlandığım kaynaklara bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu, tezimin kaynak gösterilen durumlar dışında özgün olduğunu, **Prof. Dr. İhsan DAĞ** danışmanlığında tarafımdan üretildiğini ve Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Yönergesine göre yazıldığını beyan ederim.



Gözde TAMCAN

TEŞEKKÜR

Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca bilgi ve deneyimlerini benimle paylaşan, tezimin her aşamasında desteğini esirgemeyen ve geribildirimleriyle bana ışık tutan değerli tez danışmanım Prof. Dr. İhsan DAĞ hocama teşekkür ederim. Tez jürimde yer alan, öneri ve eleştirileriyle tezime katkıda bulunan Doç. Dr. Sedat IŞIKLI VE Doç. Dr. Deniz CANEL ÇINARBAŞ'a çok teşekkür ederim.

Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca kendilerinden çok şey öğrendiğim ve öğrenmeye devam ettiğim Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü değerli öğretim üyelerine ve veri toplama aşamasında bana yardımcı olan Hacettepe Üniversitesi'nin diğer bölümlerinden hocalarıma desteklerinden dolayı teşekkür ederim.

Hem eğitim hem de meslek hayatımda kendisinden çok şey öğrendiğim, örnek aldığım ve birlikte çalışmaktan çok mutlu olduğum değerli hocam ve koordinatörüm Doç. Dr. Sait ULUÇ'a desteği ve katkılarından dolayı çok teşekkür ederim.

Meslek hayatımın bana kazandırdığı en büyük güzellikler olan, tezimin her aşamasında bana katkıda bulunan, beni sabırla dinleyen ve desteğini esirgemeyen dostum Uzm. Psk. Gülen SAY'a, çok uzaklarda olsa da desteğiyle yanımda olduğunu hissettiren, tanıştığım günden bu yana hayatıma renk katan ve dostluğa olan inancımı pekiştiren, her gün hasretle andığım Uzm. Psk. Merve ORAL SEYHAN'a, dostluğu ve bilgisiyle tüm zor zamanlarımda bana yardımcı olan kahramanım Dr. Beyza ÜNAL'a ve tüm çalışma arkadaşlarıma çok teşekkür ederim.

Yüksek lisans süreciyle hayatıma giren, bu süreci tamamlada büyük katkıları olan, birlikte zaman geçirmekten çok keyif aldığım ve birlikte eğitim almaktan dolayı kendimi çok şanslı hissettiğim dönem arkadaşlarım Uzm. Psk. Burcu YILDIRIM, Psk. Gizem DOĞRU, Psk. Ceren ŞİMŞEK, Psk. Didem Arıkan, Psk.

İrem Derya ÇAĞLAYAN, Psk. Ela Serpil EVLİYAOĞLU, Psk. Zeynep ATEŞ, Uzm. Psk. Fatma Dilvin ABACI ve Psk. Nuket ÖZEL'e çok teşekkür ederim.

Son olarak beni bugünlere getiren, verdiğim her kararda beni destekleyen, çok uzakta olsalar bile varlıklarıyla bana güven veren annem Münevver TAMCAN'a, babam Fahri TAMCAN'a, biricik kardeşim ve en iyi arkadaşım Umut TAMCAN'a çok teşekkür ederim. Canım ailem, iyi ki varsınız.



ÖZET

TAMCAN, Gözde. *Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Genel Psikolojik Belirtisellik ile İlişkisinde Öz-Duyarlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Rolü*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2019.

Bu çalışmada beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik belirtisellik ile ilişkisinde öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı rolünü incelemek amaçlanmıştır. Araştırma Hacettepe Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim görmekte olan 425 (300 kadın, 125 erkek) öğrencinin (Ort. Yaş= 21.19, $S = 2.01$) katılımıyla yürütülmüştür.

Çalışma kapsamında katılımcılara "Demografik Bilgi Formu", "Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT)", "Kısa Semptom Envanteri (KSE)", "Öz-Duyarlık Ölçeği (ÖDÖ)" ve "Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)" uygulanmıştır.

Katılımcılardan elde edilen verilere psikolojik belirti düzeyini demografik değişkenler açısından incelemek amacıyla MANOVA, değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla korelasyon ve değişkenlerin aracı etkisini incelemek amacıyla aracı değişken analizleri uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda çalışmada incelenen değişkenler ve değişkenlerin alt boyutları arasında farklı anlamlılık düzeylerinde ilişkiler gözlenmiştir. Öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı rolünü incelemek amacıyla yapılan aracı değişken analizleri sonucunda nevrotiklik, dışadönüklük, yumuşak başlılık ve sorumluluğun psikolojik belirtisellik ile ilişkisinde öz-duyarlığın ve algılanan sosyal desteğin aracı etkiye sahip olduğu görülmüştür. Sosyoekonomik düzey (SED) ve cinsiyetin psikolojik belirtisellik ile ilişkisi incelendiğinde psikolojik belirtiselliğin cinsiyet açısından anlamlı düzeyde farklılaştığı, SED açısından anlamlı bir farklılık bulunmadığı ve değişkenlerin psikolojik belirtisellik üzerinde anlamlı bir ortak etkiye sahip olmadığı görülmüştür.

Çalışmada elde edilen bulgular ilgili alanyazın çerçevesinde tartışılmış ve değişkenlerin birbiriyle ilişkisine dair bulguların alanyazındaki diğer çalışma bulgularıyla büyük ölçüde tutarlı olduğu görülmüştür. Beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik belirtisellik ile ilişkisinde öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı etkiye sahip olmasının kişilik ve psikopatoloji arasındaki ilişkiyi anlamada önemli olduğu görülmüştür. Öz-duyarlığın

alt boyutlarının aracı etkisine dair farklılıkların öz-duyarlığın olumlu bileşenlerinin psikolojik bozukluklara karşı koruyucu, olumsuz bileşenlerinin ise bozuklukların ortaya çıkmasına hazırlayıcı etkisinden kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Sözcükler

Beş Faktör Kişilik Özellikleri, Psikolojik Belirtisellik, Öz-Duyarlık, Algılanan Sosyal Destek



ABSTRACT

TAMCAN, Gözde. *The Role of Self-Compassion and Perceived Social Support in Relating Five-Factor Personality Traits to General Psychological Symptomatology*, Master Thesis, Ankara, 2019.

The aim of this study is to investigate the mediating role of self-compassion and perceived social support (PSS) in the relationship between the five-factor personality traits and psychological symptomatology. The study was carried out with the participation of 425 (300 female, 125 male) students (Mean Age = 21.19, $S = 2.01$) who were studying in different departments of Hacettepe University.

Data was collected through Individual Information Form, Adjective Based Personality Scale, Brief Symptom Inventory, Self-Compassion Scale and The Multidimensional Scale of Perceived Social Support.

The data obtained from participants is analysed by using MANOVA, correlation and mediator variable analysis. The relationship between the variables and the sub-dimensions of variables is found statistically significant. The mediator variable analysis which is conducted to explore the mediator role of self-compassion and PSS, self-compassion and PSS have mediator effect on the relationship between neuroticism, extraversion, agreeableness, conscientiousness and psychological symptomatology. When the relationship between socioeconomic status (SES), gender and psychological symptomatology is analyzed, the results show that psychological symptomatology is significantly differed in terms of gender; no significant difference in terms of SES and the variables don't have a interaction effect on psychological symptomatology.

The findings of this study were discussed under the light of related literature and it was found out that the findings regarding the interrelationships between the variables were mostly consistent with the findings of other studies in the literature. It was revealed that the mediating role of self-compassion and PSS on the relationship between personality and psychological symptoms is important to understand the relationship between personality and psychopathology. It is believed that the differences in the mediating effects of sub-dimensions of self-compassion were resulted from protective effects of

positive components of self compassion against psychological disorders, and triggering effects of negative components of self compassion on psychological disorders.

Keywords

Five-Factor Personality Traits, Psychological Symptomatology, Self-Compassion, Perceived Social Support



İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY.....	i
YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI.....	ii
ETİK BEYAN.....	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZET.....	vi
ABSTRACT.....	viii
İÇİNDEKİLER.....	x
TABLolar DİZİNİ.....	xiv
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xv
GİRİŞ.....	1
1. BÖLÜM: KURAMSAL ÇERÇEVE.....	2
1.1. KİŞİLİK.....	2
1.1.1. Ayırıcı Özellik Yaklaşımı.....	3
1.1.2. Beş Faktör Kişilik Özellikleri.....	5
1.1.2.1. Dışadönüklük.....	5
1.1.2.2. Nevrotiklik.....	5
1.1.2.3. Deneyime Açıklık.....	5
1.1.2.4. Yumuşak Başlılık.....	6
1.1.2.5. Sorumluluk.....	6
1.1.3. Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Psikolojik Belirtisellik ile İlişkisi.....	6
1.1.4. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Psikolojik Belirtisellik	

ile İlgili Araştırmalar.....	9
1.2. ÖZ-DUYARLIK.....	15
1.2.1.1. Öz-Sevecenliğe Karşı Öz-Yargılama.....	17
1.2.1.2. Paylaşımın Bilincinde Olmaya Karşı İzolasyon.....	17
1.2.1.3. Bilinçliliğe Karşı Aşırı Özdeşleşme.....	17
1.2.2. Öz-Duyarlık ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri İlişkisi.....	18
1.2.3. Öz-Duyarlık ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri ile İlgili Araştırmalar.....	19
1.2.4. Öz-Duyarlık ve Psikolojik Belirtisellik İlişkisi.....	20
1.2.5. Öz-Duyarlık ve Psikolojik Belirtisellik ile İlgili Araştırmalar.....	21
1.3. SOSYAL DESTEK.....	27
1.4. ALGILANAN SOSYAL DESTEK.....	30
1.4.1. Algılanan Sosyal Destek ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri İlişkisi.....	30
1.4.2. Algılanan Sosyal Destek ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri ile İlgili Araştırmalar.....	32
1.4.3. Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik Belirtisellik İlişkisi...35	
1.4.4. Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik Belirtisellik ile İlgili Araştırmalar.....	37
1.5. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	39
2. BÖLÜM: YÖNTEM.....	41
2.1. ÖRNEKLEM.....	41
2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	43
2.2.1. Demografik Bilgi Formu.....	43

2.2.2. Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT).....	44
2.2.3. Kısa Semptom Envanteri (KSE).....	44
2.2.4. Öz-Duyarlık Ölçeği (ÖDÖ).....	44
2.2.5. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)..	45
2.3. İŞLEM.....	46
3. BÖLÜM: BULGULAR.....	47
3.1. SOSYO-DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE İLİŞKİN MANOVA SONUÇLARI.....	47
3.2. BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE PSİKOLOJİK BELİRTİSELLİK DÜZEYİNE İLİŞKİN KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI.....	48
3.3. BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE ÖZ-DUYARLIK DÜZEYİNE İLİŞKİN KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI.....	50
3.4. BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE ALGILANAN SOSYAL DESTEK DÜZEYİNE İLİŞKİN KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI.....	51
3.5. ÖZ-DUYARLIK DÜZEYİ İLE PSİKOLOJİK BELİRTİSELLİK DÜZEYİNE İLİŞKİN KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI.....	53
3.6. ALGILANAN SOSYAL DESTEK DÜZEYİ İLE PSİKOLOJİK BELİRTİSELLİK DÜZEYİNE İLİŞKİN KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI.....	55
3.7. BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN PSİKOLOJİK BELİRTİSELLİK İLE İLİŞKİNDE ÖZ-DUYARLIK VE ALGILANAN SOSYAL DESTEĞİN ARACI ROLÜNÜN DEĞERLENDİRİLMESİ.....	56
3.7.1. Nevrotiklik ile Psikolojik Belirtisellik Arasındaki İlişkide Öz-Duyarlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü.....	59
3.7.2. Dışadönüklük ile Psikolojik Belirtisellik Arasındaki İlişkide Öz-Duyarlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü.....	61

3.7.3. Yumuşak Başlılık ile Psikolojik Belirtisellik Arasındaki İlişkide Öz-Duyarlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü.....	64
3.7.4. Sorumluluk ile Psikolojik Belirtisellik Arasındaki İlişkide Öz-Duyarlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü.....	66
4. BÖLÜM: TARTIŞMA.....	69
4.1. DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE İLİŞKİN BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ.....	69
4.2. ARAŞTIRMA DEĞİŞKENLERİNE İLİŞKİN BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ.....	70
4.2.1. Değişkenlerin Birbiriyle İlişisine Dair Bulguların Değerlendirilmesi.....	70
4.2.2. Değişkenlerin Aracı Etkisine Dair Bulguların Değerlendirilmesi.....	77
4.3. SONUÇLAR.....	82
4.4. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	84
4.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI VE ÖNERİLER.....	85
KAYNAKÇA.....	86
EK 1. Onam Formu.....	110
EK 2. Demografik Bilgi Formu.....	111
EK 3. Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT).....	112
EK 4. Kısa Semptom Envanteri (KSE).....	114
EK 5. Öz- Duyarlık Ölçeği (ÖDÖ).....	115
EK 6. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ).....	116
EK 7. Etik Kurul İzni.....	117
EK 8. Orijinallik Raporu.....	118

TABLolar DİZİNİ

Tablo 2.1. Örneklemin Demografik Özellikleri	42
Tablo 3.1. SDKT ve KSE Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları.....	49
Tablo 3.2. SDKT ve ÖDÖ Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları.....	50
Tablo 3.3. SDKT ve ÇBASDÖ Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları.....	52
Tablo 3.4. KSE ve ÖDÖ Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları.....	54
Tablo 3.5. KSE ve ÇBASDÖ Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları.....	55
Tablo 3.6. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ile Psikolojik Belirtisellik Arasında Aracı Rolü incelenen Değişkenler.....	58
Tablo 3.7. Psikolojik Belirtisellik Üzerinde Aracı Değişkenlerin Dolaylı Etkileri İçin Nokta Tahminleri ve Güven Aralıkları.....	61
Tablo 3.8. Psikolojik Belirtisellik Üzerinde Aracı Değişkenlerin Dolaylı Etkileri İçin Nokta Tahminleri ve Güven Aralıkları.....	63
Tablo 3.9. Psikolojik Belirtisellik Üzerinde Aracı Değişkenlerin Dolaylı Etkileri İçin Nokta Tahminleri ve Güven Aralıkları.....	66
Tablo 3.10. Psikolojik Belirtisellik Üzerinde Aracı Değişkenlerin Dolaylı Etkileri İçin Nokta Tahminleri ve Güven Aralıkları.....	68

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 3.1. Bootstrap ile Yürütülen Aracı Değişken Analizi Modellemesi.....	57
Şekil 3.2. Nevrotikliğin Psikolojik Belirtisellik ile İlişkisinde Öz-Sevecenlik, Öz-Yargılama, Paylaşımların Bilincinde Olma, İzolasyon, Bilinçlilik, Aşırı Özdeşleşme ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü.....	59
Şekil 3.3. Dışadönüklüğün Psikolojik Belirtisellik ile İlişkisinde Öz-Sevecenlik, Öz-Yargılama, İzolasyon, Bilinçlilik, Aşırı Özdeşleşme ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü.....	62
Şekil 3.4. Yumuşak Başlılığın Psikolojik Belirtisellik ile İlişkisinde Öz-Sevecenlik, Öz-Yargılama, Paylaşımların Bilincinde Olma, İzolasyon, Bilinçlilik, Aşırı Özdeşleşme ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü.....	64
Şekil 3.5. Sorumluluğun Psikolojik Belirtisellik ile İlişkisinde Öz-Sevecenlik, Öz-Yargılama, İzolasyon, Bilinçlilik, Aşırı Özdeşleşme ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü.....	67

GİRİŞ

Kişilik ve psikopatoloji, tanım ve kavram farklılıklarına rağmen tüm zamanlarda ve kültürlerde tanınarak insan varlığının evrensel bir yönü haline gelmiştir (Andersen ve Bienvenu, 2011). Kişiliğin psikopatoloji ile ilişkisi Hipokrat'ın dört temel mizaç formülasyonundan bu yana ilgi çekmekte ve uzun yıllardır araştırılmaktadır (Widiger ve Trull, 1992). Kişilik özelliklerinin psikolojik bozuklukların altında yatan temel neden olabileceği, psikiyatrik belirtilerin ifadesini etkileyebileceği ve tedavi yaklaşımlarıyla etkileşime girebileceği düşüncesi ruh sağlığıyla ilgili yapılan çalışmalarda kişilik özelliklerinin belirlenmesini önemli hale getirmiştir (Deary, Peter, Austin ve Gibson, 1998). 1990'larda bu ilişkiyi incelemeye yönelik ilgi artmış (Watson ve Clark, 1994) ayrıca ruhsal hastalıklarının ve kişiliğin modern sınıflandırması günümüzde bu çalışmaları daha yapılabilir hale getirmiştir (Kotov, Gamez, Schmidt ve Watson, 2010).

Alanyazın incelendiğinde beş faktör kişilik özellikleri ile psikolojik bozukluklar arasında ilişki olduğu sonucuna ulaşan çok sayıda çalışma olduğu görülmektedir (Bienvenu, Samuels, Costa, Reti, Eaton ve Nestadt, 2004; Saulsman ve Page, 2004; Terracciano, Löckenhoff, Crum, Bienvenu ve Costa, 2008). Kişilik özellikleri ile psikolojik bozukluklar arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen çalışmalara ek olarak bu ilişkinin altında yatan mekanizmayı açıklamaya yönelik araştırmalar yapılmış ve psikolojik bozuklukların görülmesinde etkili olduğu düşünülen psikolojik dayanıklılık, yaşam doyumu, stresle başa çıkma tarzı ve öznel iyi oluş gibi diğer birçok kavramın da kişilik özellikleriyle ilişkili olduğu görülmüştür (Topçu, 2017; Magnus ve Diener, 1991; Lee-Baggeley, Preece ve DeLongis, 2005; Connor-Smith ve Flachsbart, 2007; Doğan, 2013).

Konuyla ilgili yapılan çok sayıda araştırmaya rağmen beş faktör kişilik özellikleri ile psikolojik bozuklukların altında yatan mekanizma tam olarak açıklanamamıştır. Bu bağlamda bu araştırma kapsamında beş faktör kişilik özellikleri ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkiyi etkileyebileceği düşünülen öz-duyarlık (self-compassion) ve algılanan sosyal desteğin aracı rolü incelenecektir.

1. BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde araştırma kapsamında incelenecek olan kişilik, öz-duyarlık ve sosyal destek kavramlarına ilişkin kuramsal bilgiler incelenmiştir. Konunun derinlemesine anlaşılabilmesi amacı ile araştırmada yer alan bu kavramların tanımı, kavramlara ilişkin alt boyutlar, kavramların birbirleriyle ve psikolojik belirtisellik ile ilişkisine dair alanyazında yer alan görüşler aktarılmıştır. Bununla birlikte beş faktör kişilik özellikleri, öz-duyarlık, algılanan sosyal destek ve psikolojik belirtisellik değişkenlerine ilişkin ulusal ve uluslararası alanyazında yer alan araştırmalar incelenmiş ve konuya ilişkin bilgiler sunulmuştur. Ardından araştırmanın amacı ve bu amaç doğrultusunda hazırlanmış olan araştırma sorularına yer verilmiştir.

1.1. KİŞİLİK

Kişilik, psikoloji alanında uzun yıllardır çalışılan bir kavram olmasına rağmen bütün kuramcıların üzerinde anlaştığı bir kişilik tanımı bulunmamaktadır (Burger, 2006). Kişiliğin tanımlanması ve ölçülmesiyle ilgili pek çok kuramcı farklı görüşe sahiptir. Burger (2006), kişiliği “bireyin kendisinden kaynaklanan tutarlı davranış kalıpları ve kişilik içi süreçler” olarak tanımlamıştır. McCrae ve Costa (1989) ise kişiliği “bireyin farklı durumlarda ortaya koyduğu davranışları açıklayan, sürekliliği olan, kişilerarası, duygusal, motivasyonel ve deneyime dayalı etkileşim tarzı” olarak ifade etmiştir. Cloninger, Svrakic ve Pryzbeck’e (1993) göre kişilik “kişinin deneyimler karşısındaki uyumunu belirleyen psikobiyolojik sistemlerin dinamik bir organizasyonudur”. Bir diğer tanımda ise kişilik “bireyin kendine özgü olan, değişik durumlarda ve zaman içinde kalıcı olan duygu, düşünce ve davranış örüntüsü” olarak ifade edilmiştir (Morris, 2002).

Kişilik kavramını tanımlayan ifadeler incelendiğinde kişilik tanımında bazı ortak öğelerin vurgulandığı dikkat çekmektedir. Bu ortak öğeler dikkate alındığında genel

olarak kişiliği “bireyi diğerlerinden ayıran, bireye özgü, tutarlı ve yapılaşmış özellikler bütünü” olarak tanımlamak mümkündür (Yazgan İnanç ve Yerlikaya, 2014).

Kişilik tanımındaki farklılıklara ek olarak birçok yaklaşım kişiliğin altında yatan mekanizmaları ve bu mekanizmaların kişiye özgü davranışları nasıl oluşturduğuna dair farklı görüşler sunmuştur. Kişiliğin farklı boyutlarıyla ilgilenen bu yaklaşımlar psikanalitik yaklaşım, biyolojik yaklaşım, insancıl yaklaşım, davranışsal-sosyal öğrenme yaklaşımı, bilişsel yaklaşım ve ayırıcı özellik yaklaşımı olarak sınıflandırılabilir (Burger, 2006).

Genel olarak bu yaklaşımlara bakıldığında psikanalitik yaklaşımın kişilerarası davranış farklılıklarını bilinçdışı süreçlerle açıkladığı, biyolojik yaklaşımın ise bu farklılıkları kalıtsal eğilimler ve fizyolojik süreçlerle ilişkilendirdiği görülmektedir. İnsancıl yaklaşım kişilerarası farklılıkları kendini onaylama ve kişisel sorumluluk duygusu ile açıklarken, davranışsal-sosyal öğrenme yaklaşımı farklılıkların koşullanma ve beklentiler sonucu oluştuğunu ileri sürmektedir. Son olarak bilişsel kuramın davranış farklılıklarını bilgi işleme sürecindeki farklılıklarla açıkladığı, ayırıcı özellik yaklaşımının ise kişilerarası farklılıkları ayırıcı özellik yelpazesinde tanımlanan bir takım kişilik özelliklerine farklı derecelerde sahip olma ile açıkladığı görülmüştür (Burger, 2006).

1.1.1. Ayırıcı Özellik Yaklaşımı

İlk kişilik kuramları bireyler arasındaki benzerliklere odaklanırken sonraki dönemde araştırmacılar bireysel farklılıklarla ilgilenmeye başlamıştır (McAdams, 1992). Ayırıcı özellik yaklaşımı, ilk çocukluk yaşantılarının önemini vurgulayan diğer kuramlardan farklı olarak kişiliğin nasıl geliştiğini incelemek yerine yetişkin kişiliklerinin nasıl birbirinden farklılaştığına odaklanmıştır (Morris, 2002). Kişilik özelliklerinin zaman içinde değişmez ve tutarlı olduğu varsayımına dayanan yaklaşım, bir insanın belirli bir kişilik özelliğini ne kadar gösterdiğine göre kişiyi sınıflandırmayı amaç edinmiştir (Burger, 2006).

Ayrırcı özellik yaklaşımı, diğer yaklaşımların aksine bir kişinin belirli bir durumda sergileyeceği davranışı kestirmeye çalışmak yerine ayrırcı özellik sürekliliğinde belli bir noktaya denk gelen insanların nasıl davranacağını kestirmeye çalışmaktadır. Özetle ayrırcı özellik yaklaşımı iki farklı gruba giren kişilerin genel davranışları arasındaki farklılıkları belirlemeye odaklanmaktadır (Burger, 2006).

Kuramın ilk temsilcilerinden Gordon Allport'a göre ayrırcı özellikler doğrudan gözlenemeseler de bireyin davranışları gözlenerek varlıkları dolaylı yollardan saptanabilmektedir (akt. Yazgan İnanç ve Yerlikaya, 2014). Bu doğrultuda insanların gösterdikleri bireysel farklılıkların tüm dillerde kodlanacağı düşüncesiyle sözcüklerden kişilik yapısına dair bir sınıflandırma oluşturulabileceği fikri ortaya çıkmıştır (Somer, 1998). Allport ve Odbert, 1936 yılında sözlük taraması yaparak kişilik özelliği denilebilecek yaklaşık 18.000 kelimelik bir liste oluşturmuşlardır. Eş ve yakın anlamlı sözcükler listeden çıkarıldıktan sonra bu sayı 200'e düşmüştür. Raymond Cattell, faktör analizi kullanarak insanları bu 200 özellik açısından derecelendirdiğinde çeşitli özelliklerin gruplar oluşturduğu görmüş ve 16 kişilik özelliği belirlemiştir (Morris, 2002). Cattell tarafından "kaynak özellikler" adı verilen bu faktörler sıcaklık, mantıklı düşünme, duygusal kararlılık, üstünlük, neşelilik, kural bilinci, sosyal cesaret, hassaslık, tedbirlilik, dalgınlık, hususiyet, endişe duygusu, değişkenliğe açıklık, kendine yetme, mükemmeliyetçilik ve gerginlik olarak belirlenmiştir (Burger, 2006).

Kişiliğin temel boyutlarını belirlemeye yönelik çalışmalar Cattell'in modelinden sonra da devam etmiştir (Burger, 2006). Faktör analizi kullanılarak yürütülen çalışmalar sonucunda farklı araştırmacılar tarafından farklı şekilde adlandırılrsa da beş faktörün tutarlı şekilde ortaya çıktığı gözlenmiştir. Örneğin Tupes ve Christal beş temel kişilik boyutunu "dışadönüklük, uyumluluk, özdisiplin, duygusal dengelilik ve kültür" olarak belirlerken McCrea ve Costa bu boyutları "dışadönüklük, nevrozizm, deneyime açıklık, uyumluluk ve özdisiplin" olarak adlandırmıştır (Morris, 2002; Burger, 2006; Yazgan İnanç ve Yerlikaya, 2014). En genel ifadeyle "Büyük Beşli" olarak adlandırılan faktörler bu araştırmada kullanılan ölçekteki adlandırma doğrultusunda "dışadönüklük, nevrozizm, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk" olarak ifade edilmiştir.

1.1.2. Beş Faktör Kişilik Özellikleri

1.1.2.1. Dışadönüklük

Dışadönüklük boyutunun özellikleri, Eysenck'in temel kişilik boyutlarından dışadönüklük ile büyük oranda benzerlik göstermektedir. Bu boyutun bir ucunda aşırı dışadönük bireyler yer alırken diğer ucunda içedönük bireyler bulunmaktadır (Burger, 2006). Dışadönüklük temel olarak hayat dolu, cesur, doğal, enerjik, hevesli, maceracı, hırslı, baskın, heyecanlı, neşeli, konuşkan, girişken ve sosyal olma gibi özellikleri içermektedir (Costa ve McCrae, 1992; Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002; Morris, 2002). Boyutun diğer ucunda yer alan içedönüklük ise çekingen, ciddi ve mesafeli olma özelliklerini içermektedir (Burger, 2006).

1.1.2.2. Nevrotiklik

Nevrotiklik boyutu, yoğun duygusal sıkıntı yaşama ve duyguların aşırı değişiklik göstermesi –duygusal dengesizlik- olarak tanımlanmaktadır. Bazı araştırmalarda ise nevroitiklik rasyonel olmayan düşünceler ve başa çıkma mekanizmalarında yetersizlik olarak açıklanmaktadır. Bu boyut temel olarak endişeli, güvensiz, sınırlı ve kaygılı olma özelliklerini içermektedir. Nevrotiklik düzeyi düşük olan bireyler ise sakin, uyumlu, dengeli, barışçıl, talepkar olmayan, uysal, ağırbaşlı, memnun ve nesnel bireyler olarak tarif edilmektedir (Costa ve McCrae, 1992; Burger, 2006; Morris, 2002; Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002).

1.1.2.3. Deneyime Açıklık

Deneyime açıklık boyutu kişiler arası ilişkilere açık olmaktan çok deneyime açıklığı ifade etmektedir. Bu boyut analitik, meraklı, yaratıcı, bağımsız, geleneksel olmayan, liberal, orijinal, ilgileri geniş, hayal gücü yüksek, cesur, artistik ve açık fikirli gibi sıfatlarla tanımlanmaktadır. Deneyime açıklık boyutundan yüksek puan alan kişilerin gelenek dışı olma, bağımsız düşüncelere sahip olma, keşfedici ve çok yönlü olma gibi

özellikleri taşıdıkları düşünürken bu boyuttan düşük puan alan kişilerin daha geleneksel olma ve bilineni tercih etme gibi özellikleri taşıdıkları düşünülmektedir (Costa ve McCrae, 1992; Burger, 2006; Morris, 2002; Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002).

1.1.2.4. Yumuşak Başlılık

Yumuşak başlılık boyutu kişiler arası ilişkilerde oldukça önemli bir faktördür. Bu boyut temel olarak sıcak, nazik, esnek, dürüst, kibar, bağışlayıcı, yardımsever, memnun, sempatik, güvenli, düşünceli ve cömert olma, işbirliği gösterme ve bencil olmama gibi özellikleri içermektedir. Düşmanca davranışlara sahip kuşkucu ve kavgacı kişilerin ise bu boyutun diğer ucunda yer aldıkları düşünülmektedir (Costa ve McCrae, 1992; Burger, 2006; Morris, 2002; Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002).

1.1.2.5. Sorumluluk

Sorumluluk boyutu kişinin ne kadar kontrol ve disiplin sahibi olduğuna işaret etmektedir. Bu boyuttan yüksek puan alan kişilerin bir plan doğrultusunda hareket eden kararlı kişiler oldukları, düşük puan alan kişilerin ise dikkatsiz ve güvenilmez kişiler oldukları düşünülmektedir. Bu boyut temel olarak örgütlü, dayanıklı, dikkatli, sorumlu, çalışkan, etkili, yeterli, ihtiyatlı, özenli, dakik, pratik ve tedbirli olma gibi özellikleri içermektedir (Costa ve McCrae, 1992; Burger, 2006; Morris, 2002).

1.1.3. Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Psikolojik Belirtisellik ile İlişkisi

Kişilik özellikleri ve psikopatoloji ilişkisine dair çok sayıda fikir öne sürülmüştür. Bu bağlamda Widiger ve Trull (1992) tarafından kişilik özellikleri ve psikolojik bozukluklar arasındaki ilişkiye dair dört olası bağlantı belirlenmiştir: (1) Kişilik özellikleri psikolojik bozuklukların oluşmasına neden olabilir. (2) Kişilik özelliği bir psikolojik bozukluğun sonucu olarak ortaya çıkmış olabilir. (3) Hem kişilik özelliğini hem psikolojik bozukluğu ortaya çıkaran üçüncü bir değişken söz konusu olabilir. (4)

Kişilik özelliği psikolojik bozukluğun dışavurumunu, seyrini veya tedavisini etkiliyor olabilir.

Clark, Watson ve Mineka (1994) kişilik özelliklerinin psikopatolojiyle ilişkisini “üçlü model” ile açıklamaya çalışmıştır. Kaygı ve depresyonu açıklamaya yönelik geliştirilen bu model düşük pozitif duygulanım, anhedoni ve otonomik aşırı uyarılma bileşenlerinden oluşmaktadır. Yapılan incelemeler sonucunda kaygı ve depresyonla ilişkisi bilinen düşük pozitif duygulanım, anhedoni ve otonomik aşırı uyarılmanın yüksek nevrotizm ve düşük dışadönüklük ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Konuyla ilgili bir diğer görüşe göre kişilik özelliklerine bağlı olarak bireylerin deneyimledikleri yaşam olayları farklılaşmaktadır. Bu bağlamda yürütülen bir araştırma sonucunda beş faktör kişilik özelliklerinden dışadönüklük düzeyi yüksek bireylerin olumlu, nevrotiklik düzeyi yüksek bireylerin olumsuz yaşam olaylarını deneyimleme eğiliminde oldukları, deneyime açıklık düzeyi yüksek bireylerin ise hem olumlu hem olumsuz yaşam olaylarını deneyimleme eğiliminde oldukları görülmüştür (Magnus ve Diener, 1991).

Beş faktörün psikopatolojiyle ilişkisine yönelik bir diğer görüş kişilik özelliklerine bağlı olarak bireylerin pozitif veya negatif uyaranlara gösterdikleri duyarlılığın farklılaştığı yönündedir. Alanyazın incelendiğinde bu görüşü destekleyen araştırma bulgularının olduğu görülmektedir. Örneğin Clark, Watson ve Mineka (1994) yaptıkları araştırma sonucunda nevrotiklik puanı yüksek bireylerin negatif uyaranlara daha duyarlı olduklarını, olumsuz duygudurumu daha fazla deneyimleme eğilimi gösterdiklerini ve bu durumun psikopatolojinin ortaya çıkmasında etkili olduğunu belirtmişlerdir. Yapılan bir diğer araştırmada nevrotikliğin aksine yüksek dışadönüklük düzeyine sahip bireylerin ise pozitif duygulanımı deneyimleme eğilimi gösterdikleri görülmüştür (Watson, Wiese, Vaidya ve Tellegen, 1999).

Kişilik özelliklerinin psikopatolojiyle ilişkisini açıklamaya yönelik öne sürülen bir diğer görüşte ise stres üzerinde durulmuştur. Bu görüşe göre bireylerin strese maruz kalma sıklıkları, maruz kalınan stresör tipi ve stresöre yönelik değerlendirmeye ek

olarak stresle başa çıkma biçimi kişilik özelliklerine göre farklılaşmaktadır. Bu bağlamda nevroitiklik düzeyi yüksek bireylerin kişiler arası strese maruz kalma, olayları tehdit edici ve baş etme kaynaklarını yetersiz olarak değerlendirme eğiliminde olduğu düşünülmektedir. Sorumluluk düzeyi yüksek olan bireylerin ise öngörülebilir stresörler için plan yapmaları, finans, sağlık ve ilişki gibi alanlarda sorun yaratabilecek dürtüsel eylemlerden kaçınmaları sayesinde daha az strese maruz kaldıkları ifade edilmiştir. Benzer şekilde yumuşak başlılık düzeyi yüksek olduğunda bireylerin daha az çatışma yaşayacağı, dolayısıyla daha az sosyal strese maruz kalacakları düşünülmektedir. Ek olarak dışadönüklük, deneyime açıklık ve sorumluluğun yüksek olması, olayları tehditten ziyade zorluk olarak algılamak ve başa çıkma kaynaklarını olumlu olarak değerlendirmekle ilişkilendirilmiştir (Carver ve Connor-Smith, 2010).

Nevrotikliğin psikopatolojiyle ilişkisini açıklamaya yönelik bir diğer görüşte ise ruminasyon üzerinde durulmuştur. Yapılan incelemeler sonucunda üzüntüye dair ruminasyonun nevroitikliğin kaygı ve depresyonla olan ilişkisinde aracı etkiye sahip olduğu, üzüntünün nedenine dair ruminasyonun ise nevroitiklik ve depresyon arasında aracı etkiye sahip olduğu belirtilmiştir (Roelofs, Huibers, Peeters ve Arntz, 2008).

Konuyla ilgili bir diğer görüşe göre kişilik özellikleri ile psikopatoloji arasında görülen anlamlı ilişki, kişilik özellikleri ve birçok klinik bozukluğun ortak belirtileri paylaşmasından kaynaklanmaktadır. Klinik bozuklukların belirti kümeleriyle açıklanmasından dolayı farklı bozukluklarının belirtilerinin bir noktaya kadar benzer kişilik profilleriyle ilişkili olduğu ancak bir noktadan sonra farklılaştığı düşünülmektedir (Malouff, Thorsteinsson ve Schutte, 2005). Konuyla ilgili bir diğer görüşte ise genetik faktörler üzerinde durulmakta, kişilik özellikleri ile psikopatoloji arasındaki ilişki ortak genetik faktörlerin paylaşımıyla açıklanmaktadır (Kendler ve Myers, 2010).

Alanyazın incelendiğinde kişilik özelliklerinin psikolojik bozukluklarla ilişkisine dair öne sürülen görüşlerde ağırlıklı olarak depresyon ve anksiyeteye odaklanıldığı, bu çalışmada incelenen hostiliteye dair yeterince görüş bulunmadığı görülmüştür. Kişilik özelliklerinin hostilitayla ilişkisine bakıldığında hostilitenin nevroitikliği oluşturan alt

özelliklerden biri olmasına ek olarak yüksek nevrotiklik düzeyiyle ilişkili olan olumsuz duygulanımın hostileteye yol açabileceği düşünülmüş, ayrıca nevrotiklik düzeyi yüksek bireylerin stresle başa çıkmak için kendini suçlama ve hostileteyi kullandıkları görülmüştür (McCrae ve Costa, 1986). Ek olarak alanyazında dışadönüklüğün hostileteyle ilişkisine dair belirgin bir görüşe rastlanmasa da yüksek dışadönüklük düzeyine sahip bireylerin pozitif duygulanıma ve dışadönük tutuma sahip olmalarının hostileteyle negatif yönlü ilişkiye yol açtığı belirtilmiştir (Carmody, Crossen ve Wens, 1989).

Alanyazın incelendiğinde beş faktör kişilik özelliklerinin olumsuz benlikle ilişkisine dair belirgin bir görüş bulunmadığı görülmüştür. Beş faktör kişilik özelliklerinin özgüven, öz-saygı ve benliğe yönelik tutumla ilişkisine dair çalışmalar incelendiğinde bu araştırma sonuçlarının kişilik özelliklerinin olumsuz benlikle ilişkisinin incelendiği araştırmalarla büyük ölçüde tutarlı olduğu ve benliğe yönelik algının kişilik özelliklerine göre farklılaştığı görülmektedir. Kişilik özelliklerinin tanımında yer alan duygusal denge, enerji düzeyi, yaratıcılık, problem çözme becerisi, sosyal ilişkiler ve başarı yönelimli olmanın bu farklılaşmada etkili olduğu düşünülmektedir (Robins, Tracy, Trzesniewski, Potter ve Gosling, 2001; Thoms, Moore ve Scott, 1996; Akdur, 2014).

1.1.4. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Psikolojik Belirtisellik ile İlgili Araştırmalar

Alanyazın incelendiğinde konuyla ilgili yapılan araştırmalarda ağırlıklı olarak kişilik bozukluklarına odaklanıldığı ve beş faktör kişilik özelliklerinin psikopatolojiyle ilişkisinde ise çoğunlukla nevrotiklik ve dışadönüklük üzerinde durulduğu görülmüştür.

Nevrotiklik ve dışadönüklük alt boyutlarının depresyon ve anksiyete bozukluklarıyla ilişkisi birçok çalışmayla desteklenmiştir. 1.733 ikiz kadın katılımcıyla yürütülen bir çalışmada 15 ay arayla ölçümler alınmış ve majör depresyonun ortaya çıkmasında nevrotizmin %45 oranında tek başına etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Kendler,

Neale, Kessler, Heath ve Eaves, 1993). 731 kişinin katılımıyla yürütülen bir diğer araştırmada depresyon ve kaygı bozukluklarının nevroitiklik ve dışadönüklükle ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda özgül fobi, sosyal fobi, agora fobi, panik bozukluk, obsesif kompulsif bozukluk, yaygın anksiyete bozukluğu, majör depresif bozukluk ve distimi yüksek nevroitiklikle ilişkili bulunurken, sosyal fobi, agorafobi ve distimi düşük dışadönüklükle ilişkili bulunmuştur (Bienvenu, Samuels, Costa, Reti, Eaton ve Nestadt, 2004).

Nevrotikliğin hem psikolojik bozukların oluşmasına zemin hazırladığı hem de tedavi sürecini olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir. Nevrotikliğin depresyonun seyrine olan etkisinin incelendiği bir çalışmada 155 depresyon hastasına dört farklı tedavi yöntemi (ilaç tedavisi, psikodinamik psikoterapi, gevşeme eğitimi ve davranış terapisi) uygulanmış, uygulanan tedavi türünden bağımsız olarak yüksek nevrotizmin tedavinin seyrini olumsuz yönde etkilediği sonucu elde edilmiştir (Taylor ve McLean, 1993).

Alanyazın incelendiğinde beş faktör kişilik özellikleri ve psikopatoloji ilişkisine dair çalışmaların ağırlıklı olarak psikiyatrik tanı almış katılımcılarla gerçekleştirildiği görülmektedir. Beş faktör kişilik özellikleri ile depresyon arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada ilaç tedavisi gören 57 depresyon hastası değerlendirilmiştir. Tedavinin başlangıcında ve tedavi başladıktan 3 ay sonra alınan ölçümler karşılaştırıldığında nevroitiklik ve dışadönüklük puanlarının anlamlı düzeyde değiştiği, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk puanlarında ise anlamlı bir değişim olmadığı görülmüştür. Araştırma sonucunda nevroitikliğin majör depresyona yatkınlık için önemli bir faktör olduğu ve dışadönüklüğün tedavi sonucunun en iyi yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Bagby, Joffe, Parker, Kalemba ve Harkness, 1995). Benzer şekilde depresyon ve anksiyete tanısıyla takip edilen 99 hastadan 4 yıl arayla ölçümler alınarak nevroitiklik ve dışadönüklük düzeyleri değerlendirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda semptomların görüldüğü dönemde katılımcıların nevroitiklik puanlarının yüksek, dışadönüklük puanlarının düşük olduğu görülmüştür. Alınan son ölçümlerde iyi olarak tanımlanan katılımcıların hasta olarak tanımlanan katılımcılara göre daha düşük nevroitiklik ve daha yüksek dışadönüklük puanına sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır (Kerr, Schapira, Roth ve Garside, 1970).

Kişilik özellikleri ve psikopatoloji ilişkisine dair çalışmalar ağırlıklı olarak psikiyatrik tanı almış katılımcılarla gerçekleştirilmiş olsa da normal örnekleme yürütülen çalışmalar da mevcuttur. Beş faktör kişilik özelliklerinin depresyon, umutsuzluk ve intihar düşüncesiyle ilişkinin incelendiği bir çalışmada 219 üniversite öğrencisinden veri toplanmıştır. Analizler sonucunda nevrozizm ile depresif belirtiler, umutsuzluk ve intihar düşüncesi arasında pozitif yönde ilişki olduğu, deneyime açıklığın ise yalnızca depresif belirtilerle pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca dışadönüklük ile depresif belirtiler arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Chioqueta ve Stiles, 2005). Kaygı bozuklukları (özellik fobi, sosyal fobi, agorafobi ve panik bozukluk) ve majör depresyonun beş faktör kişilik özellikleriyle olan ilişkisini incelemek amacıyla yürütülen bir diğer çalışma kapsamında 333 yetişkin katılımcıdan veri toplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda özgül fobi haricindeki tüm bozukluklar ile yüksek nevrozizm puanı arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Ek olarak sosyal fobi ve agorafobi ile düşük dışadönüklük puanı arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür. Son olarak yumuşak başlılık boyutunun alt özellikleri ile kaygı, sorumluluk boyutunun alt özellikleri ile kaygı ve depresyon arasında ilişki bulunmuştur (Bienvenu, Nestadt, Samuels, Costa, Howard ve Eaton, 2001). Beş faktör kişilik özellikleri ile psikolojik yakınma arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada ise 444 yetişkin katılımcıdan veri toplanarak depresyon ve kaygı düzeyleri değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda depresyon ve kaygı düzeylerinin dışadönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık ve deneyime açıklıkla negatif yönde, nevrozizmle pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Işık, 2010). Yaşları 18-61 arasında değişen 413 katılımcıyla yürütülen bir diğer çalışmada katılımcıların kişilik özellikleri ve psikolojik sağlığı değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda psikolojik sağlık düzeyinin dışadönüklük, yumuşak başlılık, sorumluluk ve deneyime açıklık boyutları ile pozitif yönde, nevrozizm boyutuyla negatif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Çabuk, 2015).

Beş faktör kişilik özelliklerinin psikopatolojiyle ilişkisi normal örnekleme yürütülen boylamsal çalışmalarla da desteklenmiştir. Beş faktör kişilik özellikleri ile psikopatolojinin yaşam boyu gelişimi arasındaki ilişkinin incelendiği bir kohort çalışmasında 468 üniversite öğrencisi 1987-1991 yılları arasında belirli aralıklarla

değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda yüksek nevroitiklik, düşük dışadönüklük ve düşük sorumluluk puanlarının majör depresyon ve anksiyete bozukluklarının yaşam boyu ortaya çıkmasıyla ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak yüksek nevroitiklik ve deneyime açıklıkla birlikte düşük dışadönüklük, yumuşak başlılık ve sorumluluk puanlarının bir arada bulunduğu modelin araştırma kapsamında incelenen bozuklukların temel karakteristiği olduğu görülmüştür (Trull ve Sher, 1994).

Beş faktör kişilik özelliklerinin psikopatolojiyle olan ilişkisi ikiz katılımcılarla yürütülen çalışmalarda da incelenmiştir. Kişilik ve yaygın psikiyatrik bozuklukları (majör depresyon, yaygın anksiyete bozukluğu, panik bozukluk, fobi, madde bağımlılığı, antisosyal kişilik bozukluğu ve davranım bozukluğu) eşanı çerçevesinde inceleyen bir araştırmada 7.588 ikiz kadın katılımcı değerlendirilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonucunda yüksek nevroitikliğin incelenen tüm bozukluklar için riski artırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Nevrotikliğin incelenen bozukluklarla ilişkisine daha detaylı bakıldığında en fazla risk artışının yaygın anksiyete bozukluğunda en az risk artışının ise davranım bozukluğunda olduğu görülmüştür. Dışadönüklüğün majör depresyon, yaygın anksiyete bozukluğu ve madde bağımlılığı ile ilişkili olduğu bulunsa da eşanıyı açıklamada yetersiz olduğu belirtilmiştir (Khan, Jacobson, Gardner, Prescott ve Kendler, 2005).

İkiz katılımcılarla yürütülen çalışmalarda kişilik özellikleri ile psikopatoloji arasındaki ortak genetik faktörler de incelenmiştir. 9.000 ikiz katılımcıdan toplanan verilerle yürütülen bir araştırmada majör depresyon, anksiyete bozuklukları (yaygın anksiyete bozukluğu, panik bozukluk, agorafobi, sosyal fobi, özgül fobi) ve nevroitiklik arasındaki ortak genetik faktörler incelenmiştir. Araştırma sonucunda tüm bozuklukların cinsiyet farkı olmaksızın nevroitiklikle ortak genetik faktörleri paylaştığı sonucuna ulaşılmıştır (Hettema, Neale, Myers, Prescott ve Kendler, 2006). Benzer bir araştırmada 44.112 ikiz katılımcıdan veri toplanmış, araştırma sonucunda deneyime açıklık, dışadönüklük ve yumuşak başlılık seviyelerini etkileyen genetik faktörlerin depresyon riski üzerinde küçük bir etkiye sahip olduğu ancak sorumluluk ve nevtotiklik seviyelerini etkileyen genetik faktörlerin yüksek bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Kendler ve Myers, 2010).

Beş faktör kişilik özellikleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkiye dair meta-analiz çalışmaları da mevcuttur. Malouff, Thorsteinsson ve Schutte (2005) tarafından 33 araştırmanın incelenmesiyle gerçekleştirilen meta-analiz çalışması sonucunda klinik bozukluklar ile yüksek nevrotizm, düşük sorumluluk, düşük yumuşak başlılık ve düşük dışadönüklük puanları arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Konuyla ilgili bir diğer meta-analiz çalışmasında ise kişilik özelliklerinin depresyon, anksiyete ve madde kullanım bozukluklarıyla ilişkisine odaklanan araştırmalar incelenmiştir. 1980-2007 yılları arasında yayınlanmış 175 araştırmanın değerlendirildiği çalışmada tüm tanı gruplarının yüksek nevrotiklik, düşük sorumluluk ve dışadönüklük düzeyiyle ilişkili olduğu, yumuşak başlılık ve deneyime açıklık düzeyinin incelenen tanı gruplarıyla ilişkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Kotov, Gamez, Schmidt ve Watson, 2010).

Beş faktör kişilik özelliklerinin psikopatolojiyle ilişkisine dair çalışmalarda ağırlıklı olarak depresyon ve anksiyete üzerinde durulsa da bu çalışma kapsamında incelenen somatizasyon, olumsuz benlik ve hostilitenin kişilik özellikleriyle ilişkisine yönelik çalışmalar da mevcuttur. 427 lisans öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilen bir araştırmada beş faktör kişilik özellikleri ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişki incelenmiştir (Akdur, 2014). Araştırma sonucunda psikolojik belirti düzeyi ile dışadönüklük, sorumluluk ve yumuşak başlılık arasında negatif yönde, nevrotiklik düzeyi ile arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kişilik özelliklerinin ölçek alt boyutları olan depresyon, anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilete ile ilişkisine bakıldığında ise tüm alt boyutların sorumluluk ve yumuşak başlılıkla negatif yönde, nevrotiklik ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüş, dışadönüklüğün yalnızca depresyon, anksiyete ve olumsuz benlikle negatif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Ayrıca deneyime açıklık boyutu ile psikolojik belirti düzeyi toplam puanı ve ölçek alt boyutlarından herhangi biriyle arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamıştır (Akdur, 2014).

Katon, Sullivan ve Walker, 2001'de yayınladıkları gözden geçirme makalesinde herhangi bir fiziksel nedene bağlı olmayan bedensel yakınmaların yüksek nevrotiklik düzeyiyle ilişkili olduğunu ifade etmişlerdir. Nevrotiklik ve göğüs hastalıkları

arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada 1.191 kadın ve erkek katılımcı değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda nevroitiklik düzeyi ile herhangi bir fiziksel nedene bağlı olmayan anjin ve göğüs ağrısı gibi şikayetler arasında anlamlı düzeyde pozitif yönde ilişki bulunmuştur (Costa, 1987).

Carmody, Crossen ve Wens (1989), 204 erkek bireyle yürüttükleri bir araştırma sonucunda nevroitikliğin hostiliteyle pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkiye sahip olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Homoseksüel ve biseksüel erkeklerle yürütülen bir diğer çalışmada da benzer sonuçlar elde edilmiştir (Huebner, Nemeroff ve Davis, 2005). Üniversite öğrencilerinin katılımıyla yürütülen bir diğer çalışmada ise katılımcılardan 14 gün boyunca ölçümler alınmış, araştırma sonucunda nevroitiklik ve hostilitenin pozitif yönde ilişki olduğu görülmüştür (Gunthert, Cohen ve Armeli, 1999).

Kişilik özellikleri ile psikopatoloji ilişkisi olumsuz yaşam olaylarına maruz kalan gruplarla da çalışılmıştır. Şiddet gören kadınların kişilik özellikleri ve psikolojik belirti düzeylerinin incelendiği bir çalışmada cinsel, fiziksel ve duygusal şiddete maruz kalmış 769 kadından veri toplanmıştır. Araştırma sonucunda psikolojik belirti düzeyinin dışadönüklük, yumuşak başlılık ve sorumlulukla arasında negatif yönde ilişki bulunurken nevroitiklik ve deneyime açıklıkla arasında pozitif yönde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Karaboğa, 2013). Psikiyatri kliniğine sevk edilen ve edilmeyen toplam 279 erbaş ve erden oluşan örneklem üzerinde yürütülen bir diğer çalışma sonucunda psikiyatri kliniğine sevk edilen katılımcıların sevk edilmeyenlere göre anlamlı oranda daha düşük dışadönüklük puanına ve daha yüksek nevroitiklik puanına sahip oldukları görülmüştür (Ballı, 2005).

Alanyazına genel olarak bakıldığında psikolojik belirtiselliğin dışadönüklük, yumuşak başlılık ve sorumluluk alt boyutlarıyla negatif yönde, nevroitiklikle pozitif yönde ilişki olduğu görülmektedir. Deneyime açıklık alt boyutunun psikopatolojiyle ilişkisinin incelendiği araştırmalara bakıldığında ise birbiriyle tutarlı olmayan bulguların olduğu dikkat çekmektedir. Örneğin deneyime açıklık ile depresyon ve anksiyete arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunan çalışmalar (Yılmaz, 2012; Nadir, 2010; Işık,

2010) mevcutken; deneyime açıklığın depresif belirtilerle (Chioqueta ve Stiles, 2005) veya psikolojik belirti düzeyiyle (Karaboğa, 2013) pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşan araştırmalar da söz konusudur. Ayrıca deneyime açıklık ile bu araştırmada incelenen depresyon, anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite belirtileri arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmadığını belirten araştırmaların sayısının oldukça fazla olduğu görülmektedir (Malouff, Thorsteinsson ve Schutte, 2005; Steel, Schmidt ve Shultz, 2008; Akdur, 2014; Bienvenu ve ark., 2004; Kotov ve ark., 2010).

1.2. ÖZ-DUYARLIK

Öz-duyarlık kavramı (self-compassion) Neff (2003b) tarafından Budist felsefesi temel alınarak geliştirilmiştir. İnsanın acı ve üzüntüsü Batı'da ve Doğu'da farklı bakış açılarıyla değerlendirilse de öz-duyarlık kavramı her iki bakış açısını da içermekte ve son dönemde Batı psikolojisinde dikkat çekmektedir (Bayramoğlu, 2011).

Öz-duyarlık kavramının daha iyi anlaşılabilmesi için duyarlık kavramından bahsetmek önemlidir. Duyarlık kavramı diğer bireylerin problem ve sıkıntılarının farkında olma, onlara temas etme ve acılarını hafifletme isteğiyle onlara şefkat gösterme olarak tanımlanmaktadır (Wispé, 1991). Ek olarak duyarlık, hata yapan ya da başarısız olan bireyleri yargılamadan anlamayı ve bu sayede onların davranışlarını insani bir özellik olarak görmeyi içermektedir (Neff, 2003b).

Duyarlık kavramında diğer bireylere yönelik olan tutum öz-duyarlıkta bireyin kendisine yöneliktir. En genel ifadeyle öz-duyarlık kavramı bireyin acı ve sıkıntı çekmesine neden olan duygularına açık olması, kendine özenli ve sevecen tutumlarla yaklaşması, yetersizlik ve başarısızlıklarına karşı anlayışlı olması ve yaşadığı olumsuz deneyimleri insan yaşamının doğal bir süreci olarak kabul etmesi olarak tanımlanmaktadır (Neff, 2003b).

Ortak deneyimler söz konusu olduğunda birçok insanın kendisine diğer bireylere kıyasla daha sert ve acımasız davrandığı bilinmektedir. Öz-duyarlık bireylerin kendi yaşantılarını insan olmanın ortak deneyimi ışığında değerlendirmesini, acı, başarısızlık ve yetersizliğin insani koşulların bir parçası olduğunu ve buna dahil olan tüm insanların duyarlılığa layık olduğunu kabul etmesini içermektedir. Öz-duyarlığı yüksek bireylerin benlik saygılarını korumak veya geliştirmek için kendilerini diğer bireylerle kıyaslamadıkları, bu sayede hem kendilerini hem de diğer bireyleri daha az yargıladıkları düşünülmektedir (Neff, 2003b).

Öz-duyarlık kendine acıma, bencillik, narsisizm, hatalarını fark etmeme veya görmezden gelmenin aksine kişilerin kendilerini duygusal anlamda güvende hissedip duygu, düşünce ve davranışlarının farkına vararak hatalarını düzeltebilmeyi içermektedir (Neff, 2003a; Neff, 2003b). Ayrıca öz-duyarlık, bireyin kapasitenin ötesindeki hedefleri benimsemesi gibi kendini hatalı değerlendirmeye yol açabilen öz-saygı kavramından farklıdır. Öz-duyarlığı yüksek birey kendi sınırlılıklarını gizleme ihtiyacı duymadığı için sınırlarını bilerek daha açık ve doğru bir biçimde kendini değerlendirmektedir (Neff, 2003b).

Özetle öz-duyarlık kişinin acı veya başarısızlıkla karşılaştığında kendine şefkat göstermesini, deneyimlerini insanlığın sahip olduğu ortak deneyimler olarak kabul etmesini ve acı veren düşünce ve duygularının farkında olmasını gerektirmektedir (Neff, 2003b).

Öz-duyarlık kavramı birbiriyle ilişkili ve karşılıklı etkileşim halinde olan “öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik” olmak üzere üç temel bileşenden oluşmaktadır. Bu boyutlar birbirinden ayrılmış gibi görünseler de birbirlerinin oluşumuna ve düzeylerine katkı sağlayabilmektedir (Neff, 2003a). Örneğin bilinçlilik boyutu olumsuz deneyimlerle uygun zihinsel mesafenin kurulmasını sağlayarak, tarafsız değerlendirme yoluyla eleştiriyi azaltarak ve izolasyona neden olan benmerkezciliğe engel olarak kişinin öz-sevecenlik göstermesine ve paylaşımların bilincinde olmasına katkı sağlamaktadır (Neff, 2003b). Benzer şekilde kişinin bir süre kendisini yargılamayı durdurabilmesi, duygusal deneyimin etkisinin azalmasını

sağlayarak kişinin bilinçli bir şekilde düşüncelerinin ve duygularının farkında olmasına olanak tanımaktadır (Fredrickson, 2001). Ek olarak insanlığın ortak deneyimlerinin farkında olmak kişide bu tür düşünce ve duygulara yönelik bir bilinçliliğin gelişmesine yardımcı olmaktadır (akt. Akın, Akın ve Abacı, 2007).

Neff (2003a), öz-duyarlık düzeyini değerlendirmek amacıyla yürüttüğü ölçek geliştirme çalışmasında birbiriyle ilişkili ve karşılıklı etkileşim halinde olan 6 alt boyut belirlemiştir:

1.2.1.1. Öz-Sevecenliğe Karşı Öz-Yargılama

Öz-duyarlık, bireyin herhangi bir yetersizlik veya başarısızlık durumuyla karşılaştığında kendisini sert bir biçimde eleştirmesi ve *öz-yargılama* yaparak kendisini cezalandırması yerine *öz-sevecenlik* göstermesini ve kendisini anlayışlı bir biçimde değerlendirmesini gerektirmektedir (Neff, 2003b).

1.2.1.2. Paylaşımların Bilincinde Olmaya Karşı İzolasyon

Öz-duyarlık, bireyin yaşadığı deneyimleri sadece kendisine özgü yaşantılar olarak nitelendirmek yerine yaşamının doğal bir süreci olarak değerlendirip insani *paylaşımların bilincinde olmayı* gerektirmektedir. Aksi takdirde birey, acı veren yaşam olaylarıyla karşılaştığında kendisini diğer bireylerden ayırıp *izolasyon* yaşamaktadır (Neff, 2003b).

1.2.1.3. Bilinçliliğe Karşı Aşırı Özdeşleşme

Öz-duyarlık, bireyin acı veren duygu ve düşüncelerle karşılaştığında bu duygu ve düşünceleri dengeli bir farkındalıkla değerlendirmesini gerektirmektedir. Bu *bilinçliliğe* sahip olmamak, bireyin bu duygularla *aşırı özdeşleşmesine* ve bu duygular tarafından sürüklenmesine yol açmaktadır (Neff, 2003b).

1.2.2. Öz-Duyarlık ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri İlişkisi

Beş faktör kişilik özelliklerinin öz-duyarlıkla ilişkisine bakıldığında bu iki kavram arasındaki ilişkiye dair bilginin sınırlı olduğu ve bu ilişkinin öz-duyarlığın temel bileşenlerinden biri olan bilinçlilik çerçevesinde tartışıldığı görülmektedir.

Öz-duyarlığın nevrotilikle ilişkisinde nevrotiliğin kaygı ve hostiliteyi barındıran strese duyarlı yapısının, bilinçliliğin duygu ve düşünceleri dengeli bir farkındalıkla ele almayı gerektiren yapısıyla uyummadığı ifade edilmiştir. Ek olarak nevrotiliğin getirilerinden biri olan ruminasyonun öz-duyarlık kavramıyla tezat oluşturduğu düşünülmektedir (Hollis-Walker ve Colosimo, 2011; Neff, 2003a).

Öz-duyarlığın dışadönüklükle ilişkisi, öz-duyarlığın bireylerin diğer bireylerle birlikte olma konusundaki yeteneklerini artırdığını ve bu nedenle öz-duyarlık ile dışadönüklük arasında olumlu yönde bir ilişki oluşturduğu şeklinde açıklanmıştır. Öz-duyarlığı yüksek bireylerin başkaları üzerinde bıraktıkları izlenim hakkında daha az endişelendiği ve bu sayede daha az geri çekilme davranışı göstererek dışadönük bir tutum sergiledikleri düşünülmektedir (Neff, Rude ve Kirkpatrick, 2007).

Öz-duyarlığın sorumluluk boyutuyla ilişkisinde öz-duyarlığın sağladığı duygusal istikrarın sorumlu davranışları beraberinde getirdiği düşünülmektedir. Öz-duyarlığı yüksek bireyin kendisini duygulara kaptırarak sürüklemesi yerine dengeli bir biçimde durumu değerlendirmesinin sorumluluk boyutunun gereklilikleri olan kontrolü ve disiplinli olmayı sağladığı düşünülmektedir (Burger, 2006; Neff, Rude ve Kirkpatrick, 2007).

Öz-duyarlığın deneyime açıklıkla ilişkisine bakıldığında öz-duyarlığın deneyime açıklıkla oldukça benzer özelliklere sahip olduğu görülmektedir. Öz-duyarlığın yaratıcılığa, ilgiye ve duyarlılığa sahip yargılamayan doğası deneyime açıklığın açık fikirli, meraklı, keşfedici ve geleneksel olmayan yapısıyla tutarlılık göstermektedir (Hollis-Walker ve Colosimo, 2011; Neff, Rude ve Kirkpatrick, 2007).

Son olarak öz-duyarlık ve yumuşak başlılık ilişkisinde yumuşak başlılığın güven, uyumluluk ve alçak gönüllük bileşenlerinin öz-duyarlığın bilinçlilik alt boyutuyla ilişkili olduğu düşünülmektedir (Hollis-Walker ve Colosimo, 2011).

1.2.3. Öz-Duyarlık ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri ile İlgili Araştırmalar

Öz-duyarlık ve beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara bakıldığında genellikle üniversite öğrencileriyle çalışıldığı ve araştırma sonuçlarına göre öz-duyarlığın nevroitiklik ile negatif, deneyime açıklık, yumuşak başlılık, sorumluluk ve dışadönüklük boyutlarıyla pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir.

Neff, Rude ve Kirkpatrick (2007) tarafından 177 lisans öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilen araştırma sonucunda öz-duyarlığın nevroitiklik alt boyutuyla negatif yönde, yumuşak başlılık, sorumluluk ve dışadönüklük alt boyutlarıyla pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Öz-duyarlık ve deneyime açıklık arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır.

Öz-duyarlık ve beş faktör kişilik özellikleri ilişkisinin incelendiği bir diğer çalışmada 1.010 lisans öğrencisinden veri toplanmış ve araştırma sonucunda dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk alt boyutları ile öz-duyarlık düzeyi arasında pozitif yönde, nevroitiklik boyutu ile öz-duyarlık düzeyi arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür (Özyeşil, 2011).

Hollis-Walker ve Colosimo (2011), 123 lisans öğrencisinin katılımıyla yürüttükleri araştırmada öz-duyarlığın temel bileşenlerinden biri olan bilinçliliğin beş faktör kişilik özellikleriyle olan ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda bilinçliliğin nevroitiklikle negatif yönde, deneyime açıklık, yumuşak başlılık, sorumluluk ve dışadönüklükle pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

840 üniversite öğrencisiyle yürütülen bir çalışmada ise katılımcıların öz-duyarlık, ruminasyon ve affedicilik düzeyleri değerlendirilmiştir. Yapılan korelasyon analizi

sonucunda öz-duyarlık düzeyinin ruminasyon ve nevroitiklik düzeyiyle negatif yönde, dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık, sorumluluk, kendini affetme ve başkalarını affetme düzeyi ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Oral ve Arslan, 2017).

1.2.4. Öz-Duyarlık ve Psikolojik Belirtisellik İlişkisi

Öz-duyarlık, tüm bireylerin yaşadığı kaçınılmaz acı ve başarısızlık hislerinin kendini kınama, duyguları izole etme ve duygu ve düşüncelerle aşırı özdeşleşme yoluyla artmasına ve sürmesine engel olmaktadır. Öz-duyarlığı yüksek bireylerin daha az yargılayıcı ve daha fazla affedici olmaları, olumsuz durumlar karşısında daha az olumsuz duygu hissetmelerini sağlamaktadır. Dolayısıyla öz-duyarlığı yüksek bireylerin psikolojik sağlıklarının öz-duyarlık düzeyi düşük bireylere göre daha iyi olacağı düşünülmektedir (Leary, Tate, Adams, Batts Allen ve Hancock, 2007; Neff, 2003b).

Gilbert ve Irons, öz-duyarlığın limbik sistemi etkisizleştirdiğini ve opiyat sistemini aktif hale getirdiğini öne sürmüşlerdir. Bu düşünceye göre öz-duyarlık, tehdit sistemiyle ilişkili güvensizlik ve savunmasızlık duygularını etkisizleştirip güvenlikle ilgili duyguları aktif hale getirerek bireyin kendisini telkin edebilmesini sağlamaktadır (akt. Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007).

Öz-duyarlık psikolojik sağlık üzerinde olumlu etkiye sahip olduğu düşünülen birçok kavramla ilişkilendirilmektedir. Örneğin öz-duyarlığın stresle başa çıkmayla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bireyin kendisine yönelik açık bir tutuma sahip olmasının kendi eylemlerinin stresi sürdürmedeki veya şiddetlendirmedeki etkisini fark edebilmesini ve dolayısıyla stresi hafifletmek için sorun odaklı adımlar atabilmesini sağladığı ifade edilmiştir. (Neff, 2003b).

Öz-duyarlıkla ilişkili olduğu düşünülen bir diğer kavram ise duygu düzenlemedir. Öz-duyarlığı yüksek birey acı veren duygulardan kaçınmak yerine onları bilinçli bir farkındalıkla değerlendirmektedir. Bu sayede negatif duygular, bireyin durumu daha iyi

anlaması, kendisini veya çevresini uygun bir şekilde değiştirmesi yoluyla daha pozitif hale dönüştürülmektedir (Neff, 2003a).

Duygu düzenleme ve stresle başa çıkma kavramlarına ek olarak öz-duyarlığın yaşam doyumunu, iyimserlik, mutluluk ve sosyal bağlılık ile pozitif yönde ilişkili olduğu, ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediği bilinen öz-eleştiri, ruminasyon, düşünce bastırma ve nevrotik mükemmeliyetçilik ile negatif yönde ilişkili olduğu ifade edilmiştir (Neff, 2003a; Neff, Rude ve Kirkpatrick, 2007).

Johnson ve O'Brien (2013), z-duyarlığın depresyonla ilişkisindeki mekanizmayı açıklamak amacıyla utanç, ruminasyon ve öz-saygı üzerine odaklanmış, bu üç değişkenin öz-duyarlılık ve depresyon arasındaki ilişkide aracı etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır.

z-duyarlılık kavramı ağırlıklı olarak acı veren ve sıkıntılı durumlar çerçevesinde tartışılsa da öz-duyarlığın etkisi sadece olumsuz yaşam olaylarıyla sınırlı değildir. z-duyarlığın ilk aşamada iyilik halinin desteklenmesini ve sürmesini sağlayan sağlıklı beslenme, kendine zaman ayırma veya bireyin hedeflerine ulaşmasını sağlayan davranışsal motivasyon gibi koruyucu davranışlara yol açarak bireyi olumsuz yaşam olaylarının deneyimlenmesine karşı koruduğu düşünülmektedir (Neff, 2003b).

z-duyarlığın öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik boyutlarının koruyucu etkisine ek olarak öz-duyarlığın olumsuz bileşenleri olan öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme boyutlarının psikolojik bozuklukların ortaya çıkmasına zemin hazırladığı düşünülmektedir (Muris ve Petrocchi, 2017).

1.2.5. z-Duyarlılık ve Psikolojik Belirtisellik ile İlgili Araştırmalar

z-duyarlığın psikolojik belirtisellekle ilişkisine bakıldığında araştırmaların ağırlıklı olarak depresyon ve anksiyete üzerine yoğunlaştığı ve öz-duyarlığın psikolojik belirtisellekle negatif yönde ilişkili olduğu grlmştir. 18 araştırmanın

değerlendirildiği bir meta-analiz çalışmasında öz-duyarlılığın olumlu bileşenleri olan öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçliliğin psikolojik bozukluklara karşı koruyucu etkisiyle bağlantılı olarak psikolojik bozukluklarla negatif ilişkiye sahip olduğu ifade edilmiştir. Ek olarak öz-duyarlılığın negatif bileşenleri olan öz-yargılama, izloasyon ve aşırı özdeşlemenin psikolojik bozukluklarla pozitif yönde ilişkili olduğu ve bozuklukların ortaya çıkmasına zemin hazırladığı belirtilmiştir (Muris ve Petrocchi, 2017).

Alanyazın incelendiğinde öz-duyarlılığın ağırlıklı olarak acı veren ve sıkıntılı durumlar çerçevesinde incelendiği görülmektedir. Öz-duyarlık ve hoş olmayan yaşam olaylarına verilen tepkiler arasındaki ilişkiyi inceleyen beş aşamalı bir çalışmada katılımcıların günlük hayatlarındaki olumsuz olayları rapor etmeleri, hipotetik senaryolara ve kişilerarası geri bildirimlere tepki vermeleri, kendilerinin ve başkalarının video performanslarını değerlendirmeleri ve olumsuz kişisel deneyimlerini yansıtmaları istenmiştir. Araştırma sonucunda öz-duyarlılığın hoş olmayan yaşam olaylarına verilen bilişsel ve duygusal tepkileri yordadığı, rahatsız edici sosyal olayları imgelerken katılımcıları negatif duygulara karşı koruduğu, olumsuz geribildirimlerle karşılaşıldığında duyguları düzenlediği ve katılımcıların olumsuz duygulara kendilerini kaptırmadan olaylardaki rollerini kabul etmelerini sağladığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca düşük öz-duyarlığa sahip katılımcıların kendi video performanslarını diğer performanslara göre daha fazla küçümsedikleri görülmüştür (Leary, Tate, Adams, Batts Allen ve Hancock, 2007).

Öz-duyarlılığın psikopatolojiyle ilişkisi gerçek hayatta olumsuz yaşam olaylarına maruz kalan bireyler üzerinde incelendiğinde öz-duyarlılığın psikolojik bozukluklara karşı koruyucu etkisinin olduğu görülmüştür. Öz-duyarlık ve öz-eleştirel yargılamanın psikolojik belirtilerle ilişkisinin incelendiği bir çalışmada kanser hastalarından, kronik hastalığa sahip katılımcılardan ve sağlıklı bireylerden veri toplanmıştır. Araştırma sonucunda hasta örnekleme düşük öz-duyarlık ve yüksek öz-eleştirel yargılamanın depresyon ve stres belirtileriyle ilişki olduğu, ayrıca yaşam kalitesini olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Sağlıklı bireylerde bu ilişkinin hasta bireylere oranla daha düşük düzeyde olduğu görülmüştür (Pinto-Gouveia, Duarte, Matos ve Fraguas, 2014).

Öz-duyarlık ile depresyon ve anksiyete arasındaki negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkinin birçok çalışmayla desteklendiği görülmektedir (Neff, 2003a; Van Dam, Sheppard, Forsyth ve Earleywine, 2011; Bayramoğlu, 2011). Depresyon ve anksiyete tanısı almış katılımcılarla yürütülen bir araştırmada yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların öz-duyarlılığı anlamlı ve yararlı bulunduğu, öz-duyarlığın psikolojik bozukluklarına yardım edeceğini düşündükleri görülmüştür. Ek olarak katılımcıların kendilerine hatırlatılmadığı sürece öz-duyarlıkla ilgili herhangi bir şey söylemedikleri dikkat çekmiştir. Ayrıca katılımcıların öz-duyarlık göstermenin zor olduğunu düşündükleri görülmüştür (Pauley ve McPherson, 2010).

Öz duyarlık alt boyutlarının depresyon ve anksiyeteye olan ilişkisine bakıldığında öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik alt boyutlarının depresyon ve anksiyeteye arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu öz yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme alt boyutlarının depresyon ve anksiyeteye arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Öveç, 2007).

Öz-duyarlığın depresyon ve anksiyeteye ilişki farklı yaş grubuna sahip örneklemeler üzerinde de incelenmiştir. Neff ve McGehee (2010), ergen ve genç yetişkin katılımcılarla yürüttükleri araştırmada katılımcıları öz-duyarlık, aile işlevselliği, bağlanma, anne desteği, sosyal bağlılık, anksiyete ve depresyon açısından değerlendirmişlerdir. Araştırma sonucunda hem ergenlerde hem de yetişkinlerde öz-duyarlık ve iyi oluş arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca öz-duyarlığın depresyon, anksiyete, korkulu ve saplantılı bağlanma ile negatif, sosyal bağlılık, güvenli bağlanma, aile işlevselliği ve anne desteği ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. 523 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilen bir diğer araştırma sonucunda düşük ve orta düzey öz-duyarlığa sahip katılımcıların yüksek öz-duyarlığa sahip katılımcılara göre daha fazla depresyon, anksiyete ve stres düzeyine sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır (Sümer, 2008). Ergen katılımcılarla öz-duyarlık düzeyi ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin incelendiği bir diğer çalışmada ise 490 lise öğrencisinden veri toplanmıştır. Araştırma sonucunda öz-duyarlık ile anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür (Andiç, 2013).

Öz-duyarlığın depresyon ve anksiyete ile ilişkisine dair bulgular, öz-duyarlık düzeyini artırmaya yönelik müdahale programlarıyla desteklenmiştir. Gilbert ve Procter (2006), kendilerine yönelik sıcaklık ve kabul göstermeyi korkutucu veya zor bulan, fazla utanç duyan, fazla öz-eleştiri yapan ve sorunları kronikleşme eğiliminde olan bireyler için öz-duyarlığı artırmaya yönelik grup terapisi programı geliştirmişlerdir. Program kapsamında kronik zorlukları bulunan 6 katılımcıyla 12 seans gerçekleştirilmiştir. Program süresince katılımcılara kendilerine karşı yargılayıcı bir dil kullanmak yerine yatıştırıcı, kabul edici ve cesaretlendirici bir dil kullanmaları, deneyimlerini insanlığın ortak deneyimleri olarak görmeleri, olumsuz duygu ve düşüncelerini bastırmak veya abartmak yerine dengeli bir farkındalıkla değerlendirmeleri konusunda eğitim verilmiştir. Ek olarak katılımcıların kendilerine yönelik gösterdikleri eleştirel tutum, erken çocukluk travmalarına karşı geliştirilen güvenlik stratejileri olarak ele alınmış ve bu tutumun istenmeyen sonuçları üzerinde durulmuştur. Program sonucunda katılımcıların depresyon, anksiyete ve öz-eleştiri düzeylerinde azalma olduğu, utanç ve aşağılık duygularının azaldığı ve daha az itaatkar davrandıkları görülmüştür. Ek olarak katılımcıların kendi kendilerini yatıştırma, kendilerine sıcaklık gösterme ve güven verme becerilerinde önemli ölçüde artış olduğu belirtilmiştir.

1.002 katılımcıyla internet ortamında gerçekleştirilen bir diğer müdahale programında katılımcılar öz-duyarlık, iyimserlik ve kontrol grubu olmak üzere üçe ayrılmıştır. Araştırmaya başlamadan önce depresyon ve mutluluk düzeyi değerlendirilen katılımcılar bir hafta boyunca her gün kendilerine verilen egzersizleri yapmış ve uygulamanın bitiminden başlayarak birinci, üçüncü ve altıncı aylarda ölçümler alınmıştır. Yapılan analizler sonucunda iyimserlik ve öz-duyarlık gruplarında yer alan katılımcıların depresyon düzeylerinin düştüğü ve mutluluk düzeylerinin arttığı görülmüştür (Shapira ve Mongrain, 2010).

Neff, Kirkpatrick ve Rude (2007) tarafından yürütülen iki aşamalı bir çalışmada öz-duyarlığın anksiyeteye ilişkisi katılımcıların öz-saygı düzeyi kontrol edilerek incelenmiştir. Laboratuvar ortamında 91 üniversite öğrencisiyle gerçekleştirilen çalışmada katılımcıların ilk olarak öz-duyarlık, öz-saygı, negatif duygulanım ve anksiyeteyi ölçen ölçek seti verilmiş, sonrasında bilgisayar ortamında ego tehdidi

yaratacağı düşünölen sorulara yanıt vermeleri istenmiştir. Araştırma sonucunda öz-duyarlığın egoyu tehdit eden durumlarda anksiyeteye karşı tampon görevi gördüğü sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmanın ikinci aşamasında katılımcıların farklı bir çalışmada olduklarını düşünmeleri sağlanmış ve öz-duyarlık düzeyindeki değışimin iyi oluşu değıştirip değıştirmediği incelenmiştir. 40 kişinin katılımıyla yürütölen çalışmada Geştalt'ın çift sandalye tekniğı kullanılmış ve katılımcıların öz-duyarlık, öz-eleştiri, sosyal bağıllık, anksiyete, depresyon ve ruminasyon düzeyleri değeriendirilmiştir. Araştırma sonucunda öz-duyarlık düzeyindeki artışın psikolojik iyi oluşun artışıyla ilişkili olduğı sonucuna ulaşılmıştır.

Öz-duyarlığın öznel iyi oluşla pozitif yönde ilişkili olduğı birçok çalışmayla desteklenmiştir. Bluth ve Blanton (2014) tarafından yürütölen ve öz-duyarlığın ergenlerdeki duygusal iyi oluşla ilişkisinin incelendiğı bir çalışmada 67 lise öğrencisi değeriendirilmiş, araştırma sonucunda öz-duyarlığın algılanan stres, yaşam doyumunu ve olumsuz duygulanımla negatif yönde ilişkili olduğı sonucuna ulaşılmıştır. Hollis-Walker ve Colosimo (2011), 123 lisans öğrenciyle yürüttükleri benzer bir çalışmada öz-duyarlığın psikolojik iyi oluşla ilişkisini incelemiştir. Yapılan regresyon analizi sonucunda öz-duyarlığın izolasyon, bilinçlilik ve paylaşımların bilincinde olma bileşenlerinin psikolojik iyi oluşu yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Öz-duyarlığın öznel iyi oluşla ilişkisi olumsuz yaşam olaylarına maruz kalan bireylerde de incelenmiştir. Engelli çocuğı olan 420 ebeveynle yürütölen bir çalışmada katılımcıların öz-duyarlık, tükenmişlik ve öznel iyi oluş düzeyleri incelenmiştir. Araştırma sonucunda öz-duyarlığın öznel iyi oluş ile pozitif yönde, tükenmişlik ile negatif yönde ilişkili olduğı sonucuna ulaşılmıştır. Öz-duyarlık alt boyutlarının öznel iyi oluşla ilişkisine bakıldığında ise öznel iyi oluşun öz-sevecenlik ve bilinçlilik ile pozitif yönde, öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme ile negatif yönde ilişkili olduğı görölmüştür. Öz-duyarlığın alt boyutlarının tükenmişlikle ilişkisine bakıldığında tükenmişliğin öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleme ile pozitif yönde, bilinçlilik ile negatif yönde ilişkili olduğı belirlenmiştir (Duran ve Barlas, 2014).

Farklı kültürlerle gerçekleştirilen araştırmalar da öz-duyarlığın psikolojik sağlıkla ilişkisine dair bulguları desteklemektedir. Amerika Birleşik Devletleri, Tayland ve Tayvan'daki bireylerin öz-duyarlık düzeyleri değerlendirildiğinde Doğu-Batı farklılığındansa kültürler arasında öz-duyarlık düzeyinin farklılaştığı, üç kültürde de öz-duyarlığın iyi oluşla anlamlı düzeyde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Neff, Pisitsungkagarn ve Hsieh, 2008).

Alanyazın incelendiğine öz-duyarlık ve psikopatoloji mekanizmasını açıklamaya yönelik farklı görüşler ve bu görüşleri desteklemeye yönelik farklı araştırmalar olduğu görülmektedir. Johnson ve O'Brien (2013) öz-duyarlık ve depresyon arasındaki ilişkiyi açıklamaya yönelik yürüttükleri iki aşamalı çalışmada ilk olarak utanç, ruminasyon ve öz-saygının aracı etkisi üzerinde durmuş ve bu üç değişkenin öz-duyarlık ve depresyon ilişkisinde aracı etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın ikinci kısmı utanç eğilimi gösteren öğrencilerle yürütülmüştür. Katılımcılardan öncelikli olarak utanç içerikli bir deneyimlerini hatırlamaları istenmiş ve sonrasında katılımcılar üç gruba ayrılmıştır. İki gruptan hafta içinde 3 kez deneyimleri hakkında yazı yazması istenirken üçüncü gruptan herhangi bir şey yapması istenmemiştir. Deneyimlerini yazması istenen gruptan birine öz-duyarlı olmaya yönelik, diğerine hislerini paylaşmaya yönelik yönerge verilmiştir. Araştırma sonucunda öz-duyarlık göstermesi istenen katılımcıların anlamlı düzeyde daha az olumsuz duygulanım ve utanç bildirdiği, bu grubun iki haftalık takip sürecinde depresif belirtileri ve utanç eğilimlerinde anlamlı düzeyde azalma olduğu gözlenmiştir.

Raes (2010) tarafından 271 üniversite öğrencisiyle gerçekleştirilen bir diğer çalışmada öz-duyarlığın depresyon ve anksiyete ile ilişkisinde ruminasyon ve endişenin aracı rolü incelenmiştir. Araştırma sonucunda öz-duyarlık ve anksiyete ilişkisinde ruminasyon ve endişenin anlamlı düzeyde aracı etkiye sahip olduğu, öz-duyarlık ve depresyon arasındaki ilişkide yalnızca ruminasyonun anlamlı düzeyde aracı etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kıcalı (2015), 250 üniversite öğrencisi ile yürüttüğu çalışmasında öz-duyarlık ve tekrarlayıcı olumsuz düşünmenin depresyon ve olumsuz duygulanımla olan ilişkisini

incelemiştir. Araştırma sonucunda öz-duyarlılığın olumsuz duygulanım ve depresyonla negatif yönde ilişkili olduğu, tekrarlayıcı olumsuz düşünmenin bu ilişkide aracı rolüne sahip olduğu sonucu elde edilmiştir.

1.3. SOSYAL DESTEK

Stres yaratan yaşam olaylarından insanların farklı düzeylerde etkilenmesi, strese karşı koruyucu faktörlere yönelik merak uyandırmış ve bu durumla bağlantılı olarak sosyal desteğin ruhsal ve bedensel sağlıkla ilişkisi ve stresin zararlarına yönelik koruyucu özelliği 1970'li yıllarda incelenmeye başlanmıştır (Özdemir, 2013). O günden bu güne psikolojinin de içinde bulunduğu birçok alanda sosyal destek kavramıyla ilgili çok sayıda araştırma ve müdahale programı ortaya çıkmıştır (Cohen ve Syme, 1985).

Alanyazın incelendiğinde sosyal desteğin kavramsallaştırılması ve tanımlanmasında farklılıklar olduğu görülmektedir. Lepore, Evans, ve Schneider (1991) sosyal desteği bireylere gerçek yardım sağlama, bireyleri sevildiklerine ve korunduklarına inandıkları bir sosyal sisteme bağlama veya bireylerin değerli bir sosyal gruba olan bağlılık duygularını geliştirme olarak tanımlamışlardır. Bir diğer tanımda sosyal destek, zorlu ya da stres artırıcı durumlarda bireyin ulaşabileceği yardım olarak ifade edilmiştir (Sarason ve Sarason, 1982). Cobb (1976) sosyal desteği kişiye sevildiğini, korunduğunu, güvenildiğini, değer verildiğini ve karşılıklı sorumluluk ağının bir üyesi olduğunu düşündüren bir sistem olarak tanımlamıştır. Sarason, Levine, Basham ve Sarason (1983) tarafından yapılan bir diğer tanımda ise sosyal destek sevgisini, değer verdiğini ve bizimle ilgilendiğini gösteren güvendiğimiz kişilerin varlığı ya da ulaşılabilirliği olarak ifade edilmiştir.

Alanyazın incelendiğinde sosyal destek türlerine yönelik birbirinden farklı sınıflandırmaların olduğu görülmektedir. Cohen ve Wills (1985), duygusal destek, araçsal destek, bilgi desteği ve sosyal eşlik etme olarak dört sosyal destek türü belirlemiştir:

1. Duygusal Destek: Duygusal destek, kişinin değerli olduğu, yaptığı hatalara veya yaşadığı zorluklara rağmen her durumda kabul edileceği bilgisinin verilmesi olarak tanımlanmaktadır.
2. Araçsal Destek: Araçsal destek finansal yardım, maddi kaynaklar ve gerekli hizmetlerin sağlanması olarak tanımlanmaktadır. Araçsal desteğin maddi problemlerin doğrudan çözümünü sağlayarak ya da rahatlatıcı ve eğlenceli aktiviteler için zaman kazandırarak stresin azalmasına yardımcı olduğu düşünölmektedir.
3. Bilgi Desteği: Bilgi desteği kişinin sorun yaratan durumları tanımlaması, anlaması ve bu durumlarla baş etmesi için aldığı yardım olarak tanımlanmaktadır.
4. Sosyal Eşlik Etme: Sosyal eşlik etme, kişinin boş zamanlarında veya dinleneceği zamanlarda diğer bireylerle vakit geçirmesini içermektedir. Sosyal eşlik etmenin kişinin yakınlığa ve iletişim kurmaya olan ihtiyacını gidererek, problemleriyle ilgili endişeden uzaklaşmasını sağlayarak ve olumlu duygulanımı artırarak stres düzeyini azalttığı düşünölmektedir.

Rosenfeld ve Richman (1997) ise Cohen ve Wills (1985) tarafından belirlenen destek türlerini de barındıran sekiz sosyal destek türü belirlemiştir:

1. Dinleme Desteği: Kişinin diğerleri tarafından tavsiye verilmeden veya yargılanmadan dinlendiğine yönelik algısıdır.
2. Duygusal Destek: Kişinin diğer bireylerin bakım ve rahatlama sağladığına, kendisinin yanında olduğuna yönelik algısıdır.

3. Duygusal Meydan Okuma: Diğer bireylerin sosyal destek alan kişinin tutumlarını, değerlerini ve duygularını değerlendirmesine meydan okuyarak destek vermesidir.
4. Gerçekliği Doğrulama Desteği: Desteği alan kişinin bakış açısının kendisiyle benzer veya aynı bakış açısına sahip diğer kişiler tarafından doğrulanmasıdır.
5. Görev Takdiri Desteği: Kişinin çabalarının ve yaptığı için diğer bireyler tarafından takdir edildiğine yönelik algısıdır.
6. Göreve Meydan Okuma Desteği: Diğer bireylerin meydan okuma yoluyla destek alan kişinin bir görev veya etkinlik hakkındaki düşüncesini esnetmesi, onu motive etmesi ve daha fazla yaratıcılık, coşku ve katılıma yönlendirmesidir.
7. Maddi Yardım Desteği: Kişinin diğer bireylerden para, ürün ya da hediye desteği alacağına dair algısıdır.
8. Kişisel Yardım Desteği: Kişinin diğer bireylerden bir içi yürütmek ya da arabayla bir yere götürmek gibi hizmet veya yardım alacağına dair algısıdır.

Sosyal destek türlerine yönelik yapılan ayrıma ek olarak sosyal destek kavramı alınan ve algılanan sosyal destek olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Alınan sosyal destek gerçekleşmiş yardım davranışları olarak ifade edilirken algılanan sosyal destek ise gerçekleşebilecek yardım davranışları olarak ifade edilmektedir (Özdemir, 2013). Sosyal destek kavramıyla ilgili son yıllarda yapılan araştırmalarda sosyal ilişkilerin yeterince destekleyici olup olmadığı konusundaki ağırlığın bireyin kendi izlenimlerine yani algılanan sosyal desteğe kaydığı belirtilmiştir (Eker, Arkar ve Yıldız, 2001).

1.4. ALGILANAN SOSYAL DESTEK

Algılanan sosyal destek “sosyal ilişkilerin yeteri kadar destekleyici olup olmadığına ilişkin kişinin kendi yargısı” olarak tanımlanmıştır (Eker, Arkar ve Yıldız, 2001). Procidano ve Heller (1983) ise algılanan sosyal desteği kişinin bir tehdit durumunda bu tehditle baş etmek için ihtiyaç duyduğu bilgi ve yardımı sosyal ağdan sağlayabileceğine yönelik algısı olarak ifade etmiştir. Bir diğer tanımda ise algılanan sosyal destek, bireylerin sosyal ağlarında yer alan insanların bireylerin işlevselliğini artıran ya da onları olumsuz sonuçlara karşı koruyan genel desteğine ya da belirli destekleyici davranışlarına yönelik algısı olarak tanımlanmıştır (Kerres Malecki ve Kilpatrick Demary, 2002).

Sosyal destek çevredeki destekleyici yapıların varlığına bağlı olmakla birlikte sosyal ağlar tarafından sağlanan destek ve algılanan destek birbirine denk değildir. Sosyal destek algısının gelişimi stres yaşanan durumlarda alınan destekten veya belirgin herhangi bir ilişkinin etkisinden önce oluşan sosyalleşme ve arkadaşlık süreçlerine bağlı olarak geliştiği düşünülmektedir. Ek olarak algılanan sosyal desteğin hem uzun dönemdir devam eden hem de tutum ve duygudurum gibi zaman içerisinde değişebilen kişisel özelliklere bağlı olduğu belirtilmiştir (Heller, Swindle ve Dusenbury, 1986; Procidano ve Heller, 1983).

1.4.1. Algılanan Sosyal Destek ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri İlişkisi

Beş faktör kişilik özelliklerinin algılanan sosyal destekle ilişkisini açıklamaya yönelik görüşlerden birinde sosyal ağdan gelen tepkilerin bireyin kişilik özelliklerine göre farklılaştığı öne sürülmüştür. Bu görüşe göre öfke veya düşmanlığı deneyimleme eğilimi olan bireylerin daha zor etkileşim kuracağı, dolayısıyla daha az sosyal destek alacağı düşünülmektedir (Dehle ve Landers, 2005; Fyrand, Wichstrom, Moum, Glennas ve Kvien, 1997).

Kişilik özelliklerinin algılanan sosyal destekle ilişkisine dair öne sürülen bir diğer görüşte kişilik özelliklerinin bireyin sosyal ağını yapılandırma sürecinde etkili olduğu belirtilmiştir. Bu bağlamda dışadönük bireylerin diğer bireylerle bir arada olmaktan hoşlandıkları için daha geniş bir sosyal çevreye sahip oldukları, bu sayede sosyal desteğe ihtiyaç duyduklarında destek alacak daha fazla bireye ulaşabildikleri düşünülmektedir (Russell, Booth, Reed ve Laughlin, 1997; Swickert, Rosentreter, Hittner ve Mushrush, 2002; Swickert, Hittner ve Foster, 2010).

Kişilik özelliklerinin algılanan sosyal destek düzeyini etkilediğine yönelik görüşlere ek olarak öne sürülen bir diğer görüş ise kişilik özelliklerinin ve algılanan sosyal desteğin birbirini etkileyerek eş zamanlı geliştiği yönündedir. Bu görüş bireylerin kişilik özellikleri ve aileden algılanan sosyal destek düzeylerinin farklı çevrelerde ve zamanlarda tutarlılık göstermesini temel almaktadır. Bu bağlamda evlilik gibi aile dışındaki bireylerle kurulan ilişlerde kişiler arası örüntülerin sürecin başında ortaya çıktığı ve ilişki boyunca sürdüğü ifade edilmiştir (Branje, Van Lieshout ve Van Aken, 2004; Huston, Caughlin, Houts, Smith ve George, 2001). Bu görüşle paralellik gösteren başka bir düşüncede sosyal desteğin bilişsel süreçleri üzerinde durulmuştur. Bu düşünceye göre aile ilişkilerinden kaynaklanan sosyal destek algısının yeni toplumsal ilişkilere genelleneceği varsayılmaktadır (Lakey ve Dickinson, 1994).

Kişilik özelliklerinin algılanan sosyal destekle ilişkisine her bir faktör için ayrı ayrı bakıldığında yüksek dışadönüklüğün girişkenlik, sosyallik ve ödüle duyarlılıkla ilgili doğasının diğer bireylerle olan uyumu ve sosyal ağa erişimi olumlu yönde etkilediği, dolayısıyla sosyal desteği artırdığı düşünülmektedir (Carver ve Connor-Smith, 2010).

Yumuşak başlılığın algılanan sosyal destekle ilişkisi diğer bireylere yönelik güven, ilgi ve olumlu davranışlarla açıklanmaktadır. Bu görüşe göre yüksek yumuşak başlılık düzeyine sahip bireyler diğer bireyler tarafından kibar, nazik, güven veren ve ilgili bireyler olarak değerlendirilirken düşük yumuşak başlılığa sahip bireylerin talepkar ve bencil olarak değerlendirildiği düşünülmektedir. Bu nedenle yüksek yumuşak başlılık düzeyine sahip bireylerin daha geniş bir sosyal ağa ve daha yüksek algılanan sosyal

destek düzeyine sahip oldukları belirtilmiştir (Carver ve Connor-Smith, 2010; Swickert, Hittner ve Foster, 2010)

Nevrotikliğin algılanan sosyal destek ile ilişkisinde yüksek nevrotilliğe sahip bireylerin diğer bireyler tarafından kolay öfkelenen ve gergin bireyler olarak değerlendirildiği, bu özelliklerin sosyal ilişkilerde ve sosyal destek algısında önemli role sahip olduğu düşünülmektedir (Swickert, Hittner ve Foster, 2010).

Alanyazın incelendiğinde deneyime açıklık ve sorumluluk boyutlarının algılanan sosyal destekle ilişkisinin diğer alt boyutlar kadar çalışılmadığı görülmektedir. Ancak bu iki özelliğin de sosyal destek algısını etkileyebileceği düşünülmektedir. Yüksek sorumluluk düzeyine sahip bireylerin güçlü bir iş etiğine sahip olmalarının ve verdikleri sözleri tutma eğiliminde olmalarının sosyal ilişkilerini daha istikrarlı ve güvenli hale getirdiği düşünülmektedir. Deneyime açıklık düzeyi yüksek bireylerin ise esnek, yaratıcı, meraklı ve geleneksel olmayan yapısının beraberinde geniş bir arkadaş çevresi getirdiği ve bu nedenle sosyal desteğe ihtiyaç duyduklarında destek alacak daha fazla bireye ulaşabildikleri düşünülmektedir (Swickert, Hittner ve Foster, 2010; Tong ve ark., 2004).

1.4.2. Algılanan Sosyal Destek ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri ile İlgili Araştırmalar

Üniversite öğrencileriyle (Bolger ve Eckenrode, 1991) ve çalışan yetişkin bireylerle (Chay, 1993) yürütülen çalışmalar sonucunda algılanan sosyal desteğin dışadönüklükle pozitif, nevrotilikle negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Üniversite öğrencileriyle yürütülen bir diğer çalışmada algılanan sosyal desteğin nevrotilik ve dışadönüklük dışındaki faktörlerle de ilişkisi incelenmiş, araştırma sonucunda algılanan sosyal desteğin yumuşak başlılık, sorumluluk ve dışadönüklükle pozitif yönde, nevrotilikle negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ek olarak algılanan sosyal destek ile deneyime açıklık arasında anlamlı ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Swickert, Hittner ve Foster, 2010). Türkiye’ de yetişkin bireylerle yürütülen bir çalışmada ise algılanan sosyal desteğin dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak

başlılık ve sorumluluk ile pozitif yönde, nevrotilik ile negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur (Şeker, 2018).

Algılanan sosyal desteğin beş faktör kişilik özellikleriyle ilişkisi olumsuz yaşam olaylarına maruz kalmış bireyler üzerinde de incelenmiştir. Fiziksel, cinsel veya duygusal şiddete maruz kalmış toplam 769 kadın katılımcıyla yürütülen bir araştırma sonucunda algılanan sosyal desteğin deneyime açıklık, yumuşak başlılık, sorumluluk ve dışadönüklükle arasında pozitif yönde, nevrotilikle arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür (Karaboğa, 2013). Ebeveynleri alzhemier olan ve onlara bakım veren 100 katılımcıyla yürütülen bir diğer çalışmada katılımcıların kişilik özellikleri ve algılanan sosyal destek düzeyleri değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda algılanan sosyal desteğin yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve sorumlulukla arasında pozitif yönde ilişkili olduğu bulunurken algılanan sosyal destek ile dışadönüklük arasında anlamlı düzeyde ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Lakey, Adams, Neely, Rhodes, Lutz ve Sielky, 2002).

Algılanan sosyal destek ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki farklı kültürlerde yer alan katılımcılarla da değerlendirilmiştir. Algılanan sosyal destek ve beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışma kapsamında Singapur'da yaşayan Çin, Hindistan ve Malezya kökenli toplam 243 erkek polis memurundan veri toplanmıştır. Araştırma sonucunda algılanan sosyal destek memnuniyeti, algılanan sosyal destek sayısı ve algılanan sosyal desteğin kaynağının kişilik özelliklerine göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Örneğin algılanan sosyal destek memnuniyeti yumuşak başlılık, sorumluluk ve dışadönüklük ile pozitif yönde ilişki bulunurken nevrotilik ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Algılanan sosyal destek sayısının yumuşak başlılık, dışadönüklük ve deneyime açıklıkla pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Kişilik özellikleri ile algılanan sosyal desteğin kaynağı arasındaki ilişki incelendiğinde aileden alınan desteğin yumuşak başlılık, sorumluluk ve dışadönüklükle pozitif yönde, nevrotilikle negatif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak diğerlerinden alınan destekle sorumluluk arasında negatif yönde, dışadönüklük ve deneyime açıklıkla arasında pozitif yönde ilişki olduğu görülmüştür (Tong ve ark., 2004).

Kişilik özelliklerinin algılanan sosyal destekle ilişkisi depresyon tanısı almış bireylerle yürütülen çalışmalarla da desteklenmiştir. Depresyon tanısı almış yaşlı bireylerin algılanan sosyal destek düzeylerinin ve kişilik özelliklerinin 3 yıl boyunca incelendiği boylamsal bir araştırmada algılanan sosyal destek düzeyindeki değişimin kişilik özellikleri ile ilişkisi incelenmiştir. Araştırma süresince alınan 3 ölçüm sonucunda kişilik özelliklerinin algılanan sosyal destekle olan ilişkisinde değişimler gözlenmiştir. Alınan tüm ölçümlerde algılanan sosyal desteğin nevroitiklikle negatif, yumuşak başlılıkla pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Algılanan sosyal desteğin 2. ve 3. ölçümlerde dışadönüklükle pozitif yönde ilişkili olduğu, 1. ve 2. ölçümlerde sorumlulukla pozitif yönde ilişkili olduğu ve yalnızca 2. ölçümde deneyime açıklıkla negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Araştırma sonucunda sorumluluk ve dışadönüklüğün algılanan sosyal destek düzeyindeki değişimi önemli ölçüde yordadığı, bu kişilik özelliklerine sahip bireylerin daha az içe çekilme gösterdikleri görülmüştür. Ek olarak bu özelliklerin daha tatmin edici etkileşimler ve daha yüksek algılanan sosyal destek düzeyi sağladığı belirtilmiştir (Cukrowicz, Franzese, Thorp, Cheavens ve Lynch, 2008). Kişilik özelliklerinin depresyonla ilişkisinde algılanan sosyal desteğin aracı etkisinin değerlendirildiği bir diğer çalışmada algılanan sosyal desteğin nevroitiklikle negatif, yumuşak başlılık ve dışadönüklükle pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak algılanan sosyal desteğin nevroitiklik, yumuşak başlılık ve dışadönüklüğün depresyonla ilişkisinde aracı etkiye sahip olduğu görülmüştür (Finch ve Graziano, 2001; Hoth, Christensen, Ehlers, Raichle ve Lawton, 2007).

Aile üyelerinin kişilik özellikleri ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelediği boylamsal bir çalışmada iki ebeveyn ve iki ergen çocuktan oluşan 285 aileden 12 ay arayla 3 kez ölçüm alınmıştır. Araştırma sonucunda yumuşak başlılığın algılanan sosyal destek üzerinde büyük oranda etkili olduğu sonucu elde edilmiştir. Ek olarak çalışma boyunca yapılan ölçümlerde kişilik özelliklerinin büyük oranda tutarlılık gösterdiği ancak kişilik özelliklerindeki değişimin hem bireylerin algıladığı sosyal destek düzeyi hem de diğer aile üyelerinin bu kişilerden algıladıkları destek düzeyi üzerinde etkili olduğu ifade edilmiştir (Branje, Lieshout ve Aken, 2004). Ergenlerle yürütülen bir diğer boylamsal çalışmada katılımcılar 12 ve 17 yaşlarındayken ölçümler alınarak temel kişilik özellikleri (beş faktör kişilik özellikleri) ve yüzey

özelliklerinin (öz-saygı, algılanan akran kabulü, yalnızlık) algılanan sosyal destekle ilişkisi incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda 12 yaşındaki sosyal destek kontrol edildiğinde temel kişilik özelliklerinin 17 yaşındaki algılanan sosyal destek düzeyini öngördüğü, kişilik kontrol edildiğinde ise 12 yaşındaki sosyal desteğin yüzey özelliklerini öngördüğü bulgusu elde edilmiştir (Asendorpf ve Van Aken, 2003).

Algılanan aile ortamı ve kişilik özelliklerinin algılanan sosyal destekle ilişkisinin incelendiği bir çalışmada üniversiteye yeni başlayan 118 öğrenciden dönem başında ve sonunda veri toplanmıştır. Araştırma sonucunda sosyal istenirlik kontrol edildiğinde aile ortamını olumsuz algılayan, daha fazla sıkıntı, daha düşük sosyal beceri, dışadönüklük ve yumuşak başlılık puanına sahip katılımcıların diğer katılımcılara göre sosyal destek algısının anlamlı düzeyde daha düşük olduğu görülmüştür (Lakey ve Dickinson, 1994).

1.4.3. Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik Belirtisellik İlişkisi

Sosyal desteğin ruhsal ve bedensel sağlıkla olumlu bir ilişkiye sahip olduğu, ayrıca doğal destek sistemlerinin psikolojik sorunların çözümlerini kolaylaştırmada veya zorlaştırmada önemli rol oynadığı düşüncesi birçok çalışmayla desteklenmiştir (Eker, Arkar ve Yıldız, 2001). Alanyazın incelendiğinde sosyal desteğin sağlık üzerindeki olumlu etkisini açıklamaya yönelik farklı görüşlerin olduğu dikkat çekmektedir.

Cohen ve Wills (1985), yaptıkları incelemeler sonucunda sosyal desteğin psikolojik ve bedensel sorunlara karşı koruyucu etkisine dair iki model öne sürmüşlerdir. “Tamponlama modeli” olarak adlandırılan birinci modele göre sosyal desteğin stres altındaki bireyleri stresin olumsuz etkilerine karşı tampon görevi görerek koruduğu düşünülmektedir. “Temel etki modeli” olarak adlandırılan ikinci modele göre ise sosyal desteğin bireylerin stres düzeyinden bağımsız olarak olumlu bir etkiye sahip olduğu öne sürülmüştür. Sosyal desteğin sağladığı olumlu yaşantıların birey stres altında olsun veya olmasın psikolojik ve bedensel sağlığa yarar sağladığı ifade edilmiştir. Cohen ve Wills bu iki modelden hangisinin sosyal desteğin etkisini açıklamada uygun olacağı konusunda kesin bir sonuca ulaşamamış ve her iki modeli de destekleyen çalışmalar olduğunu ifade etmişlerdir.

Benzer şekilde House (1981), sosyal desteğin sağlığa olumlu etkisini iki şekilde açıklamaktadır. Bu görüşlerden birincisi bireyin stresli bir olayla karşılaşması ya da stresli bir olaya yönelik beklenti içinde olması durumunda destek algısının duruma verilen tepkiyi azalttığı veya önlediği yönündedir. Sosyal destek, bireyin stres yaratan bir durumla karşılaştığında problemi çözebilmek için ihtiyaç duyduğu kaynakları diğer bireylerden sağlayabileceğine yönelik düşünciyi sağlamaktadır. Problemin çözülebileceğine yönelik düşünce sayesinde durumun yarattığı stres azalmaktadır. İkinci görüşe göre yeterli sosyal destek, stresin yarattığı fizyolojik süreçleri veya strese verilen tepkiyi etkileyerek ortaya çıkabilecek patolojik sonuçları azaltabilmektedir. Bu görüşe göre sosyal destek nöroendokrin sisteme etki ederek problemin önemini azaltabilir veya problemin çözümünü sağlayabilir. Bu sayede birey strese daha az tepki gösterebilir veya sağlık için gerekli davranışları daha kolay yerine getirebilir.

Algılanan sosyal destek ve psikolojik belirtisellik ilişkisine dair öne sürülen görüşlerden bir diğeri sosyal desteğin stresle başa çıkmada kullanılan yöntemlerle ilişkili olabileceğine yöneliktir. Hall (1991), bekar annelerle yürüttüğü bir çalışmada sosyal kaynak azaldıkça stres düzeyinin arttığı sonucunu elde edilmiştir. Sosyal desteğe sahip olmayan annelerin stresle baş etmek için kaçınma davranışını daha fazla kullandıkları ve stresi azaltmaya yönelik bu davranışın depresyon düzeyini artırdığı belirtilmiştir. Sosyal desteğe sahip annelerin kaçınma davranışını daha az kullandıkları görülmüştür.

Sosyal desteğin koruyucu etkisine yönelik bir diğer görüş ise sosyal desteğin bireylere düzenli ve istikrarlı bir biçimde olumlu yaşam deneyimleri ve toplum tarafından ödüllendirilen roller sağladığı yönündedir. Bu sayede bireylerin daha fazla pozitif duygulanıma, özsaygıya, hayatlarına yönelik öngörülebilirlik ve istikrar duygusuna sahip oldukları düşünülmektedir. Ek olarak sosyal desteğin olumlu yaşam deneyimlerini artırma etkisinin yanında bireyin psikolojik ya da fiziksel hastalık olasılığını artıran ekonomik ve yasal problemler gibi olumsuz yaşam deneyimlerinden kaçınmasını sağladığı belirtilmiştir (Cohen ve Wills, 1985)

Algılanan sosyal desteğin psikolojik sağlıkla ilişkisine dair diğer görüşler ise destek algısının stresörlerin değerini değiştirdiği, duygusal denge sağladığı, pozitif

duygulanımı sürdürdüğü, yaşam doyumunu artırdığı, problem çözme davranışlarını değiştirdiği ve öz-saygıyı artırdığı yönündedir (Rogers, Anthony ve Lyass, 2004).

1.4.4. Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik Belirtisellik ile İlgili Araştırmalar

Algılanan sosyal desteğin psikolojik belirtilerle ilişkisine bakıldığında algılanan sosyal destek ile psikolojik belirtisellik arasında negatif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Üniversite öğrencileriyle (Clara, Cox, Enns, Murray ve Torgrudc, 2003; Hefner ve Eisenberg, 2009; Kıray, 2018; Calvete ve Connor-Smith, 2006) ve ergenlerle (Akdeniz, 2017; Garnefski ve Diekstra, 1996; Rigby ve Slee, 1999) yapılan araştırmalarda algılanan sosyal destek ile psikolojik belirtisellik arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Aile yanında yaşayan ve ailesinden ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinin psikolojik belirti düzeylerinin incelendiği bir araştırmada yaşanan yerden bağımsız olarak arkadaşlardan alınan destek ile psikolojik belirti düzeyi arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Özdemir, 2013).

Algılanan sosyal destek ve psikolojik belirtisellik ilişkisi olumsuz yaşam olaylarına maruz kalan bireyler üzerinde de incelenmiştir. Şiddete maruz kalmış kadın katılımcılarla ve böbrek nakli yapılan hastalarla yapılan çalışmalarda algılanan sosyal destek düzeyi ile depresyon, anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur (Eyüpoğlu, 2014; Karaboğa, 2013; Yaman, 2016). Zihinsel engelli çocuğu olan ebeveynlerle (Çan Aslan, 2010), kalp hastası çocuğu olan ebeveynlerle (Aytekin, 2005), kurum bakımında kalmış genç yetişkinlerle (Öntaş Cankurtaran, 1998), HIV pozitif bireylerle (McDowell ve Serovich, 2007), meme kanseri kadınlarla (Gündüz Sütçü, 2010) ve romatoid artrit hastalarıyla (Zyrianova ve ark., 2006) yapılan çalışmalarda algılanan sosyal destek düzeyi ile psikolojik belirtisellik arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

Algılanan sosyal destek ve depresyon arasındaki ilişki farklı örneklemeler üzerinde yürütülen birçok çalışmayla desteklenmiştir. Hamile kadınlarla (Lau, Wong ve Fu,

2014), bekar annelerle (Cairney, Boyle, Offord ve Racine, 2003), psikiyatri kliniğinde yatan depresyon hastalarıyla (Albal, 2009), ergenlerle (Carter, Caldwell, Matusko ve Jackson, 2015; Weber, Puskar ve Ren, 2010) ve üniversite öğrencileriyle (Shaw ve Gant, 2002; Gökdağlı, 2014) yapılan çalışmalarda sosyal destek ve depresyon belirtileri arasında negatif yönde ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca doğum sonrasında algılanan sosyal destek düzeyine göre postpartum depresyon puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir (Yılmaz Bingöl, 2005). Ek olarak evde ve huzur evinde yaşayan yaşlı bireylerin katılımıyla yürütülen çalışmalarda algılanan sosyal destek ve depresyon arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür (Aksüllü, 2002; Erkan, 2015).

Algılanan sosyal desteğin depresyonla ilişkisi olumsuz yaşam olaylarına maruz kalan bireylerle yürütülen çalışmalarda da incelenmiştir. Örneğin orak hücreli anemi hastası çocuklarla (Sehlo ve Kamfar, 2015), infertil kadınlarla (Erdem, 2012), diyabetik ayak gelişen hastalarla (Yıldız, 2012), multipl skleroz (MS) hastalarıyla (McIvor, Riklan ve Reznikoff, 1984) ve engelli çocuğu olan bireylerle (Şahin Varol, 2018) yapılan çalışmalarda sosyal destek ve depresyon belirtileri arasında anlamlı düzeyde negatif yönde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Algılanan sosyal desteğin depresyon tedavisine destek sağladığı ifade edilmiştir. Örneğin psikiyatri kliniğinde yatarak tedavi gören hastaların hastaneye yatışlarında ve hastaneden taburcu olurken depresyonla başa çıkma düzeyleri değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda algılanan sosyal destek düzeyi ile depresyonla başa çıkma düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur (Albal, 2009).

Algılanan sosyal destek ve anksiyete arasındaki ilişki farklı örneklerle yürütülen birçok çalışmayla desteklenmiştir. Üniversite öğrencileri (Okanlı, 1999) ve yetişkinler (Kuşçu ve ark., 2009; Dour ve ark., 2014) ile yürütülen araştırmalarda algılanan sosyal destek düzeyi ile anksiyete arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur.

Algılanan sosyal desteğin anksiyete ile ilişkisi olumsuz yaşam olaylarına maruz kalan bireylerle yürütülen çalışmalarda da incelenmiştir. Kanser hastaları (Gülada, 2016), kalp hastaları (Hughes ve ark., 2004), diyaliz hastaları (Astan, 2001) ve düşük tehdidi yaşayan çiftlerle (Çevik Ateş, 2017) yürütülen araştırmalarda algılanan sosyal destek düzeyi ile anksiyete arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur.

Algılanan sosyal destek ile psikolojik yardım ihtiyacı arasında negatif yönde ilişki olduğu görülmüştür (Akeren, 2017). Örneğin, psikiyatri kliniğine sevk edilen ve edilmeyen toplam 279 erbaş ve erden oluşan örneklem üzerinde yürütülen bir çalışma sonucunda psikiyatri kliniğine sevk edilen katılımcıların sevk edilmeyenlere göre anlamlı oranda daha düşük algılanan sosyal destek düzeyine sahip olduğu görülmüştür (Ballı, 2005).

Farklı örneklerle yürütülen çalışmalarda algılanan sosyal desteğin psikolojik sağlamlığı (Gez, 2018; Karaman, 2018) ve öznel iyi oluşu (Saygın, 2008) yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak algılanan sosyal destek ve şiddet eğilimi (Davli Temel, 2018) arasında negatif yönde ilişki olduğu, algılanan sosyal desteğin madde bağımlılığı (Oğuzdoğan, 2017; Piko, 2000) ve intihar (Nart, 2018) riskini yordadığı sonucu elde edilmiştir.

1.5. ARAŞTIRMANIN AMACI

Yukarıda verilen bilgilerden de anlaşılacağı üzere psikolojik belirtisellik ile ilişkili çok sayıda değişken bulunmaktadır. Alanyazın incelendiğinde beş faktör kişilik özelliklerinin ve sosyal desteğin psikolojik belirtisellik ile ilişkisine dair çok sayıda araştırma bulursa da öz-duyarlık ve algılanan sosyal destekle ilgili çalışma sayısının görece sınırlı olduğu görülmüştür. Ayrıca beş faktör kişilik özellikleri, öz-duyarlık, algılanan sosyal destek ve psikolojik belirtiselliğin hepsinin bir arada ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle mevcut araştırma kapsamında üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik özelliklerinin, öz-duyarlık, algılanan sosyal destek ve psikolojik belirtisellik açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca çalışmada kişilik özellikleri ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide öz-duyarlık ve algılanan sosyal

desteğin aracı rolü araştırılmıştır. Bunların yanı sıra psikolojik belirtisellik demografik değişkenler (cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzey) açısından da incelenmiştir.

Araştırmanın temel amacı doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Araştırmada ele alınan değişkenlerin ve bu değişkenlerin alt boyutları arasında ilişki var mıdır?
2. Kişilik özellikleri ve genel psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide öz-duyarlık ve algılanan sosyal destek değişkenlerinin aracı rolü var mıdır?
3. Psikolojik belirti düzeyi ile demografik değişkenler arasında ilişki var mıdır?



2. BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. ÖRNEKLEM

Araştırmanın örneklemini Hacettepe Üniversitesi'nde bulunan fakültelerin farklı bölümlerinde ve farklı sınıflarında öğrenim görmekte olan ve kolay örneklem yoluyla seçilmiş lisans öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırma kapsamında Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Edebiyat Fakültesi, Mühendislik Fakültesi, Eğitim Fakültesi, Güzel Sanatlar Fakültesi, Fen Fakültesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi ve Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören ve araştırmaya katılmayı kabul eden toplam 540 kişiden veri toplanmıştır. Soruların çoğuna yanıt vermeyen ve bilgi formunda "Daha önce herhangi bir psikolojik/psikiyatrik tanı/tedavi aldınız mı?" sorusuna evet yanıtı veren katılımcılar araştırma kapsamından çıkarılmıştır. Verilerin temizlenmesinin ardından 425 öğrenciden toplanan verilerle analiz yapılmıştır.

Katılımcıların 300'ü (%70.6) kadın, 125'i (%29.4) erkektir. Katılımcıların yaşları 17-34 arasında değişmektedir ($\bar{X} = 21.19$, $S = 2.01$). Katılımcıların anne eğitim düzeylerine bakıldığında 17'sinin (%4) okuryazar olmadığı, 8'inin (%1.9) okuryazar olduğu, 143'ünün (%33.6) ilkokul, 48'inin (%33.6) ortaokul, 122'sinin (%28.7) lise, 79'unun (%18.6) ön lisans/lisans ve 8'inin (%1.9) lisansüstü eğitime sahip olduğu görülmüştür. Sosyo-ekonomik düzey (SED) göstergesi olarak anne eğitim düzeyi alınmıştır. Bu bağlamda annesi okuryazar olmayanlar, okuryazar olanlar ve ilkokul mezunu olanlar düşük SED, ortaokul mezunu veya lise mezunu olanlar orta SED, önlisans, lisans veya lisansüstü eğitim almış olanlar ise yüksek SED olarak belirlenmiştir. Katılımcıların baba eğitim düzeylerine bakıldığında ise 1'inin (%0.2) okuryazar olmadığı, 7'sinin (%1.6) okuryazar olduğu, 85'inin (%20) ilkokul, 49'unun (%11.5) ortaokul, 121'inin (%28.5) lise, 149'unun (%35.1) ön lisans/lisans ve 13'ünün (%3.1) lisansüstü eğitime sahip olduğu görülmüştür. Katılımcılara ait demografik özellikler Tablo 2.1'de gösterilmiştir.

Tablo 2.1. Örneklemin Demografik Özellikleri

	N	%
Cinsiyet		
Kadın	300	70.6
Erkek	125	29.4
Fakülte		
İktisadi ve İdari Bilimler	8	1.9
Edebiyat	194	45.6
Mühendislik	37	8.7
Eğitim	52	12.2
Güzel Sanatlar	2	0.5
Spor Bilimleri	44	10.4
Sağlık Bilimleri	80	18.8
Fen	8	1.9
Sınıf		
1	34	8
2	138	32.5
3	135	31.8
4	118	27.8
Ebeveyn Kaybı		
Anne	11	2.6
Baba	19	4.5
Anne Eğitim Düzeyi		
Okuryazar Değil	17	4
Okuryazar	8	1.9
İlkokul	143	33.6
Ortaokul	48	11.3
Lise	122	28.7
Ön lisans/Lisans	79	18.6
Lisansüstü	8	1.9
Baba Eğitim Düzeyi		
Okuryazar Değil	1	0.2
Okuryazar	7	1.6
İlkokul	85	20

Tablo 2.1. Örneklemin Demografik Özellikleri (Devamı)

Ortaokul	49	11.5
Lise	121	28.5
Ön Lisans/Lisans	149	35.1
Lisansüstü	13	3.1
Yaşadığı Yer		
Köy	29	6.8
İlçe	81	19.1
Şehir	103	24.2
Büyükşehir	212	49.9
SED		
Düşük	168	39.5
Orta	170	40
Yüksek	87	20.5

2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırma kapsamında katılımcılara onam formu (EK 1) başta olmak üzere katılımcıların demografik bilgilerine ulaşmak amacıyla “Demografik Bilgi Formu”, beş faktör kişilik özelliklerini belirlemek amacıyla “Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT)”, psikopatolojik belirtilerini taramak amacıyla “Kısa Semptom Envanteri (KSE)”, öz-duyarlılık ölçümü için “Öz-Duyarlılık Ölçeği (ÖDÖ)” ve algılanan sosyal destek düzeylerini değerlendirmek amacıyla “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)” verilmiştir. Veri toplama araçlarına ilişkin detaylı bilgi aşağıda yer almaktadır.

2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Demografik bilgi formunda sosyo-demografik özellikleri belirlemek amacıyla katılımcıların yaş, cinsiyet, fakülte, bölüm, sınıf, anne ve babanın eğitim düzeyi, anne ve babanın hayatta olup olmadığı, yaşamın çoğunun geçirildiği yer ve daha önce herhangi bir psikolojik/psikiyatrik tanı/tedavi alınıp alınmadığı ile ilgili sorular yer almaktadır. Formun bir örneği EK 2’de yer almaktadır.

2.2.2. Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT)

Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi Bacanlı, İlhan ve Aslan tarafından 2009 yılında beş faktör kuramından yola çıkarak geliştirilmiştir. Ölçek dışadönüklük, yumuşak başlılık, sorumluluk, nevrotiklik ve deneyime açıklık olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. 7'li likert tipinde olan ölçek 40 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliğini değerlendirmek için yapılan analiz sonucunda 5 faktörün SDKT'ye ait varyansın %52.63'ünü açıkladığı, ölçeğin boyutlarının iç tutarlık katsayılarının .73 ile .89 arasında değiştiği görülmüştür. Burada en yüksek iç tutarlılık kat sayısı .89 ile dışadönüklük alt boyutuna, en düşük iç tutarlılık katsayısı ise .73 ile nevrotiklik alt boyutuna aittir (Bacanlı, İlhan ve Aslan, 2009). Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi'ne dair örnek sorular EK 3'te yer almaktadır.

2.2.3. Kısa Semptom Envanteri (KSE)

Bu çalışmada genel psikolojik belirtiselliği değerlendirmek için Derogatis tarafından 1992'de geliştirilmiş olan SCL-90'ın 53 maddeden oluşan kısa formu kullanılmıştır. Bu ölçek, 0-4 arası puanlanan Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türkiye uyarlaması hem yetişkin (Şahin ve Durak, 1994) hem de ergen (Şahin, Durak ve Uğurtaş, 2002) örneklemleri üzerinde gerçekleştirilmiş, yüksek geçerlik ve güvenilirlik değerleri elde edilmiştir. Yapılan faktör analizi sonucunda, kaygı, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite olmak üzere beş faktör elde edilmiştir. KSE'nin yetişkin örnekleminde elde edilen iç tutarlılık katsayıları .75 ile .87; ergen örnekleminde elde edilen iç tutarlılık katsayıları ise .70 ile .88 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireylerdeki psikolojik semptomların yoğunluğuna işaret etmektedir. Kısa Semptom Envanteri'ne dair örnek sorular EK 4'te yer almaktadır.

2.2.4. Öz-Duyarlık Ölçeği (ÖDÖ)

Öz-Duyarlık Ölçeği Neff (2003a) tarafından öz-duyarlılığı ölçmek amacıyla geliştirilen bir ölçektir. Ölçeğin orijinal formu, 26 maddeden ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt

boyutlar; öz-sevecenlik, öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı-özdeşleşme olarak tanımlanmaktadır. Beşli Likert tipi derecelendirme (1: Hiçbir zaman; 2: Nadiren; 3: Sık sık; 4: Genellikle; 5: Her zaman) ile oluşturulan ölçeğin iç tutarlık güvenirlik katsayısı ölçeğin bütünü için .92 olarak hesaplanmıştır. Ölçek ayrıca, yüksek seviyede (ölçeğin bütünü için .93) test-tekrar test güvenirliği göstermiştir. Doğrulayıcı faktör analizi ile üst düzey bir faktör olarak öz-duyarlılığın, 6 alt boyut arasındaki korelasyonları açıkladığı gösterilmiştir.

Ölçek, Akın ve arkadaşları tarafından 2007 yılında Türkçeye uyarlanmış ve ölçeğin geçerlik ve güvenirlik analizleri yapılmıştır. Öncelikle; ölçeğin dilsel eşdeğerliği incelenmiş ve dilsel eşdeğerliğe sahip olduğu görüldükten sonra geçerlik ve güvenirlik analizleri yapılmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinde, ölçeğin orijinal formula uyumlu olduğu görülmüştür. Ölçeğin; iç tutarlılık katsayıları .72 ile .80, test-tekrar test güvenirlik katsayıları ise .56 ile .69 arasında bir değer olarak bulunmuştur. Ayrıca ölçeğin, düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .48 ile .71 arasında sıralandığı ve %27'lik alt-üst grupların ortalamaları arasındaki tüm farkların anlamlı olduğu bulunmuştur (Akın, Akın ve Abacı 2007). Öz-Duyarlık Ölçeği'ne dair örnek sorular EK 5'te yer almaktadır.

2.2.5. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)

Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley (1988) tarafından aile, arkadaşlar ve özel bir insan olarak belirlenen üç farklı kaynaktan alınan desteği katılımcının öz bildirimine dayanarak değerlendiren ölçek toplam 12 maddeden oluşmaktadır. Her gruba ilişkin dörder madde içeren ölçek 1 ile 7 arasında Likert tipi puanlanmaktadır. Her bir alt ölçekteki 4 maddenin toplanmasıyla alt ölçek puanları ve alt ölçek puanlarının toplanması ile de ölçeğin toplam puanı elde edilmektedir. Elde edilen toplam puanın yüksekliği, algılanan sosyal desteğin yüksek olduğuna işaret etmektedir (Eker, Arkar ve Yıldız, 2001).

Ölçeğin ülkemize uyarlanması ve geçerlik-güvenirliğine yönelik gerçekleştirilen çalışmalarda Türkçe formunun faktör yapısı, yapı geçerliği ve güvenirliği genel olarak

tatmin edici düzeyde bulunmuş fakat “özel bir insan” teriminin ülkemizde yaygın olarak kullanılabilir olduğu gözlenmemiştir. Buradan hareketle, ölçeğin orijinal formunda “özel bir insan” olarak adlandırılan alt ölçek üzerinde değişiklikler yapılmış ve bu alt ölçek, “ailenin ve arkadaşlarının dışında olan kişi” (örneğin, flört, nişanlı, akraba, komşu, doktor) olarak yeniden şekillendirilmiştir. Faktör analizi sonucunda desteklenen üç faktör (aile, arkadaşlar ve özel bir kişi) birlikte toplam varyansın %75.3’ünü, “aile” faktörü %45’ini, “özel bir insan” faktörü %17.9’unu ve son olarak “arkadaş” faktörü %12.4’ünü açıklamaktadır. İç tutarlılığı ölçmek amacıyla kullanılan Cronbach alfa yöntemi sonucunda farklı tanı gruplarına yönelik elde edilen değerler .80 ile .95 arasında bulunmuştur (Eker, Arkar ve Yaldız, 2001). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği’ne dair örnek sorular EK 6’da yer almaktadır.

2.3. İŞLEM

Araştırmaya başlamadan önce Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu’ndan gerekli izin alınmıştır. Ölçekler Hacettepe Üniversitesi öğrencilerine uygulamacı tarafından toplu olarak sınıflarda uygulanmıştır. Ölçeklerin veriliş sırasının doğurabileceği etkileri en aza indirmek amacıyla demografik bilgi formu dışındaki ölçekler terazi tekniği kullanılarak dengelenmiş ve farklı sıralarda sunulmuştur. Uygulamaya başlamadan önce katılımcılara katılımın gönüllülük esasına dayandığı belirtilmiş ve katılımcıların yazılı onamları alınmıştır. Uygulama esnasında katılımcıların soruları yanıtlanmıştır. Ölçeklerin uygulanması yaklaşık 30 dk. sürmüştür.

3. BÖLÜM

BULGULAR

Katılımcılardan elde edilen veriler SPSS 23 programında kodlanmıştır. Analizlere başlanmadan önce veri girişleri kontrol edilmiştir. Soruların çoğuna yanıt vermeyen katılımcılar araştırma dışı bırakılmış ve herhangi bir ölçekte %5'ten fazla veri kaybının olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Kayıp veriler belirlenerek ortalama değer atanmıştır. Bu aşamadan sonra verilerde uç değer olup olmadığı incelenmiş ve bu verilere sahip olan katılımcılar araştırmanın dışında bırakılmıştır. Son olarak verilerin normal dağılıp dağılmadığı incelenmiş ve tüm sürekli değişkenlerin normallik sayıtlısını sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmada değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı analizi kullanılmıştır. Demografik değişkenlerin psikolojik belirtisellik düzeyi açısından farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla verilere “Çok Değişkenli Varyans Analizi (MANOVA) uygulanmıştır. Son olarak beş faktör kişilik özellikleri ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide özduyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı rolünü incelemek amacıyla Bootstrap yöntemi ile Çoklu Aracılı Model Testi yöntemi kullanılmıştır.

3.1. SOSYO-DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE İLİŞKİN MANOVA SONUÇLARI

Çalışmanın bu aşamasında Kısa Semptom Envanteri'nden alınan puanların cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzeye (SED) göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmek istenmiştir. Kısa Semptom Envanteri için cinsiyet (2) x SED (3) olmak üzere çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) yapılmıştır.

Kısa Semptom Envanteri için yapılan varyans analizi sonucunda cinsiyet (Wilks' $\lambda = .93$, $F_{1-425} = 5.97$; $p < .01$, $\eta^2 = .07$) temel etkisi açısından anlamlı düzeyde farklılığa sahip olduğu görülmüştür. Fakat Kısa Semptom Envanteri için SED değişkeninin

anlamli bir temel etkiye sahip olmadigi saptanmistir (Wilks' $\lambda = .97$, $F_{1-425} = 1.25$; $p > .05$, $\eta^2 = .02$). Ek olarak SED ve cinsiyetin anlamli bir ortak etkiye sahip olmadigi sonucuna ulasilmistir (Wilks' $\lambda = .98$, $F_{1-425} = .81$; $p > .05$, $\eta^2 = .01$)

Kisa Semptom Envanteri'nin "hostilite" alt boyutundan erkek katilimcilarin ($\bar{X} = 11.13$, $Ss = 5.5$) kadim katilimcilara ($\bar{X} = 9.61$, $Ss = 5.22$) oranla anlamli düzeyde daha yuksek puan aldigi gorulmüstür [$F_{1-425} = 5.99$ $p < .05$, $\eta^2 = .01$]. Ölçeğin diğer alt boyutlari olan anksiyete [$F_{1-425} = .45$ $p > .05$, $\eta^2 = .001$], depresyon [$F_{1-425} = 3.4$ $p > .05$, $\eta^2 = .01$], olumsuz benlik [$F_{1-425} = .11$ $p > .05$, $\eta^2 = .000$], somatizasyon [$F_{1-425} = 1.9$ $p > .05$, $\eta^2 = .01$] puanlari ve KSE toplam puaninda [$F_{1-425} = .43$ $p > .05$, $\eta^2 = .001$] erkek ve kadim katilimcilar arastinda anlamli düzeyde fark gözlenmemistir.

3.2. BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE PSİKOLOJİK BELİRTİSELLİK DÜZEYİNE İLİŞKİN KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI

Beş faktör kişilik özelliklerinin (nevrotiklik, dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık, sorumluluk) KSE toplam puanı ve alt ölçek (anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon, hostilite) puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. SDKT alt ölçek puanları, KSE toplam puanı ve alt ölçek puanlarına ilişkin analiz sonuçları Tablo 3.1'de yer almaktadır.

Yapılan analiz sonucunda nevrotiklik alt ölçek puanının KSE toplam puanı ($r = .47$, $p < .01$), anksiyete ($r = .44$, $p < .01$), depresyon ($r = .47$, $p < .01$), olumsuz benlik ($r = .43$, $p < .01$), somatizasyon ($r = .24$, $p < .01$) ve hostilite ($r = .42$, $p < .01$) alt ölçek puanlarıyla pozitif yönde anlamli düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür.

Dışadönüklük alt ölçek puanının KSE toplam puanı ($r = -.20$, $p < .01$), anksiyete ($r = -.18$, $p < .01$), depresyon ($r = -.25$, $p < .01$), olumsuz benlik ($r = -.20$, $p < .01$), hostilite ($r = -.12$, $p < .01$) alt ölçek puanlarıyla negatif yönde anlamli düzeyde ilişkili olduğu ve

somatizasyon ($r = -.09$, $p > .05$) alt ölçeği ile arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yumuşak başlılık alt ölçek puanının KSE toplam puanı ($r = -.19$, $p < .01$), anksiyete ($r = -.17$, $p < .01$), depresyon ($r = -.18$, $p < .01$), olumsuz benlik ($r = -.14$, $p < .01$), somatizasyon ($r = -.12$, $p < .05$) ve hostilete ($r = -.29$, $p < .01$) alt ölçek puanlarıyla negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür.

Sorumluluk alt ölçek puanının KSE toplam puanı ($r = -.21$, $p < .01$), anksiyete ($r = -.20$, $p < .01$), depresyon ($r = -.25$, $p < .01$), olumsuz benlik ($r = -.18$, $p < .01$), somatizasyon ($r = -.12$, $p < .05$) ve hostilete ($r = -.12$, $p < .05$) alt ölçek puanlarıyla negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Deneyime açıklık alt ölçek puanı ile KSE toplam puanı ve alt ölçek puanları arasında anlamlı ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p > .05$).

Tablo 3.1. SDKT ve KSE Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

	Anksiyete	Depresyon	Olumsuz Benlik	Somatizasyon	Hostilite	KSE Toplam
Nevrotiklik	.44**	.47**	.43**	.24**	.42**	.47**
Dışadönüklük	-.18**	-.25**	-.20**	-.09	-.12*	-.20**
Deneyime Açıklık	-.04	-.07	-.05	.03	-.05	-.05
Yumuşak Başlılık	-.17**	-.18**	-.14**	-.12*	-.29**	-.19**
Sorumluluk	-.20**	-.25**	-.18**	-.12*	-.12*	-.21**

* $p < .05$, ** $p < .01$

3.3. BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE ÖZ-DUYARLIK DÜZEYİNE İLİŞKİN KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI

Beş faktör kişilik özelliklerinin (nevrotiklik, dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık, sorumluluk) öz-duyarlık düzeyi toplam puanı ve alt ölçek (öz-sevecenlik, öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. SDKT alt ölçek puanları, ÖDÖ toplam puanı ve alt ölçek puanlarına ilişkin analiz sonuçları Tablo 3.2’de yer almaktadır.

Tablo 3.2. SDKT ve ÖDÖ Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

	Öz-Sevecenlik	Öz-Yargılama	Paylaşımların Bilincinde Olma	İzolasyon	Bilinçlilik	Aşırı Özdeşleşme	ÖDÖ Toplam
Nevrotiklik	-.43**	.48**	-.26**	.43**	-.40**	.53**	-.56**
Dışadönüklük	.18**	-.21**	.04	-.16**	.12*	-.18**	.20**
Deneyime Açıklık	.17**	-.14**	.09	-.08	.15**	-.10*	.16**
Yumuşak Başlılık	.30**	-.20**	.30**	-.13**	.25**	-.12*	.28**
Sorumluluk	.14**	-.17**	.08	-.15**	.12*	-.15**	.18**

*p < .05, **p < .01

Yapılan analiz sonucunda nevrotiklik alt ölçek puanı ile ÖDÖ toplam puanı ($r = -.56$, $p < .01$), öz-sevecenlik ($r = -.43$, $p < .01$), paylaşımların bilincinde olma ($r = -.26$, $p < .01$) ve bilinçlilik ($r = -.40$, $p < .01$) alt ölçek puanları arasında negatif yönde öz-yargılama ($r = .48$, $p < .01$), izolasyon ($r = .43$, $p < .01$) ve aşırı özdeşleşme ($r = .53$, $p < .01$) alt ölçekleri arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Dışadönüklük alt ölçek puanı ile ÖDÖ toplam puanı ($r = .20$, $p < .01$), öz-sevecenlik ($r = .18$, $p < .01$) ve bilinçlilik ($r = .12$, $p < .05$) alt ölçek puanları arasında pozitif yönde öz-yargılama ($r = -.21$, $p < .01$), izolasyon ($r = -.16$, $p < .01$) ve aşırı özdeşleşme ($r = -$

.18, $p < .01$) alt ölçek puanları ile arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Dışadönüklük ile paylaşımların bilincinde olma ($r = .04$, $p > .05$) alt ölçek puanı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Deneyime açıklık alt ölçek puanı ile ÖDÖ toplam puanı ($r = .16$, $p < .01$), öz-sevecenlik ($r = .17$, $p < .01$) ve bilinçlilik ($r = .15$, $p < .01$) alt ölçek puanları arasında pozitif yönde öz-yargılama ($r = -.14$, $p < .01$) ve aşırı özdeşleşme ($r = -.10$, $p < .05$) alt ölçek puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Deneyime açıklık ile paylaşımların bilincinde olma ($r = .09$, $p > .05$) ve izolasyon ($r = -.08$, $p > .05$) alt ölçek puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yumuşak başlılık alt ölçek puanı ile ÖDÖ toplam puanı ($r = .28$, $p < .01$), öz-sevecenlik ($r = .30$, $p < .01$), paylaşımların bilincinde olma ($r = .30$, $p < .01$) ve bilinçlilik ($r = .25$, $p < .01$) alt ölçek puanları arasında pozitif yönde öz-yargılama ($r = -.20$, $p < .01$), izolasyon ($r = -.13$, $p < .01$) ve aşırı özdeşleşme ($r = -.12$, $p < .05$) alt ölçek puanları arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Sorumluluk alt ölçek puanı ile ÖDÖ toplam puanı ($r = .18$, $p < .01$), öz-sevecenlik ($r = .14$, $p < .01$) ve bilinçlilik ($r = .12$, $p < .05$) alt ölçek puanları arasında pozitif yönde öz-yargılama ($r = -.17$, $p < .01$), izolasyon ($r = -.15$, $p < .01$) ve aşırı özdeşleşme ($r = -.15$, $p < .01$) alt ölçek puanları arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Sorumluluk ile paylaşımların bilincinde olma ($r = .08$, $p > .05$) alt ölçek puanı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

3.4. BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE ALGILANAN SOSYAL DESTEK DÜZEYİNE İLİŞKİN KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI

Beş faktör kişilik özelliklerinin (nevrotiklik, dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık, sorumluluk) algılanan sosyal destek düzeyi toplam puanı ve alt ölçek (aile, arkadaş, özel bir insan) puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. SDKT alt ölçek puanları, ÇBASDÖ toplam puanı ve alt ölçek puanlarına ilişkin analiz sonuçları Tablo 3.3.'te yer almaktadır.

Tablo 3.3. SDKT ve ÇBASDÖ Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

	Aile	Arkadaş	Özel Bir İnsan	ÇBASDÖ Toplam
Nevrotiklik	-.26**	-.21**	-.25**	-.26**
Dışadönüklük	.24**	.20**	.13**	.21**
Deneyime Açıklık	.16**	.11*	.04	.11*
Yumuşak Başlılık	.15**	.14**	.20**	.17**
Sorumluluk	.17**	.21**	.21**	.22**

*p < .05, **p < .01

Yapılan analiz sonucunda nevroitiklik alt ölçek puanı ile ÇBASDÖ toplam puanı ($r = -.26$, $p < .01$), aile ($r = -.26$, $p < .01$), arkadaş ($r = -.21$, $p < .01$) ve özel bir insan ($r = -.25$, $p < .01$) alt ölçek puanları arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Dışadönüklük alt ölçek puanı ile ÇBASDÖ toplam puanı ($r = .21$, $p < .01$), aile ($r = .24$, $p < .01$), arkadaş ($r = .20$, $p < .01$) ve özel bir insan ($r = .13$, $p < .01$) alt ölçek puanlarının pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür.

Deneyime açıklık alt ölçek puanı ile ÇBASDÖ toplam puanı ($r = .11$, $p < .05$), aile ($r = .16$, $p < .01$) ve arkadaş ($r = .11$, $p < .05$) alt ölçek puanı arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuş, özel bir insan ($r = .04$, $p > .05$) alt ölçek puanı ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yumuşak başlılık alt ölçek puanı ile ÇBASDÖ toplam puanı ($r = .17$, $p < .01$), aile ($r = .15$, $p < .01$), arkadaş ($r = .14$, $p < .01$) ve özel bir insan ($r = .20$, $p < .01$) alt ölçek puanları arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

Sorumluluk alt ölçek puanı ile ÇBASDÖ toplam puanı ($r = .22, p < .01$), aile ($r = .17, p < .01$), arkadaş ($r = .21, p < .01$) ve özel bir insan ($r = .21, p < .01$) alt ölçek puanları ile arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

3.5. ÖZ-DUYARLIK DÜZEYİ İLE PSİKOLOJİK BELİRTİSELLİK DÜZEYİNE İLİŞKİN KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI

Öz-duyarlık düzeyi toplam puanı ve alt ölçek (öz-sevecenlik, öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) puanları ile psikolojik belirtisellik düzeyi toplam puanı ve alt ölçek (anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon, hostilite) puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. ÖDÖ toplam puanı ve alt ölçek puanları ile KSE toplam puanı ve alt ölçek puanlarına ilişkin analiz sonuçları Tablo 3.4'te yer almaktadır.

Yapılan analiz sonucunda anksiyete alt ölçek puanı ile ÖDÖ toplam puanı ($r = -.52, p < .01$), öz-sevecenlik ($r = -.31, p < .01$), paylaşımların bilincinde olma ($r = -.19, p < .01$) ve bilinçlilik ($r = -.33, p < .01$) alt boyutları arasında negatif yönde, öz-yargılama ($r = .48, p < .01$), izolasyon ($r = .47, p < .01$) ve aşırı özdeşleşme ($r = .50, p < .01$) alt boyutları ile arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Depresyon alt ölçek puanı ile ÖDÖ toplam puanı ($r = -.60, p < .01$), öz-sevecenlik ($r = -.38, p < .01$), paylaşımların bilincinde olma ($r = -.21, p < .01$) ve bilinçlilik ($r = -.39, p < .01$) alt boyutları arasında negatif yönde, öz-yargılama ($r = .56, p < .01$), izolasyon ($r = .58, p < .01$) ve aşırı özdeşleşme ($r = .55, p < .01$) alt boyutları ile arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Olumsuz benlik alt ölçek puanı ile ÖDÖ toplam puanı ($r = -.61, p < .01$), öz-sevecenlik ($r = -.37, p < .01$), paylaşımların bilincinde olma ($r = -.24, p < .01$) ve bilinçlilik ($r = -.37, p < .01$) alt boyutları arasında negatif yönde, öz-yargılama ($r = .59, p < .01$), izolasyon ($r = .57, p < .01$) ve aşırı özdeşleşme ($r = .54, p < .01$) alt boyutları ile arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Tablo 3.4. KSE ve ÖDÖ Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

	Öz-Sevecenlik	Öz-Yargılama	Paylaşımların Bilincinde Olma	İzolasyon	Bilinçlilik	Aşırı Özdeşleşme	ÖDÖ Toplam
Anksiyete	-.31**	.48**	-.19**	.47**	-.33**	.50**	-.52**
Depresyon	-.38**	.56**	-.21**	.58**	-.39**	.55**	-.60**
Olumsuz Benlik	-.37**	.59**	-.24**	.57**	-.37**	.54**	-.61**
Somatizasyon	-.18**	.29**	-.15**	.26**	-.25**	.30**	-.32**
Hostilite	-.31**	.42**	-.21**	.44**	-.32**	.42**	-.48**
KSE Toplam	-.37**	.55**	-.23**	.55**	-.39**	.54**	-.59**

*p < .05, **p < .01

Somatizasyon alt ölçek puanı ile ÖDÖ toplam puanı ($r = -.32$, $p < .01$), öz-sevecenlik ($r = -.18$, $p < .01$), paylaşımların bilincinde olma ($r = -.15$, $p < .01$) ve bilinçlilik ($r = -.25$, $p < .01$) alt boyutları arasında negatif yönde, öz-yargılama ($r = .29$, $p < .01$), izolasyon ($r = .26$, $p < .01$) ve aşırı özdeşleşme ($r = .30$, $p < .01$) alt boyutları ile arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

Hostilite alt ölçek puanı ile ÖDÖ toplam puanı ($r = -.48$, $p < .01$), öz-sevecenlik ($r = -.31$, $p < .01$), paylaşımların bilincinde olma ($r = -.21$, $p < .01$) ve bilinçlilik ($r = -.32$, $p < .01$) alt boyutları arasında negatif yönde, öz-yargılama ($r = .42$, $p < .01$), izolasyon ($r = .44$, $p < .01$) ve aşırı özdeşleşme ($r = .42$, $p < .01$) alt boyutları ile arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

KSE toplam puanı ile ÖDÖ toplam puanı ($r = -.59$, $p < .01$), öz-sevecenlik ($r = -.37$, $p < .01$), paylaşımların bilincinde olma ($r = -.23$, $p < .01$) ve bilinçlilik ($r = -.39$, $p < .01$) alt boyutları ile arasında negatif yönde, öz-yargılama ($r = .55$, $p < .01$), izolasyon ($r = .55$, $p < .01$) ve aşırı özdeşleşme ($r = .54$, $p < .01$) alt boyutları ile arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

3.6. ALGILANAN SOSYAL DESTEK DÜZEYİ İLE PSİKOLOJİK BELİRTİSELLİK DÜZEYİNE İLİŞKİN KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI

Algılanan sosyal destek düzeyi toplam puanı ve alt ölçek (aile, arkadaş, özel bir insan) puanları ile psikolojik belirtisellik düzeyi toplam puanı ve alt ölçek (anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon, hostilite) puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. ÇBASDÖ toplam puanı ve alt ölçek puanları ile KSE toplam puanı ve alt ölçek puanlarına ilişkin analiz sonuçları Tablo 3.5.'te yer almaktadır.

Tablo 3.5. KSE ve ÇBASDÖ Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

	Aile	Arkadaş	Özel Bir İnsan	ÇBASDÖ Toplam
Anksiyete	-.22**	-.24**	-.29**	-.27**
Depresyon	-.31**	-.34**	-.36**	-.37**
Olumsuz Benlik	-.30**	-.29**	-.33**	-.34**
Somatizasyon	-.12*	-.18**	-.20**	-.18**
Hostilite	-.23**	-.26**	-.26**	-.27**
KSE Toplam	-.28**	-.30**	-.34**	-.34**

*p < .05, **p < .01

Yapılan analiz sonucunda anksiyete alt ölçek puanı ile ÇBASDÖ toplam puanı ($r = -.27$, $p < .01$), aile ($r = -.22$, $p < .01$), arkadaş ($r = -.24$, $p < .01$) ve özel bir insan ($r = -.29$, $p < .01$) alt ölçek puanları arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Depresyon alt ölçek puanı ile ÇBASDÖ toplam puanı ($r = -.37$, $p < .01$), aile ($r = -.31$, $p < .01$), arkadaş ($r = -.34$, $p < .01$) ve özel bir insan ($r = -.36$, $p < .01$) alt ölçek puanları arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Olumsuz benlik alt ölçek puanı ile ÇBASDÖ toplam puanı ($r = -.34$, $p < .01$), aile ($r = -.30$, $p < .01$), arkadaş ($r = -.29$, $p < .01$) ve özel bir insan ($r = -.33$, $p < .01$) alt ölçek puanları arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

Somatizasyon alt ölçek puanı ile ÇBASDÖ toplam puanı ($r = -.18, p < .01$), aile ($r = -.12, p < .05$), arkadaş ($r = -.18, p < .01$) ve özel bir insan ($r = -.20, p < .01$) alt ölçek puanları arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Hostilite alt ölçek puanı ile ÇBASDÖ toplam puanı ($r = -.27, p < .01$), aile ($r = -.23, p < .01$), arkadaş ($r = -.26, p < .01$) ve özel bir insan ($r = -.26, p < .01$) alt ölçek puanları arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

KSE toplam puanı ile ÇBASDÖ toplam puanı ($r = -.34, p < .01$), aile ($r = -.28, p < .01$), arkadaş ($r = -.30, p < .01$) ve özel bir insan ($r = -.34, p < .01$) alt ölçek puanları arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

3.7. BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN PSİKOLOJİK BELİRTİSELLİK İLE İLİŞKİSİNDE ÖZ-DUYARLIK VE ALGILANAN SOSYAL DESTEĞİN ARACI ROLÜNÜN DEĞERLENDİRİLMESİ

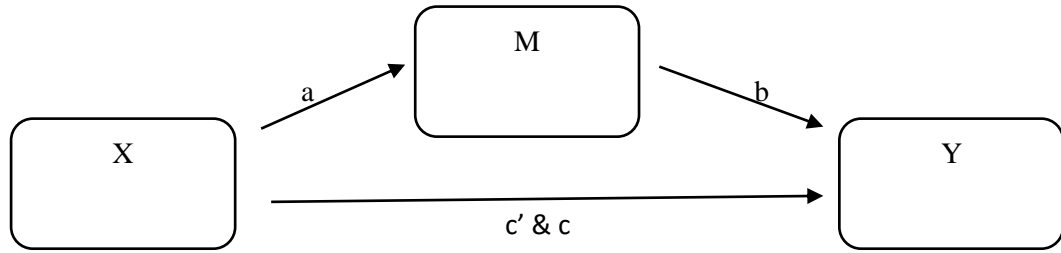
Bu çalışmada beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik belirtisellik ile ilişkisinde öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı rolünün incelenmesi Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen regresyon analizleri ile gerçekleştirilmiştir. Bu yöntemde bir değişkenin aracı rolünden bahsedebilmek için dört temel koşul sağlanmalıdır. Bu koşullar;

1. Yordayıcı ve yordanan değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunmalıdır.
2. Yordayıcı değişken ve aracı değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunmalıdır.
3. Aracı değişken ve yordanan değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunmalıdır.
4. Yordayıcı ve yordanan değişken arasındaki anlamlı ilişki, yordayıcı değişken ve aracı değişken regresyon analizine eş zamanlı olarak girdiğinde ya anlamlı olmaktan çıkmalı ya da önceki anlamlılık düzeyi azalma göstermelidir. Aracı değişken modele girdiğinde yordayıcı ve yordanan değişkenler arasındaki

ilişkinin anlamlılık düzeyinde azalma oluyorsa “kısmi aracı model” den, ilişki anlamlı olmaktan çıkıyorsa “tam aracı model”den bahsedilebilir.

Bu işlemlerden sonra elde edilen dolaylı aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığı Preacher ve Hayes (2008) tarafından geliştirilen Bootstrap yöntemi ile incelenmiştir. Aracılık etkisinin anlamlılığı güven aralığının hesaplanması ve bu aralıkta sıfırın bulunmamasına göre belirlenmektedir.

Bootstrap yöntemi ile analizler <http://www.processmacro.org/index.html> adresinden indirilen eklenti aracılığıyla SPSS kullanılarak PROCESS Multiple Mediation Model yürütülerek gerçekleştirilmiştir. Preacher ve Hayes tarafından sunulan model Şekil 3.1.’de gösterilmektedir.



Şekil 3.1. Bootstrap ile Yürütülen Aracı Değişken Analizi Modellemesi

X = Yordayıcı Değişken, Y = Yordanan Değişken, M = Aracı Değişken a = X’in M üzerine etkisi, b = M’nin Y üzerine etkisi, c’ = X’in Y üzerine doğrudan etkisi, c = X’in Y üzerine toplam etkisi

Analize başlamadan önce beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik belirtisellik ile ilişkisinde öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı rolünü tespit etmek amacıyla daha önce yapılmış olan korelasyon analizlerine (Tablo 3.1., Tablo 3.2., Tablo 3.3., Tablo 3.4., Tablo 3.5.) bakılarak değişkenler arasındaki ilişkiler değerlendirilmiştir.

Analizlerin bu aşamasında yordayıcı değişken ve yordanan değişken arasındaki korelasyon analizi sonuçları incelenmiş ve aralarında ilişki bulunan değişkenler analize

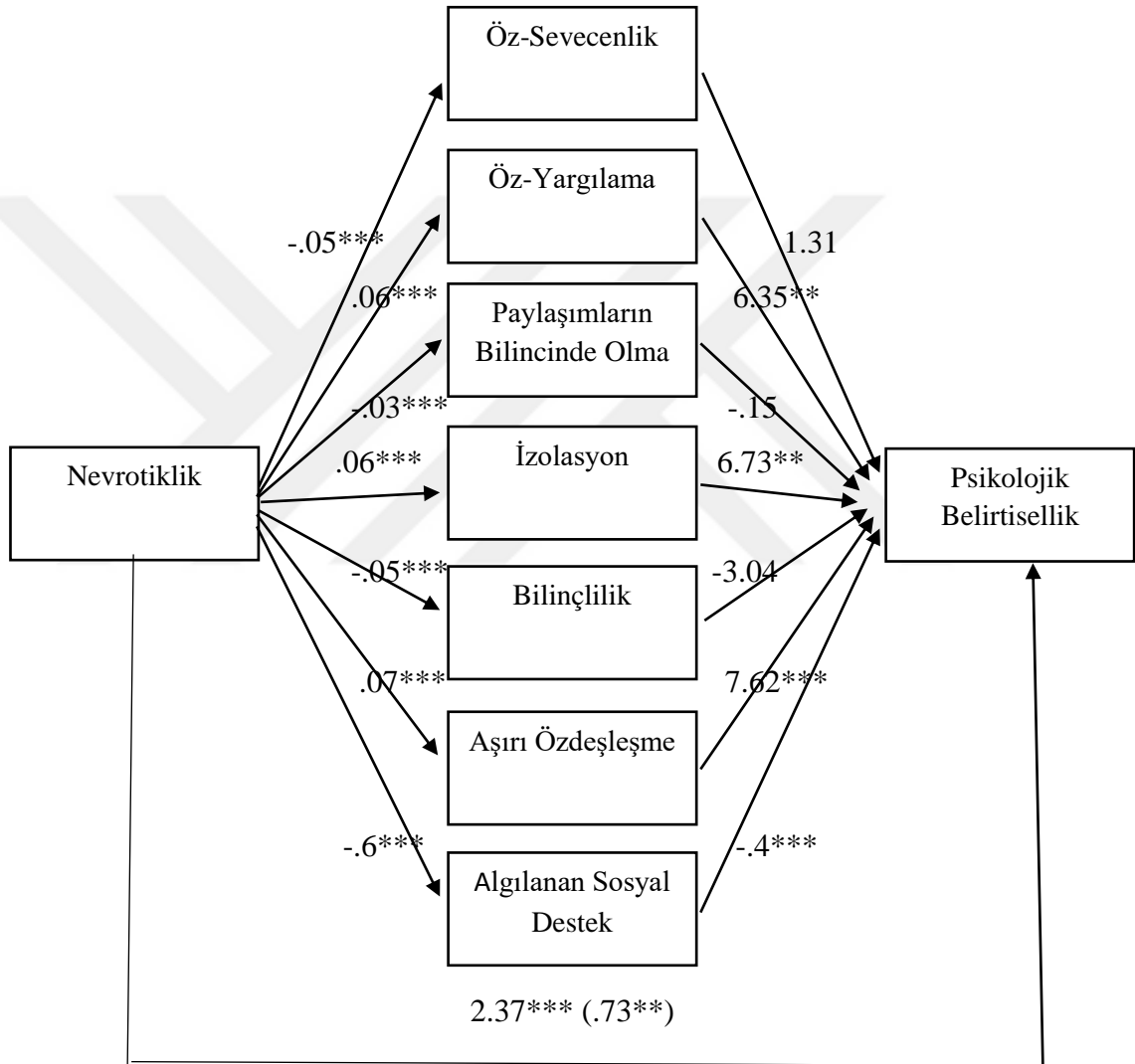
dahil edilmiştir. Bu doğrultuda SDKT deneyime açıklık alt boyutu ile KSE arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığından deneyime açıklık alt boyutu analize dahil edilmemiştir. ÇBASDÖ toplam puanı ve ÖDÖ alt boyutları (öz-sevecenlik, öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) aracı değişken olarak kabul edilmiş, yordayıcı ve yordanan değişkenlerle aralarındaki korelasyonlar incelenerek analize dahil edilmiştir. Beş faktör kişilik özellikleri ile psikolojik belirtisellik arasında aracı rolü incelenmiş değişkenler Tablo 3.6.'da yer almaktadır.

Tablo 3.6. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ile Psikolojik Belirtisellik Arasında Aracı Rolü İncelenen Değişkenler

Yordayıcı Değişken	Aracı Değişken	Yordanan Değişken
Nevrotiklik	Öz-Sevecenlik Öz-Yargılama Paylaşımların Bilincinde Olma İzolasyon Bilinçlilik Aşırı Özdeşleşme Algılanan Sosyal Destek	Psikolojik Belirtisellik
Dışadönüklük	Öz-Sevecenlik Öz-Yargılama İzolasyon Bilinçlilik Aşırı Özdeşleşme Algılanan Sosyal Destek	Psikolojik Belirtisellik
Yumuşak Başlılık	Öz-Sevecenlik Öz-Yargılama Paylaşımların Bilincinde Olma İzolasyon Bilinçlilik Aşırı Özdeşleşme Algılanan Sosyal Destek	Psikolojik Belirtisellik
Sorumluluk	Öz-Sevecenlik Öz-Yargılama İzolasyon Bilinçlilik Aşırı Özdeşleşme Algılanan Sosyal Destek	Psikolojik Belirtisellik

3.7.1. Nevrotiklik ile Psikolojik Belirtisellik Arasındaki İlişkide Öz-Duyarlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü

Nevrotiklik ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide algılanan sosyal destek ve öz-duyarlık değişkeni alt boyutlarının aracı etkilerine ilişkin bulgular Şekil 3.2.'de yer almaktadır.



Şekil 3.2. Nevrotikliğin Psikolojik Belirtisellikle İlişkinde Öz-Sevecenlik, Öz-Yargılama, Paylaşımların Bilincinde Olma, İzolasyon, Bilinçlilik, Aşırı Özdeşleşme ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü (Şekilde standardize olmayan beta değerlerine yer verilmiştir).

*p < .05, **p < .01, ***p < .001

Şekil 3.2.'de görüldüğü gibi nevroतिकliğin yordanan değişken olan psikolojik belirtisellik üzerinde anlamlı doğrudan etkisi ($B = 2.37, t = 10.8, p < .001$) bulunmaktadır. Nevrotikliğin öz-sevecenlik ($B = -.05, t = -9.81, p < .001$), öz-yargılama ($B = .06, t = 11.26, p < .001$), paylaşımların bilincinde olma ($B = -.03, t = -5.61, p < .001$), izolasyon ($B = .06, t = 9.69, p < .001$), bilinçlilik ($B = -.05, t = -8.87, p < .001$), aşırı özdeşleşme ($B = .07, t = 12.68, p < .001$) ve algılanan sosyal destek ($B = -.6, t = -5.44, p < .001$) üzerinde anlamlı doğrudan etkisi vardır.

Aracı değişkenlerle psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkilere bakıldığında ise öz-yargılama ($B = 6.35, t = 2.75, p < .01$), izolasyon ($B = 6.73, t = 3.3, p < .01$), aşırı özdeşleşme ($B = 7.62, t = 3.8, p < .001$) ve algılanan sosyal desteğin ($B = -.4, t = -4.1, p < .001$) anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin olduğu, öz-sevecenlik ($B = 1.31, t = .5, p > .05$), paylaşımların bilincinde olma ($B = -.15, t = -.07, p > .05$) ve bilinçliliğin ise ($B = -3.04, t = -1.14, p > .05$) anlamlı etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Nevrotiklik ve tüm aracı değişkenler analize eş zamanlı girdiğinde nevroतिकlik ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişki azalmıştır ($B = .73, t = 3.13, p < .01$). Bu bağlamda aracı değişkenlerin nevroतिकlik ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide “kısmi aracılık” etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır. Ek olarak tüm modelin anlamlı olduğu ($F_{8-416} = 40.8, p < .001, R^2 = .44$) ve toplam varyansın %44’ünü açıkladığı görülmüştür.

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı 5000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3.7.’de verilmiştir. Buna göre tüm aracı değişkenlerin toplam dolaylı etkisi anlamlı bulunmuştur (nokta tahmini = 1.64 ve %95 CI [1.279, 2.013]). Değişkenler ayrı ayrı incelendiğinde öz-yargılama (nokta tahmini = .4 ve %95 CI [.1053, .7374]), izolasyon (nokta tahmini = .39 ve %95 CI [.1267, .6630]), aşırı özdeşleşme (nokta tahmini = .56 ve %95 CI [.2457, .8861]) ve algılanan sosyal desteğin (nokta tahmini = .22 ve %95 CI [.0976, .3672]) nevroतिकlik ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide anlamlı kısmi aracılık etkisinin olduğu, öz-sevecenlik (nokta tahmini = -.07 ve %95 CI [-.3217, .1851]), paylaşımların bilincinde olma (nokta tahmini = .01 ve %95 CI [-.1284, .1439]) ve bilinçliliğin (nokta tahmini =

.14 ve %95 CI [-.0520, .3513]) ise kısmi aracılık etkisinin anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 3.7. Psikolojik Belirtisellik Üzerinde Aracı Değişkenlerin Dolaylı Etkileri İçin Nokta Tahminleri ve Güven Aralıkları

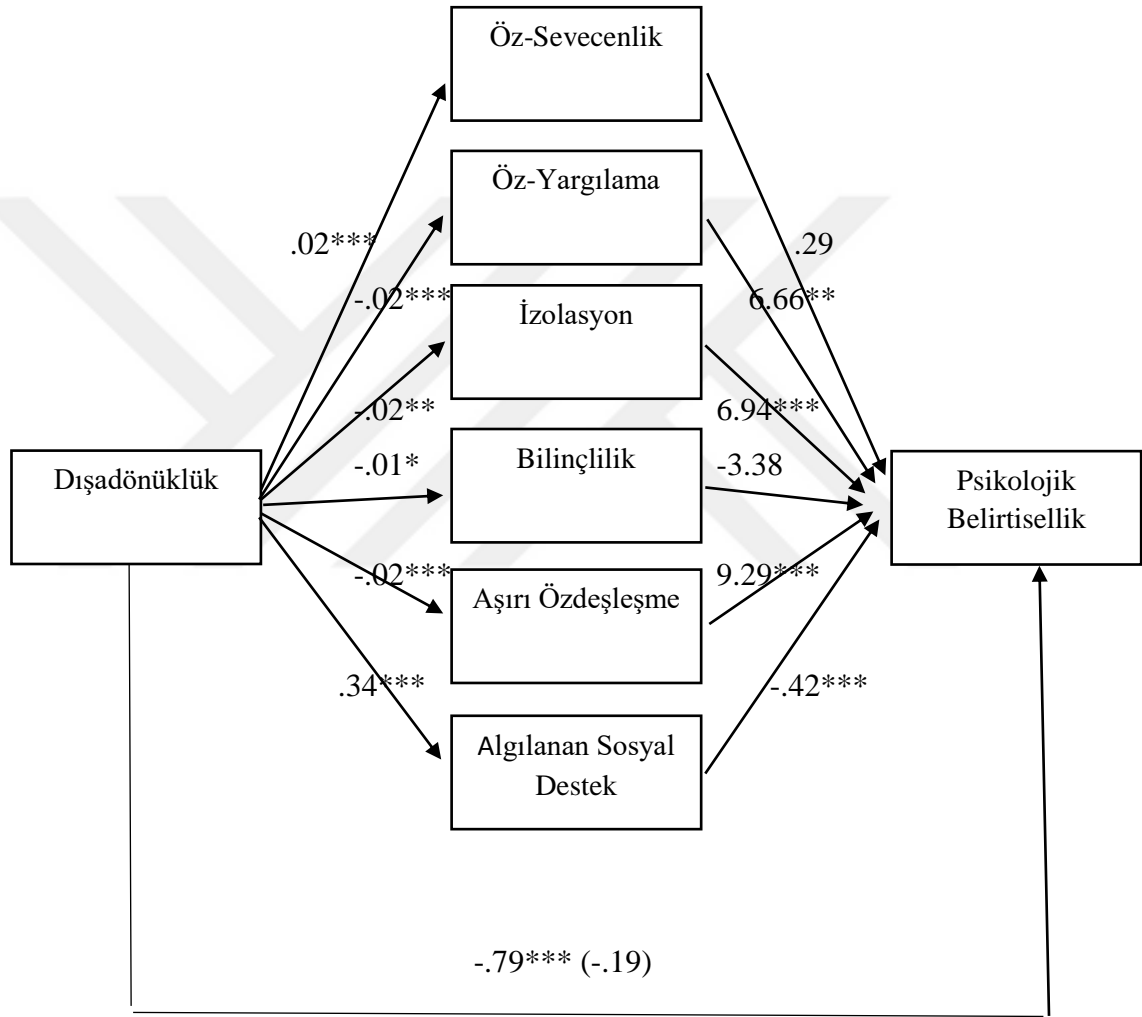
	Nokta Tahmini	SE	%95 Güven Aralığı	
			Düşük	Yüksek
Toplam	1.64	.19	1.279	2.013
Öz-Yargılama	.4	.16	.1053	.7374
İzolasyon	.39	.14	.1267	.6630
Aşırı Özdeşleşme	.56	.16	.2457	.8861
Bilinçlilik	.14	.1	-.0520	.3513
Öz-Sevecenlik	-.07	.13	-.3217	.1851
Paylaşımların Bilincinde Olma	.01	.07	-.1284	.1439
Algılanan Sosyal Destek	.22	.07	.0976	.3672

3.7.2. Dışadönüklük ile Psikolojik Belirtisellik Arasındaki İlişkide Öz-Duyarlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü

Dışadönüklük ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide algılanan sosyal destek ve öz-duyarlık değişkeni alt boyutlarının aracı etkilerine ilişkin bulgular Şekil 3.3.'te yer almaktadır.

Şekil 3.3.'te görüldüğü gibi dışadönüklüğün yordanan değişken olan psikolojik belirtisellik üzerinde anlamlı doğrudan etkisi ($B = -.79$, $t = -4.26$, $p < .001$) vardır. Dışadönüklüğün öz-sevecenlik ($B = .02$, $t = 3.69$, $p < .001$), öz-yargılama ($B = -.02$, $t = -4.4$, $p < .001$), izolasyon ($B = -.02$, $t = -3.33$, $p < .01$), bilinçlilik ($B = .01$, $t = 2.44$, $p < .05$), aşırı özdeşleşme ($B = -.02$, $t = -3.77$, $p < .001$), algılanan sosyal destek ($B = .34$, $t = 4.34$, $p < .001$) üzerinde anlamlı doğrudan etkisi olduğu görülmüştür.

Aracı değişkenlerle psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide ise öz-yargılama ($B = 6.66$, $t = 2.86$, $p < .01$), izolasyon ($B = 6.94$, $t = 3.39$, $p < .001$), aşırı özdeşleşme ($B = 9.29$, $t = 4.79$, $p < .001$) ve algılanan sosyal desteğin ($B = -.42$, $t = -4.31$, $p < .001$) anlamlı düzeyde doğrudan etkisi olduğu, öz-sevecenlik ($B = .29$, $t = .12$, $p > .05$) ve bilinçliliğin ise ($B = -3.38$, $t = -1.31$, $p > .05$) anlamlı etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.



Şekil 3.3. Dışadönüklüğün Psikolojik Belirtisellikle İlişkisinde Öz-Sevecenlik, Öz-Yargılama, İzolasyon, Bilinçlilik, Aşırı Özdeşleşme ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü (Şekilde standardize olmayan beta değerlerine yer verilmiştir).

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Dışadönüklük ve tüm aracı değişkenler analize eş zamanlı girdiğinde dışadönüklük ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişki anlamlı olmaktan çıkmıştır ($B = -.19$, $t = -1.24$, $p > .05$). Bu bağlamda aracı değişkenlerin dışadönüklük ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide “tam aracılık” etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır. Ek olarak tüm modelin anlamlı olduğu ($F_{7-417} = 44.68$, $p < .001$, $R^2 = .43$) ve toplam varyansın % 43’ünü açıkladığı görülmüştür.

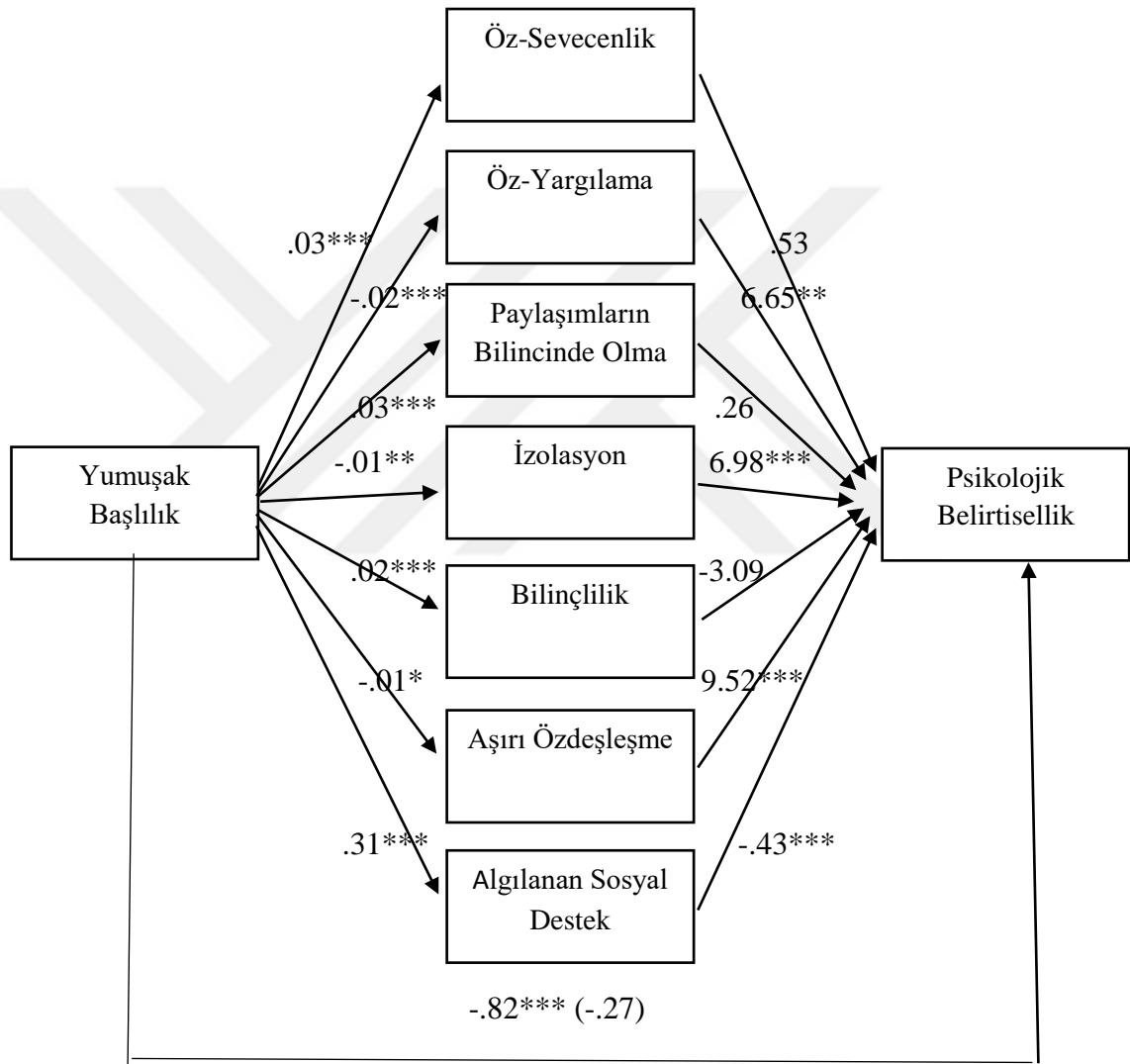
Aracı değişkenlerin tam aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı 5000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3.8.’de verilmiştir. Buna göre tüm aracı değişkenlerin toplam dolaylı etkisi anlamlı bulunmuştur (nokta tahmini = $-.6$ ve %95 CI [$-.8555$, $-.3517$]). Değişkenler ayrı ayrı incelendiğinde öz-yargılama (nokta tahmini = $-.14$ ve %95 CI [$-.2708$, $-.0357$]), izolasyon (nokta tahmini = $-.12$ ve %95 CI [$-.2293$, $-.0255$]), aşırı özdeşleşme (nokta tahmini = $-.18$ ve %95 CI [$-.3213$, $-.0646$]) ve algılanan sosyal desteğin (nokta tahmini = $-.14$ ve %95 CI [$-.2431$, $-.0597$]) dışadönüklük ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide anlamlı tam aracılık etkisinin olduğu, öz-sevecenlik (nokta tahmini = $-.01$ ve %95 CI [$-.0696$, $.0791$]) ve bilinçliliğin (nokta tahmini = $-.03$ ve %95 CI [$-.1066$, $.0069$]) ise tam aracılık etkisinin anlamlı olmadığı görülmüştür.

Tablo 3.8. Psikolojik Belirtisellik Üzerinde Aracı Değişkenlerin Dolaylı Etkileri İçin Nokta Tahminleri ve Güven Aralıkları

	Nokta Tahmini	SE	%95 Güven Aralığı	
			Düşük	Yüksek
Toplam	$-.6$	$.13$	$-.8555$	$-.3517$
Öz-Yargılama	$.14$	$.06$	$-.2708$	$-.0357$
İzolasyon	$-.12$	$.05$	$-.2293$	$-.0255$
Aşırı Özdeşleşme	$-.18$	$.07$	$-.3213$	$-.0646$
Bilinçlilik	$-.03$	$.03$	$-.1066$	$.0069$
Öz-Sevecenlik	$-.01$	$.04$	$-.0696$	$.0791$
Algılanan Sosyal Destek	$-.14$	$.05$	$-.2431$	$-.0597$

3.7.3. Yumuşak Başlılık ile Psikolojik Belirtisellik Arasındaki İlişkide Öz-Duyarlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü

Yumuşak başlılık ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide algılanan sosyal destek ve öz-duyarlık değişkeni alt boyutlarının aracı etkilerine ilişkin bulgular Şekil 3.4'te yer almaktadır.



Şekil 3.4. Yumuşak Başlılığın Psikolojik Belirtisellekle İlişkisinde Öz-Sevecenlik, Öz-Yargılama, Paylaşımların Bilincinde Olma, İzolasyon, Bilinçlilik, Aşırı Özdeşleşme ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü (Şekilde standardize olmayan beta değerlerine yer verilmiştir).

*p < .05, **p < .01, ***p < .001

Şekil 3.4'te görüldüğü gibi yumuşak başlığın yordanan değişken olan psikolojik belirtisellik üzerinde anlamlı doğrudan etkisi ($B = -.82$, $t = -4.07$, $p < .001$) vardır. Yumuşak başlılığın öz-sevecenlik ($B = .03$, $t = 6.45$, $p < .001$), öz-yargılama ($B = -.02$, $t = -4.08$, $p < .001$), paylaşımların bilincinde olma ($B = .03$, $t = 6.34$, $p < .001$), izolasyon ($B = -.01$, $t = -2.6$, $p < .01$), bilinçlilik ($B = .02$, $t = 5.39$, $p < .001$), aşırı özdeşleşme ($B = -.01$, $t = -2.45$, $p < .05$) ve algılanan sosyal destek ($B = .31$, $t = 3.6$, $p < .001$) üzerinde anlamlı doğrudan etkisi olduğu görülmüştür.

Aracı değişkenlerle psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide ise öz-yargılama ($B = 6.65$, $t = 2.86$, $p < .01$), izolasyon ($B = 6.98$, $t = 3.4$, $p < .001$), aşırı özdeşleşme ($B = 9.52$, $t = 4.93$, $p < .001$) ve algılanan sosyal desteğin ($B = -.43$, $t = -4.38$, $p < .001$) anlamlı düzeyde doğrudan etkisi olduğu, öz-sevecenlik ($B = .53$, $t = .2$, $p > .05$), paylaşımların bilincinde olma ($B = .26$, $t = .13$, $p > .05$) ve bilinçliliğin ise ($B = -3.09$, $t = -1.14$, $p > .05$) anlamlı etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yumuşak başlılık ve tüm aracı değişkenler analize eş zamanlı girdiğinde yumuşak başlılık ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişki anlamlı olmaktan çıkmıştır ($B = -.27$, $t = -1.62$, $p > .05$). Bu bağlamda aracı değişkenlerin yumuşak başlılık ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide “tam aracılık” etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır. Ek olarak tüm modelin anlamlı olduğu ($F_{8-416} = 39.25$, $p < .001$, $R^2 = .43$) ve toplam varyansın % 43'ünü açıkladığı görülmüştür.

Aracı değişkenlerin tam aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı 5000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelemiş ve sonuçlar Tablo 3.9'da verilmiştir. Buna göre tüm aracı değişkenlerin toplam dolaylı etkisi anlamlı bulunmuştur (nokta tahmini = $-.55$ ve %95 CI [$-.8422$, $-.2841$]). Değişkenler ayrı ayrı incelendiğinde öz-yargılama (nokta tahmini = $-.14$ ve %95 CI [$-.2895$, $-.0345$]), izolasyon (nokta tahmini = $-.1$ ve %95 CI [$-.2207$, $-.0164$]), aşırı özdeşleşme (nokta tahmini = $-.13$ ve %95 CI [$-.2745$, $-.0175$]) ve algılanan sosyal desteğin (nokta tahmini = $-.13$ ve %95 CI [$-.2352$, $-.0506$]) yumuşak başlılık ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide anlamlı tam aracılık etkisinin olduğu, öz-sevecenlik (nokta tahmini = $-.02$ ve %95 CI [$-.1291$, $.1678$]), paylaşımların bilincinde

olma (nokta tahmini = .01 ve %95 CI [-.1255, .1390]) ve bilinçliliğin (nokta tahmini = -.07 ve %95 CI [-.1994, .0306]) ise tam aracılık etkisinin anlamlı olmadığı görülmüştür.

Tablo 3.9. Psikolojik Belirtisellik Üzerinde Aracı Değişkenlerin Dolaylı Etkileri İçin Nokta Tahminleri ve Güven Aralıkları

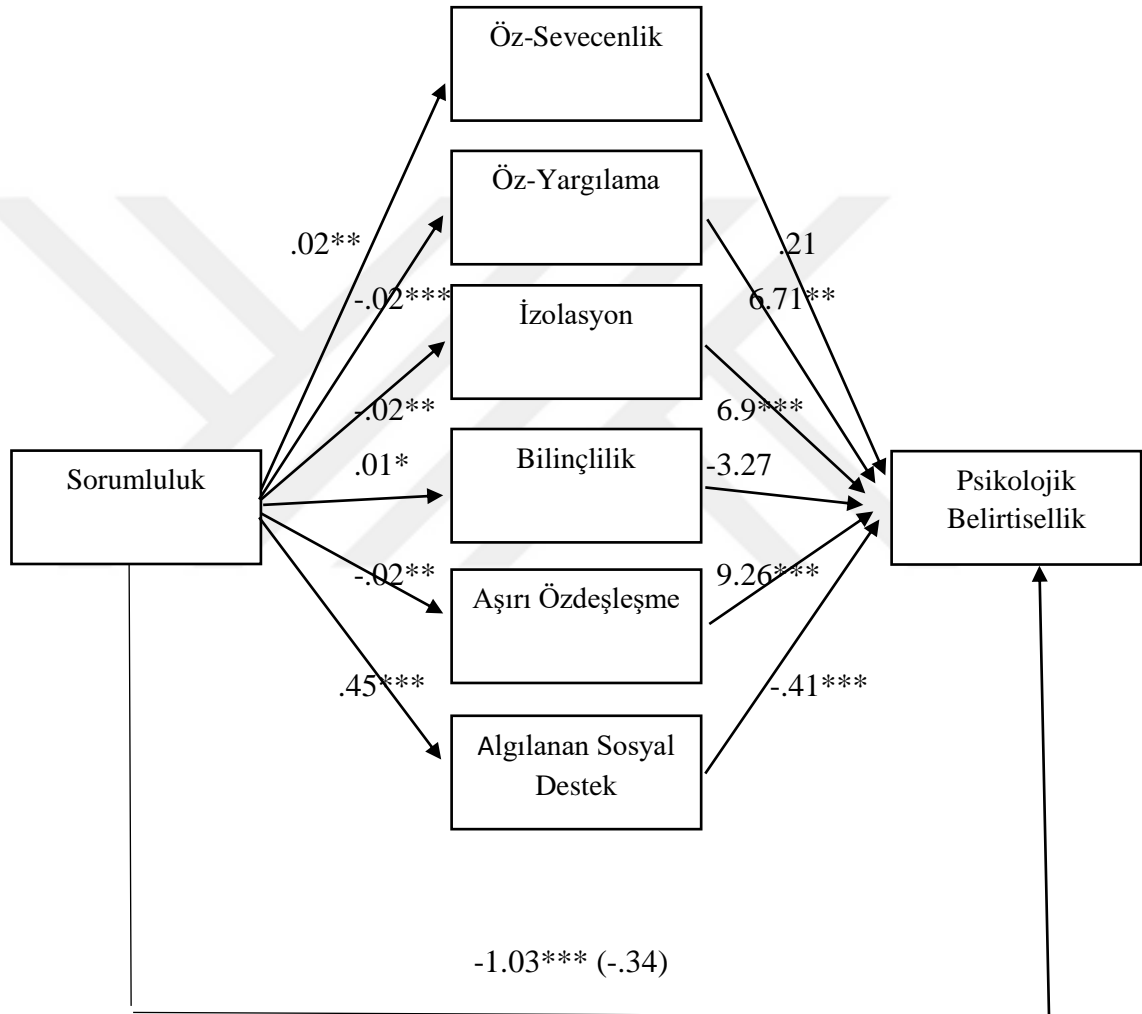
	Nokta Tahmini	SE	%95 Güven Aralığı	
			Düşük	Yüksek
Toplam	-.55	.14	-.8422	-.2841
Öz-Yargılama	-.14	.07	-.2895	-.0345
İzolasyon	-.1	.05	-.2207	-.0164
Aşırı Özdeşleşme	-.13	.07	-.2745	-.0175
Bilinçlilik	.07	.06	-.1994	.0306
Öz-Sevecenlik	-.02	.07	-.1291	.1678
Paylaşımların Bilincinde Olma	.01	.07	-.1255	.1390
Algılanan Sosyal Destek	-.13	.05	-.2352	-.0506

3.7.4. Sorumluluk ile Psikolojik Belirtisellik Arasındaki İlişkide Öz-Duyarlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü

Sorumluluk ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide algılanan sosyal destek ve öz-duyarlık değişkeni alt boyutlarının aracı etkilerine ilişkin bulgular Şekil 3.5. 'te yer almaktadır.

Şekil 3.5.'te görüldüğü gibi sorumluluğun yordanan değişken olan psikolojik belirtisellik üzerinde anlamlı doğrudan etkisi ($B = -1.03$, $t = -4.34$, $p < .001$) vardır. Sorumluluğun öz-sevecenlik ($B = .02$, $t = 2.98$, $p < .01$), öz-yargılama ($B = -.02$, $t = -3.49$, $p < .001$), izolasyon ($B = -.02$, $t = -3.08$, $p < .01$), bilinçlilik ($B = .01$, $t = 2.44$, $p < .05$), aşırı özdeşleşme ($B = -.02$, $t = -3.13$, $p < .01$) ve algılanan sosyal destek ($B = -.45$, $t = 4.53$, $p < .001$) üzerinde anlamlı doğrudan etkisi olduğu görülmüştür.

Aracı değişkenlerle psikolojik belirtilsellik arasındaki ilişkide ise öz-yargılama ($B = 6.71, t = 2.9, p < .01$), izolasyon ($B = 6.9, t = 3.38, p < .001$), aşırı özdeşleşme ($B = 9.26, t = 4.79, p < .001$) ve algılanan sosyal desteğin ($B = -.41, t = -4.19, p < .001$) anlamlı düzeyde doğrudan etkisi olduğu, öz-sevecenlik ($B = .21, t = .08, p > .05$) ve bilinçliliğin ($B = -3.27, t = -1.27, p > .05$) ise anlamlı etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.



Şekil 3.5. Sorumluluğun Psikolojik Belirtisellik ile İlişkisinde Öz-Sevecenlik, Öz-Yargılama, İzolasyon, Bilinçlilik, Aşırı Özdeşleşme ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü (Şekilde standardize olmayan beta değerlerine yer verilmiştir).

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Sorumluluk ve tüm aracı değişkenler analize eş zamanlı girdiğinde sorumluluk ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişki anlamlı olmaktan çıkmıştır ($B = -.34$, $t = -1.77$, $p > .05$). Bu bağlamda aracı değişkenlerin sorumluluk ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide “tam aracılık” etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır. Ek olarak tüm modelin anlamlı olduğu ($F_{7-417} = 45.08$, $p < .001$, $R^2 = .43$) ve toplam varyansın %43’ünü açıkladığı görülmüştür.

Tablo 3.10. Psikolojik Belirtisellik Üzerinde Aracı Değişkenlerin Dolaylı Etkileri İçin Nokta Tahminleri ve Güven Aralıkları

	Nokta Tahmini	SE	%95 Güven Aralığı	
			Düşük	Yüksek
Toplam	-0.7	.18	-1.041	-.3518
Öz-Yargılama	-0.14	.07	-.3029	-.0318
İzolasyon	-0.14	.07	-.2862	-.0259
Aşırı Özdeşleşme	-0.19	.08	-.3667	-.0475
Bilinçlilik	-0.04	.04	-.136	.0126
Öz-Sevecenlik	.004	.04	-.0768	.0872
Algılanan Sosyal Destek	-0.18	.06	-.3252	-.08

Aracı değişkenlerin tam aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı 5000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3.10.’da verilmiştir. Buna göre tüm aracı değişkenlerin toplam dolaylı etkisi anlamlı bulunmuştur (nokta tahmini = -0.7 ve %95 CI [-1.041, -.3518]). Değişkenler ayrı ayrı incelendiğinde öz-yargılama (nokta tahmini = -0.14 ve %95 CI [-.3029, -.0318]), izolasyon (nokta tahmini = -0.14 ve %95 CI [-.2862, -.0259]), aşırı özdeşleşme (nokta tahmini = -0.19 ve %95 CI [-.3667, -.0475]) ve algılanan sosyal desteğin (nokta tahmini = -0.18 ve %95 CI [-.3252, -.08]) sorumluluk ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide anlamlı tam aracılık etkisinin olduğu, öz-sevecenlik (nokta tahmini = .004 ve %95 CI [-.0768, .0872]) ve bilinçliliğin (nokta tahmini = -0.04 ve %95 CI [-.136, .0126]) ise tam aracılık etkisinin anlamlı olmadığı görülmüştür.

4. BÖLÜM

TARTIŞMA

4.1. DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE İLİŞKİN BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Mevcut araştırma kapsamında Kısa Semptom Envanteri'nden alınan puanların cinsiyet ve sosyoekonomik düzey (SED) açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmek amacıyla çok değişkenli varyans analizi (MONOVA) yapılmıştır. SED göstergesi olarak anne eğitim düzeyi alınmıştır. Bu bağlamda annesi okuryazar olmayanlar, okuryazar olanlar ve ilkokul mezunu olanlar düşük SED, ortaokul mezunu veya lise mezunu olanlar orta SED, önlisans, lisans veya lisansüstü eğitim almış olanlar ise yüksek SED olarak belirlenmiştir.

Yapılan analiz sonucunda psikolojik belirtiselliğin cinsiyet açısından anlamlı düzeyde farklılaştığı, SED açısından anlamlı bir farklılık bulunmadığı ve değişkenlerin psikolojik belirtisellik üzerinde anlamlı bir ortak etkiye sahip olmadığı görülmüştür. Alt boyutlar demografik değişkenler açısından ayrı ayrı değerlendirildiğinde hostilete alt boyutundan alınan puanların cinsiyet açısından anlamlı düzeyde farklılaştığı ve erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla daha yüksek puan aldıkları belirlenmiştir. Alanyazındaki benzer örneklerle yürütülen araştırmalara bakıldığında elde edilen bulgularla paralellik gösteren çalışmalar olduğu görülmüştür (Ergin ve Dağ, 2013; Akbağ, Sayiner ve Sözen, 2005; Arslan, 2015; Benk, 2006; Gökçe, 2013). Ancak mevcut araştırma bulgularından farklı sonuçlara ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır (Kıray, 2018; Gültekin Hatunoğlu, 2003; Avcı, 2012; Başa, 2011; Çetin Dağlı, 2009). Araştırma bulgularındaki farklılıkların cinsiyet ve SED'in psikolojik belirti düzeyini yordamaması (Gökçe, 2013) ve psikolojik bozuklukların ortaya çıkmasında çok sayıda değişkenin etkili olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Ayrıca psikolojik bozukluk tanısı alan gruplarda epidemiyolojik bulguların daha tutarlı olduğu, farklılıkların daha belirgin bir biçimde ortaya çıktığı (Öztürk ve Uluşahin, 2011; Kring,

Johnson, Davison ve Neale, 2015) ve kadınların psikolojik yardım almaya yönelik daha olumlu tutuma sahip olmaları (Tata ve Leong, 1994; Türküm, 2001) göz önüne alındığında daha önce psikolojik/psikiyatrik tanı ve tedavi alan katılımcıların araştırma dışında bırakılmasının elde edilen sonuçlarda etkili olabileceği düşünülmektedir.

4.2. ARAŞTIRMA DEĞİŞKENLERİNE İLİŞKİN BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Mevcut araştırma kapsamında beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik belirtisellik ile ilişkisinde öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı rolü incelenmiştir. Aracı değişken analizinin yapılabilmesi için yordayıcı ve yordanan değişkenlerin birbirleriyle ve aracı değişkenlerle anlamlı düzeyde ilişkili olması gerekmektedir. Bu bağlamda değişkenlerin birbiriyle ilişkisini incelemek amacıyla ilk olarak Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır ve aralarında anlamlı düzeyde ilişki bulunan değişkenler aracı analize dahil edilmiştir.

4.2.1. Değişkenlerin Birbiriyle İlişisine Dair Bulguların Değerlendirilmesi

Nevrotikliğin psikolojik belirtisellik ile ilişkisine bakıldığında nevrozluğun psikolojik belirtisellik ve psikolojik belirtiselliğin bütün alt boyutlarıyla (anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon, hostilite) pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Diğer bir deyişle nevrozlu düzeyi arttıkça psikolojik belirtiler düzeyi artmaktadır. Alanyazında mevcut çalışma bulgularıyla paralellik gösteren çok sayıda çalışma bulunmaktadır (Kerr ve ark., 1970; Costa, 1987; Carmody, Crossen ve Wens, 1989; Kendler, 1993; Trull ve Sher, 1994; Bagby ve ark., 1995; Gunthert, Cohen ve Armeli, 1999; Bienvenu ve ark., 2004; Ballı, 2005; Khan ve ark., 2005; Malouff, Thorsteinsson ve Schutte, 2005; Chioqueta ve Stiles, 2005; Huebner, Nemeroff ve Davis, 2005; Kotov ve ark., 2010; Işık, 2010; Kendler ve Myers, 2010; Bienvenu ve ark., 2011; Karaboğa, 2013; Akdur, 2014; Çabuk, 2015).

Nevrotiklik düzeyi yüksek bireylerin olumsuz yaşam olaylarını ve olumsuz duygu durumu daha fazla deneyimlemeleri, daha fazla anhedoni, ruminasyon ve otonomik

uyarılma göstermeleri, negatif uyaranlara daha duyarlı olmaları, daha fazla kişiler arası strese maruz kalmaları, olayları tehdit edici ve baş etme kaynaklarını yetersiz olarak algılamaları nedeniyle daha fazla psikolojik belirti düzeyine sahip oldukları düşünülebilir (Magnus ve Diener, 1991; Clark, Watson ve Mineka, 1994; Roelofs ve ark., 2008; Carver ve Connor-Smith, 2010).

Dışadönüklüğün psikolojik belirtisellik ile ilişkisine bakıldığında dışadönüklüğün psikolojik belirtisellik ve psikolojik belirtiselliğin somatizasyon dışındaki alt boyutlarıyla negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Diğer bir ifadeyle dışadönüklük düzeyi azaldıkça psikolojik belirti düzeyi artmaktadır. Alanyazında mevcut çalışma bulgularıyla paralellik gösteren çok sayıda çalışma bulunmaktadır (Kerr ve ark., 1970; Trull ve Sher, 1994; Bagby ve ark., 1995; Bienvenu ve ark., 2004; Ballı, 2005; Chioqueta ve Stiles, 2005; Khan ve ark., 2005; Malouff, Thorsteinsson ve Schutte, 2005; Işık, 2010; Kotov ve ark., 2010; Bienvenu ve ark., 2011; Karaboğa, 2013; Akdur, 2014; Çabuk, 2015).

Yüksek dışadönüklük düzeyine sahip bireylerin daha fazla olumlu yaşam olaylarını deneyimlemeleri, olayları daha az tehdit edici ve baş etme kaynaklarını daha yeterli görmeleri, düşük dışadönüklük düzeyine sahip bireylerin ise daha fazla anhedoni ve otonomik aşırı uyarılma göstermeleri nedeniyle yüksek dışadönüklük düzeyine sahip bireylerin psikolojik açıdan daha sağlıklı oldukları düşünülebilir (Magnus ve Diener, 1991; Clark, Watson ve Mineka, 1994; Carver ve Connor-Smith, 2010).

Yumuşak başlılığın psikolojik belirtisellik ile ilişkisine bakıldığında yumuşak başlılığın psikolojik belirtisellik ve psikolojik belirtiselliğin tüm alt boyutlarıyla negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Diğer bir ifadeyle yumuşak başlılık düzeyi azaldıkça psikolojik belirti düzeyi artmaktadır. Alanyazında yumuşak başlılığın psikolojik belirtisellik ile ilişkisine dair elde edilen bulgularla tutarlılık gösteren araştırmalar mevcuttur (Trull ve Sher, 1994; Malouff, Thorsteinsson ve Schutte, 2005; Işık, 2010; Karaboğa, 2013; Akdur, 2014; Çabuk, 2015).

Yüksek yumuşak başlılık düzeyine sahip bireylerin daha az çatışma yaşamaları ve daha az sosyal strese maruz kalması nedeniyle daha az psikolojik belirti gösterdikleri düşünülebilir (Carver ve Connor-Smith, 2010). İlgili alanyazında yumuşak başlılık ve psikolojik bozukluklar arasında anlamlı ilişkinin bulunmadığı çalışmalar da bulunmaktadır (Kotov ve ark., 2010; Bienvenu ve ark., 2001). Geçmiş araştırma sonuçları göz önüne alındığında yumuşak başlılığın psikolojik bozukluklarla ilişkili olduğu ancak psikolojik bozuklukları yordamadığı, yumuşak başlılığın psikolojik belirtisellik ile ilişkisinde sosyal destek ve başa çıkma stratejileri gibi farklı kavramların etkili olabileceği düşünülmektedir (Finch ve Graziano, 2001; Mirnics ve ark., 2013).

Sorumluluğun psikolojik belirtisellik ile ilişkisine bakıldığında sorumluluğun psikolojik belirtisellik ve psikolojik belirtiselliğin tüm alt boyutlarıyla negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Diğer bir deyişle sorumluluk düzeyi azaldıkça psikolojik belirti düzeyi artmaktadır. Alanyazın incelendiğinde sorumluluk ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkiye dair elde edilen bulgularla paralellik gösteren araştırmalar mevcuttur (Trull ve Sher, 1994; Malouff, Thorsteinsson ve Schutte, 2005; Işık, 2010; Kotov ve ark., 2010; Karaboğa, 2013; Akdur, 2014; Çabuk, 2015).

Yüksek sorumluluk düzeyine sahip bireylerin öngörülebilir stresörler için plan yapmaları, finans, sağlık ve ilişki gibi alanlarda sorun yaratabilecek dürtüsel eylemlerden kaçınmaları sayesinde daha az strese maruz kalmaları, olumsuz olayları tehditten ziyade zorluk olarak değerlendirmeleri ve başa çıkma kaynaklarını yeterli görmeleri nedeniyle daha az psikolojik belirtiye sahip oldukları söylenebilir (Carver ve Connor-Smith, 2010).

Deneyime açıklığın psikolojik belirtisellik ile ilişkisine bakıldığında deneyime açıklık ile psikolojik belirtisellik ve psikolojik belirtiselliğin alt boyutları arasında anlamlı bir bulguya rastlanmamıştır. Alanyazın incelendiğinde deneyime açıklığın psikolojik bozukluklarla ilişkisine dair birbiriyle tutarlı olmayan bulguların olduğu dikkat çekmektedir. Örneğin deneyime açıklık ile psikolojik bozukluklar arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunan çalışmalar (Yılmaz, 2012; Nadir, 2010; Işık, 2010) mevcutken deneyime açıklığın psikolojik belirtilerle pozitif yönde (Chioqueta ve

Stiles, 2005; Karaboğa, 2013) ilişkili olduğu sonucuna ulaşan araştırmalar da söz konusudur. Ayrıca deneyime açıklık ile bu araştırmada incelenen depresyon, anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite belirtileri arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmadığını belirten araştırmaların sayısının oldukça fazla olduğu görülmektedir (Malouff, Thorsteinsson ve Schutte, 2005; Steel, Schmidt ve Shultz, 2008; Akdur, 2014; Bienvenu ve ark., 2004; Kotov ve ark., 2010). Deneyime açıklık boyutundan yüksek puan alan kişilerin gelenek dışı olma, bağımsız düşüncelere sahip olma, keşfedici ve çok yönlü olma gibi özellikleri taşıdıkları düşünülürken bu boyuttan düşük puan alan kişilerin daha geleneksel olma ve bilineni tercih etme gibi özellikleri taşıdıkları düşünülmektedir (Burger, 2006; Morris, 2002; Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Deneyime açık bireylerin hem olumlu hem olumsuz yaşam olaylarını deneyimleme eğiliminde oldukları (Magnus ve Diener, 1991) göz önüne alındığında deneyime açıklık ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkinin bireylerin maruz kaldığı yaşam olaylarından etkilenebileceği ve araştırma bulgularındaki tutarsızlığın bu durumdan kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Beş faktör kişilik özelliklerinin öz-duyarlılıkla ilişkisi incelendiğinde nevrotiliğin öz-duyarlılıkla negatif yönde, diğer kişilik özelliklerinin ise pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Kişilik özelliklerinin öz-duyarlığın alt boyutlarıyla ilişkisine genel olarak bakıldığında nevrotiliğin öz-duyarlığın temel alt boyutları (öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma, bilinçlilik) ile negatif diğer alt boyutlar (öz-yargılama, izolasyon, aşırı özdeşleşme) ile pozitif yönde ilişkili olduğu, diğer kişilik özelliklerinin ise temel alt boyutlarla pozitif, diğer alt boyutlarla negatif yönde ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Diğer bir deyişle nevrotilik düzeyi arttıkça öz-duyarlık düzeyi azalmakta, dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk düzeyi arttıkça öz-duyarlık düzeyi artmaktadır. Alanyazında konuyla ilgili sınırlı sayıda çalışma bulunsa da mevcut araştırma bulgularıyla tutarlılık gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Hollis-Walker ve Colosimo 2011; Özyeşil, 2011; Oral ve Arslan, 2017).

Nevrotiklik düzeyi arttıkça öz-duyarlık düzeyinin azalmasının nevrotiliğin kaygı, hostilite ve ruminasyon barındıran strese duyarlı yapısından kaynaklandığı

düşünülmektedir (Hollis-Walker ve Colosimo, 2011; Neff, 2003a). Dışadönüklüğün öz-duyarlılıkla olumlu ilişkisinin ise öz-duyarlılığın ilişki kurma becerilerini artırmasından ve sosyal kaygıyı azaltmasından kaynaklandığı belirtilmiştir (Neff, Rude ve Kirkpatrick, 2007). Sorumluluğun öz-duyarlılıkla ilişkisinde öz-duyarlılığın duygusal istikrar ve sağlıklı değerlendirme sağlayarak sorumluluğun gerekliliği olan kontrol ve disipline katkıda bulunduğu ifade edilmiştir (Burger, 2006; Neff, Rude ve Kirkpatrick, 2007). Deneyime açıklığın öz-duyarlılıkla ilişkisinde ise iki kavramın yaratıcılık, ilgiye duyarlılık, yargılamama, açık fikirli olma ve geleneksel olmama gibi özelliklerinin benzer olduğu ifade edilmiştir (Hollis-Walker ve Colosimo, 2011; Neff, Rude ve Kirkpatrick, 2007). Son olarak yumuşak başlılığın öz-duyarlılıkla olumlu ilişkisinin yumuşak başlılığın güven, uyumluluk ve alçak gönüllülük bileşenlerinden kaynaklandığı düşünülmektedir (Hollis-Walker ve Colosimo, 2011).

Mevcut araştırma bulgularından farklı olarak Neff, Rude ve Kirkpatrick (2007) üniversite öğrencileriyle yürüttükleri araştırma sonucunda deneyime açıklıkla öz-duyarlılık arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Araştırma bulgularındaki bu fark deneyime açıklık ve öz-duyarlılık arasındaki birçok ortak özelliğe rağmen deneyime açıklık bireylerin sahip olduğu aktif hayal gücü, estetik duyarlılık ve çeşitlilik tercihi gibi ortak olmayan kavramlardan kaynaklı olabileceği ifade edilmiştir.

Beş faktör kişilik özelliklerinin algılanan sosyal destek düzeyiyle ilişkisine bakıldığında nevrotiliğin algılanan sosyal destekle negatif yönde, diğer kişilik özelliklerinin ise pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Kişilik özelliklerinin algılanan sosyal desteğin alt boyutlarıyla (aile, arkadaş, özel bir insan) ilişkisi incelendiğinde nevrotiliğin tüm alt boyutlarla negatif yönde, deneyime açıklık dışındaki diğer kişilik özelliklerinin ise tüm alt boyutlarla pozitif yönde ilişkili olduğu, deneyime açıklığın arkadaş ve aile boyutlarıyla pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Diğer bir deyişle nevrotiliklik düzeyi arttıkça algılanan sosyal destek düzeyi azalmakta dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk düzeyi arttıkça algılanan sosyal destek düzeyi artmaktadır. Alanyazın incelendiğinde mevcut araştırmada elde edilen bulgularla tutarlılık gösteren araştırmaların bulunduğu görülmüştür (Bolger ve Eckenrode, 1991;

Chay, 1993; Lakey ve Dickinson, 1994; Finch ve Graziano, 2001; Şeker, 2018; Karaboğa, 2013).

Kişilik özelliklerine algılanan sosyal destek düzeyinin farklılaşmasının kişilik özelliklerinin sosyal ağ oluşumunu ve sosyal ağdan gelen tepkileri etkilemesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu bağlamda dışadönüklüğün algılanan sosyal destekle olan olumlu ilişkisinin dışadönük bireylerin diğer bireylerle bir arada olmaktan hoşlanan, girişken, sosyal ve ödüle duyarlı yapıları nedeniyle daha geniş bir sosyal çevreye sahip olmaları ve bu sayede sosyal desteğe ihtiyaç duyduklarında destek alacak daha fazla bireye ulaşabilmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Benzer şekilde yüksek yumuşak başlılığa sahip bireylerin diğer bireyler tarafından kibar, güvenilir ve ilgili bireyler olarak algılanmasının geniş sosyal ağa ve dolayısıyla yüksek algılanan sosyal desteğe yol açtığı belirtilmiştir. Yüksek deneyime açıklığın esnek, yaratıcı, meraklı ve geleneksel olmayan yapısının beraberinde geniş bir arkadaş çevresi getirmesi, yüksek sorumluluk düzeyinin ise güçlü bir iş etiği ve güvenilirlik sağlayan doğasıyla sosyal ilişkilerde istikrar sağlamasının yüksek algılanan sosyal destekle ilişkili olduğu düşünülmektedir. Son olarak nevrotkliğin algılanan sosyal destekle olan negatif yönlü ilişkisinin yüksek nevrotkliğe sahip bireylerin diğer bireyler tarafından kolay öfkelenen ve gergin bireyler olarak değerlendirilmesinden kaynaklı olduğu ifade edilmiştir (Fyrand ve ark., 1997; Russell ve ark., 1997; Swickert ve ark., 2002; Tong ve ark., 2004; Dehle ve Landers, 2005; Swickert, Hittner ve Foster, 2010; Carver ve Connor-Smith, 2010).

Mevcut araştırma bulgularından farklı olarak algılanan sosyal destek ile deneyime açıklık (Swickert, Hittner ve Foster, 2010) ve dışadönüklük (Lakey ve ark., 2002) arasında ilişki olmadığı ve sorumluluk ile özel bir insandan alınan sosyal destek arasında negatif ilişki olduğu (Tong ve ark., 2004) bulgusuna ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır. Araştırma bulgularındaki bu farklılıkların kültürel özelliklerden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Tong ve arkadaşlarının (2004) farklı etnik gruplarla yürüttüğü çalışma sonucunda sosyal ağdaki kişi sayısından bağımsız olarak sosyal destek memnuniyetinin gruplara göre farklılaştığı görülmüştür.

Araştırma kapsamında öz-duyarlık ve psikolojik belirtisellik ile ilişkisi incelendiğinde öz-duyarlığın psikolojik belirtisellik ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Değişkenlerin alt boyutlarının birbiriyle ilişkisine bakıldığında öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçliliğin psikolojik belirtiselliğin tüm alt boyutlarıyla negatif yönde, öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşmenin tüm alt boyutlarla pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir deyişle öz-duyarlık arttıkça psikolojik belirti düzeyi azalmaktadır. Alanyazın incelendiğinde mevcut çalışmada elde edilen bulgularla paralellik gösteren çok sayıda araştırma olduğu görülmüştür (Neff, 2003a; Gilbert ve Procter, 2006; Öveç, 2007; Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007; Sümer, 2008; Neff ve McGehee, 2010; Shapira ve Mongrain, 2010; Van Dam ve ark., 2011; Bayramoğlu, 2011; Andiç, 2013; Johnson ve O'Brien, 2013; Pinto-Gouveia ve ark., 2014; Kıcalı, 2015; Muris ve Petrocchi, 2017).

Öz-duyarlığı yüksek bireylerin psikolojik sağlıklarının daha iyi olmasının öz-duyarlığın olumsuz durumlarda yaşanan acı ve başarısızlık hislerinin yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme yoluyla artmasına ve sürmesine engel olması, dolayısıyla bireylerin daha az olumsuz duygu yaşamamasından kaynaklandığı düşünülmektedir (Neff, 2003; Leary ve ark., 2007). Ayrıca öz-duyarlığın bireyin stresle baş etmesini ve kendisini telkin etmesini sağladığı, duygu düzenlemeye yardımcı olduğu ifade edilmiştir. Ek olarak öz-duyarlığın yaşam doyumu, iyimserlik, mutluluk ve sosyal bağlılık ile pozitif yönde ilişkili olduğu, ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediği bilinen öz-eleştiri, ruminasyon, düşünce bastırma ve nevrotik mükemmeliyetçilik ile negatif yönde ilişkili olduğu belirtilmiştir (Neff, 2003; Neff, 2003a; Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007). Son olarak öz-duyarlığın iyilik halinin desteklenmesini ve sürmesini sağlayan sağlıklı beslenme, kendine zaman ayırma veya davranışsal motivasyon gibi koruyucu davranışlara yol açarak bireyi olumsuz yaşam olaylarının deneyimlenmesine karşı koruduğu düşünülmektedir (Neff, 2003).

Mevcut araştırma kapsamında algılanan sosyal desteğin psikolojik belirtisellik ile ilişkisi incelendiğinde algılanan sosyal destek ve algılanan sosyal desteğin tüm alt boyutlarının psikolojik belirtisellik ve psikolojik belirtiselliğin tüm alt boyutlarıyla negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Diğer bir deyişle algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça

psikolojik belirti düzeyi azalmaktadır. İlgili alanyazın incelendiğinde elde edilen bulguların geçmiş araştırma bulgularıyla tutarlı olduğu görülmüştür (Öntaş Cankurtaran, 1998; Okanlı, 1999; Astan, 2001; Aksüllü, 2002; Aytekin, 2005; Yılmaz Bingöl, 2005; Ballı, 2005; Albal, 2009; Kuşçu ve ark., 2009; Çan Aslan, 2010; Gündüz Sütçü, 2010; Yıldız, 2012; Erdem, 2012; Özdemir, 2013; Karaboğa, 2013; Eyüpoğlu, 2014; Gökdağlı, 2014; Lau, Wong ve Fu, 2014; Sehlo ve Kamfar, 2015; Carter ve ark., 2015; Erkan, 2015; Yaman, 2016; Gülada, 2016; Akdeniz, 2017; Çevik Ateş, 2017; Kıray, 2018; Şahin Varol, 2018).

Algılanan sosyal destek ve psikolojik belirtisellik arasındaki negatif yönlü ilişkinin sosyal desteğin stres altındaki bireyleri stresin olumsuz etkilerine karşı tampon görevi görerek koruması ve sağladığı olumlu yaşantıların birey stres altında olsun veya olmasın psikolojik ve bedensel sağlığa yarar sağlamasından kaynaklandığı düşünülmektedir (Cohen ve Wills, 1985). Benzer şekilde sosyal desteğin stres yaratan durumlarda problemi çözebilmek için ihtiyaç duyulan kaynakların diğer bireylerden karşılanabileceğine dair bir algı yarattığı, nöroendokrin sisteme etki ederek problemin önemini azalttığı ve stresle başa çıkmayı sağladığı belirtilmiştir (House, 1981; Hall, 1991). Ek olarak sosyal desteğin olumlu yaşam deneyimlerini, öz-saygıyı ve yaşam doyumunu artırdığı, bireylere duygusal denge ve toplum tarafından ödüllendirilen roller sağladığı, ayrıca olumsuz yaşam deneyimlerinden kaçınmada etkili olduğu ifade edilmiştir (Cohen ve Wills, 1985; Rogers, Anthony ve Lyass, 2004)

4.2.2. Değişkenlerin Aracı Etkisine Dair Bulguların Değerlendirilmesi

Mevcut araştırma kapsamında beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik belirtisellikle ilişkisinde öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı rolü incelenmiş, deneyime açıklık alt boyutu ve psikolojik belirtisellik arasında ilişki bulunmadığı için deneyime açıklık analize dahil edilmemiştir.

Nevrotiklik ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı etkisi incelendiğinde modelin anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmış, öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin kısmi aracılık etkisinin olduğu görülmüştür. İlgili

alanyazın incelendiğinde öz-duyarlılığın aracı etkisine dair herhangi bir çalışmanın bulunmadığı, algılanan sosyal desteğin ise yalnızca kişilik özellikleri ile depresyon arasındaki aracı etkisinin incelendiği görülmüştür. Finch ve Graziano (2001) tarafından 627 lisans öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilen araştırma sonucunda nevrotilikle depresyon arasında algılanan sosyal desteğin aracı etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Finch ve Graziano, bu bulguların yüksek nevrotilik düzeyine sahip bireylerin negatif sosyal etkileşimler kurmaları ve sosyal destekten memnun olmamalarından kaynaklanabileceğini ifade etmişlerdir. Ayrıca nevrotilik ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin aracı etkisinin nevrotiliğin ve algılanan sosyal desteğin stresle başa çıkma, duygusal denge, problem çözme davranışları ve pozitif duygulanımla ilişkisinden kaynaklandığı düşünülebilir. Yüksek nevrotilik düzeyine sahip bireyler daha fazla olumsuz yaşam olayına maruz kalma, olayları tehdit edici algılama, baş etme kaynaklarını yetersiz görme ve negatif duygulanım gösterme eğilimindeyken algılanan sosyal destek düzeyi yüksek bireyler baş etme kaynaklarını yeterli bulmakta, daha fazla olumlu deneyim yaşamakta ve pozitif duygulanım göstermektedir (House, 1981; Magnus ve Diener, 1991; Clark, Watson ve Mineka, 1994; Cohen ve Wills, 1985; Carver ve Connor-Smith, 2010).

Nevrotilik ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide öz-duyarlılığın aracı etkisine dair herhangi bir araştırma bulgusuna rastlanmamış olsa da elde edilen bulguların nevrotiliğin ve öz-duyarlılığın ruminasyon, negatif duygulanım ve strese duyarlılıkla ilişkisinden kaynaklandığı düşünülebilir. Geçmiş araştırmalarda yüksek nevrotiliğin negatif duygulanım, negatif uyarılara duyarlılık, ruminasyon ve stresle başa çıkmadaki yetersizlikle pozitif yönde ilişkili olduğu, yüksek öz-duyarlılığın ise stresle başa çıkmayla pozitif, olumsuz duygulanım ve ruminasyonla negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Clark, Watson ve Mineka, 1994; Watson ve ark., 1999; Neff, 2003; Neff, 2003a; Leary ve ark., 2007; Neff, Rude ve Kirkpatrick, 2007; Roelofs ve ark., 2008; Carver ve Connor-Smith, 2010). Neff, Kirkpatrick ve Rude (2007) öz-duyarlılık düzeyindeki artışın egoyu tehdit eden durumlarda tampon görevi görerek ruminasyon ve negatif duygulanımı azalttığını belirtmişlerdir.

Dışadönüklük ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı etkisi incelendiğinde modelin anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmış, öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin tam aracılık etkisinin olduğu görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde algılanan sosyal desteğin aracı etkisine dair elde edilen bulguların Finch ve Graziano (2001) tarafından elde edilen bulgularla tutarlı olduğu, öz-duyarlığın aracı etkisine dair herhangi bir çalışmanın bulunmadığı görülmüştür. Finch ve Graziano, elde edilen sonuçların dışadönüklük düzeyi yüksek bireylerin daha yüksek sosyal destek memnuniyetinden kaynaklanabileceğini belirtmişlerdir. Ayrıca dışadönüklüğün psikolojik belirtisellik ile ilişkisinde öz-duyarlığın ve algılanan sosyal desteğin aracı etkisinin değişkenlerin pozitif duygulanım, nöroendokrin sistem, stresle başa çıkma ve olumlu yaşam deneyimleriyle (Clark, Watson ve Mineka, 1994; Cohen ve Wills, 1985; Carver ve Connor-Smith, 2010; House, 1981; Magnus ve Diener, 1991; Leary ve ark., 2007; Neff, 2003; akt. Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007) olan olumlu ilişkisinden kaynaklandığı düşünülebilir.

Yumuşak başlılık ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı etkisi incelendiğinde modelin anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmış, öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin tam aracılık etkisinin olduğu görülmüştür. Mevcut araştırma bulguları yumuşak başlılık ve depresyon arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin aracı rolünü inceleyen diğer çalışmalarla tutarlıdır (Finch ve Graziano, 2001). Hoth ve arkadaşları (2007) tarafından kronik böbrek hastalarıyla yürütülen araştırma sonucunda yumuşak başlılık ile depresyon arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin aracı etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Söz konusu araştırmalarda elde edilen bulguların yüksek yumuşak başlılığa sahip bireylerin daha fazla sosyal davranışta bulunmalarından ve diğer bireylerin sosyal davranışlarını daha az agresif davranış olarak algılamalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Ayrıca düşük yumuşak başlılığa sahip bireylerin şüpheli, alaycı ve işbirliğine açık olmayan tutumlarının özellikle güven ve kendini açmayı gerektiren sosyal ortamlarda uzak ve muhalif davranışlara yol açabileceği ve araştırma sonuçlarının bu durumdan kaynaklı olabileceği ifade edilmiştir.

İlgili alanyazında yumuşak başlılığın psikolojik belirtisellik ile ilişkisinde öz-duyarlılığın aracı etkisine dair herhangi bir çalışmaya rastlanmasa da mevcut araştırmada elde edilen bulguların değişkenlerin stresle ilişkisinden kaynaklandığı düşünülebilir. Geçmiş araştırmalarda yüksek yumuşak başlılık ve öz-duyarlılık düzeyine sahip bireylerin diğer bireylerle daha az çatışma yaşadığı ve daha az strese maruz kaldıkları belirtilmiştir (Carver ve Connor-Smith, 2010; Neff, 2003).

Sorumluluk ve psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide öz-duyarlılık ve algılanan sosyal desteğin aracı etkisi incelendiğinde modelin anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmış, öz-duyarlılık ve algılanan sosyal desteğin tam aracılık etkisinin olduğu görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde konuyla ilgili herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak mevcut araştırma bulgularının değişkenlerin stres ve koruyucu davranışlarla ilişkisinden kaynaklandığı düşünülebilir. Geçmiş araştırmalarda yüksek sorumluluk, öz-duyarlılık ve algılanan sosyal destek düzeyine sahip bireylerin daha az strese maruz kaldıkları ve olumsuz durumlara yol açabilecek finans, sağlık ve ilişki gibi alanlarda koruyucu davranışlarda buldukları belirtilmiştir (Carver ve Connor-Smith, 2010; Neff, 2003; Cohen ve Wills, 1985).

Kişilik özelliklerinin psikolojik belirtisellik ile ilişkisine öz-duyarlılığın alt boyutlarının aracı etkisine genel olarak bakıldığında öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşmenin aracı etkiye sahip olduğu; öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçliliğin aracı etkisinin bulunmadığı görülmüştür. Öz-duyarlılığın öz-sevecenlik, paylaşımların bilince olma ve bilinçlilik boyutlarının psikolojik bozukluklara karşı koruyucu etkiye sahip olduğu, öz-duyarlılığın olumsuz bileşenleri olan öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme boyutlarının psikolojik bozuklukların ortaya çıkmasına zemin hazırladığı düşünülmektedir (Muris ve Petrocchi, 2017). Psikolojik belirti düzeyinin incelendiği mevcut araştırma kapsamında elde edilen bulguların alt boyutlar arasındaki bu farklılıktan kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

Mevcut araştırma bulgularına genel olarak bakıldığında kişilik özellikleri ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide öz-duyarlılık ve algılanan sosyal desteğin önemli olduğu görülmüştür. Kişilik özelliklerinin psikolojik bozukluklarla ilişkili olduğu (Bienvenu ve

ark., 2004; Saulsman ve Page, 2004; Terracciano ve ark., 2008; Kendler ve ark., 1993; Trull ve Sher, 1994) ve kişilik özelliklerinin değişmez yapısı (Costa ve McCrae, 1986) göz önüne alındığında elde edilen bulguların psikoterapilerin nasıl etkili olduğuna yönelik yapılan sorgulamalar açısından değerlendirilmesi önemlidir.

Kazdin (2009), yıllar süren psikoterapi araştırmalarından sonra iyi çalışılmış müdahalelerin bile değişime nasıl öncülük ettiğine dair kanıta dayalı bir açıklama sağlayamadığını belirtmiştir. Konuyla ilgili olarak Frank (1974), psikoterapinin ve psikoterapi hastalarının ortak özelliklerini incelediği çalışmasında hastaların kendilerini baş etme becerileri açısından yetersiz, özgüvensiz ve başarısız olarak değerlendirdiğini, ayrıca suçluluk ve utanç hissettiklerini ifade etmiştir. Ek olarak hastaların diğer bireylerin kendisine yardım edemeyeceklerini veya yardım etmek istemeyeceklerini düşündükleri için kendilerini toplumdan ayrılmış ve izole olmuş olarak gördüklerini belirtmiştir. Bu bağlamda Frank, psikoterapilerin terapötik ilişki ve terapötik ortam ile birlikte hastaya problemleri ile baş etmesi için ihtiyaç duyduğu beceri ve güvenlik duygusunu sağladığı, hastanın durumuna ve davranışlarına yönelik kavramsallaştırma ile izolasyon duygusunun üstesinden gelmesine yardımcı olduğu ve genel olarak umut, beceri ve aidiyeti artırdığını ifade etmiştir.

Frank (1974) tarafından psikoterapi ve psikoterapi hastalarının ortak özelliği olarak ifade edilen kavramların öz-duyarlık kavramıyla örtüştüğü dikkat çekmektedir. Neff (2003b), öz-duyarlığın bireyin yaşadığı deneyimleri sadece kendisine özgü yaşantılar olarak deneyimlemek yerine yaşamın doğal bir süreci olarak değerlendirip insani paylaşımların bilincinde olmayı gerektirdiğini, aksi takdirde bireyin acı veren yaşam olaylarıyla karşılaştığında kendisini diğer bireylerden ayırıp izole ettiğini belirtmiştir. Ayrıca öz-duyarlığın başarısızlık ve utanç hissini azalttığı, güvenlik hissini, davranışsal motivasyonu, sorun odaklı adım atma ve stresle baş etme becerilerini artırdığı ifade edilmiştir (Neff, 2003b; Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007; Johnson ve O'Brien, 2013).

Frank (1974) tarafından öne sürülen görüşlere ek olarak psikoterapi sürecinde bireyin duygu ve düşüncelerini fark etmesi, duygu, düşünce ve davranışlarına yönelik sağlıklı değerlendirme yapabilmesi, kendisini kabul etmesi ve sevmesine yönelik çalışıldığı göz

önüne alındığında öz-duyarlılığın bilinçlilik ve öz-sevecenlik kavramlarının bu hedefleri karşıladığı düşünülmektedir.

Frank (1974) tarafından psikoterapi ile ilgili öne sürülen görüşler benzer şekilde algılanan sosyal destek kavramıyla da ilişkilendirilebilir. Algılanan sosyal destek “bireyin bir tehdit durumunda bu tehditle baş etmek için ihtiyaç duyduğu bilgi ve yardımı sosyal ağdan sağlayabileceğine yönelik algısı” olarak tanımlanmıştır (Prociano ve Heller, 1983). Frank (1974) ise psikoterapi hastalarının diğer bireylerin kendilerine yardım edemeyeceklerini veya yardım etmek istemeyeceklerini düşündüklerini belirtmiş, psikoterapinin terapötik ilişki ve kavramsallaştırma sayesinde ayrışma ve izolasyonu azalttığını ve aidiyeti artırdığını ifade etmiştir. Sosyal destek ve psikoterapi kavramsal, metodolojik, uygulama ve tarihçe açısından farklı kavramlar olsa da yardım, aktif dinleme, empatik tepki ve model oluşturma gibi ortak birçok özellik taşıdıkları belirtilmiştir (Winefield, 1987). Bu ortak özelliklere ek olarak psikoterapinin bireyin yardım alabileceğine yönelik algısını olumlu yönde etkilediği, bilgi ve dinleme desteğinin yanısıra duygusal destek sağladığı düşünülmektedir.

Öz-duyarlık ve algılanan sosyal destek düzeyindeki artışın psikolojik belirti düzeyiyle negatif yönde ilişkili olduğunu gösteren araştırmalar (Gilbert ve Procter, 2006; Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007; Shapira ve Mongrain, 2010; Johnson ve O'Brien, 2013; Albal, 2009) göz önüne alındığında mevcut araştırmada elde edilen bulguların kişilik özellikleri ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkiye dair görüşlerin yanısıra psikoterapinin değişime nasıl öncülük ettiği sorusuna da farklı bir bakış açısı sağladığı düşünülmektedir.

4.3. SONUÇLAR

Bu çalışmada beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik belirtisellikle ilişkisinde öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı rolünü incelemek amaçlanmıştır. Araştırma Hacettepe Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan 425 öğrencinin katılımıyla yürütülmüştür. Katılımcılara “Demografik Bilgi Formu”, “Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT)”, “Kısa Semptom Envanteri (KSE)”, “Öz-Duyarlık Ölçeği (ÖDÖ)” ve “Çok

Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)” uygulanmıştır. Veriler MANOVA, korelasyon ve aracı değişken analizleri uygulanarak incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular araştırma soruları temel alınarak aşağıda cevaplanmıştır.

1. Araştırma değişkenlerinin birbiriyle ilişkisi incelendiğinde değişkenler ve değişkenlerin alt boyutları arasında farklı anlamlılık düzeylerinde ilişkiler gözlenmiştir.

Beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik belirtisellik ile ilişkisine bakıldığında nevrotilik ile psikolojik belirtisellik arasında pozitif, dışadönüklük, yumuşak başlılık ve sorumluluk ile psikolojik belirtisellik arasında negatif anlamlı ilişki olduğu, deneyime açıklıkla psikolojik belirtisellik arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür. Diğer bir deyişe nevrotilik düzeyi arttıkça psikolojik belirti düzeyi artmakta, dışadönüklük, yumuşak başlılık ve sorumluluk düzeyi arttıkça psikolojik belirti düzeyi azalmaktadır.

Beş faktör kişilik özelliklerinin öz-duyarlık ve algılanan sosyal destekle ilişkisi incelendiğinde nevrotiliğin öz-duyarlık ve algılanan sosyal destekle negatif, diğer kişilik özelliklerinin ise pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir deyişe nevrotilik düzeyi arttıkça öz-duyarlık ve algılanan sosyal destek düzeyi azalmakta, dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk düzeyi arttıkça öz-duyarlık ve algılanan sosyal destek düzeyi artmaktadır.

Öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin psikolojik belirtisellik ile ilişkisine bakıldığında her iki değişkenin psikolojik belirtisellik ile arasında ise negatif yönde ilişki olduğu bulgusu elde edilmiştir. Diğer bir deyişe öz-duyarlık ve algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça psikolojik belirti düzeyi azalmaktadır.

2. Beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik belirtisellik ile ilişkisinde öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı rolü değişkenlerin birbiriyle ilişkisine dair elde edilen bulgular göz önüne alınarak gerçekleştirilmiş ve bu bağlamda deneyime açıklık aracı değişken analizine dahil edilmemiştir.

Yapılan analizler sonucunda nevroitiklik, dışadönüklük, yumuşak başlılık ve sorumluluğun psikolojik belirtisellelikle ilişkisinde öz-duyarlılığın ve algılanan sosyal desteğin aracı etkiye sahip olduğu görülmüştür.

3. Cinsiyet ve SED'in psikolojik belirtisellelikle ilişkisi incelendiğinde psikolojik belirtiselliğin cinsiyet açısından anlamlı düzeyde farklılaştığı, SED açısından anlamlı bir farklılık bulunmadığı ve değişkenlerin psikolojik belirtisellik üzerinde anlamlı bir ortak etkiye sahip olmadığı görülmüştür. Alt boyutlar demografik değişkenler açısından ayrı ayrı değerlendirildiğinde hostilete alt boyutundan alınan puanların cinsiyet açısından anlamlı düzeyde farklılaştığı ve erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla daha yüksek puan aldıkları belirlenmiştir.

4.4. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Psikolojik bozuklukların doğasını anlamının bu bozuklukların etiyolojisini anlamada ve tedavi planı oluşturulmasında önemli olduğu düşünülmektedir. Mevcut araştırmada elde edilen bulgular sonucunda kişilik özellikleri, öz-duyarlık ve algılanan sosyal destek düzeyinin psikolojik belirtisellik açısından önem taşıdığı görülmüştür. Bu bağlamda klinik değerlendirmeler yapılırken kişilik özellikleri, algılanan sosyal destek ve öz-duyarlığın psikolojik belirti düzeyini etkileyebileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Kişilik özelliklerinin psikolojik belirtisellelikle ilişkisinde öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin önemli olduğu görülmüştür. Bu nedenle öz-duyarlık ve algılanan sosyal destek düzeyini artırmaya yönelik koruma ve tedavi amaçlı programların düzenlenebileceği düşünülmektedir.

Son olarak kişilik özellikleri ile psikolojik belirtisellik arasındaki ilişkide öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı rolünü inceleyen bu çalışmanın, alanyazında bilinen benzer bir çalışma bulunmaması nedeniyle alanyazına önemli bir katkı sağladığı düşünülmektedir.

4.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI VE ÖNERİLER

Araştırmanın örneklem grubunun yalnızca Hacettepe Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerden oluşması ve örneklemin eşit sayıda kadın ve erkek katılımcıdan oluşmaması araştırmanın sınırlılıkları arasındadır. Daha sonra yürütülecek araştırmalarda hem farklı şehirlerdeki üniversite öğrencilerinden hem de toplumun farklı kesimlerini temsil eden bireylerin kadın-erkek eşitliği sağlanarak araştırmaya dahil edilmesi ile daha heterojen bir örneklem oluşturulabileceği ve dolayısıyla daha sağlıklı sonuçlara ulaşılacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın bir diğer sınırlılığı ise araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerin öz-bildirime dayalı ölçekler olmasıdır. Bireylerin sahip oldukları kişilik özelliklerini, öz-duyarlık düzeylerini, algılanan sosyal destek düzeylerini ve psikolojik belirti düzeylerini olduğundan farklı gösterebileceği, dolayısıyla elde edilen verilerde yanlılık olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca soru sayısının fazla olmasının katılımcıların dikkatinin dağılmasında ve motivasyonlarının azalmasında etkili olduğu gözlemlenmiştir. Bu nedenle öz-bildirime dayalı ölçeklere ek olarak uygun gözlem ve görüşme tekniklerinin veri toplama sürecine dahil edilmesi önerilmektedir.

Son olarak daha önce psikolojik/psikiyatrik tanı ve tedavi alan katılımcıların araştırma kapsamından çıkarılmış olmasının değişkenlerin psikolojik belirti düzeyiyle ilişkisine dair elde edilen bulguları etkilemiş olabileceği ve daha sonraki çalışmalarda bireylerin tedavi için başvuruları sırasında veri toplanmasıyla daha sağlıklı sonuçlara ulaşılacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Akbağ, M., Sayiner, B. ve Sözen, D. (2005). Üniversite öğrencilerinde stres düzeyi, denetim odağı ve depresyon düzeyi arasındaki ilişki üzerine bir inceleme. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi Sayı 21*, 59-74.
- Akdeniz, S. (2017). Erken ergenlikte bilişsel duygusal düzenleme, algılanan anne baba tutumu ve algılanan sosyal destek ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akdur, S. (2014). Kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide kişilerarası ilişki tarzları ve mizah tarzlarının aracı rolü. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akeren, İ. (2017). Üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destek ve güvengenlik ile psikolojik yardım ihtiyacının incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Akın, Ü., Akın, A. ve Abacı, R. (2007). Öz-duyarlık ölçeği: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 01-10.
- Aksüllü, N. (2002). Kurumda ve evde yaşayan yaşlı bireylerin algılanan sosyal destek faktörleri ile depresyon arasındaki ilişki. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Albal, E. (2009). Depresyonla başa çıkmada öz yeterlik ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişki. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- Andersen, A. M. ve Bienvenu, O. J. (2011). Personality and psychopathology. *International Review of Psychiatry*, 23(3), 234-247.
- Andiç, S. (2013). Ergenlik döneminde zihni meşgul eden konularla ilişkili değişkenler: Bağlanma tarzları, öz-şefkat ve psikolojik belirtiler. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Arslan, S. (2015). Adult attachment, stage of threat, and romantic jealousy in relation to psychopathological symptoms: Importance of personal characteristics and quality of relationship. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Asendorpf, J. B. ve Van Aken, M. A. (2003). Personality–relationship transaction in adolescence: Core versus surface personality characteristics. *Journal of Personality*, 71(4), 629-666.
- Astan, G. (2001). Effects of social support and locus of control on depressive and anxiety symptoms of dialysis patients. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Avcı, N. (2012). Üniversite öğrencilerinin mizah tarzlarının, psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı ile ilişkisi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Aytekin, A. (2005). Doğumsal kalp hastalığı olan çocukların ebeveynlerinin ruhsal sıkıntı ve umutsuzluk düzeyleri ile algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- Bacanlı, H., İlhan, T. ve Aslan, S. (2009). Beş faktör kuramına dayalı bir kişilik ölçeğinin geliştirilmesi: Sıfatlara dayalı kişilik testi (SDKT). *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 261-279.
- Bagby, R. M., Joffe, R. T., Parker, J. D., Kalembe, V. ve Harkness, K. L. (1995). Major depression and the five-factor model of personality. *Journal of Personality Disorders*, 9(3), 224-234.
- Ballı, E. (2005). Psikiyatri kliniğine sevk edilme değişkenine göre erbaş ve erlerin algılanan sosyal destek, kişilik özellikleri ve stresle başa çıkma stratejilerinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Baron, R. M. ve Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Başa, E. (2011). Üniversite öğrencilerinin problem çözme becerileri ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Bayramoğlu, A. (2011). Self-compassion in relation to psychopathology. Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Benk, A. (2006). Üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçi kişilik özelliğinin psikolojik belirtilerle ilişkisi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Bienvenu, O. J., Nestadt, G., Samuels, J. F., Costa, P. T., Howard, W. T. ve Eaton, W. W. (2001). Phobic, panic, and major depressive disorders and the five-factor

model of personality. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 189(3), 154-161.

Bienvenu, O. J., Samuels, J. F., Costa, P. T., Reti, I. M., Eaton, W. W. ve Nestadt, G. (2004). Anxiety and depressive disorders and the five-factor model of personality: A higher-and lower-order personality trait investigation in a community sample. *Depression and Anxiety*, 20(2), 92-97.

Bluth, K. ve Blanton, P. W. (2014). Mindfulness and self-compassion: Exploring pathways to adolescent emotional well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 23(7), 1298-1309.

Bolger, N. ve Eckenrode, J. (1991). Social relationships, personality, and anxiety during a major stressful event. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(3), 440.

Branje, S. J., Van Lieshout, C. F. ve Van Aken, M. A. (2004). Relations between Big Five personality characteristics and perceived support in adolescents' families. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(4), 615.

Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (1. Baskı). (İ. D. Erguvan Sarioğlu, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2004.)

Cairney, J., Boyle, M., Offord, D. R. ve Racine, Y. (2003). Stress, social support and depression in single and married mothers. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 38(8), 442-449.

Calvete, E. ve Connor-Smith, J. K. (2006). Perceived social support, coping, and symptoms of distress in American and Spanish students. *Anxiety, Stress, and Coping*, 19(1), 47-65.

- Carmody, T. P., Crossen, J. R. ve Wens, A. N. (1989). Hostility as a health risk factor: Relationships with neuroticism, Type A behavior, attentional focus, and interpersonal style. *Journal of Clinical Psychology, 45*(5), 754-762.
- Carter, R., Caldwell, C. H., Matusko, N. ve Jackson, J. S. (2015). Heterosexual romantic involvement and depressive symptoms in black adolescent girls: effects of menarche and perceived social support. *Journal of Youth and Adolescence, 44*(4), 940-951.
- Carver, C. S. ve Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology, 61*, 679-704.
- Chay, Y. W. (1993). Social support, individual differences and well-being: A study of small business entrepreneurs and employees. *Journal of Occupational and Organizational Psychology, 66*(4), 285-302.
- Chioqueta, A. P. ve Stiles, T. C. (2005). Personality traits and the development of depression, hopelessness, and suicide ideation. *Personality and Individual Differences, 38*(6), 1283-1291.
- Clara, I. P., Cox, B. J., Enns, M. W., Murray, L. T. ve Torgrudc, L. J. (2003). Confirmatory factor analysis of the multidimensional scale of perceived social support in clinically distressed and student samples. *Journal of Personality Assessment, 81*(3), 265-270.
- Clark, L. A., Watson, D. ve Mineka, S. (1994). Temperament, personality, and the mood and anxiety disorders. *Journal of Abnormal Psychology, 103*(1), 103.
- Cloninger, C. R., Svrakic, D. M. ve Przybeck, T. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry, 50*(12), 975-990.

- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314.
- Cohen, S. ve Syme, S. L. (1985). Issues in the study and application of social support. *Social Support and Health*, 3, 3-22.
- Cohen, S. ve Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310.
- Connor-Smith, J. ve Flachsbart, C. (2007). Relations between personality and coping: A meta- analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 93(6), 1080–1107.
- Costa, P. T. (1987). Influence of the normal personality dimension of neuroticism on chest pain symptoms and coronary artery disease. *The American Journal of Cardiology*, 60(18), 20-26.
- Costa, P. T. ve McCrae, R. R. (1986). Personality stability and its implications for clinical psychology. *Clinical Psychology Review*, 6(5), 407-423.
- Costa, P. T. ve McCrae, R. R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO Personality Inventory. *Psychological Assessment*, 4(1), 5.
- Cukrowicz, K. C., Franzese, A. T., Thorp, S. R., Cheavens, J. S. ve Lynch, T. R. (2008). Personality traits and perceived social support among depressed older adults. *Aging and Mental Health*, 12(5), 662-669.
- Çabuk, O. C. (2015). The role of childhood trauma, personality characteristics, and interpersonal problems on psychological well-being. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Çan Aslan, Ç. (2010). Zihinsel engelli çocuğu olan anne ve babaların psikolojik belirtileri, sosyal destek algıları ve stresle başa çıkma tarzlarının karşılaştırılması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çetin Dağlı, S. (2009). Düzce Üniversitesi Meslek Yüksekokulu öğrencilerinde şiddet sıklığının ve kısa semptom envanterinin değerlendirilmesi. Tıpta uzmanlık tezi, Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı.
- Çevik Ateş, A. (2017). Kanama şikayetiyle acile başvuran abortus imminens (düşük tehdidi) tanısı almış çiftlerin sosyal destek sistemleri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Davli Temel, D. (2018). Ergenlerde algılanan sosyal destek ve şiddet eğilimi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Deary, I. J., Peter, A., Austin, E. ve Gibson, G. (1998). Personality traits and personality disorders. *British Journal of Psychology*, 89(4), 647-661.
- Dehle, C. ve Landers, J. E. (2005). You can't always get what you want, but can you get what you need? Personality traits and social support in marriage. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(7), 1051-1076.
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.
- Dour, H. J., Wiley, J. F., Roy-Byrne, P., Stein, M. B., Sullivan, G., Sherbourne, C. D., Bystritsky, A., Rose, R.D. ve Craske, M. G. (2014). Perceived social support

mediates anxiety and depressive symptom changes following primary care intervention. *Depression and Anxiety*, 31(5), 436-442.

Duran, S. ve Barlas, G. (2014). Zihinsel engelli bireylerin ebeveynlerinin öznel iyi oluş, öz duyarlık ve tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(3), 69-79.

Eker, D., Arkar, H. ve Yıldız, H. (2001). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 17-25.

Erdem, K. (2012). İnfertil kadınlarda algılanan sosyal destek ile depresyon arasındaki ilişkinin belirlenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Ergin, B. E. ve Dağ, İ. (2013). Kişilerarası problem çözme davranışları, yetişkinlerdeki bağlanma yönelimleri ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 14(1), 36-45.

Erkan, Ö. (2015). İstanbul ili sınırlarında hizmet veren özel huzurevlerinde kalan yaşlılarda depresyon, anksiyete, somatizasyon, yaşam kalitesi ve algılanan sosyal destek düzeyinin huzurevinde kalmayan bir grup yaşlı ile karşılaştırılması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Eyüpoğlu, H. (2014). The effect of childhood violence history, intimate partner violence, negative attribution style, social support and coping strategies on psychological symptomatology of Turkish professional women. Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Finch, J. F. ve Graziano, W. G. (2001). Predicting depression from temperament, personality, and patterns of social relations. *Journal of Personality*, 69(1), 27-55.

- Frank, J. D. (1974). Common features of psychotherapies and their patients. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 24, 368-371.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218.
- Fyrand, L., Wichstrom, L., Moum, T., Glennas, A. ve Kvien, T. K. (1997). The impact of personality and social support on mental health for female patients with rheumatoid arthritis. *Social Indicators Research*, 40(3), 285-298.
- Garnefski, N. ve Diekstra, R. F. (1996). Perceived social support from family, school, and peers: Relationship with emotional and behavioral problems among adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 35(12), 1657-1664.
- Gez, A. (2018). Suriyeli çocuk ve ergenlerde algılanan sosyal destek ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gilbert, P. ve Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 13(6), 353-379.
- Gökçe, G. (2013). Ebeveynlerin duygusal erişilebilirliği ve genel psikolojik sağlık: Duygu düzenleme, kişilerarası ilişki tarzı ve sosyal desteğin rolü. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gökdağlı, N. (2014). Algılanan sosyal destek ve duygusal zekanın depresyon üzerindeki etkileri: Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi öğrencileri üzerinde bir uygulama.

Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gunthert, K. C., Cohen, L. H. ve Armeli, S. (1999). The role of neuroticism in daily stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(5), 1087-1100.

Gülada, F. (2016). The predictor variables of depressive symptoms among young adults in Turkey: Insecure attachment dimensions, neuroticism and perceived social support. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gültekin Hatunoğlu, H. K. A. (2003). Farklı ahlaki gelişim düzeylerinde bulunan üniversite öğrencilerinin kendilerinin ve toplumun ahlak düzeylerini değerlendirmeleri ve psikolojik belirti düzeyinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış doktora tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gündüz Sütçü, G. (2010). Tanı-ameliyat süreci yakın zamanlı olan meme kanseri hastalarının öfke, depresyon, stresle başa çıkma ve sosyal destek değişkenleri açısından incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Hall, L. A., Gurley, D. N., Sachs, B. ve Kryscio, R. J. (1991). Psychosocial predictors of maternal depressive symptoms, parenting attitudes, and child behavior in single-parent families. *Nursing Research*, 40(4), 214-220.

Hefner, J. ve Eisenberg, D. (2009). Social support and mental health among college students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 79(4), 491-499.

- Heller, K., Swindle, R. W. ve Dusenbury, L. (1986). Component social support processes: Comments and integration. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(4), 466.
- Hettema, J. M., Neale, M. C., Myers, J. M., Prescott, C. A. ve Kendler, K. S. (2006). A population-based twin study of the relationship between neuroticism and internalizing disorders. *American journal of Psychiatry*, 163(5), 857-864.
- Hirschfeld, R. M., Klerman, G. L., Andreasen, N. C., Clayton, P. J. ve Keller, M. B. (1986). Psycho-social predictors of chronicity in depressed patients. *The British Journal of Psychiatry*, 148(6), 648-654.
- Hollis-Walker, L. ve Colosimo, K. (2011). Mindfulness, self-compassion, and happiness in non-meditators: A theoretical and empirical examination. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 222-227.
- Hoth, K. F., Christensen, A. J., Ehlers, S. L., Raichle, K. A. ve Lawton, W. J. (2007). A longitudinal examination of social support, agreeableness and depressive symptoms in chronic kidney disease. *Journal of Behavioral Medicine*, 30(1), 69-76.
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. 7 Eylül 2018, <https://babel.hathitrust.org/cgi/pt?id=mdp.39015071886035;view=2up;seq=6;size=125>
- Huebner, D. M., Nemeroff, C. J. ve Davis, M. C. (2005). Do hostility and neuroticism confound associations between perceived discrimination and depressive symptoms?. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(5), 723-740.
- Hughes, J. W., Tomlinson, A., Blumenthal, J. A., Davidson, J., Sketch Jr, M. H. ve Watkins, L. L. (2004). Social support and religiosity as coping strategies for

anxiety in hospitalized cardiac patients. *Annals of Behavioral Medicine*, 28(3), 179-185.

Huston, T. L., Caughlin, J. P., Houts, R. M., Smith, S. E. ve George, L. J. (2001). The connubial crucible: Newlywed years as predictors of marital delight, distress, and divorce. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(2), 237.

Işık, B. (2010). The examination of the roles of parental acceptance-rejection/control, personality traits and coping strategies on psychological distress. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Johnson, E. A. ve O'Brien, K. A. (2013). Self-compassion soothes the savage ego-threat system: Effects on negative affect, shame, rumination, and depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(9), 939-963.

Karaboğa, I. (2013). Şiddete maruz kalan kadınlarda psikolojik belirtiler: Kişilik özellikleri ve sosyal destek algısı açısından bir inceleme. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Karaman, E. (2018). Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip anne babaların psikolojik dayanıklılıklarının yordayıcısı olarak sosyal destek algısı ve benlik saygısının incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Katon, W., Sullivan, M. ve Walker, E. (2001). Medical symptoms without identified pathology: relationship to psychiatric disorders, childhood and adult trauma, and personality traits. *Annals of Internal Medicine*, 134, 917-925.

Kazdin, A. E. (2009). Understanding how and why psychotherapy leads to change. *Psychotherapy Research*, 19(4-5), 418-428.

- Kendler, K. S., Neale, M. C., Kessler, R. C., Heath, A. C. ve Eaves, L. J. (1993). A longitudinal twin study of personality and major depression in women. *Archives of General Psychiatry*, 50(11), 853-862.
- Kendler, K. S. ve Myers, J. (2010). The genetic and environmental relationship between major depression and the five-factor model of personality. *Psychological Medicine*, 40(5), 801-806.
- Kerr, T. A., Schapira, K., Roth, M. ve Garside, R. F. (1970). The relationship between the Maudsley Personality Inventory and the course of affective disorders. *The British Journal of Psychiatry*, 116(530), 11-19.
- Kerres Malecki, C. ve Kilpatrick Demary, M. (2002). Measuring perceived social support: development of the child and adolescent social support scale (CASSS). *Psychology in the Schools*, 39(1), 1-18.
- Khan, A. A., Jacobson, K. C., Gardner, C. O., Prescott, C. A. ve Kendler, K. S. (2005). Personality and comorbidity of common psychiatric disorders. *The British Journal of Psychiatry*, 186(3), 190-196.
- Kıcalı, Ü. Ö. (2015). Öz-şefkat ve tekrarlayıcı düşünmenin olumsuz duygulanım ve depresyon ile ilişkilerinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kıray, P. (2018). Çocukluk çağı travmaları, algılanan sosyal destek ve algılanan anne baba tutumunun psikolojik sağlık ile arasındaki ilişki. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kring, A.M., Johnson, S.L., Davison, G. ve Neale, J. (2015). *Anormal psikolojisi*. (12. Baskı). (M. Şahin, Çev.). Ankara: Nobel Yayınları.

- Kotov, R., Gamez, W., Schmidt, F. ve Watson, D. (2010). Linking “big” personality traits to anxiety, depressive, and substance use disorders: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 136(5), 768.
- Kuşçu, M. K., Dural, U., Önen, P., Yaşa, Y., Yayla, M., Başaran, G. ve Bekiroğlu, N. (2009). The association between individual attachment patterns, the perceived social support, and the psychological well-being of Turkish informal caregivers. *Psycho-Oncology*, 18(9), 927-935.
- Lahey, B., Adams, K., Neely, L., Rhodes, G., Lutz, C. J. ve Sielky, K. (2002). Perceived support and low emotional distress: The role of enacted support, dyad similarity, and provider personality. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(11), 1546-1555.
- Lahey, B. ve Dickinson, L. G. (1994). Antecedents of perceived support: Is perceived family environment generalized to new social relationships?. *Cognitive Therapy and Research*, 18(1), 39-53.
- Lau, Y., Wong, K. ve Fu, D. (2008). The role of social support in helping Chinese women with perinatal depressive symptoms cope with family conflict. *Journal of Obstetric, Gynecologic, & Neonatal Nursing*, 37(5), 556-571.
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Batts Allen, A. ve Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: the implications of treating oneself kindly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(5), 887.
- Lee-Baggley, D., Preece, M. ve DeLongis, A. (2005). Coping with interpersonal stress: Role of big five traits. *Journal of Personality*. 73(5), 1141- 1180.

- Lepore, S. J., Evans, G. W. ve Schneider, M. L. (1991). Dynamic role of social support in the link between chronic stress and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(6), 899.
- Magnus, K. ve Diener, E. (1991). A longitudinal analysis of personality, life events and subjective well-being. *63rd Annual Meeting of the Midwestern Psychological Association*. Chicago.
- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B. ve Schutte, N. S. (2005). The relationship between the five-factor model of personality and symptoms of clinical disorders: A meta-analysis. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 27(2), 101-114.
- McAdams, D. P. (1992). The five-factor model in personality: A critical appraisal. *Journal of Personality*, 60(2), 329-361.
- McCrae, R. R. ve Costa Jr, P. T. (1986). Personality, coping, and coping effectiveness in an adult sample. *Journal of Personality*, 54(2), 385-404.
- McCrae, R. R. ve Costa, P. T. (1989). Reinterpreting the Myers-Briggs type indicator from the perspective of the five-factor model of personality. *Journal of Personality*, 57(1), 17-40.
- McDowell, T. L. ve Serovich, J. M. (2007). The effect of perceived and actual social support on the mental health of HIV-positive persons. *AIDS Care*, 19(10), 1223-1229.
- McIvor, G. P., Riklan, M. ve Reznikoff, M. (1984). Depression in multiple sclerosis as a function of length and severity of illness, age, remissions, and perceived social support. *Journal of Clinical Psychology*, 40(4), 1028-1033.

- Mirnic, Z., Heincz, O., Bagdy, G., Surányi, Z., Gonda, X., Benko, A., Monar, E., Jaksic, N., Lazary, J. ve Juhasz, G. (2013). The relationship between the big five personality dimensions and acute psychopathology: mediating and moderating effects of coping strategies. *Psychiatria Danubina*, 25(4), 0-388.
- Morris, C. G. (2002). Psikolojiyi Anlamak (1. Baskı). (H. B. Ayvaşık ve M. Sayıl, Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Dergisi Yayınları.
- Muris, P. ve Petrocchi, N. (2017). Protection or vulnerability? A meta-analysis of the relations between the positive and negative components of self-compassion and psychopathology. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 24(2), 373-383.
- Nadir, U. (2010). Examination of the roles of family functioning, coping styles and basic personality characteristic on depression and anxiety symptoms of mothers. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Nart, Ö. (2018). Bir üniversite hastanesi psikiyatri polikliniği ergen birimine başvuran kişilerde intihar olasılığının, benlik saygısı, psikolojik dayanıklılık, algılanan sosyal destek ve önceki intihar girişimleriyle ilişkisi. Yayınlanmamış tıpta uzmanlık tezi, Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Neff, K. D. (2003a). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2, 223–250.
- Neff, K. D. (2003b). Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2, 85–102.
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L. ve Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 139-154.

- Neff, K. D. ve McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225-240.
- Neff, K. D., Pisitsungkagarn, K. ve Hsieh, Y. P. (2008). Self-compassion and self-construal in the United States, Thailand, and Taiwan. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 39(3), 267-285.
- Neff, K. D., Rude, S. S. ve Kirkpatrick, K. L. (2007). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, 41(4), 908-916.
- Oğuzdoğan, B. (2017). The relationship between emotion regulation, coping strategies, perceived social support and alcohol/cannabis dependency risk among university students. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Okanlı, A. (1999). Hemşirelik öğrencilerinin aile ve arkadaşlarından algıladıkları sosyal destek ile anksiyete düzeyi arasındaki ilişki. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Oral, T. ve Arslan, C. (2017). The Investigation of University Students' Forgiveness Levels in Terms of Self-Compassion, Rumination and Personality Traits. *Universal Journal of Educational Research*, 5(9), 1447-1456.
- Öntaş Cankurtaran, Ö. (1998). Kurum bakımı deneyimi olan genç yetişkinlerin sosyal destek sistemleri ve ruh sağlığı durumları. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Öveç, Ö. (2007). Öz-duyarlık ile öz-bilinç, depresyon, anksiyete ve stres arasındaki ilişkilerin yapısal eşitlik modeliyle incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Özdemir, İ. (2013). Aile yanında yaşayan ve ailesinden ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek, stresle başa çıkma tarzları, kaygı düzeyleri ve psikolojik belirtiler açısından karşılaştırılması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Öztürk, M. ve Uluşahin, A. (2011). Ruh sağlığı ve bozuklukları (1. cilt). Ankara: Nobel Yayınları.
- Özyeşil, Z. (2011). Üniversite öğrencilerinin öz-anlayış düzeylerinin bilinçli farkındalık kişilik özellikleri ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Pauley, G. ve McPherson, S. (2010). The experience and meaning of compassion and self-compassion for individuals with depression or anxiety. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 83(2), 129-143.
- Piko, B. (2000). Perceived social support from parents and peers: which is the stronger predictor of adolescent substance use?. *Substance Use & Misuse*, 35(4), 617-630.
- Pinto-Gouveia, J., Duarte, C., Matos, M. ve Fráguas, S. (2014). The protective role of self-compassion in relation to psychopathology symptoms and quality of life in chronic and in cancer patients. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 21(4), 311-323.
- Preacher, K. J. ve Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879-891.
- Procidano, M. E. ve Heller, K. (1983). Measures of perceived social support from friends and from family: Three validation studies. *American Journal of Community Psychology*, 11(1), 1-24.

- Raes, F. (2010). Rumination and worry as mediators of the relationship between self-compassion and depression and anxiety. *Personality and Individual Differences, 48*(6), 757-761.
- Rigby, K. ve Slee, P. (1999). Suicidal ideation among adolescent school children, involvement in bully—victim problems, and perceived social support. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 29*(2), 119-130.
- Robins, R. W., Tracy, J. L., Trzesniewski, K., Potter, J. ve Gosling, S. D. (2001). Personality correlates of self-esteem. *Journal of Research in Personality, 35*(4), 463-482.
- Rogers, E. S., Anthony, W. ve Lyass, A. (2004). The nature and dimensions of social support among individuals with severe mental illnesses. *Community Mental Health Journal, 40*(5), 437-450.
- Roelofs, J., Huibers, M., Peeters, F. ve Arntz, A. (2008). Effects of neuroticism on depression and anxiety: Rumination as a possible mediator. *Personality and Individual Differences, 44*(3), 576-586.
- Rosenfeld, L. B. ve Richman, J. M. (1997). Developing effective social support: Team building and the social support process. *Journal of Applied Sport Psychology, 9*(1), 133-153.
- Russell, D. W., Booth, B., Reed, D. ve Laughlin, P. R. (1997). Personality, social networks, and perceived social support among alcoholics: A structural equation analysis. *Journal of Personality, 65*(3), 649-692.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B. ve Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology, 44*(1), 127-139.

- Saulsman, L. M. ve Page, A. C. (2004). The five-factor model and personality disorder empirical literature: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 23(8), 1055-1085.
- Sarason, I. G. ve Sarason, B. R. (1982). Concomitants of social support: Attitudes, personality characteristics, and life experiences. *Journal of Personality*, 50(3), 331-344.
- Saygın, Y. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sehlo, M. G. ve Kamfar, H. Z. (2015). Depression and quality of life in children with sickle cell disease: the effect of social support. *BMC Psychiatry*, 15(1), 78-85.
- Shapira, L. B. ve Mongrain, M. (2010). The benefits of self-compassion and optimism exercises for individuals vulnerable to depression. *The Journal of Positive Psychology*, 5(5), 377-389.
- Shaw, L. H. ve Gant, L. M. (2002). In defense of the Internet: The relationship between Internet communication and depression, loneliness, self-esteem, and perceived social support. *CyberPsychology & Behavior*, 5(2), 157-171.
- Somer, O. (1998). Türkçe’de kişilik özelliği tanımlayan sıfatların yapısı ve beş faktör modeli. *Türk Psikoloji Dergisi*, 13(42), 17-32.
- Steel, P., Schmidt, J. ve Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134(1), 138.

- Sümer, A. S. (2008). Farklı öz-anlayış (self-compassion) düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinde depresyon, anksiyete ve stresin değerlendirilmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şahin, N. H., Batıgün, D. A., ve Uğurtaş, S. (2002). Kısa Semptom Envanteri (KSE): Ergenler için kullanımının geçerlik, güvenilirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13(2), 125-135.
- Şahin, N. H. ve Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 44-56.
- Şahin Varol, H. (2018). Engelli çocuğu olan annelerin algıladıkları sosyal destek ve depresif semptomlar açısından incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Şeker, S. (2018). Parasosyal etkileşim: Kişilik özellikleri, sosyal destek ve bazı psikolojik ve sosyo-demografik değişkenler açısından bir inceleme. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Swickert, R. J., Hittner, J. B. ve Foster, A. (2010). Big Five traits interact to predict perceived social support. *Personality and Individual Differences*, 48(6), 736-741.
- Swickert, R. J., Rosentreter, C. J., Hittner, J. B. ve Mushrush, J. E. (2002). Extraversion, social support processes, and stress. *Personality and Individual Differences*, 32(5), 877-891.
- Tata, S. P. ve Leong, F. T. (1994). Individualism-collectivism, social-network orientation, and acculturation as predictors of attitudes toward seeking professional psychological help among Chinese Americans. *Journal of Counseling Psychology*, 41(3), 280.

- Taylor, S. ve McLean, P. (1993). Outcome profiles in the treatment of unipolar depression. *Behaviour Research and Therapy*, 31(3), 325-330.
- Terracciano, A., Löckenhoff, C. E., Crum, R. M., Bienvenu, O. J. ve Costa, P. T. (2008). Five-Factor Model personality profiles of drug users. *BMC Psychiatry*, 8(1), 22.
- Thoms, P., Moore, K. S. ve Scott, K. S. (1996). The relationship between self-efficacy for participating in self-managed work groups and the big five personality dimensions. *Journal of Organizational Behavior*, 17(4), 349-362.
- Tong, E. M., Bishop, G. D., Diong, S. M., Enkelmann, H. C., Why, Y. P., Ang, J. ve Khader, M. (2004). Social support and personality among male police officers in Singapore. *Personality and Individual Differences*, 36(1), 109-123.
- Topçu, F. (2017). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde beş faktör kişilik özelliklerinin yordayıcı etkisinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Trull, T. J. ve Sher, K. J. (1994). Relationship between the five-factor model of personality and Axis I disorders in a nonclinical sample. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(2), 350.
- Van Dam, N. T., Sheppard, S. C., Forsyth, J. P. ve Earleywine, M. (2011). Self-compassion is a better predictor than mindfulness of symptom severity and quality of life in mixed anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(1), 123-130.
- Watson, D. ve Clark, L. A. (1994). Introduction to the special issue on personality and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 3.

- Watson, D., Wiese, D., Vaidya, J. ve Tellegen, A. (1999). The two general activation systems of affect: Structural findings, evolutionary considerations, and psychobiological evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(5), 820.
- Weber, S., Puskar, K. R. ve Ren, D. (2010). Relationships between depressive symptoms and perceived social support, self-esteem, & optimism in a sample of rural adolescents. *Issues in Mental Health Nursing*, 31(9), 584-588.
- Widiger, T. A. ve Trull, T. J. (1992). Personality and psychopathology: an application of the Five-Factor Model. *Journal of Personality*, 60(2), 363-393.
- Winefield, H. R. (1987). Psychotherapy and social support: Parallels and differences in the helping process. *Clinical Psychology Review*, 7(6), 631-644.
- Wispe, L. (1991). *The psychology of sympathy*. 10 Ağustos 2018, [https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=YPvUXGp70QsC&oi=fnd&pg=PA1&dq=wispe+\(1991\)&ots=Sytc_ckU92&sig=IB9yLzJ5p1uT_aELssPB9vSB7w&redir_esc=y#v=onepage&q=wispe%20\(1991\)&f=false](https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=YPvUXGp70QsC&oi=fnd&pg=PA1&dq=wispe+(1991)&ots=Sytc_ckU92&sig=IB9yLzJ5p1uT_aELssPB9vSB7w&redir_esc=y#v=onepage&q=wispe%20(1991)&f=false)
- Yaman, Z. (2016). Böbrek nakli olan bireylerin sosyal destekleri ile ruhsal durumları arasındaki ilişki. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yazgan İnanç, B. ve Yerlikaya, E. E. (2014). *Kişilik Kuramları* (8. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Yıldız, E. (2012). Diyabetik ayak gelişen hastalarda algılanan sosyal destek ile depresyon düzeyi arasındaki ilişkinin belirlenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Yılmaz Bingöl, T. (2005). Postpartum dönemdeki kadınlarda algılanan sosyal destek ve postpartum depresyon. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Yılmaz, Ö. (2012). Alkol bağımlısı olan erkeklerde kişilik özellikleri, stresle başa çıkma tarzları, intihar olasılığı ve depresif belirti düzeyinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Zyrianova, Y., Kelly, B. D., Gallagher, C., McCarthy, C., Molloy, M. G., Sheehan, J. ve Dinan, T. G. (2006). Depression and anxiety in rheumatoid arthritis: the role of perceived social support. *Irish Journal of Medical Science*, 175(2), 32.

EK 1

GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU

Bu çalışma; Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Prof. Dr. İhsan Dağ danışmanlığında Psk. Gözde Tamcan tarafından yürütülen yüksek lisans tez çalışmasıdır. Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan gerekli izinler alınmıştır.

Bu çalışmada beş faktör kişilik özelliklerinin psikolojik belirtisellik ile ilişkisinde öz-duyarlık ve algılanan sosyal desteğin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Size verilen kitapçıkta, sizinle ilgili bazı kişisel bilgileri, son zamanlarda kendinizi nasıl hissettiğinizi, kendiniz ve çevrenizdeki insanlar ile ilgili düşüncelerinizi değerlendiren sorular bulunmaktadır.

Araştırmaya katılmanız tamamen sizin arzunuza bağlıdır. Araştırmaya katılmayı reddedebilir veya başladıktan sonra devam etmek istemediğinize karar verip yarım bırakabilirsiniz. Bu hakkın kullanılması durumunda, hiçbir olumsuz tutumla ya da sonuçla karşılaşılmayacaktır.

Verdiğiniz bilgiler gizli tutulacaktır. Lütfen adınızı kitapçığın hiçbir yerine yazmayınız. Kitapçığın yanıtlanması yaklaşık 20 dakika alacaktır. Bu ölçekleri doldurmanın bilinen hiçbir riski bulunmamaktadır.

Çalışma ile ilgili daha fazla bilgi almak isterseniz aşağıda yer alan iletişim adreslerinden Gözde Tamcan ile iletişim kurabilirsiniz.

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman yarım bırakabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum. ()

Katılımcı

Adı-Soyadı:

Adres:

Tel:

İmza:

Araştırmacı

Psk. Gözde Tamcan

Hacettepe Üniversitesi Psikolojik Danışma
Birimi

0537 681 90 60

g.tamcan@hacettepe.edu.tr

EK 2

BİLGİ FORMU**Yaş:****Cinsiyet:** Kadın () Erkek ()**Fakülte:****Bölüm:****Sınıf:****Anneniz Hayatta mı?** Evet () Hayır ()**Babanız Hayatta mı?** Evet () Hayır ()**Annenizin Eğitim Düzeyi:**

Okur-yazar değil () Okur-yazar () İlkokul () Ortaokul () Lise ()

Yüksek Okul/Üniversite () Lisansüstü ()

Babanızın Eğitim Düzeyi:

Okur-yazar değil () Okur-yazar () İlkokul () Ortaokul () Lise ()

Yüksek Okul/Üniversite () Lisansüstü ()

Yaşamınızın Büyük Bir Bölümünü Geçirdiğiniz Yerleşim Yeri:

Köy () İlçe () Şehir () Büyük Şehir ()

Daha Önce Herhangi Bir Psikolojik/Psikiyatrik Tanı/Tedavi Aldınız mı?

Evet () Hayır ()

30	Hazırlıksız	○	○	○	○	○	○	○	Hazırlıklı
31	Kaygısız	○	○	○	○	○	○	○	Kaygılı
35	Disiplinsiz	○	○	○	○	○	○	○	Disiplinli
37	Etkisiz	○	○	○	○	○	○	○	Etkili
39	Donuk	○	○	○	○	○	○	○	Coşkulu
40	İnatçı	○	○	○	○	○	○	○	Uzlaşmacı



EK 4

KISA SEMPTOM ENVANTERİ

(KSE)

Aşağıda zaman zaman herkeste olabilecek yakınma ve sorunların bir listesi vardır. Lütfen her birini dikkatlice okuyunuz. Sonra bu durumun bugün de dahil olmak üzere son bir ay içinde sizi ne ölçüde huzursuz ve tedirgin ettiğini göz önüne alarak aşağıda belirtilen tanımlamalardan uygun olanının numarasının karşısındaki boşluğa yazınız. Düşüncenizi değiştirirseniz ilk yazdığınız numarayı tamamen siliniz.

0- Hiç **1-** Çok az **2-** Orta derecede **3-** Oldukça fazla **4-** İleri derecede

ÖRNEK:

Aşağıda belirtilen sorundan ne ölçüde rahatsız olmaktadır?

Örnek: Baygınlık, baş dönmesi: 3

1	İçinizdeki sinirlilik ve titreme hali	
2	Baygınlık , baş dönmesi	
17	Hüzünlü, kederli hissetme.	
18	Hiçbir şeye ilgi duymamak.	
22	Kendini diğer insanlardan daha aşağı görmek.	
23	Mide bozukluğu,bulantı.	
28	Otobüs,tren, metro gibi umumi vasıtalarla seyahatlerden korkma.	
29	Nefes darlığı , nefessiz kalma.	
32	Kafanızın bomboş kalması.	
36	Dikkati bir şey üzerine toplamada güçlük.	
37	Bedenin bazı bölgelerinde ,zayıflık, güçsüzlük hissi.	
39	Ölme ve ölüm üzerine düşünceler.	
41	Birşeyleri kırma ,dökme isteği.	
42	Diğer insanların yanında iken yanlış bir şey yapmamaya çalışmak.	
46	Sık sık tartışmaya girmek.	
47	Yalnız kaldığında sinirlilik hissetme.	
52	Suçluluk duyguları.	
53	Aklınızda bir bozukluk olduğu fikri.	

EK 5

ÖZ-DUYARLIK ÖLÇEĞİ

(ÖDÖ)

Bu anketten elde edilen sonuçlar bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Sizden istenilen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendiriniz ve sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koymanızdır. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Hiç bir zaman (2) Nadiren (3) Sık sık (4) Genellikle ve (5) Her zaman anlamına gelmektedir. Lütfen **her ifadeye** mutlaka **TEK yanıt** veriniz ve kesinlikle **BOŞ bırakmayınız**. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim.

2	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine ilişkin anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
3	Bir şey beni üzdüğünde, duygularıma kapılıp giderim.	1	2	3	4	5
4	Hoşlanmadığım yönlerimi fark ettiğimde kendimi suçlarım.	1	2	3	4	5
8	Başarısızlıklarımı insanlık halinin bir parçası olarak görmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
9	Bir şey beni üzdüğünde duygularımı dengede tutmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
13	Acı veren olaylar yaşadığımda kendime kibar davranırım.	1	2	3	4	5
14	Kendimi kötü hissettiğimde duygularıma ilgi ve açıklıkla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
17	Hata ve yetersizliklerimi anlayışla karşılarım.	1	2	3	4	5
18	Acı veren bir şeyler yaşadığımda bu duruma dengeli bir bakış açısıyla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
19	Kendimi üzgün hissettiğimde, diğer insanların çoğunun belki de benden daha mutlu olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
20	Hata ve yetersizliklerime karşı kınayıcı ve yargılayıcı bir tavır takınırım.	1	2	3	4	5
23	Bir şeyde başarısızlık yaşadığımda objektif bir bakış açısı takınmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
26	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine karşı sabırlı ve hoşgörülü değilimdir.	1	2	3	4	5

ÇOK BOYUTLU ALGILANAN SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ (ÇBASDÖ)

Aşağıda 12 cümle ve her bir cümle altında da cevaplarınızı işaretlemek için 1'den 7 'ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümle altındaki rakamlardan yalnız bir tanesini işaretleyiniz. Bu şekilde 12 cümlenin her birine bir işaret koyarak cevaplarınızı veriniz.

Lütfen hiçbir cümleyi cevapsız bırakmayınız. Sizce doğruya en yakın olan rakamı işaretleyiniz.

3. Arkadaşlarım bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

4. İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

5. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve ihtiyacım olduğunda yanımda olan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

8. Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarım var.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet


10. Kararlarımı vermede ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana yardımcı olmaya isteklidir.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

12. Sorunlarımı arkadaşlarımla konuşabilirim.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

EK 7


T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük


18 Eylül 2017

Sayı : 35853172/ **433-3069**

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Enstitünüz Psikoloji (Klinik Psikoloji) Anabilim Dalı yüksek lisans programı öğrencilerinden **Gözde TAMCAN**'ın **Prof. Dr. İhsan DAĞ** danışmanlığında yürüttüğü "**Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Genel Psikolojik Belirtisellik ile İlişkisinde Öz-Duyarlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Rolü**" başlıklı tez çalışması, Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun 12 Eylül 2017 tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.


Prof. Dr. Rahime M. NOHUTCU
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

*Öğrenci İşlerine
Yazışmasını Yapalım
20.09.2017*

Hacettepe Üniversitesi Rektörlük 06100 Sıhhiye-Ankara
Telefon: 0 (312) 305 3001 - 3002 • Faks: 0 (312) 311 9992
E-posta: yazimd@hacettepe.edu.tr • www.hacettepe.edu.tr

Ayrıntılı Bilgi için:
Yazı İşleri Müdürlüğü
0 (312) 305 1008

EK 8

 <p>HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ YÜKSEK LİSANS TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU</p>
<p>HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA</p> <p style="text-align: right;">Tarih: 05/03/2019</p> <p>Tez Başlığı: Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Genel Psikolojik Belirtisellik ile İlişkinde Öz-Duyarlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Rolü</p> <p>Yukarıda başlığı gösterilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 88 sayfalık kısmına ilişkin, 05/03/2019 tarihinde tez danışmanım tarafından Turnitin adlı intihal tespit programından aşağıda işaretlenmiş filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezin benzerlik oranı % 19 'dur.</p> <p>Uygulanan filtrelemeler:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- <input checked="" type="checkbox"/> Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç 2- <input checked="" type="checkbox"/> Kaynakça hariç 3- <input type="checkbox"/> Alıntılar hariç 4- <input checked="" type="checkbox"/> Alıntılar dâhil 5- <input checked="" type="checkbox"/> 5 kelimededen daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç <p>Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve bu Uygulama Esasları'nda belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.</p> <p>Gereğini saygılarımla arz ederim.</p> <p style="text-align: right;">05/03/2019 </p> <p>Adı Soyadı: Gözde Tamcan Öğrenci No: N15222615 Anabilim Dalı: Psikoloji Anabilim Dalı Programı: Klinik Psikoloji-Tezli Yüksek Lisans</p>
<p><u>DANIŞMAN ONAYI</u></p> <p style="text-align: center;">UYGUNDUR.</p> <p style="text-align: center;"> Prof. Dr. İhsan Dağ</p>



**HACETTEPE UNIVERSITY
GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL SCIENCES
MASTER'S THESIS ORIGINALITY REPORT**

**HACETTEPE UNIVERSITY
GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL SCIENCES
TO THE DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY**

Date: 05/03/2019

Thesis Title : The Role of Self-Compassion and Perceived Social Support in Relating Five-Factor Personality Traits to General Psychological Symptomatology

According to the originality report obtained by my thesis advisor by using the Turnitin plagiarism detection software and by applying the filtering options checked below on 05/03/2019 for the total of 88 pages including the a) Title Page, b) Introduction, c) Main Chapters, and d) Conclusion sections of my thesis entitled as above, the similarity index of my thesis is 19 %.

Filtering options applied:

1. Approval and Declaration sections excluded
2. Bibliography/Works Cited excluded
3. Quotes excluded
4. Quotes included
5. Match size up to 5 words excluded

I declare that I have carefully read Hacettepe University Graduate School of Social Sciences Guidelines for Obtaining and Using Thesis Originality Reports; that according to the maximum similarity index values specified in the Guidelines, my thesis does not include any form of plagiarism; that in any future detection of possible infringement of the regulations I accept all legal responsibility; and that all the information I have provided is correct to the best of my knowledge.

I respectfully submit this for approval.

Name Surname: Gözde Tamcan

Student No: N15222615

Department: Psychology

Program: Clinical Psychology-Master's with Thesis

05/03/2019

ADVISOR APPROVAL

APPROVED.

Prof. Dr. İhsan Dağ