

T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ANKSİYETE VE DEPRESYON  
DÜZEYLERİ İLE FİZİKSEL SALDIRGANLIK, ÖFKE,  
DÜŞMANLIK VE SÖZEL SALDIRGANLIK ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan  
Vedat ALGUR

Tez Danışmanı  
Dr. Öğr. Üyesi Tuncay BARUT

İSTANBUL – 2019



## TEZ TANITIM FORMU

**YAZAR ADI SOYADI** :Vedat ALGUR

**TEZİN DİLİ** :Türkçe

**TEZİN ADI** :Üniversite Öğrencilerinin Anksiyete ve Depresyon Düzeylerinin Fiziksel Saldırganlık, Öfke, Düşmanlık ve Sözel Saldırganlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

**ENSTİTÜ** :İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

**ANABİLİM DALI** :Psikoloji

**BİLİM DALI** :Klinik Psikoloji

**TEZİN TÜRÜ** :Yüksek Lisans

**TEZİN TARİHİ** :16/07/2019

**SAYFA SAYISI** :101

**TEZ DANIŞMANLARI** :Dr. Öğr. Üyesi Tuncay BARUT

**DİZİN TERİMLERİ** :Depresyon, Anksiyete, Fiziksel Saldırganlık, Sözel Saldırganlık, Öfke, Düşmanlık

**TÜRKÇE ÖZET** :Bu çalışma; Üniversite öğrencilerinin anksiyete ve depresyon düzeylerinin fiziksel saldırırganlık, öfke, düşmanlık ve sözel saldırırganlık arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

**DAĞITIM LİSTESİ** :1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne  
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Vedat ALGUR

T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ANKSİYETE VE DEPRESYON  
DÜZEYLERİ İLE FİZİKSEL SALDIRGANLIK, ÖFKE,  
DÜŞMANLIK VE SÖZEL SALDIRGANLIK ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan  
Vedat ALGUR

Tez Danışmanı  
Dr. Öğr. Üyesi Tuncay BARUT

İSTANBUL - 2019

## BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının ederlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Vedat ALGUR

.../.../2019



T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

VEDAT ALGUR' un "Üniversite Öğrencilerinin Anksiyete ve Depresyon Düzeylerinin Fiziksel Saldırganlık, Öfke, Düşmanlık ve Sözel Saldırganlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan

Dr. Öğr. Üyesi Tuncay BARUT  
(Danışman)

Üye

Doç. Dr. Sevcan KARAKOÇ DEMİRKAYA

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Hasan SEZEROĞLU

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2019

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ  
Enstitü Müdürü

## ÖZET

Son yıllarda toplumun huzurunu olumsuz etkileyen depresyon, anksiyete ve saldırganlık düzeyleri olumsuz yönde ilerlemektedir. Toplumun dinamik elemanları olan üniversite öğrencileri için ise bu durum kritik öneme sahiptir. Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin anksiyete ve depresyon düzeyleri ile fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Ek olarak, bu çalışmada üniversite öğrencilerinin cinsiyeti, yaşı, ailelerinin ekonomik düzeyi ve yaşadıkları bölge gibi değişkenlerin depresyon, anksiyete ve saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Bu araştırma İstanbul Gelişim Üniversitesinde bölüm farkı gözetmeksizin 1,2,3 ve 4. Sınıf öğrencilerine 2017-2018 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören rastgele seçilmiş 250 üniversite öğrencilerine uygulanmıştır. Veri toplama araçları olarak Beck Depresyon Ölçeği, Beck Anksiyete Ölçeği ve Buss Perry Saldırganlık Ölçeği kullanılmıştır. Aynı zamanda üniversite öğrencilerinin demografik niteliklerini belirlemek amacıyla Demografik Form geliştirilmiştir. Araştırmanın verilerinin analizine göre bakıldığında; depresyon düzeyleri yüksek olan üniversite öğrencilerinin anksiyete düzeyleri de diğer öğrencilere oranla daha yüksek bulunmuştur. İlave olarak depresyon düzeyi yüksek olan üniversite öğrencileri depresyon düzeyi düşük olan üniversite öğrencilerine göre daha yüksek saldırganlık düzeyleri göstermektedir. Ayrıca anksiyete düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinin anksiyete düzeyi az olan üniversite öğrencilerine göre saldırganlık düzeyleri daha yüksektir. Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin cinsiyet, yaş ve ailelerinin ekonomik düzeyi gibi sosyo demografik niteliklere göre de anlamlı sonuçlar elde edilmiştir. Sonuç olarak, çalışmada örneklem grubunun depresyon, anksiyete ve saldırganlık düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Anksiyete, Depresyon, Saldırganlık

## **SUMMARY**

In recent years, depression, anxiety and aggression levels adversely affect the well-being of the society. For university students who are the dynamic elements of society, this situation is critical. This research was conducted to investigate the relationship between anxiety and depression levels of the university students, with physical aggression, verbal aggression, anger and hostility. In addition, the effect of the variables such as gender, age, economic level of the families and the neighborhood of the students on depression, anxiety and aggression levels were investigated. This research was applied to the randomly selected 250 students of the freshmen, sophomore, junior and senior grade studying random departments enrolled in 2017-2018 academic year. Beck Depression Inventory, Beck Anxiety Scale and Buss Perry Aggression Scale were used as data collection tools. Additionally, Demographic Form was developed in order to determine the demographic characteristics of university students. According to the analysis; the anxiety levels of university students with high levels of depression were found to be higher than the other students. Furthermore, university students with a high level of depression show higher levels of aggression than university students with low levels of depression. In addition, university students with high levels of anxiety have higher levels of aggression than university students with low levels of anxiety. Considering the socio-demographic characteristics such as gender, age and the economic level of the families of the university students reasonable findings are obtained. As a result, a significant positive correlation was reported between depression, anxiety and aggression levels of the sample group.

**Key Words:** Anxiety, Depression, Aggression



# İÇİNDEKİLER

	SAYFA
ÖZET.....	I
SUMMARY.....	II
İÇİNDEKİLER .....	III
TABLolar LİSTESİ .....	VI
EKLER LİSTESİ.....	VII
ÖNSÖZ .....	VIII
GİRİŞ .....	1
BİRİNCİ BÖLÜM .....	4
KAVRAMSAL ÇERÇEVE .....	4
1.1. DEPRESYON.....	4
1.1.1. Depresyonun Tarihçesi.....	4
1.1.2. Depresyon Tanımları .....	4
1.1.3. Depresyon Belirtileri .....	6
1.1.3.1. Doyumsuzluk, İlgisizlik ve İsteksizlik .....	6
1.1.3.2. Neşesizlik, Karamsarlık ve Kötümserlik.....	6
1.1.3.3. Dikkatsizlik, Kendini Düşük Değerlendirme ve Unutkanlık .....	7
1.1.3.4. Geleceğe İlişkin olumsuz Beklentiler ve Kendini Suçlama .....	7
1.1.3.5. Kararsızlık ve Kuşku .....	8
1.1.3.6. Azalan Güdülenme .....	8
1.1.3.7. Yanılsamalar ve Varsanılar .....	8
1.1.3.8. Düşünce Bozuklukları ve Hezeyanlar .....	9
1.1.3.9. Bedensel Yakınmalar ve Ağrılar .....	9
1.1.3.10. Anksiyete (bunaltı) ve Gerginlik.....	9
1.1.3.11. Fizyolojik Belirtiler .....	9
1.1.4. DSM-5' e Göre Majör Depresyon Bozukluğu Tanı Ölçütleri .....	10
1.1.5. Depresyonu Açıklayan Kuramlar .....	11
1.1.5.1. Psikanalitik Kuram .....	11
1.1.5.2. Bilişsel Kuram .....	12
1.1.5.3. Davranışçı Kuram .....	13
1.1.5.4. Kişilerarası Kuram.....	13
1.1.5.5. Çaresizlik ve Umutsuzluk Kuramları .....	14

1.1.6.	Depresyonun Nedenleri .....	14
1.1.6.1.	Biyolojik Nedenler .....	14
1.1.6.2.	Psikolojik Nedenler .....	15
1.1.6.3.	Sosyal Nedenler.....	16
1.2.	KAYGI(ANKSİYETE) .....	16
1.2.1.	Kaygının Tanımı .....	16
1.2.2.	Korku ve Kaygının Ayrımı .....	19
1.2.3.	Kaygı Türleri .....	19
1.2.3.1.	Durumluk Kaygı .....	20
1.2.3.2.	Sürekli Kaygı.....	20
1.2.4.	Kaygı(Anksiyete) Bozuklukları .....	22
1.2.4.1.	Ayrılma Kaygısı Bozukluğu .....	22
1.2.4.2.	Seçici Konuşmazlık (Mutizm) .....	23
1.2.4.3.	Özgül Fobi .....	23
1.2.4.4.	Toplumsal Kaygı Bozukluğu (Sosyal Fobi) .....	23
1.2.4.5.	Panik Bozukluk .....	23
1.2.4.6.	Agorafobi .....	24
1.2.4.7.	Yaygın Kaygı Bozukluğu .....	24
1.2.4.8.	Başka Bir Sağlık Durumuna Bağlı Kaygı Bozukluğu.....	25
1.2.4.9.	Tanımlanmış Diğer Bir Kaygı Bozukluğu .....	25
1.2.4.10.	Tanımlanmamış Kaygı Bozukluğu.....	25
1.2.5.	Kaygının Belirtileri.....	25
1.2.6.	Kaygının Nedenleri .....	26
1.2.7.	Kaygı Kuramları.....	29
1.2.7.1.	Psikanalitik Kuram .....	29
1.2.7.2.	Davranışçı Kuram .....	30
1.2.7.3.	Varoluşçu Yaklaşım .....	31
1.2.7.4.	Bilişsel Yaklaşım .....	32
1.2.7.5.	Biyolojik Yaklaşım .....	32
1.3.	SALDIRGANLIK .....	33
1.3.1.	Saldırganlığın Tanımı .....	33
1.3.2.	Saldırganlığın Türleri .....	37
1.3.3.	Saldırganlığı Etkileyen Faktörler .....	39
1.3.3.1.	Aile ve Aile Tutumları .....	39
1.3.3.2.	Kitle İletişim Araçları.....	41
1.3.3.3.	Kültür .....	42
1.3.3.4.	Bireysel Faktörler ve Kalıtım .....	43

1.3.3.5. Çevresel Faktörler.....	44
1.3.3.6. Engellenme.....	45
1.3.3.7. Cinsiyet.....	45
1.3.4. Saldırganlığı Açıklayan Kuramlar.....	47
1.3.4.1. Biyolojik Kuram.....	47
1.3.4.2. Psikanalitik Kuram.....	48
1.3.4.3. Sosyal Öğrenme Kuramı.....	49
1.3.4.4. Engellenme-Saldırganlık Kuramı.....	50
<b>İKİNCİ BÖLÜM.....</b>	<b>52</b>
<b>YÖNTEM.....</b>	<b>52</b>
2.1. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	52
2.2. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ.....	52
2.2.1. Araştırmanın Ana Hipotezi.....	52
2.2.2. Araştırmanın Alt Hipotezi.....	52
2.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	53
2.4. ARAŞTIRMADA KULLANILAN VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	53
2.4.1. Sosyodemografik Veri Formu.....	53
2.4.2. Beck Depresyon Ölçeği.....	53
2.4.3. Beck Anksiyete Ölçeği.....	53
2.4.4. Buss Perry Saldırganlık Ölçeği.....	53
2.5. ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ.....	53
2.6. ARAŞTIRMADAKİ BAĞIMLI VE BAĞIMSIZ DEĞİŞKENLER.....	54
2.7. ARAŞTIRMANIN VARSAYIMLARI.....	54
2.8. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI.....	55
2.9. VERİLERİN ANALİZİ.....	55
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....</b>	<b>58</b>
<b>BULGULAR.....</b>	<b>58</b>
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....</b>	<b>68</b>
<b>TARTIŞMA.....</b>	<b>68</b>
<b>SONUÇ.....</b>	<b>77</b>
<b>ÖNERİLER.....</b>	<b>78</b>
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>79</b>

## TABLolar LİSTESİ

### SAYFA

<b>Tablo 1.</b> Katılımcıların Demografik Bilgilere Göre Dağılımı.....	54
<b>Tablo 2.</b> Araştırmada Yer Alan Değişkenlere Ait Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....	56
<b>Tablo 3.</b> Bağımlı, Bağımsız Değişkenler ve Uygulanan Analiz Teknikleri.....	57
<b>Tablo 4.</b> Beck Depresyon, Buss Pery Saldırganlık ve Beck Anksiyete Ölçeklerinden Elde Edilen Puanlara Ait Betimsel Değerler.....	58
<b>Tablo 5.</b> Beck Anksiyete Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.....	58
<b>Tablo 6.</b> Beck Depresyon Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.....	59
<b>Tablo 7.</b> Buss Pery Saldırganlık Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.....	59
<b>Tablo 8.</b> Beck Anksiyete Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması.....	60
<b>Tablo 9.</b> Beck Depresyon Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması.....	60
<b>Tablo 10.</b> Buss Pery Saldırganlık Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması.....	61
<b>Tablo 11.</b> Beck Anksiyete Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Aylık Ortalama Gelire Göre Karşılaştırılması.....	61
<b>Tablo 12.</b> Beck Depresyon Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Aylık Ortalama Gelire Göre Karşılaştırılması.....	62
<b>Tablo 13.</b> Buss Pery Saldırganlık Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Aylık Ortalama Gelire Göre Karşılaştırılması.....	62
<b>Tablo 14.</b> Beck Anksiyete Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Yaşanılan Bölgeye Göre Karşılaştırılması.....	63
<b>Tablo 15.</b> Beck Depresyon Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Yaşanılan Bölgeye Göre Karşılaştırılması.....	63
<b>Tablo 16.</b> Buss Pery Saldırganlık Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Yaşanılan Bölgeye Göre Karşılaştırılması.....	64
<b>Tablo 17.</b> Beck Depresyon, Buss Pery Saldırganlık ve Beck Anksiyete Ölçeklerinden Elde Edilen Puanlar Arasındaki İlişkilere Ait Katsayılar.....	65
<b>Tablo 18.</b> Saldırganlık Bileşenlerinin Anksiyete Üzerindeki Etkisini Belirlemeye Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları.....	66
<b>Tablo 19.</b> Saldırganlık Bileşenlerinin Depresyon Üzerindeki Etkisini Belirlemeye Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları.....	66

## EKLER LİSTESİ

**EK-A** Bilgilendirilmiş Onam Formu

**EK-B** Demografik Form

**EK-C** Beck Depresyon Ölçeği

**EK-D** Beck Anksiyete Ölçeği

**EK-E** Buss Perry Saldırganlık Ölçeği



## ÖNSÖZ

Öncelikle tez konusunu seçerken isteklerimi göz önünde bulundurup, sabırla bana yardımcı olan tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Tuncay BARUT' a teşekkürlerimi sunarım.

Bu zorlu tez sürecinde benden desteğini bir an için bile esirgemeyen tüm eğitim ve normal hayatım boyunca benden maddi, manevi desteğini esirgemeyen aileme ve arkadaşlarıma aynı zamanda her zaman yanımda olan ve beni her zaman başlamam için ilk adımı atmamı sağlayan ve cesaretlendiren, bana koşulsuz güvenen, hayatımın her anında bana ışık tutan, hayatımın anlamı sevgili eşim Cansu Algur' a teşekkürlerimi bir borç bilirim.

Vedat ALGUR

## GİRİŞ

Çoğu bireyin yetişkin olarak tanımlanabilmesi için uzun bir süre geçmesi gerekmektedir. Birey, ergenliğin sona ermesiyle birlikte "genç yetişkinlik" dediğimiz 18-25 yaşlarını kapsayan yeni gelişim dönemiyle karşı karşıya kalmaktadır.<sup>1</sup>

Genç yetişkinlik döneminin birçok özelliği bulunmaktadır. Bunlardan bazıları; kararsızlık, kararsız duygular, aşk ve iş arayışında kimlik arayışı gibi özelliklerdir. Genç yetişkinler üniversiteye geçiş ile birlikte aile bireylerinin himayesinden uzaklaşmaya, bağımsızlık duygusunu yaşayabilmeye, yaşlılarıyla eskisinden daha çok vakit geçirmeye ve çeşitli yaşayış tarzlarını ve değerleri analiz etmeye olanak bulmaktadırlar. Üniversiteye geçiş dönemi olumlu unsurların yanı sıra bazı olumsuz unsurları da içinde barındırmaktadır. Genç yetişkinlik döneminde bireylerin iş, aşk ve eğitim alanlarında karar alırken genel anlamda zorlandıkları gözlemlenmektedir. Yaşamın her döneminde olduğu gibi bu dönemde de yaşanan bu tür deneyimler bireylerin ruhsal durumları üzerinde olumlu veya olumsuz bazı izler bırakmaktadır. Özellikle lise eğitiminden üniversiteye geçiş sürecinin genç yetişkinlik dönemi adına öneminin büyük olduğu gözlemlenmektedir. Bu dönemde yaşanan bazı değişimler stres ve kaygı gibi bireylerin ruhsal durumunu etkileyen etkenlerin ortaya çıkmasına neden olmaktadır.<sup>2</sup>

Lise öğretiminden üniversiteye geçiş dönemi çoğu birey için; daha kalabalık, kişilerarasındaki bağın daha yüzeysel yaşandığı bir ortamı ifade etmektedir. Aynı zamanda farklı bölgelerden gelen ve sosyal, kültürel, sosyo- ekonomik, politik vb. açıdan birbirlerinden oldukça farklı bireylerin etkileşim içinde olacağı bir ortamı içermektedir. Birçok birey bu yeni ortama uyum sağlamak için büyük çaba harcar ve içinde yer aldığı pozisyona yönelik yoğun bir anksiyete algılamaktadır. Algılanmış olan yoğun anksiyete "durumluk kaygı" olarak adlandırılmaktadır.

Stres yükseldiğinde, bireyde oldukça fazla tehlike algısı hissedilirken, stresin azalmasıyla da azaldığı gözlemlenmektedir. Stres yaratan pozisyonları sık ve yoğun olarak yaşamak kaygının içselleştirilmesi ve dış kaynaklarla olan bağının yitirilmesine sebep olmaktadır. Bireyin tehlike algısında ciddi bozulmaların olması bireye acıyla birlikte şiddetli mutsuzluk ve hoşnut olmayan duyguların ortaya çıkmasını tetiklemektedir. Tüm bu duygular bireyin yaşam kalitesini önemli bir şekilde aşağı düşürmektedir.

---

<sup>1</sup> John W. Santrock, *Yaşam Boyu Gelişim*, Galip Yüksel, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 2015, s. 416,417.

<sup>2</sup> Santrock, a.g.e., ss. 417-435.

Anksiyete bozukluklarını ele alırken iki temel duygunun önemi vurgulanmaktadır. Bunlar kaygı ve korku duygularıdır. Korku, gerçek bir tehlike durumunda bireyi harekete geçirerek otonom sinir sisteminin işlevlerini başlatmaktadır. Korkuyla birlikte adrenalin salgısı başlar ve savaş veya kaç tepkileri devreye girer. Gerginlik ya da korku pozisyonuyla ilgili olarak bekleme sürecinin sonucunda kaygı ortaya çıkmaktadır. Kaygı bozukluğu yaşayan bireylerin ciddi bir şekilde sağlık, ekonomik ve kişisel bakımdan sorunlar yaşadıkları gözlemlenmektedir.

Genellikle depresyon ve anksiyete beraber seyreden ve birbirlerini tetikleyen psikolojik bozukluklardır.<sup>3</sup> Depresyon genelde ağır seyreden duygusal olarak çökkünlük ve bitkinlik durumu olarak tanımlanabilir. Depresif Bozukluk duygu, hafıza, düşünce, davranış ve fizyolojik değişimleri içinde barındıran psikolojik bir hastalık olarak tanımlanır.<sup>4</sup> Depresyonun günümüzdeki önemi toplum tarafından kabul görmüştür. Farklı sosyo-ekonomik özelliklere, farklı kültürlere ve farklı yaşlara sahip insanları etkileyen bir rahatsızlıktır. Geçmiş yıllardan bugüne kadar özellikle de son zamanlarda depresyon toplumda en sık görülen psikolojik rahatsızlıklardan biri olarak kabul edilmektedir. Depresif Bozukluk hastalıkların dünya geneli sıralamasında 2020 yılında en çok görülen ikinci hastalık olacağı tahmin edilmektedir.<sup>5</sup>

Genç yetişkinlikte problemler ile baş etme gayretinde öğrencilerin bazı zamanlarda yetersizlik ve başarısızlık yaşamaları kişiyi uyum sağlama sorunları ve depresif bozukluk gibi farklı problemler yaşamalarına neden olabilir. Bütün bu problemler öğrencilerin iyi ruh halini kötü yönde etkileyebilir ve öğrencilerin karşılaştığı bu olumsuzluklar depresyona yatkınlığı artırabilir.<sup>6</sup>

Kişilerin içinde bulunduğu depresyonun sık karşılaşılan temel belirtilerinin; olumsuz duygu durumu, acıyı yönelimli duygulanım, karamsarlık, kasvet, umutsuzluk, bezmiş duygu durumu, bilişsel aktivitelerde azalma ve ağırlaşma, bunlarla beraber bedensel aktivitelerde azalma ve yavaşlama olduğu bilinmektedir.<sup>7</sup>

İnsanların duygu durumu ve duygulanımları davranışlarını, düşüncelerini ve dürtülerini etkilemektedir. En temel dürtülerden biri de saldırganlıktır.

---

<sup>3</sup> Özlem Kapucu, *Üniversite Öğrencilerinin Depresyon ve Anksiyete Düzeylerinin İnternet Kullanım Amaçları ve Akademik Başarı Açısından İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2016, s. 1,2 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>4</sup> Çağdaş Şahin, *Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Aile İşlevleri İle Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Haliç Üniversitesi, İstanbul, 2017, s. 14 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>5</sup> Ergül Kara, *Üniversite Öğrencilerinin Depresyon Düzeylerinin Bağlanma Stilleri ve Bilinçli Farkındalık İle İlişkisi: Öz Kontrolün Aracılık Rolü*, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, 2016, s. 1 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>6</sup> Kara, a.g.e., s. 2.

<sup>7</sup> Kara, a.g.e., s. 3.



Saldırganlık, kişinin canlı veya cansız varlıklara karşı acı veya zarar vermek niyetiyle yaptığı davranışların tümü olarak tanımlanmaktadır. Saldırganlık ve şiddetin her gün daha da fazla görülmesi ve bunun neticesinde çocuklar ve gençlerin saldırganlığında negatif sonuçlarından giderek daha çok etkilenmeleri günümüzün önemli problemlerinden birini oluşturmaktadır.<sup>8</sup>

Araştırma yapan uzmanların bazıları saldırganlığı yumruk atma, tekme atma gibi fiziksel özellikleri ele alarak tanımlarken bazı araştırmacılar ise saldırganlığı tehdit edici tavır, argo konuşma, karşı tarafı aşağılayıcı söylemler gibi sözel özellikleri ele alarak tanımlamaktadırlar.<sup>9</sup>

Günümüzün en büyük problemlerinden olan anksiyete ve depresyon insan hayatını birçok yönde olumsuz etkilemektedir. Bu etkiler arasında topluma ve kişinin kendisine en büyük zararı veren davranışlardan biri de saldırganlıktır. Bunlara istinaden bu araştırmada depresyon ve anksiyete düzeyinin saldırganlık üzerindeki etkileri araştırılmıştır.

---

<sup>8</sup> Ragıp Ümit Yalçın, *Üniversite Öğrencilerinin Saldırganlık ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Atatürk Üniversitesi, Erzurum, 2016, ss. 2-4, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

<sup>9</sup> Zeynep Betül Torun, *Ortaokul Öğrencilerinde Saldırganlık ve Narsisizm Düzeyleri Arasındaki İlişki*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, İstanbul, 2016, s. 3, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

## BİRİNCİ BÖLÜM

### KAVRAMSAL ÇERÇEVE

#### 1.1. DEPRESYON

##### 1.1.1. Depresyonun Tarihçesi

Geçmişte Mısır'da Eber papirüsün de, manevi kitaplarda, Eski Ahit'te, antik dönemlerde gerçekleşen hikâyelerde ve efsanelerde depresyona benzer tabloların betimlendiği görülmüştür. Tarih öncesi dönemlerdeki efsanelerde ismi olan, Apollo tarafından 14 çocuğunun katledilmesinden sonra sonsuza kadar ağlayan bir kayaya dönüşen Niobe belki de stuporöz depresyonun tarihteki ilk örneklerinden biri sayılabilir. M.Ö. 400 senelerinde Hipokrat bazı ruhsal bozukluklar için melankoli ismini kullanarak günümüzdeki depresyona benzer bir tablo ortaya çıkarmıştır. Hipokrat, depresyonun tanımını karasafra sayısındaki artmaya bağlamıştır. Hipokrat, aynı zamanda depresyonu açıklamada biyolojik etkeni de ortaya koymuştur.<sup>10</sup>

19. Yüzyılda Philippe Pinel'den itibaren depresyon tanımları bugünküne yakın biçimde formüle edilmiştir. Depresyon kavramı ilk olarak 19. Yüzyılda ruhsal bir rahatsızlığı tanımlamak için kullanılmış ve sonrasında bu kavram çok tutmuştur. Kavramın bu denli benimsenmesi ve gücü, fiziksel aynı zamanda ruhsal anlamdaki etkinlik ve enerji düşmesini anlatması ve semptomları hem de yaygın bir olaya işaret etmesi sebebiyledir.<sup>11</sup>

##### 1.1.2. Depresyon Tanımları

Depresif Bozukluk dünyada en çok görülen hastalıklardan biridir.<sup>12</sup> Latince depresus olarak bilinen depresyon kelimesi durgunlaşmak, içe doğru bastırmak, cesaretini zedelemek, kederli, donuklaştırmak, meyus etmek gibi birçok anlama gelmektedir. Depresyonun Türkçedeki karşılığı ruhsal çöküntü ve çökkünlük olarak bilinmektedir.<sup>13</sup>

Depresyon, bireylerin hayata karşı olan istek ve zevklerinin yitildiği, bireylerin kendisini yoğun bir şekilde gam içinde hissettiği, gelecekle ilgili kötümser düşünceler, olumsuz düşünceler, geçmişteki yaşantılarla ilgili derin pişmanlık, suçluluk hisleri ve

<sup>10</sup> Hakan Türkçapar, *Klinik Uygulamada Bilişsel-Davranışçı Terapi: Depresyon*, Epsilon Yayınevi, İstanbul, 2018, s. 19.

<sup>11</sup> Türkçapar, a.g.e., s. 20,21.

<sup>12</sup> Erol Özmen, *Depresyon Hakkında Her Şey*, Boyut Yayın Grubu, İstanbul, 2004, s. 5.

<sup>13</sup> Özcan Köknel, *Ruhsal Çöküntü Depresyon*, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 2005, s. 14,15.

fikirlerinin taşındığı, arada ölümle ilgili düşünceler, bazen intihar girişimi ve bunun sonucunda ölümün gerçekleştiği, cinsel yaşantı ve istek, uyku düzeni ve kalitesi, yeme davranışında iştah artışı ve ya azalışı gibi fizyolojik sorunların baş gösterdiği bir hastalıktır.<sup>14</sup>

Depresyon bireyin kendini mutsuz ve hüzünlü hissettiği, uğraştığı aktivitelere merakının azaldığı ve bu aktivitelerden geçmişteki kadar haz duymadığı, değersizlikle beraber suçluluk duygularının birlikte görüldüğü, fiziksel ve ruhsal yorgunluk ve çökkünlük belirtilerinin var olduğu yaygın bir duygu durum bozukluğu olarak tanımlanmaktadır. Depresyondaki insanlar bazı kararlar alırken zorlanırlar ve bunun sonucunda karşılıklarına çıkan sorunlara karşı kendilerini suçlama eğiliminde bulunurlar. Ancak depresyon önemli seviyedeysen; uyku düzeninin bozulması, yemek ve cinselliğe karşı duyulan isteğin azalması ve ya tamamen bitmesi şeklinde seyredebilmektedir. Düşünme ve konsantrasyon gibi bilişsel yetilerde ağırlaşma ve zorluk izlenebilmektedir. Kendini öldürme düşünceleri ve bu düşünceleri eyleme dökme görülebildiği için bireyin hayatını ciddi düzeyde etkileyen ciddi bir sağlık problemidir.<sup>15</sup>

Depresyon olağan, geçici, anlık bir duygudan bir rahatsızlığın herhangi bir semptomu ya da tam olarak bir psikiyatrik rahatsızlık olarak kabul edilmeye kadar çoğu şeyi içine alabilen bir tanım olarak karşımıza çıkmaktadır.<sup>16</sup> Depresyon, bireylerde görülen üzüntülü, isteksiz, mutsuz, kötümser, umutsuz, keyifsiz olma ve buna benzer emosyonların çoğu bireyin hayatında çoğu kez yaşadığı emosyonlar olması sebebiyle depresyonun tanınmasında negatif doğrultuda etkilenmesine sebep olmaktadır.<sup>17</sup> Bundan dolayı başta aileler olmak üzere ve toplumdaki diğer bireyler tarafından depresyonun bir rahatsızlık olarak görülmemesi ilginç değildir.<sup>18</sup>

Bireylerin çoğu depresif bir duygu durumu ve ya depresif semptomlardan biri ya da daha fazlasıyla günlük hayatlarını sürdürebilmektedirler. Diğer bir söyleyişle, depresif duyguların ve ya depresif semptomlardan biri ya da daha fazlası birçok bireyin günlük hayatında yer almaktadır. Bu tip bireyler mevcut durumlarından şikâyet ederler, şikâyetlerini mimikleriyle, davranışlarıyla, kelimeleriyle dile getirirler, ancak günlük hayatlarını devam ettirebilmektedirler. Bazı bireyler bazı zamanlarda durağan, isteksiz, ilgisiz olurlar. Sabahları uyanmak, ev işleriyle uğraşmak, işlerine gitmekte

---

<sup>14</sup> Yusuf Alper, **Bütün Yönleriyle Depresyon**, Gendaş A.Ş., İstanbul, 1999, ss. 19-25.

<sup>15</sup> Zeynep Gülberk Kuzu Gür, **Çalışan Evli Kadınların Evlilik Uyum Düzeyleri İle Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2017, s. 7,8, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>16</sup> Alper, a.g.e., ss. 25-31.

<sup>17</sup> Özmen, a.g.e., s.8,9.

<sup>18</sup> Irvin David Yalom ve Ira David Glick, **Depresyon Terapisi**, Yasemin Engin, Prestij Yayınları, İstanbul, 2012, s. 24.

isteksizdirler. Kimileri de çabuk sinirlenip, evinde ailesiyle, iş hayatındaki arkadaşlarıyla geçinmekte zorluk çekmektedir. Çevresindeki insanlarla çoğu zaman tartışır ve kavga etmektedir. Karısı, arkadaşları gibi birçok kişi onu geçinemeyen ve huysuzluk yaratan bir birey olarak nitelendirmektedir. Bunlara dayanarak, bireyin günlük hayatında depresif semptomlardan biri ve ya daha fazlasıyla iç içe olduğu söylenmektedir. Burada mühim olan, semptomların var olması değil, semptomların şiddet, yoğunluk ve zaman bakımından depresyonu oluşturmasıdır.<sup>19</sup>

Diğer yandan da, hafif düzeydeki kısa süren depresyon gerçekte uzun süreli bakıldığında normal ve uyumu sağlamaya yönelik olabilir, zira depresyonun gerçekleştirdiği iş, yoğunlukla bireylerin normalde uzaklaşacağı hayallerle, fikirlerle ve emosyonlarla yüzleşmesidir ve diğer yandan da genel olarak kendini sınırlandırıcıdır. Bireyleri yavaşlatan hafif düzeyde depresyon kimi zaman ulaşılmaz amaçların peşinde çok fazla enerji ve zaman harcamayı engellemektedir.<sup>20</sup>

### **1.1.3. Depresyon Belirtileri**

#### **1.1.3.1. Doyumsuzluk, İlgisizlik ve İsteksizlik**

Bireyin daha önce ilgili olduğu, zevk duyduğu, haz aldığı insanlara, nesnelere, durumlara karşı ilgisiz ve isteksiz kaldığı görülmektedir. Günlük hayattan, yaşantıdan tatmin olmamaktadır. Bu durum doyumsuzluk duygusunu beraberinde getirmektedir.<sup>21</sup>

Depresyondaki kişiler çevresinin zorlamasıyla ve kendisini zorlayarak birtakım şeyleri gerçekleştirse bile bunlardan haz duymazlar. Hafif düzey depresyonda birey gerçekleştirdiği işe kendisini veremez ve olağan aktiviteler geçmişteki gibi ilgisini çekmez. Bazı şeyleri gerçekleştirdiğinde ise kısa zamanda canının sıkıldığı görülmektedir. Depresyon şiddeti yükseldikçe birey sıklıkla yerine getirdiği günlük aktivitelerden bile kaçınır ve bunlara karşı isteksizlik duyar.<sup>22</sup>

#### **1.1.3.2. Neşesizlik, Karamsarlık ve Kötümserlik**

Neşesizlik duygusu depresyonun, dert ve gam doğrultusunda yükselmiş olan emosyonel durumunun önemli bir yansımasıdır. Şiddetli depresyona sahip birey fıkradan, komediden, şakadan hoşnut olmaz, zevk ve haz duymaz. Diğer insanların eğlenmesine tebessümüne alınır, öfkelenir, incinir. Hatta düşmanca tavır ve öfkeli, şiddetli davranışlar göstermektedir. Özellikle fikir bozukluklarıyla beraber seyreden

<sup>19</sup> Köknel, a.g.e., ss. 15-17.

<sup>20</sup> James N. Butcher vd., **Anormal Psikoloji**, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2013, s. 419.

<sup>21</sup> Köknel, a.g.e., s. 59,60.

<sup>22</sup> Özmen, a.g.e., s. 51.

şiddetli depresyona sahip bireyler yapılan şakaları ve komiklikleri kendisine karşı zarar verici, öfke dolu bir girişim olarak algılamaktadır.<sup>23</sup> Karamsar düşünce, kötümser düşünce, yalnızlık, mutsuzluk, dertlilik, umutsuzluk gibi duygulanımları içinde barındıran dertlilik hali, algılanan acıya doğru orantıda yükselmiş olan duygulanımdır.<sup>24</sup> Ayrıca yoğun bir üzüntü hissine sahip olmak, üzüntüyle paralel seyreden sıklık duygu durumu da depresyonun bazı belirtilerindedir.<sup>25</sup>

#### **1.1.3.3. Dikkatsizlik, Kendini Düşük Değerlendirme ve Unutkanlık**

Depresyona sahip bireyler sık sık dikkatleri dağıldığından konsantrasyon güçlüğünden şikayet ederler. Bu bireylerde seçici dikkatsizlik görülmektedir. Dikkati dağınık olan hastalar dikkatini belirli bir kişiye, duruma, nesneye odaklayamamaktadırlar. Bu belirtilere bellek yanlışları, hatırlamada güçlük, unutkanlık eklenir. Depresyona sahip olan hastalar çoğu zaman gördüklerini, duyduklarını, planlarını, okuduklarını, tanımış olduğu kişileri hatırlamakta güçlük yaşadıkları için şikayet etmektedirler. Duygulanım ve zihinsel aktivitelerdeki değişimler, depresyonlu bireylerin kendilerini düşük değerlendirmelerine neden olmaktadır.<sup>26</sup>

Depresyonlu bireyler herhangi bir işe yaramadıklarını, bireylerin kendileri için emek sarf etmeye değmez kişiler olduklarını düşünmektedirler. Bu bireyler başarılarını görmezden gelir ve küçümseyerek, geçmişteki başarısızlıklarını ön plana çıkarır.<sup>27</sup> Hatırlamada zorluk ve unutma benzeri şikayetlerle beraber organik bir hafıza bozukluğu yoktur. Bir konu, durum ve olaya konsantrasyonlarını yoğunlaştırmada zorlandıkları görülmektedir. Yoğun üzüntü ve konsantrasyon güçlüğüne bağlı işlevselliği bozacak boyutlarda unutkanlık olabilmektedir.<sup>28</sup>

#### **1.1.3.4. Geleceğe İlişkin olumsuz Beklentiler ve Kendini Suçlama**

Depresyonlu bireyler şuan ki karamsarlıkları, olumsuzlukları ileriye yönelik negatif beklentilere, sonuçlara yol açar. Genelde depresyonlu bireylerde görülen intihar fikirleri, eğilimleri ve girişimleri negatif beklentiler nedeniyle ortaya çıkmaktadır.<sup>29</sup> Bireyler fiziksel, ruhsal ve toplumsal bütün semptomların, yakınmaların, problemlerin gelecekte de olacağını, hatta giderek kötüleşeceğini

---

<sup>23</sup> Köknel, a.g.e., s. 60,61.

<sup>24</sup> Tayfun Doğan, *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Zeka Düzeylerinin Depresyon ve Bazı Değişkenlerle İlişkisinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya Üniversitesi, Sakarya, 2006, s. 8 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>25</sup> Şahin, a.g.e., s. 15.

<sup>26</sup> Köknel, a.g.e., s. 61,62.

<sup>27</sup> Özmen, a.g.e., s. 51.

<sup>28</sup> Kapucu, a.g.e., s. 14,15.

<sup>29</sup> Köknel, a.g.e., s. 62,63.

düşünürler.<sup>30</sup> Depresyonlu bireyler üst benliğin gaddar, cani, sert, katı değer hükümleriyle durmadan benliklerini, karakterlerini ve kişiliklerini eleştirir ve suçlarlar.<sup>31</sup> Hafif düzeyde depresyonda bireyler şuan ki durumlarının kendi suçları olduğunu varsayar, çoğu kez geçmiş yaşantılarında kendilerini eleştirecek ve suçlayacak bir olay bulurlar.<sup>32</sup>

#### **1.1.3.5. Kararsızlık ve Kuşku**

Depresyonlu bireyler karar alırken güçlük çekerler, kararsızlıkta bocalar dururlar. Bu bireyler eksik, yanlış karar almaktan korkarlar. Kararsızlık bireylerin yaşamını bütün yönleriyle etkiler. Genellikle yapılan günlük aktivitelerin yerine getirilmesi bile olanaksız hale gelir. Depresyonlu bireyler karar verme becerilerini tamamıyla kaybettiklerine inanırlar. Rastgele gelişen bir olay karşısında karar vermek ve bunu denemek dahi istemezler.<sup>33</sup>

#### **1.1.3.6. Azalan Güdülenme**

Depresyonlu bireyler güdülenme hafiflemiştir. Bu hafifleme depresyonun önemine ve gücüne göre, toplumsal güdülerden fizyolojik, biyolojik ve bedensel güdülere yönelik olmaktadır. Bu bireylerde; ev hanımları ev uğraşları, yemek pişirmek, iş adamı işe gitmek ve çalışmak, çocuklar ise okula gitmek istemez. Orta ve ciddi dereceye sahip depresyonlu bireyler sorumluluklarını işlerini hatta beslenme, yeme, içme gibi fizyolojik ihtiyaçlarını yerine getirmeyebilir.<sup>34</sup>

#### **1.1.3.7. Yanılsamalar ve Varsanılar**

Depresyonlu bireylerde gerçek, objektif ortamın algılanmasında kişisel algı önemli derecede rol oynamaktadır. Bu nedenle yanılsamalar ortaya çıkmaktadır. Bu kişiler objeleri, durumları, dokunduklarını, gördüklerini ve duyduklarını yanlış biçimde algırlar. Bazı zamanlarda yanılsamalar, varsanıllara ve ya sanrıllara dönüşebilmektedirler. Böylelikle birey etrafını uyarıcı olmadan algılamaktadır. Diğer bir deyişle objesiz algılama vardır.<sup>35</sup>

---

<sup>30</sup> Kapucı, a.g.e., s. 14,15.

<sup>31</sup> Köknel, a.g.e., s. 62,63.

<sup>32</sup> Özmen, a.g.e., s. 52.

<sup>33</sup> Köknel, a.g.e., s. 63,64.

<sup>34</sup> Köknel, a.g.e., s. 64.

<sup>35</sup> Köknel, a.g.e., s. 64,65.

### 1.1.3.8. Düşünce Bozuklukları ve Hezeyanlar

Hezeyan ve düşünce sapmalarının meydana gelmesi, depresyonun yoğunluğuna ve semptomların görülme sıklığına dayalı olarak düşünce içeriğinin çeşitli oranda zedelenmesiyle gerçekleşmektedir. Küçüklük, hipokondriyak, ölmezlik, kendini suçlama, düşmanlık, suçluluk ve dini hezeyanlar depresyonda çok sık görülen hezeyanlardandır. Eksiklik duygularından meydana gelen kovuşturulma hezeyanları, kanser ve ya kanser kadar ciddi başka bir rahatsızlığa tutulmuş olduğuna dair bedensel hezeyanlar, nihilistik gibi birden yok olacağına ilişkin hezeyanlar ve birden bütün mal varlığını kaybedeceğine dair gibi düşünceleri barındıran fakirleşme hezeyanları da ortaya çıkabilmektedir.<sup>36</sup>

### 1.1.3.9. Bedensel Yakınmalar ve Ağrılar

Depresyonlu bireylerde bedensel rahatsızlıklarla açıklanamayan beden ağrılarına sık sık rastlanmaktadır. Bu rahatsızlıklar arasında en sık gözlenenler; baş ağrısı, bel ağrısı, eklem ağrısı, göğüs ağrısı, sırt ağrısı gibi ağrılar bulunmaktadır.<sup>37</sup>

### 1.1.3.10. Anksiyete (bunaltı) ve Gerginlik

Bunaltı, sıklık, ehvam, ürperme, kasılma ve ya rahatlayamama gibi duygular depresyonlu bireylerde çok sık rastlanmaktadır. Depresyonlu bireyler depresyondan öncesine göre daha sık ve kızmaya, bağırma ve kolay parlamaya yatkınlık gösterirler.<sup>38</sup> Kimi zaman insanlarda sıkıntı ve huzursuzluk olabilir. Ancak depresyonu olan bireylerde bu yakınmalar uzun süreli ve şiddetli olarak ortaya çıkmaktadır. Birçok hasta sabah sıkıntı eşliğinde uyanmaktadır. Depresyonu olan bireylerin sabah sıkıntıları sürekli ve bezdiricidir. Depresyonlu bireyler, gün boyunca belirli zamanlarda, özellikle ikindi saatlerinden akşam saatlerine doğru rahatlamaktadırlar. Depresyon geçiren bireylerin büyük bir bölümü kendilerini gergin hisseder ve tanımlarlar. Küçük bir üzüntü sonucunda gerildikleri gibi üzücü bir durum olmasa dahi genel olarak gergindirler.<sup>39</sup>

### 1.1.3.11. Fizyolojik Belirtiler

İştah kaybı, kiloda azalma negatif duygu durumla ilişkili olarak çoğunlukla görülmektedir. Aşırı yemek yeme ve şişmanlama az da olsa görülebilmektedir. Enerji yetersizliği, hemen yorulma ve halsizlik cinsel istekte ve ilgide düşüş ve cinsel

<sup>36</sup> Kapucı, a.g.e., s. 14,15.

<sup>37</sup> Özmen, a.g.e., s. 52.

<sup>38</sup> Özmen, a.g.e., s. 53.

<sup>39</sup> Oğuz Tan, *Depresyon*, Timaş Yayınları, İstanbul, 2015, s. 25,26.

aktiviteden zevk almama görülebilmektedir. Depresyonlu bireylerde hem kadın ve hem erkekte cinsel işlev sorunlarına neden olması evrensel olarak kabul edilmektedir. Libidonun eksilmesi veya tamamen kaybolması erkeklerde görülürken, kadınlarda alaka ve haz olmaksızın cinsel aktivitenin sürdürülmesi erkeklerin aksine olasıdır.<sup>40</sup>

Uyku sorunları; uykuya dalmada zorluk, uykunun çok sık bölünmesi, sabahları çok erken kalkma, yeniden uykuya dalmada güçlük görülebildiği gibi alışkanlıkların çok üstünde sabah saatlerinde uyuma ve uyuyakalma görülebilmektedir.<sup>41</sup>

Çarpıntı, soluk almada zorluk, kan basıncında bozulmalar, yutkunamama, ateşin yükselmesi ve aşırı terleme veya gerginlik, uyuşmalar, karıncalanmalar ve bunaltı gibi emosyonel semptomların fiziksel sonuçları arasında yer almaktadır.<sup>42</sup>

#### 1.1.4. DSM-5' e Göre Majör Depresyon Bozukluğu Tanı Ölçütleri

DSM-5'in başlıca hedefi, uzman klinisyenlere, hasta bireylerin ruhsal rahatsızlıklarının tanısında, olguların kavramsallaştırılması ve değerlendirilmesi esnasında yardımcı olmak, her hastaya özgü belirli bir tedavi planı yapılmasını sağlamaktır.<sup>43</sup>

DSM-5'e göre majör depresyon bozukluğu tanısı için aşağıdaki maddeler dikkate alınmalıdır.

1. İki haftalık süre içinde, aşağıda belirtilmiş olan semptomların beş tane ve ya daha fazlası görülmüştür ve önceden var olan işlevsellik seviyesinde değişiklik yaşanmıştır; bu semptomlardan en az bir tanesi çökkün duygu durum veya ilgisini kaybetme veya zevk almamadır.
  - a. Çökkün duygu durum, hemen hemen her gün, günün geniş bir kısmında bulunur ve bu olayı ya bireyin kendisi ifade eder ya da bu olay başkalarının gözlemlenir.
  - b. Bütün ve ya hemen hemen bütün aktivitelere karşı ilginin belirgin bir biçimde azalması ve ya aktivitelerden haz almama durumu, hemen hemen her gün, günün önemli bir kısmında bulunur.
  - c. Kilosunu azaltmaya çalışmıyorken fazla kilo verme veya kilo alması veya hemen hemen her gün, yemek yeme isteğinde düşüş veya iştahında artma.

---

<sup>40</sup> Kapucı, a.g.e., s. 14,15.

<sup>41</sup> Erdal Hamarta, *Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerindeki Bazı Değişkenleri (Benlik Saygısı, Depresyon Ve Saplantılı Düşünme) Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2004, ss. 48-51 (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**).

<sup>42</sup> Kapucı, a.g.e., s. 15,16.

<sup>43</sup> Amerikan Psikiyatri Birliği, Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı, Beşinci Baskı(DSM-V), Ertuğrul Köroğlu, Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2014, s. 3.



- d. Hemen hemen her gün, uykusuzluk yaşama veya çok fazla uyuma.
  - e. Hemen hemen her gün, ajitasyon veya yavaşlama.
  - f. Hemen hemen her gün, değersizlik veya çok fazla ya da uygun olmayan suçluluk emosyonları.
  - g. Hemen hemen her gün, bitkinlik veya içsel enerjinin kalmaması.
  - h. Hemen hemen her gün, düşünmekte ve ya dikkati odaklamakta zorluk yaşama ve ya kararsızlık yaşamak.
  - i. Sürekli tekrarlayan ölüm fikirleri, özel hareket planlamaksızın yineleyici intihar fikirleri ve ya intihar girişimi ve ya intihar için özel bir hareket planlama.
2. Bu semptomlar klinik açıdan gözlenen bir bunaltıya ve ya toplumsal, iş hayatında ve ya diğer önemli işlevsellik ortamlarında işlevsellikte azalmaya yol açar.
  3. Bu süreç, bir nesnenin ve ya diğer bir sağlık durumunun fizyolojik olarak etkilerine bağlanamaz.<sup>44</sup>

### **1.1.5. Depresyonu Açıklayan Kuramlar**

#### **1.1.5.1. Psikanalitik Kuram**

Sigmund Freud 1917'de "Yas ve Melankoli" isimindeki bildirisini yayınlamıştır. Yayınladığı bildiride birkaç melankoli hasta vakası üzerinde çalışmalarını belirterek verilerinin genel yorumundan uzak durmuştur.

Sigmund Freud melankolinin semptom ve belirtilerini detaylı şekilde bir araya getirmiş ve aşağıda belirtilen görünümü anlatmıştır.

- Yoğun bir keder, acı ve yas duygusu
- Dış dünyayla, çevreyle ilgi ve ilişkisinin kopması
- Alaka ve sevginin kaybolması
- Aktivitelerde azalma
- Öz saygının ve ya öz eleştiri duygusunun tamamıyla kaybolması ve ya azalması
- Kendini cezalandırıcı ve düşünce içeriği.

Sigmund Freud melankoli hastalarının öyküsü altında yatan içsel durumu ve koşulları araştırarak, yas sürecinde olduğu gibi, melankoli vakalarının da ortaya çıkmasında sevilen bir bireyin ve ya nesnenin kaybedilmesinin ciddi bir rol oynadığını savunmuştur.<sup>45</sup>

<sup>44</sup> Amerikan Psikiyatri Birliği, a.g.e., ss. 92-96.

<sup>45</sup> Köknel, a.g.e., s. 178,179.

Sigmund Freud ve meslektaşı olan Karl Abraham sevilen bir bireyin kaybında yas tutan kişinin, gelişim evrelerinde olan oral döneme gerilediğini ve kaybedilen bireyi iç dünyasına yansıttığını ve ya iç dünyasına aldığı, kaybedilen bireye duyulan tüm duyguları kişinin benliğine karşı hissettiğini savunmuştur. Öfke ve saldırganlığın bu emosyonlar içinde var olduğu düşünülüyordu, fakat Freud'a göre sevdiğimiz kişilere yönelik bilinçdışımızda negatif duygular besleriz ve bu negatif duyguların nedeni, kısmen, sevdiklerimizin bizim üstümüzde bir etkiye sahip olduklarıdır. Bunlar da dinamik psikolojiye göre depresyonun içe dönük saldırganlık, öfke olduğu fikrini ortaya çıkarmıştır.<sup>46</sup>

Bazı psikanalistler ise depresyonun kayba duyulan öfkenin kendine yönelmesinden değil de libodonun engellenmesi sonucu ortaya çıktığını savunmaktadırlar.<sup>47</sup>

Bazı psikanalistlere göre de sevdiği birey tarafından terk edilmişlik duygusuna sahip kişilerin depresif olduğu düşünülmektedir.<sup>48</sup>

#### 1.1.5.2. Bilişsel Kuram

Bilişsel kuram; yanlış bilişsel aşamaları, ruhsal problemlerin açıklanmasında kullanır. En çok rastlanan ruhsal problemlerden birisi olan depresyon çoğu bilişsel kuram tarafınca açıklanmaya ve anlamlandırılmaya çalışılmıştır. En değerli bilişsel kuramlardan birisi de Aaron Beck'in bilişsel kuramıdır.<sup>49</sup>

Aaron Beck'e göre psikolojik problemlerin kaynağını bilgi işleme süreci esnasında ortaya çıkan hatalı ve yanlış işlemler bulunmaktadır.<sup>50</sup>

Depresyonun oluşmasında bilişsel yaklaşım dört ana öge üzerinde durmuştur. Bu öğelerden ilki olumsuz üçlü; kişinin kendisiyle alakalı düşüncelerinin beceriksizlik, yetersizlik, değersizlik gibi olumsuz duygulardan oluşmasıdır. Kişinin çevresine karşı olumsuz bir tutum içinde olması son olarak kişinin geleceğinin olumsuzluklar ve başarısızlıklarla dolu olduğuna inanmasıdır.

İkinci olarak; negatif fikirlerin kendiliğinden oluşmasıdır. Otomatik düşünceler kişinin iradesi dışında düşünülmeden ve planlanmadan kendiliğinden ortaya çıkar.

---

<sup>46</sup> Butcher, a.g.e., s. 446,447.

<sup>47</sup> Feray Kırdök, *Boşanmış Ve Boşanmamış Ebeveyn Sahip Bireylerin Depresyon, Aleksitimi Ve Öfke Düzeylerinin İlişkisi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2017, s. 18 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>48</sup> M. Orhan Öztürk, *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, Nobel Tıp Kitabevleri, Ankara, 2004, s. 311.

<sup>49</sup> Gözde Feride Süslü, *Ailesel Akdeniz Ateşi Tanısı Almış Bireylerin, Depresyon Düzeyleri, Yeti Yitimi Ve İntihar Olasılığının İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2017, s. 27 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>50</sup> Haluk Arkar, "Beck'in Depresyon Modeli ve Bilişsel Terapisi", *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 1992, Cilt: 5, 1-3, ss. 1-3.

Üçüncü olarak; bilgi kodlama ve algılamının sistematüğinde yanlışların olduğu görölmektedir. Bu sistematik yanlışlar; abartma, kişiselleştirme, yoğun genelleme, küçümseme hep ya da hiç tarzı fikir yürütme ve dayanağı olmayan çıkarsama şeklindedir.

Dördüncü olarak da depresyonda birincil işlevselliğı bulunmayan şemalar ve fikirlerin bulunmasıdır.<sup>51</sup>

#### **1.1.5.3. Davranışçı Kuram**

Davranışçı yaklaşım depresyonu harekete geçiren pozitif pekiştireçler, genellenmiş davranış azalmasına ilişkin sönme kavramlarıyla anlatılmaya çalışılmıştır.<sup>52</sup>

Süslü 'nün bildirdiğine göre; Skinner depresyonu pozitif ve sosyal pekiştireçlerin azalmasıyla bireyin davranışlarında oluşan değışikliğı sönme olarak adlandırmıştır. Yeterli seviyede pozitif pekiştireç var olmaması davranışçı yaklaşıma göre depresyonun temel taşlarını oluşturmaktadır.<sup>53</sup>

Akrabaları tarafından gösterilen yakınlık ve ilgi depresyondaki bireyler için kuvvetli bir pekiştireçtir. Pekiştirmenin giderek azalmasıyla sonuca ulaşan bu olay bireyin sosyal ve çevresel mutsuzluğunun ve yalnızlığının artmasına neden olabilmektedir.<sup>54</sup>

#### **1.1.5.4. Kişilerarası Kuram**

Kişiler arası yaklaşım depresyonu temelde üç yapı şeklinde görmektedir: Sosyal-kişilerarası yaşam, karakter, semptomlar. Bireyde var olan depresif semptomların sıralanması, ilerde bireyin sahip olduğu sosyal alanın anlaşılması gerektiğini vurgular. Sosyal stresörler bireyin depresyona karşı duyduğu hassasiyeti yükseltmesine karşı sosyal yardımın ve desteğın depresyondan koruyucu bir etkisi olduğu söylenebilir.<sup>55</sup>

Bireyler arası etkileşim ve sosyal ilişkilerde depresyonun ortaya çıkmasına işaret eder. Bunların bazıları; emekli olma, evliliğı bitirme, iş hayatı sorunları, sevilen kişiyi yitirme, yakın olduğu kişiyle ilişkisel sorunlar olarak sayılabilir ve arttırılabilirler.<sup>56</sup>

---

<sup>51</sup> Kuzu Gür, a.g.e., s. 10,11.

<sup>52</sup> Süslü, a.g.e., s. 25,26.

<sup>53</sup> Süslü, a.g.e., s. 26,27.

<sup>54</sup> Süslü, a.g.e., s. 27.

<sup>55</sup> Süslü, a.g.e., s. 28.

<sup>56</sup> Süslü, a.g.e., s. 29.

### 1.1.5.5. Çaresizlik ve Umutsuzluk Kuramları

Seligman ve iş arkadaşları öğrenilmiş çaresizlik kuramını geliştirmiştir. Geliştirdikleri kuramın hipotezine göre insanlar ve ya hayvanlar nahoş durumları kontrol edemediklerini gözlemediklerinde çaresiz durumda olduklarını görebilirler. Bu durumda ileride tepki vermeye çabalamada isteksiz olmalarına neden olur ve edilgenlik ve depresif semptomlar gösterirler.<sup>57</sup>

Butcher 'in bildirdiğine göre; gözlemediği canlılardaki depresif görüntü Seligman'ın ilgisini çekmiş ve buna istinaden de depresyonda öğrenilmiş çaresizlik yaklaşımını ortaya atmıştır.<sup>58</sup>

Seligman bireylerde bir takım depresyon çeşitlerinin altında öğrenilmiş çaresizlik yatabileceğini ileri sürmüştür.<sup>59</sup>

### 1.1.6. Depresyonun Nedenleri

#### 1.1.6.1. Biyolojik Nedenler

Depresyonun ortaya çıkmasında biyolojik nedenlerin rolü oldukça fazladır. Buna bağlı olarak nöradrenalin ve serotoninin azalması depresyonun oluşumunda büyük rol oynamaktadır.<sup>60</sup>

Diğer bir biyolojik sebep farklı hormon bozukluklarıdır. Çoğunlukla depresyonlu bireylerde hipofiz bezlerinden aşırı derecede salgılanan ACTH, adrenal bezlerinden yoğun kortizol salınımının ortaya çıkmasına neden olmakta ve bu olayda bireylerde depresyonun görülmesine sebep olmaktadır.<sup>61</sup>

Aynı zamanda kalıtsal yatkınlıklar da duygu durum bozukluklarının oluşumunda etkisi belirgin şekilde gözlenmiştir. Ancak kalıtımla doğrudan geçmesinin kanıtları bulunmamaktadır. Fakat bu olay, doğrudan geçiş gibi değerlendirilmemekte ve bireylerde genetik niteliklere eklenen farklı stres yaratıcı yaşamsal olaylar farklı biyolojik ve ya psikodinamik faktörlerle birlikte rahatsızlığın yüzeye çıktığı söylenmektedir.<sup>62</sup>

Yapılan bazı genetik araştırmalarda ikizler arasında depresyona yatkınlık arasında bağı benzerliği görülmüştür. Tek yumurta ikizlerinin birisi depresyondaysa

---

<sup>57</sup> Butcher, a.g.e., s. 451.

<sup>58</sup> Butcher, a.g.e., s. 452.

<sup>59</sup> Butcher, a.g.e., s. 453.

<sup>60</sup> Alper, a.g.e., s. 35.

<sup>61</sup> Alper, a.g.e., s. 36.

<sup>62</sup> Alper, a.g.e., s. 37.

diğerinin depresyonda olma olasılığı %65'tir. Çift yumurta ikizlerine yapılan araştırmada ise bu oran sadece %14'tür.<sup>63</sup>

Yapılan diğer bir araştırmada ise sürekli depresyon geçiren bireylerin birinci dereceden olan akrabalarının depresyona yakalanma riski popülasyondaki diğer insanlara göre iki üç kat daha fazla olduğu belirtilmiştir.<sup>64</sup>

Ayrıca bireyin beyninde yapısal ve ya işlevsel bir takım değişikliklerin var olduğu gözlemlenmişse de bu veriler çok tartışmalıdır ve rahatsızlığın nedeni mi yoksa sonucu mu olduğu net değildir.<sup>65</sup>

Bunlara ek olarak doğum öncesi, doğum ve doğum sonrasında oluşan lohusalık süresinde yaşanan olumsuz olaylar depresyonu etkileyebilmektedir. Kadınlarda menapoz dönemi, mevsimsel farklılıklar, bir takım ilaçlar, bazı hastalıklar da depresyona temel oluşturabilmektedir.<sup>66</sup>

### 1.1.6.2. Psikolojik Nedenler

Depresyonu yalnızca biyolojik sebeplerle açıklamak doğru değildir. Sadece biyolojik sebeplerle meydana gelen depresyonlar olsa da birden fazla sebeple oluşmuş depresyonlar da olabilmektedir. Farklı yaşamsal etkenler; yakın kişinin kaybı, ekonomik ve işi hayatında sıkıntılar, bireyin sosyal statüsünü ve gururunu zedeleyen olaylar da depresyona neden olabilmektedir.<sup>67</sup>

Depresyonu anlatmaya çalışan analitik kuram benliğinin kendisine verdiği önemi koruyabilmesi için, bireyin kendisinden bir takım beklentileri ve amaçları gerçekleştirebilmesi gerektiğini söylemektedir. Bedensel bir rahatsızlık, meslek yaşamındaki bir takım başarısızlık, aile içi anlaşmazlıklar ya da diğer bir yaşam olayı sebebiyle benlikte beklentilerinin ve ya amaçlarının gerçekleşmeyeceği veya bunları başaramayacağı ve yerine getiremeyeceği duygusu ortaya çıkmaktadır. Hayallerini başaramayacak olma düşüncesine sahip bireyde çaresizlik ve zavallılık duyguları gelişir, bireyin kendisine verdiği değer azalır ve sonucunda depresyon ortaya çıkar.<sup>68</sup>

Diğer yandan ruhsal bozukluklara karşı yatkınlıkların da kişilerin kişilik yapıları, bozuklukların belirleyicisi olabilmektedir. Genellikle, çoğu kişiyi mutlu etmeye, başkalarını incitmemeye, iyilik yapma eğilimi fazla olan, çok narin, temiz, çevresindekilere düşkün olan, sorumluluk anlayışı gelişmiş, kişinin kendisinden ve

---

<sup>63</sup> Cüneyt Evren ve Kültegin Ögel, "Alkol/Madde Bağımlılarında Dissosiyatif Belirtiler ve Çocukluk Çağı Travması, Depresyon, Anksiyete ve Alkol/Madde Kullanımı ile İlişkisi", *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2003, Cilt: 4, 30-37, s. 35.

<sup>64</sup> Kuzu Gür, a.g.e., s. 9.

<sup>65</sup> Alper, a.g.e., s. 38.

<sup>66</sup> Burçin Acar, *Depresyon*, Adeda Yayıncılık, İstanbul, 2013, s. 28.

<sup>67</sup> Alper, a.g.e., ss. 38-41.

<sup>68</sup> Özmen, a.g.e., ss. 44-47.

çevresindekilerden fazla beklentisi olan, gururuna düşkün, mükemmeliyetçi, oral bağımlı, öfkesini kontrol edebilen, ani duygusal davranışlar gösteren, kişilik nitelikleri histerik olan, içine kapanık ve fazla meraklı kişiler genelde çökkünlük yaşamaya yatkın kişilerdir.<sup>69</sup>

### 1.1.6.3. Sosyal Nedenler

Depresyon ile psiko-sosyal stres etkenleri arasındaki bağı inceleyen çalışmalarda bir takım yaşamsal etkenlerin depresyonun tetiklenmesiyle bağlantılı olabileceği düşünülmektedir ancak genel bir kanıya varılamamıştır. Yineleyen bir rahatsızlık olan depresyonun ilk görülen atağın yaşamsal bir olay sonrası başlaması daha sonraki ataklara istinaden daha fazla görülen bir olaydır. Ancak depresyonun başlamasına sebebiyet veren yaşam olayları çoğunlukla özgül değildir, yani bu yaşamsal olaylar toplumdaki diğer bireylerde depresyon başlamasına sebep olmaz; fakat ruhsal ve biyolojik yatkınlık söz konusuysa bozukluk gelişmektedir.<sup>70</sup>

Depresyonun yalnızca biyolojik ve psikolojik etkenlerden dolayı ortaya çıkmadığını aynı zamanda sosyal risk etkenlerinden de etkilendiği ortaya koyulmuştur. Yaşam olayları, bağımsız yaşam ve bağımlı yaşam olayları olarak ikiye ayrılmıştır. Bağımlı yaşam olayları; kişinin de dahil olduğu durumlar iken bağımsız yaşam olayları; kişinin kontrolü olmadan gelişen bir takım olaylardır. Bu doğrultuda yapılan çalışmalar bağımlı yaşam olaylarının bağımsız yaşam olaylarına göre depresyonun ortaya çıkmasında bağımsız yaşam olaylarından daha fazla etkisi olduğu görülmüştür. Bir takım araştırmalar ailesel genetik faktörlerin, depresif ağırlıklı kişilik özelliklerinin, eğitim seviyesinin düşüklüğünün, kadın olmanın, negatif yaşam olaylarının, samimi ilişki azlığının, fiziksel hastalıkların, depresyona temel oluşturduğunu belirtmişlerdir.<sup>71</sup>

## 1.2. KAYGI(ANKSİYETE)

### 1.2.1. Kaygının Tanımı

Modern çağda, bireylerin kaygılanmasına neden olabilecek çok fazla etken vardır. Birey doğduğu andan itibaren, yaşamı boyunca kaygı emosyonunu sıklıkla deneyimlemiştir. Kaygı günlük hayattaki konuşmalarda “endişe” olarak dile getirilmektedir. Ruh sağlığı alanındaki uzmanlar ise kaygı yerine “anxiety” kavramının

---

<sup>69</sup> Müne Aktay, *Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimi ve Depresyonun Yordayıcısı Olarak Bağlanma Stilleri*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Arel Üniversitesi, İstanbul, 2014, s. 31 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>70</sup> Özmen, a.g.e., s. 40,41.

<sup>71</sup> Kara, a.g.e., s. 18,19.

Türkçe anlamı olan “ankiyete” kavramını kullanmaktadırlar.<sup>72</sup> Psikoloji biliminin tarihi gözlemlendiğinde kaygı terimi üzerine gerçekleştirilen çalışmaların büyük bir önemi olduğu görülmektedir. Kaygı adına gerçekleştirilen çalışmalarda kaygının kişilerde hoş görülme his ve duygu olduğu dile getirilmiştir. Kaygı hissedilen tehlikeli olaya karşı hazırlanma süresinde kişinin kendini halsiz algılamasıyla ilişkili olarak yaşanan duygusal bir olayı ifade etmektedir.<sup>73</sup>

Anksiyete(kaygı), nesnel bir durumdan kaynaklanmayan var olan tehlikeye karşı kişinin duyduğu endişe duygusu olarak tanımlanmaktadır.<sup>74</sup> Diğer bir deyişle kaygı kişinin yapısında mevcut sosyal ve psikolojik olaylara karşı verilen duygusal bir davranış olarak tanımlanabilmektedir.<sup>75</sup> Sıklığı ve önemli bazı ruhsal bozukluklara yatkınlığa neden olması sebebiyle önemli ruh sağlığı bozukluklarından biri olarak kabul görmektedir.<sup>76</sup>

Kaygı kaynağı ve ortaya çıkışı bilinçli olmamasına karşın bilinçli bir biçimde hissedilen, birlikteliğinde terleme, sararma gibi fiziksel değişimlerin de gözlemlendiği bir yaşantı biçimi olarak adlandırılmaktadır. Kaygı geleceğe karşı gerginlik ve endişe olayıdır. Tanınmayan ve tanımlanamayan bir tehdidi beklemek kişide kaygı olarak gerginlik ve huzursuzluk yaratmaktadır.<sup>77</sup>

Kaygının başka bir tanımı da normalde korkuyu tetiklemeyecek nitelikteki uyarıcıların belirli korku davranışlarına neden olması halidir. Yani, gerçekte ilişkisi bulunmayan, anlatılması ve anlaşılması imkanı olmayan ve keder verici bir duygulaşımından bahsedilmektedir.<sup>78</sup>

Bütün bireylerin yaşayabileceği en genel ve doğal emosyonlar içinde yer alan kaygı bedensel ve duygusal baskı içindeyken ortaya çıkarılan negatif fikirlerin sonucunda yaşanan negatif tepkilerdir. Önemli bir sınava girmeden önce, bir sunumda, topluluk önünde konuşurken ve ya başlamadan önce önemli bir ameliyattan

---

<sup>72</sup> Betül Uzun, *25-40 Yaş Arası Evli Erkeklerle Evli Olmayan Erkeklerde, Kaygı Düzeyinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2015, ss. 6-8 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>73</sup> Zeynep Öz, *Engelli Çocuğu Olan Anne Babaların Kaygı Düzeyi ve Başa Çıkma Stratejilerinin Değerlendirilmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2018, ss. 22-24 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>74</sup> Tuğrul Gökçe ve Cihad Dünder, “Samsun Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi’nde Çalışan Hekim ve Hemşirelerde Şiddete Maruziyet Sıklığı ve Kaygı Düzeylerine Etkisi”, *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 2008, 15 (1), 25-28, s. 26.

<sup>75</sup> Nergüz Bozkurt, “Bir Grup Üniversite Öğrencisinin Depresyon ve Kaygı Düzeyleri ile Çeşitli Değişkenler Arasındaki İlişkiler”, *Eğitim ve Bilim*, 2004, Cilt:29, 52-59, s. 53.

<sup>76</sup> Gökçe ve Dünder, a.g.e., s. 26.

<sup>77</sup> Başak Tanrıverdi, *İstanbul İli, Küçükçekmece İlçesi’nde Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Durumluluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Ebeveyn Stilleri Arasındaki İlişki*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2015, ss. 23-26 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>78</sup> Mehmet Hakan Başaran, *Sporcularda Durumluluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2008, ss. 25-27 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

önce ve benzeri durumlarda bütün bireylerin her zaman yaşayabileceği, bireyi önemli seviyede etkileyen endişeyi tetikleyen düşünce ve duygulardır.<sup>79</sup>

Kaygılar, edişeler ve korkular genellikle bedensel veya zihinsel bir zararda bulunmaz. İnsanlar kaygıları hissedecek biçimde evrimleşmiştir. Beden ve zihin de bu emosyonlarla başa çıkacak şekilde evrimleşmiştir. Genel olarak bu emosyonlar hayatta kalmamız için ciddi derecede öneme sahip ve anlaşılabilen duygulardır.<sup>80</sup>

Optimal düzeyde kaygı kişinin gelişimine, olgunlaşmasına ve hedefine ilerlemesine ve bu hedefi gerçekleştirmesine hizmet etmektedir. Örneğin sınav için az kaygılanan bir öğrenci yeteri kadar çalışmayarak zayıf not alabilir fakat çok kaygılanan öğrenci de sınav anında çalıştıklarını unutabilir veya kaygıdan çalışamayabilir. Ancak optimal düzeyde kaygılanan öğrenci sınavda diğerlerine göre daha fazla başarı göstermesi olağandır.<sup>81</sup>

Bireydeki kaygı seviyesi, gelişim dönemi içinde sosyal koşullara göre oluşmaktadır. Bireylerin hayatındaki her olay kaygı doğurabilmektedir. Bireylerin olaylara yükledikleri anlamlar, olayları algılama düzeyleri ve kişisel farklılıklar sebebiyle hissedilen kaygı düzeyi bireyler arası farklılık göstermektedir. Kaygı şiddetleri bakımından hafif, orta ve yoğun olarak hissedilebilmektedir.<sup>82</sup>

Kaygı hayatımızın pozitif bir kısmını da kapsamaktadır, ancak yoğun, sürekli ve duruma karşı uygunsuz kaygı hayatımızın olumsuz bir bölümü haline gelmektedir. Bir takım veriler, bireyin yaşadığı kaygının pozitif mi yoksa negatif mi olduğunu belirlememize önemli derecede katkı sağlamaktadır. Eğer bireyin gelişimine olumlu yönde etki sağlıyorsa, bireyi tehlikelerin varlığına karşı uyarıyor ve uygun zamanda doğru şekilde harekete geçmesine neden oluyorsa, hissedilen kaygının olumlu olduğunu söyleyebiliriz. Fakat hissedilen kaygı mantık çerçevesinde değilse ve kaygının yarattığı düşüncelerin rahatsızlık vermesi sebebiyle bireyi etkiliyorsa var olan kaygının olumsuz olduğu söyleyebiliriz. Bu sebeple bireylerin olumlu yönde hareket etmesine olanak veren kaygının var olmasının gerekliliğinden söz edebiliriz. Çünkü bireyi uyanık tutacak ve doğru yönde kanalize olmasına olanak sağlayan kaygı bireyi diğer canlılardan ve farklı hislerden ayırmaktadır.<sup>83</sup> Olumlu kaygı kişiyi toplumda önemli yerlere ulaşmaya motive etmekte ve birşeyler öğrenmeye karşı olan isteği arttırmaktadır. Olumlu kaygı kişi tarafından başarılı bir şekilde yönetilemediğinde ise

---

<sup>79</sup> Öz, 2018, a.g.e., ss. 22-24.

<sup>80</sup> Helen Kennerley, **Kaygı**, Nur Yener, Kuraldışı Yayıncılık, İstanbul, 2017, s. 23,24.

<sup>81</sup> Filiz İmamoğlu, *Kanser Hastalarında Algıladıkları Sosyal Desteğin Depresyon Düzeyleri ve Anksiyete Düzeyleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2016, s. 3,4 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>82</sup> Uzun, a.g.e., ss. 6-8.

<sup>83</sup> Uzun, a.g.e., s. 9.



kişi çok çaba gösterse dahi başarısızlığa uğrayacağını düşünerek kaygının tutsağı durumuna gelecek ve yapabileceğinin çok daha azını gerçekleştirebilecektir.<sup>84</sup>

### 1.2.2. Korku ve Kaygının Ayrımı

Korku ve kaygı günümüzde çoğu kez aynı anlamda kullanılmaktadır. Ancak aynı anlamda değildir. Bireyin kaygı mı, yoksa korku mu hissettiğini öngörmek kolay değildir, çünkü bedensel ve ruhsal dışavurumda kaygı ve korku birbirlerine oldukça benzerdirler. Korku ve kaygı duygularının, kalp atım hızında artma, kas gerilmeleri, kaçma davranışı gibi dışarıdan gözlemlenebilen semptomlarındaki benzerlikler, ortaya çıkmalarından sorumlu düşünsel temeldeki farklılığı önemsememize neden olmaktadır.<sup>85</sup>

Kaygı duygusu olmayan ancak olma ihtimali üzerine düşünülerek tehdit edici olarak algılanan olaya karşı gelişen bir davranıştır. Kaygıyı kişinin içsel şekilde yaşadığı endişe, hayal kırıklığı, usanmışlık, acı, özgüvensizlik zihinsel çatışma gibi duygusal olayları tanımlamak için kullanabiliriz. Kaygı gerçekçiliği bulunmayan bir tehdit karşısında yaşanan genel bir endişe durumudur. Korku ise bireyi tehdit edici durum esnasında bireyin ani ve hızlı tepki sergilemesi ve bu tepkinin olası tehlikenin varlığına ilişkin bireyin yaptığı analizler sonucunda ortaya çıkmaktadır.<sup>86</sup>

Korku ve kaygıyı birbirinden ayıran üç temel özellik bulunmaktadır. Bunlar, kaynak, süre ve şiddettir. Korkunun nedeni bellidir fakat kaygıyı oluşturan belirsizdir. Korku, kaygıya göre daha şiddetli ve etkindir. Korku kısa sürerken kaygı daha uzun seyretmektedir.<sup>87</sup>

### 1.2.3. Kaygı Türleri

Spielberg 1966 senesinde İki Faktör Kaygı Kuramı'nın zeminin ortaya koymuştur. Bu kurama göre "Durumluk ve Sürekli Kaygı" şeklinde adlandırılan iki çeşit kaygı vardır.<sup>88</sup>

---

<sup>84</sup> Abuzer Akgün vd., "İlköğretim Fen ve Matematik Öğretmenliği Öğrencilerinin Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi", *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 2007, Cilt: 6, 283-299, s. 284.

<sup>85</sup> Kadir Özer, *Kaygı Sınanma Duygusuyla Baş Edebilme*, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2002, ss. 8-22.

<sup>86</sup> Selin Öz, *Sigara Kullanan Bireyler İle Kullanmayan Bireylerin Stresle Başa Çıkma Becerileri ve Anksiyete Düzeylerinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Arel Üniversitesi, İstanbul, 2017, s. 11,12 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>87</sup> Öz, 2017, a.g.e., s. 12,13.

<sup>88</sup> Füsün Ekşi, *Rehber Öğretmenlerin Okul İklimi Algıları ile Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi, İstanbul, 2006, ss. 41-48 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

### 1.2.3.1. Durumluk Kaygı

Durumluk kaygı, etrafa bağılı stres etkenleri sebebiyle ortaya çıkan, çoğunlukla mantıksal bir temeli olan, diğer bireyler tarafından sebebi anlaşılabilen ve olayla bağlantılı bir kaygı türüdür.<sup>89</sup>

Bir süre açıklanmayan bir bunaltı veya tam karşılanamayan bir ihtiyaç karşısında düşünülen bir kaygıdır. Bireyin içinde bulunduğu stresli durumlarda endişeli karamsar veya huzursuz olmasını ifade etmektedir. Durumluk kaygı türü: bireyi tehlikede ya da tehdit edici durumlarda veya çevresel etkenler ile ortaya çıkan; sıkıntılar ortadan kalkınca ve ihtiyaçlar giderilince kendiliğinden kaybolan tepki türleridir. Ancak bu tip kaygı devamlılığını gösterdiği zaman ve bireyde ortaya çıkardığı huzursuzluk bakımından önemlidir. Durumla ilişkili kaygı o imkanlar içinde meydana gelmekte ve kişiyi zorlayan olayın son bulmasıyla birlikte kaygıya ilişkin belirtiler de ortadan kaybolmaktadır.<sup>90</sup>

Durumluk kaygı, gerginlik, dert ve tasa ile karakterize, olağan ciddi olayı göstermektedir.<sup>91</sup>

Durumluk kaygı, tehlikeli ve ciddi olarak isimlendirilen olaylar öncesinde veya durumlar esnasında meydana gelen, çoğunlukla mantık çerçevesinde sebeplere bağılı ve sebebi diğer insanlar tarafından da anlaşılabilen kaygıdır.<sup>92</sup>

Stres ortaya çıkaran ve ya tehdit edici etkiler karşısında meydana gelen süreklilik göstermeyen duygusal tepkidir. Kişinin uzun süre kaygı düzeyinin fazla olması durumluk kaygıda yatkınlığın daha fazla etkin olmasını sağlar.<sup>93</sup>

### 1.2.3.2. Sürekli Kaygı

Uyaranlarla ilişkili olmaksızın sürekli mutsuzluk ve huzursuzluk durumu yaratan bir kaygı türüdür, kronik kaygı şeklinde de isimlendirilmektedir. Sürekli kaygı düzeyi yüksekte olan kişilerde negatif düşünceler yoğunluktadır ve incinebilirlik eşikleri oldukça düşüktür.<sup>94</sup>

<sup>89</sup> Necla Öner ve Ayhan Lecompte, *Süreksiz Durumluk/ Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı*, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 1998, ss. 2-15.

<sup>90</sup> Ebru Güngör, *Özel Eğitime Muhtaç Çocukların Anne ve Babalarının Psikolojik İlişki İhtiyaçları İle Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkiler*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2008, ss. 47-58 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>91</sup> Başaran, a.g.e., ss. 27-29.

<sup>92</sup> Başaran, a.g.e., s. 30.

<sup>93</sup> Begüm Yüksel, *Kaygı Belirtilerini Açıklamada Bağlanma, Pozitif ve Negatif Duygu Düzenleme ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkiyi Bütünleyici Model Arayışı*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2014, ss. 2-4 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>94</sup> Öz, 2017, a.g.e., s. 13,15.

Sürekli kaygı, stres oluşturan olayların tehlikeli veya bireyin kendisini tehdit edici olarak algılanması ve bu durumlara karşı anlık emosyonel reaksiyonların aralıkları ve şiddetinin artması ve devamlılık kazanmasıdır.<sup>95</sup>

Sürekli kaygı kişinin kaygıya yakalanma olasılığına olan yatkınlığıdır. Bu duruma, bireyin içinde olduğu olayları genel olarak stresli şekilde algılama veya stresin kendisi olarak yorumlama yatkınlığı da denebilir. Bu tür kaygı düzeyi çok fazla olan kişilerin, kolay bir biçimde çoğu durumda incindikleri ve umutsuzluğa kapıldıkları görülmektedir. Bu kişiler aynı zamanda anlık kaygıyı da diğer insanlara göre daha yoğun ve sık bir biçimde yaşamaktadırlar.<sup>96</sup>

Sürekli kaygı, kişinin içerisinde olduğu olayı stres yaratacak biçimde algılama yatkınlığı olup ayrıca kişinin kaygıya neden olan olaylara karşı eğilimidir.

Bireyin kaygıya eğilimli olması sürekli kaygıyı göstermektedir. Kişi yaşadığı birçok olayı stres yaratıcı şekilde algılama ve yorumlama eğilimi içerisindeydir.<sup>97</sup> Bazı olaylara geçmiş yaşantıda öğrenilen bir takım otomatikleşmiş fikir ve yorum biçiminin çerçevesiyle bakılarak kaygıya sebep olan durumlara dair bir takım fikirleri eşleştirme öğrenilir.<sup>98</sup>

Kişinin güvenliğini uyanan bir olay ve sorun nedeniyle ortaya çıkarak çok uzun süre yaşanan bir kaygıdır. Devamlı kaygı kişinin hayatının tamamını kapsamaktadır. Bu tür kaygıda, kişinin karamsar düşünceleri, stres yaratıcı olaylara karşı aşırı duyarlılığı, sürekli ve yoğun huzursuzluğu, endişe duygusu eğiliminden söz edilebilmektedir.<sup>99</sup>

Sürekli kaygı, bireye ait bir nitelik gibidir, bir takım olaylara göre daha fazla yoğun bir biçimde kendini gösterse de bireyde kaygılı olma olayı her zaman söz konusudur. Devamlı kaygı seviyesi olan bireyler, gerçekten var olan tehlikeyle orantısız tepkiler sergileyebilmektedirler.<sup>100</sup>

Devamlı kaygı, kişinin içinde olduğu mevcut olayla örtüşmeyen ve diğer insanlar tarafından da sebebi ve gerekçesi tam anlamıyla anlamlandırılmayan kaygı türüdür. Bu kaygı seviyesi fazla olan bir kişiler, diğer bireyler tarafından tehdit edici unsur olarak algılanmayan ve rahatsızlık hissedilmeyen ve durumlara da tepki olarak kaygı gösterebilir ve her an olumsuz bir şey olacak beklentisiyle yaşamaktadırlar.<sup>101</sup>

---

<sup>95</sup> Necla Öner, *Türkiyede Kullanılan Psikolojik Testler*, Boğaziçi Yayınları, İstanbul, 1994, s. 45.

<sup>96</sup> Başaran, a.g.e., ss. 30-33.

<sup>97</sup> Öz, 2018, a.g.e., ss. 28-31.

<sup>98</sup> M. Derviş Kılınçkaya, "Atatürk İlkeleri ve İnkılap Tarihi Derslerinde Öğrencilerin Sınav Kaygıları İle Başarıları Arasındaki İlişki", *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2013, Cilt:28, 235-243, s. 238.

<sup>99</sup> Tanrıverdi, a.g.e., s. 33,34.

<sup>100</sup> Acar Baltaş ve Zuhâl Baltaş, *Stres ve Başa Çıkma Yolları*, Remzi Kitapevi, İstanbul, 2008, ss. 172-176.

<sup>101</sup> Adnan Kulaksızoğlu, *Ergenlik Psikolojisi*, Remzi Kitapevi, İstanbul, 1999, s. 33,34.

Sürekli kaygı bireyde donuk bir mutsuzluğu meydana getirmektedir ve bu kaygı biçiminin fazla olduğu kişilerde, davranışların aksamaması, akademik düzeyde başarı düşüşünün ortaya çıkması, yoğunlaşma ve konsantrasyon problemleri, algılama ve anlamlandırmayla ilgili sorunların yaşanması, bireyin çevresiyle olan ilişkilerden kaçınması ve içe kapanıklık gibi semptomlar ortaya çıkabilir.<sup>102</sup>

#### 1.2.4. Kaygı(Anksiyete) Bozuklukları

Kaygı bozukluklarının genel ve en göze çarpan özelliği bireyi işlevsizleştiren seviyedeki gerçek dışı kaygı veya korkulardır. DSM-5'te on ana kaygı bozukluğu şekline yer verilmektedir.

- Ayrılma Kaygısı Bozukluğu
- Seçici Konuşmazlık (Mutizm)
- Özgül Fobi
- Toplumsal Kaygı Bozukluğu (Sosyal Fobi)
- Panik Bozukluğu
- Agorafobi
- Yaygın Kaygı Bozukluğu
- Başka Bir Sağlık Durumuna Bağlı Kaygı Bozukluğu
- Tanımlanmış Diğer Bir Kaygı Bozukluğu
- Tanımlanmamış Kaygı Bozukluğu

##### 1.2.4.1. Ayrılma Kaygısı Bozukluğu

Bireyin evinden ve ya yakın ilişki kurduğu kişiden ayrılma beklentisine ve ayrılmasına aşırı tasalanmadır. Bireyin bağlandığı ana kişileri kaybedeceği ve ya bu kişilerin hastalanacağına yaralanacağına ve ya öleceğine karşı sürekli ve yoğun biçimde kaygı duymasındır. Kişi ayrılacak olma korkusundan dolayı işe, okula veya başka yerlere gitmek için evden uzaklaşmak istemez veya buna karşı koyar. Bireyin bağlandığı kişilerle sürekli birlikte olmak istemesi ve ayrılma söz konusu olduğunda kaygıyla beraber bedensel belirtiler de görülebilmektedir.<sup>103</sup>

<sup>102</sup> Zeynep Karataş, "Ergenlerin Algılanan Sosyal Destek ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi", *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2012, Cilt:9, 257-271, s. 262.

<sup>103</sup> Amerikan Psikiyatri Birliği, a.g.e., s. 113,114.

#### 1.2.4.2. Seçici Konuşmazlık (Mutizm)

Bireyin farklı durumlarda konuşmasına karşı, konuşmasının gerektiği toplumsal olaylarda konuşamamasıdır. Bu konuşamama kişinin eğitim veya iş hayatını olumsuz yönde etkilemektedir.<sup>104</sup>

#### 1.2.4.3. Özgül Fobi

Nesnelerden mantıklı olmayan bir korku basit(özgül) fobi olarak isimlendirilmektedir.<sup>105</sup> Bireyde korku doğuran obje veya olay çoğunlukla her zaman, direkt kaygı veya korku meydana getirir. Kişi korku yaratan olay veya objeden kaçır, terk eder veya şiddetli bir korku yaşayarak bu duruma katlanır. Kişinin nesneye veya olaya gösterdiği yoğun korku diğer insanlara göre orantısızdır.<sup>106</sup> Genel olarak bebeklik veya erken çocukluk çağlarında görülmektedir. Yetişkinlik çağına kadar devam edebilir ve hiç semptomu ortaya çıkmayan bir süreçten sonra tekrar kendini gösterebilmektedir.<sup>107</sup>

#### 1.2.4.4. Toplumsal Kaygı Bozukluğu (Sosyal Fobi)

Kişinin diğer insanların kendisiyle alay edeceği düşüncesiyle sürekli çekinerek davranışlar sergilemesi sosyal fobi olarak tanımlanmaktadır. Kişi diğer insanların kendisini incelemesine ve onların bakışlarına hedef olma korkusu vardır. Bu kişilerde başkaları tarafından denetlenebilen olaylarda veya işlerde alay edilme veya eleştirilme korkusu yaşama ve işten veya durumdan kaçınma görülmektedir. Kişinin asıl endişesi diğer insanların önünde yüz kızartıcı şekilde davranış sergileme korkusudur.<sup>108</sup>

#### 1.2.4.5. Panik Bozukluk

Teşhissel olarak panik bozukluk nedensiz yere kendini gösteren panik atakların olmasıyla nitelendirilerek tanımlanır.<sup>109</sup> Panik bozukluğu olan kişilerde panik ataklar sırasında bazı fizyolojik semptomlar ortaya çıkmaktadır. Bunlar kalbin sert ve hızlı bir şekilde atması, kişide istemsiz titremeler ve sarsılma, ani biçimde terleme, nefes alamama veya boğuluyor gibi hissetme, mide bulantısı veya karın ve çevresinde ağrı, soluğun kesilmesi duyumu, göğüste sıkışma veya ağrı, baş dönmesini takiben ayakta

<sup>104</sup> Amerikan Psikiyatri Birliği, a.g.e., s. 114.

<sup>105</sup> Savitri Ramaiah, *Endişe-Anksiyete Hakkında Bilmek İstediklerimiz*, Hatice Kapudere, Bileşim Yayınevi, İstanbul, 2005, ss. 40-44.

<sup>106</sup> Amerikan Psikiyatri Birliği, a.g.e., s. 115,116.

<sup>107</sup> Ramaiah, a.g.e., s. 44,45.

<sup>108</sup> Ramaiah, a.g.e., s. 53,54.

<sup>109</sup> Butcher, a.g.e., s. 356.

durmada zorluk ve her an bayılacakmış gibi hissetme, ürperme, üşüme, uyuşmalar, gerçekdışılık (derealizasyon) veya kendine yabancılaşma (depersonalizasyon), ölüm ve çıldırma korkusudur.<sup>110</sup>

#### **1.2.4.6. Agorafobi**

Önceki yıllarda agorafobinin “agora”ya karşı olan korkudan ortaya çıktığı düşünölmekteydi. Yunancada “agora” kişilerin toplandığı kamusal bölgeler için kullanılan bir kelimedir. Agorafobi bozukluğu olduğunda en fazla korkulan ve kaçınma davranışı gösterilen olaylar arasında alışveriş merkezleri, mağazalar ve sokaklar gibi çok insanın olduğu bölgeler bulunmaktadır. Kişinin kaçtığı diğer olaylar arasında köprüler, otomobiller, toplu taşıma araçları, otomatik merdivenler ve evde yalnız kalma korkusu sayılabilmektedir.<sup>111</sup> Özellikle panik atak esnasında kimsenin yardım edemeyeceği veya alay edilme korkusu agorafobi olarak isimlendirilmektedir. Agorafobisi olan bireyler, kendilerini güvende hissettikleri alanlardan uzaklaşmaktan ve ayrı kalmaktan korkarlar.<sup>112</sup>

#### **1.2.4.7. Yaygın Kaygı Bozukluğu**

Çoğu birey ara sıra endişelenebilir ve kaygılanabilir. Bu duygular olağan tehlikelere karşı önlem almamızı ve plan yapmamızı sağlayan uyum sağlamaya yönelik duygulardır. Diğer taraftan, bazı bireylerde önemsenmeyecek olaylar da içinde olmak üzere hayatın pek çok farklı alanları ile ilgili endişe ve kaygı aşırı, kronik ve mantık dışı duruma bürünür.<sup>113</sup>

Yaygın kaygı bozukluğu bireylerin ortaya attığı yaygın tabloda görece devamlı olarak ileriye yönelik kaygılı fikirler, kronik gerginlik, evham ve kontrol edemedikleri huzursuzluk duygu durumunun içinde oldukları görülür. Aynı anda genellikle etraftaki olabilecek tehlike belirtilerine karşı hazır olurlar ve geciktirme, kontrol altına alma veya sevilen kişiyi devamlı arayarak güven içinde olduğundan kesin bir kaniye varmak gibi bazı gizli kaçınma tepkilerinde bulunmaktadır. Yaygın kaygı bozukluğuna sahip bireyler hemen hemen devamlı olarak endişeleri sebebiyle yılmış ve öfkeli olurlar.<sup>114</sup>

Bazı kişilerde bunlara ek olarak bazı fiziksel belirtiler de görölebilmektedir. Bunlar; yüz ve kulak kızarması, kalpte hızlanma ve çarpıntı, ağızda kuruma ve tükürük azlığı, nefes daralması, ishal, çeşitli bağırsak ve mide rahatsızlıklarıdır. Ayrıca iskelet

<sup>110</sup> Amerikan Psikiyatri Birliği, a.g.e., s. 117,118.

<sup>111</sup> Butcher, a.g.e., s. 359.

<sup>112</sup> Ramaiah, a.g.e., s. 48,49.

<sup>113</sup> Butcher, a.g.e., s. 376.

<sup>114</sup> Butcher, a.g.e., s. 377.

ve kemik sistemi ve kaslarla ilişkili şikayetler olabilir. Özellikle omuzlarda ve boyun çevresinde kas kasılması ve ağrısı, gözde seğirme, kolay yorulma ve rahatlayamama gibi belirtiler meydana gelmektedir.<sup>115</sup>

#### **1.2.4.8. Başka Bir Sağlık Durumuna Bağlı Kaygı Bozukluğu**

Kişide klinik olarak panik atak veya kaygı belirtileri egemendir. Ancak kişinin bu belirtilerinin başka bir sağlık problemiyle doğrudan ilişkisi olduğuna dair kanıtlar vardır.<sup>116</sup>

#### **1.2.4.9. Tanımlanmış Diğer Bir Kaygı Bozukluğu**

Kaygı bozukluğu semptomlarının görüldüğü ancak tanı ölçütlerine tam uymayan durumlarda bu alan kullanılır.<sup>117</sup>

#### **1.2.4.10. Tanımlanmamış Kaygı Bozukluğu**

Tarif edilmemiş kaygı bozukluğu alanı kaygı bozukluklarından bir takım özgün birisi için tanı semptomlarının karşılanmamasının sebepleri klinisyenlerce değerlendirilmek istemediğinde ve daha özgün bir tanı teşhisi için yeteri kadar bilgi olmadığı zamanlarda kullanılmaktadır.<sup>118</sup>

#### **1.2.5. Kaygının Belirtileri**

Kaygının semptomları, etki eden etkenlerin algılanması ve etkisi ile bağlantılı olan bir başka durumdur. Kaygının semptomları hakkında bilinmesi gerekli olanların önünde duygusal, fizyolojik, davranışsal ve bilişsel açıdan değişik semptomların varlığıdır. Örneğin kaygının anlık bir durum sonucu ortaya çıktığında daha çok bedensel belirtiler gözlenir. Bunun sebebi ise kaygının kısa ve geçici olmasıdır.<sup>119</sup>

Bireylerde bilişsel ve fiziksel farklılıkların gözlenmesi ve buna istinaden meydana gelen uyarılmışlık durumu, kaygının semptomlarından bir diğeridir.<sup>120</sup>

<sup>115</sup> Gerald C. Davison ve John M. Neale, *Anormal Psikoloji*, İhsan Dağ, Türk Psikologlar Derneği, Ankara, 2004, ss. 32-35.

<sup>116</sup> Amerikan Psikiyatri Birliği, a.g.e., s. 125,126.

<sup>117</sup> Amerikan Psikiyatri Birliği, a.g.e., s. 126.

<sup>118</sup> Amerikan Psikiyatri Birliği, a.g.e., s. 127.

<sup>119</sup> Rana Özen Kutanis ve Tülin Tunç, "Hemşirelerde Benlik Saygısı İle Durumluk ve Sürekli Kaygı Arasındaki İlişki: Bir Üniversite Hastanesi Örneği", *İş Güç Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 2013, Cilt: 15, 1-15, ss. 10-13.

<sup>120</sup> Zekeriya Hamamcı ve Ezgi Hamamcı, "Yabancı Dil Öğretiminde Kaygı Üzerine Bir Alan Yazın Taraması", *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2015, Cilt:4, 74-83, ss. 73-80.

Duygusal Belirtiler: Dehşet duygusu, korkma, tedirgin olma, gerginlik, çaresizlik, öfkeli olma, tehditlere karşı tetikte olma.<sup>121</sup>

Yoğun çaresizlik duyguları, olur olmadık öfke patlamaları, hemen hemen her durumda endişe ve şaşkınlık belirtiler arasında yer alır.<sup>122</sup>

Fizyolojik Belirtiler: Fizyolojik farklılıklar hızlandırıcı sinir sisteminin harekete geçmesiyle ilgili olan farklılıklar olup kalp atış hızında artış, mevcut kan basıncında artma, soluk alma sayısının fazlaşması, ağızda kuruluk ve tükürük azlığı, yutkunmada zorluk çekme, mide bulantısı ve öğürme, sık idrar ihtiyacının gelmesi, bitkinlik, baş dönmeleri ve yoğun baş ağrıları, kusma, kas gerginliği ve ağrıları, bayılma gibi belirtiler gözlenmektedir.<sup>123</sup>

Davranışsal Belirtiler: Kaygı verici durumdan kaçma, sakınma, tedirginlik, hareketin aniden kesilmesiyle hareketsiz şekilde donup kalma, hareketlerinde sınırlama, konuşma akışında problemler, ve koordinasyon problemleri görülmektedir.<sup>124</sup>

Bilişsel Belirtiler: Zihnin bulanıklaşması, etraftaki objeleri uzaktaymış gibi veya bulanık şekilde görme, aşırı uyarılmışlık ve uyanıklık hali, kendiyi aşırı ilgilenme ve kendini gözleme, etrafını mevcut durumdan değişik ve gerçek olmayan şekilde görmesi, önemli anıları ve durumları hatırlamada güçlük, fikirleri kontrol altında tutamama, konsantrasyon güçlüğü ve sürekliliğini sağlayamama, dikkatin kolay dağılması, fikirlerde duraksamalar, tarafsız biçimde düşünmede zorluk, kontrolünü kaybetmeyle beraber çıldırma duygusu, diğer insanlar tarafından hoşnut olmayan biçimde değerlendirilebileceği korkusu, tekrarlayan ve yineleyen korku dolu fikirler, zihinsel sapmalardır.<sup>125</sup>

### 1.2.6. Kaygının Nedenleri

Kaygının belirli bir sebebi yoktur, bireyden bireye değişiklik gösterir. Bazı kişiler için kaygı ağır ağır gelişen uzun süreli stresten sonra görülmektedir. Bazı bireyler ise yaşamlarının yönünü kati olarak yönlendiremediklerini hissedebilir ve ilerdeki yaşantıları için yaygın bir kaygı oluşturabilirler. Bazı bireyler ise önceden yaşadıkları

<sup>121</sup> Canset Tütüncüoğlu ve İdil Kaya Balkan, "Diyabetli Çocuğu Olan ve Olmayan Annelerin Aile İşlevleri ve Durumluk Kaygı-Süreklilik Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi", *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 2013, Cilt:33, 17-39, s. 18-25.

<sup>122</sup> Öz, 2017, a.g.e., ss. 12-14.

<sup>123</sup> Öz, 2018, a.g.e., ss. 22-25.

<sup>124</sup> Handan Turhan, *Tip 2 Diabetes Mellituslu Hastalarda Tedavi Şekline ve Hastalık Süresine Göre Depresyon ve Anksiyete*, Aile Hekimliği, Taksim Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul, ss. 46-52, (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi).

<sup>125</sup> Nuray Karaman, *Cerrahi Girişim Uygulanan Adölesanlar İle Anne/babalarının Anksiyete Düzeyleri Arasındaki İlişki Ve Anksiyete Nedenlerinin İncelenmesi*, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, İstanbul, 2008, s. 9,10, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).



stres barındıran durumlardan dolayı gelecekte de stres durumlara benzer olaylarla karşılaşmaktan dolayı tedirginlik hissederler.<sup>126</sup>

Gelecekte kişiyi ne beklediğini bilmemek bireyler için en temel kaygı sebeplerinden biridir. Gelecekte olumsuz nitelendirilen yaşantıların olacağından haberdar olmak, ne olacağına dair hiçbir fikir sahibi olmamaya yeğlenir.<sup>127</sup>

Kaygının sebepleri insandan insana farklılıklar gösterse bile bazı sebeplerin mevcut olduğu konusunda düşünce birliği vardır. Huzursuzluk, kaygının sebepleri içinde yer almakla birlikte bazı olaylarda kaygı ile benzetilmektedir. Ancak bireyleri huzursuz eden durumların kaygıya sebep olduğu ve kişinin eylemlerini etkilediği söylenmektedir.<sup>128</sup>

Belirsizlikler kaygının sebeplerinden bir başkasıdır. Çünkü kaygı, sebebi belli olmayan bir korku duygusu olarak tanımlanmaktadır.<sup>129</sup> Günümüzde var olan koşullarda kişilerin devam ettirmekte oldukları hayatın özellikle de mesleki hayat kısmı, belirsizlikler sebebiyle kaygı oluşmasında etkilerinden söz edilmektedir.<sup>130</sup>

Bireyin yaşadığı ortam kişinin kendini ve çevresindeki insanları nasıl algıladığını etkilemektedir. Bunlar kişinin ailesi, çalışma arkadaşları ve diğer arkadaşlarıyla yaşadığı deneyimler ve yaşantılar sonucu ortaya çıkmaktadır. Birey kendisini güvende hissetmiyorsa, endişe ve kaygı durumu daha yaygın ve sık olarak oluşmaktadır. Kişi bireysel ilişkilerinde mevcut duygularına karşısındaki kişiden karşılık bulamazsa endişe ve kaygı durumu ortaya çıkacaktır. Bu durum, çoğunlukla öfke veya hayal kırıklığını uzun süre bastırma sonucu oluşur. Zihin ve beden karşılıklı olarak etkileşim sürdürürler, mevcut etkileşimde ortaya çıkan bir farklılık endişe ve kaygı halinin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Bu şartlar sıklıkla ergenlik, hamilelik ve ya bir rahatsızlık sonrasında ortaya çıkmaktadır. Bu tarz olaylarda ruh hali tamamıyla farklı bir hal alır ve kaygıya neden olabilmektedir. Bir takım duygusal bozukluklar aileden alınmış olabilir, fakat bu çoğunlukla kaygı durumu için önemli bir sebep değildir.<sup>131</sup>

Endişenin zemini çocukluk çağında atılır. Bu çağda ebeveynler, diğer erişkinler ve yaşlılarıyla var olan ilişkiler sebebiyle çocuk kaygıyı tecrübe etmeye başlar. Kaygı, etraftaki endişeli bireylerin var olmasına bağlı olarak ortaya çıkabilen

<sup>126</sup> Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, Remzi Kitapevi, İstanbul, 2012, s. 277.

<sup>127</sup> Cüceloğlu, a.g.e., s. 278.

<sup>128</sup> Nur Elçin Boyacıoğlu ve Leylan Küçük, "Ergenlikte Mantık Dışı İnançlar Sınav Kaygısını Nasıl Etkiliyor", *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2011, Cilt:2, 40-45, s. 42,43.

<sup>129</sup> Kemal Nuri Özerkan, "Üniversiteli Basketbolcularda Yarışma Öncesi Kaygı Düzeyi İle Performans Arasındaki İlişki", *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2003, Cilt:11, 4-6, s. 4-6.

<sup>130</sup> Hüseyin Erol, *Üniversite Okuyan Gençlerin Dünyaya İlişkin Varsayımlarının Kaygı ve Umutsuzluk Düzeylerindeki Etkisinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çağ Üniversitesi, Mersin, 2018, s. 10,11, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>131</sup> RAMAİAH, a.g.e., ss. 13-15.

bir durumdur ve kaygılı kişiler de çevrelerindeki diğer bireylerin endişelenmelerinde önemli bir rol oynamaktadırlar.<sup>132</sup>

Bazı çalışmalara göre kaygı, maddi problemler bireyin gelecek için amacının bulunmaması, mesleki ve eğitim hayatındaki yetersizlikler, yakın çevresinde bulunan kişilerle ilişkileri, özgüven sorunları gibi konular üzerinde toplanabilir.<sup>133</sup>

Kaygıya sebep olan beş ana neden bulunmaktadır. Bunlar;

1. Desteğin verilmemesi ve çekilmesi; kişi bağ kurduğu çevreden kopunca, yeni ortamda alışkın olduğu durumların olmaması sebebiyle endişe duymaya başlar.
2. Olumsuz sonuçlara ilişkin beklenti içinde olmak; olumsuz bir netice ile karşılaşma ve karşılaşılabilecek olma beklentisi bireyde kaygıya sebep olmaktadır.
3. Bireydeki içsel çelişkiler; kişinin inanmakta olduğu düşünceyle, var olan eylemleri arasında bir uyumsuzluk olduğu takdirde kişi mevcut çelişkili olaydan sıyrılıncaya kadar endişe duyar.
4. Belirsizlik; gelecekte ne olacağına dair insanları herhangi bir bilgiyi elinde bulundurmaması, neler yaşayacaklarına ilişkin düşünmemeleri kaygıya neden olur.<sup>134</sup>
5. Kaygıda görülen en yaygın sebeplerin önünde bilinçaltı yaşantıları vardır. Ürkütücü bir olay karşısında tecrübe edilen unutulmuş veya kabullenilmemiş olsa dahi bu tecrübe bilinçaltına yerleşmektedir. Kişinin daha önce tecrübe ettiği korku, benzeri olayla her maruz kalmada sebepsiz bir tedirginliğe neden olmaktadır.<sup>135</sup>

Kişinin tatmin olma hedefiyle giriştiği bir davranışın engellenmesi veya bu davranışın engellenme ihtimalinin var olması kaygı yaratıcı bir nedendir.<sup>136</sup>

Endişeye karşı gösterilen fiziksel tepkiler bunaltı döngülerini aktifleştirebilmektedir. Kaygı duyduğumuz ve korktuğumuz anlarda yoğun bedensel deneyimler edinmemiz genellikle görülse de bu durumlar çok korkutucu olabilmektedirler ve bundan dolayı daha çok gerginliğe ve endişeye sebebiyet verebilirler.<sup>137</sup>

---

<sup>132</sup> Engin Geçtan, **Psikanaliz ve Sonrası**, Metris Yayınları, İstanbul, 2005, s. 77-81.

<sup>133</sup> Frank Tallis, **Kaygıları Aşmak**, Osman Cem Önerioy, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2003, ss. 4-14.

<sup>134</sup> Cüceloğlu, a.g.e., ss. 276-278.

<sup>135</sup> Atılgan Erözkan, "Üniversite Öğrencilerinin Sınav Kaygısı ve Başa Çıkma Davranışları", **Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 2004, Cilt: , 13-38, s. 18-26.

<sup>136</sup> Öz, 2017, a.g.e., ss. 18-20.

<sup>137</sup> Kennerley, a.g.e., ss. 42-45.

Bilişsel ve emosyonel aşamalar da problem oluşturan endişelere neden olabilirler. Korku düzeyi arttıkça fikirler ve duygular aşırı yoğun bir hale gelebilir. Kimi zaman fikirlerimiz çarpıklaşır ve buna önyargılı düşünme denmektedir.<sup>138</sup>

### 1.2.7. Kaygı Kuramları

Bireylerin yapısını ve eylemlerini inceleyen birçok kuram kaygıya her zaman yer vermişlerdir.

#### 1.2.7.1. Psikanalitik Kuram

Psikanalitik kuramdaki görüşe göre; endişe aslında bireyin içsel çatışmalarının dışa yansımalarıdır. Var olan çatışma alt benlik (id) ve benlik (ego) arasında olmaktadır. Alt benlikte hazzı doyumak için ortaya çıkan dürtüler, benlikteki kurallar ve gerçeklikler nedeniyle kabul göremez özellikte olması sebebiyle engellenmektedir. Bir takım olaylarda ise bireyin istekleri kabul görebilir özellikte olsa dahi, benlik zayıftır ve hiçbir imkanda tatmin sağlayabilecek niteliğe sahip değildir. Buna benzer nedenlerden dolayı iki durumda da benlik ve alt benlik ilişkisinde bir uyum sorunu ortaya çıkar. Ortaya çıkan uyumsuzluk nedeniyle yaşanan çatışma tehdit edici olarak görülür ve buna istinaden kaygı ortaya çıkmaktadır.<sup>139</sup>

Freud'a göre kaygı kişinin kendini zedeleyen aniden ve beklenmedik bir krizdir. Bu durum olası bir tehlikeye veya bahaneye bağlı değildir.<sup>140</sup>

Kaygı olgusu ilk kez psikanalitik görüşün kurucusu olan Sigmund Freud tarafından incelenmiştir ve Freud kaygıyı nevrotik bir olay şeklinde açıklamıştır. Endişenin zemininde id sonucu oluşan dürtüleri bastırmayı ve engellemeyi barındırır. Bunlar da kaygıyı meydana getirir. Çoğu bireyin deneyimlediği kaygı ile nevrotik düzeydeki kaygı birbirinden farklıdır. Freud çoğu bireyin günlük hayatında yaşadığı kaygı "gerçekçi kaygı" şeklinde tanımlar ve bu kaygıyı anlaşılabilir ve mantıklı olarak görmektedir. Bu tür kaygı bireyin yaşamının sürdürme ve korunma gibi güdülerinin semptomudur. Nevrotik olarak kabul edilen kaygı ise mantıksız ve nedensizdir.<sup>141</sup>

Karen Horney endişeyi daha farklı açıdan ele almıştır. Mevcut kaygının korku duygusuna yakın oluşunu ifade etmektedir. Söylediklerine rağmen kaygının başka bir emasyon olduğunu belirtmektedir. Korku duygusu bir takım tehlike içeren olaylarla

<sup>138</sup> Kennerley, a.g.e., ss. 45-48.

<sup>139</sup> Davison ve Neale, a.g.e., ss. 48-52.

<sup>140</sup> Andre Le Gall, **Anksiyete ve Kaygı**, İsmail Yerguz, Kültür Kitaplığı, Ankara, 2016, s. 83.

<sup>141</sup> Öz, 2018, a.g.e., s. 25.

orantılı olarak meydana gelirken, kaygıda gerçekte mevcut bir tehlike yaratan durum yerine bilişsel bir tehlikeye ilişkin bir davranış vardır.<sup>142</sup>

Sigmund Freud, kaygının dürtü ve içgüdülerin neden olduğu kuvvetin bastırılması nedeniyle meydana geldiği görüşünü ortaya atmıştır. Sonrasında ise mevcut bakış açısını değiştirerek kaygıyı kişinin benliğini tehdit edici olayda algılamasıyla ilişkilendirmiş bu olayın sona ermesi için bastırma mekanizmasının devreye girdiğini kabullenmektedir. Freud, asıl kaygının çevreden gelen tehlike ve tehditlere karşı duygusal bir yanıt olduğunu söylemektedir. Freud'a göre yaşanan ilk kaygının sebebi ebeveynlere bağlı korkulardır. Ancak ebeveynin kaygı oluşturduğu dönemden çıkıldıktan sonra yani kişinin ebeveynleri kabullenmesiyle ve üst benliğin gelişmesiyle kaygının temeli artık ebeveyn değil ruhsal yapının içeriğidir. Kişi nörotik kaygıda savunma mekanizmalarının zayıf düşüp dürtülerini ve hazlarını doyuracak davranışlarının meydana gelmesinden korkar. Freud, bireylerin gösterdikleri davranışların her zaman uyum sağlamaya yönelik olduğunu ve hiç bir eylemin tesadüf olmadığını söylemektedir. Gerçek kaygı durumlara bağlı olması ve mantıklı olması yönleriyle nörotik kaygıdan ayrılır. Gerçek kaygı yaklaşan veya olması beklenen bir tehlike içeren olayın varlığı sonucu gösterilen bir tepkidir. Nörotik kaygının nedeni ise belli olmamakla beraber mantıklı sebeplere dayanmaz. Nörotik kaygının temelinde yetişkin dönemden çok bebeklik ve çocukluk dönemleri zamanında oluşur.<sup>143</sup>

#### 1.2.7.2. Davranışçı Kuram

Davranışçı kuram kaygının temelinde öğrenilmiş davranışların olduğunu savunur. Bu öğrenmenin bireyin etrafındaki kişileri model almasıyla gerçekleştiğini söylemektedir.<sup>144</sup>

Davranışçı görüşü kabul edenler için korku ve endişe gibi duygusal eylemler, psikolojik, bedensel ve tepkisel bileşenlerden oluşmaktadır. Buna bağlı olarak bireyde koşullanma gerçekleştikten sonra, tehlike içeriği olmayan uyarı düşünmek ve bundan bahsetmek bile bireyde kaygıyı ortaya çıkarmaktadır.<sup>145</sup>

Kaygının kuvvetli bir harekete geçirici olması hakkında, davranışçılarda psikanalistlerle aynı görüştedirler. İki görüşe göre de kaygıyı ortadan kaldırmak için

<sup>142</sup> Faruk Manav, "Kaygı Kavramı", *Toplum Bilimleri*, 2011, Cilt:5, 201-211, s. 206-210.

<sup>143</sup> Gül Keziban Duman, *İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Durumluk Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Sınav Kaygısı Düzeyleri Ve Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir, 2008, ss. 45-59 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>144</sup> Uzun, a.g.e., s. 11.

<sup>145</sup> Uzun, a.g.e., ss. 11-13.

veya şiddetini azaltmak için oluşturulan her türlü eylem ve tutum kaygının pekiştirilmesine ve şiddetlenmesine yol açmaktadır.<sup>146</sup>

Davranışçı görüşe göre, endişe dış ve iç çevre tesirleri, başka bir deyişle yaşantılar nedeniyle oluşmuş ve öğrenmeyi gerçekleştiren ilişkiler ortadan kalkarsa bu davranışlar da yok olabilir.<sup>147</sup>

### 1.2.7.3. Varoluşçu Yaklaşım

Rollo May kaygıyı yakınlaşmakta olan hiçe yaklaştıran tehdidin hissedilmesidir, mevcut zamanda edinilen bir emosyon değil, mevcut andaki oluş şeklidir. Katlanılması oldukça zorlu olan mevcut duygudan arınmak veya kurtulmak için bireyin genelde özgürlüğünden ödün vermeyi seçtiklerini ortaya atmıştır. Çünkü özgürlük başka bir var oluş olasılığını da içerir ve bununla birlikte yok olma tehlikesini de barındırır.<sup>148</sup>

Bu yaklaşım kaygıyı yaşamın reddedilemez bir parçası olarak kabul etmiş ve kaygıyı yaşamın sonuna dek seyreden rahatsızlık olarak adlandırmıştır. Bununla birlikte, nörotik kaygının ortaya çıkış nedenini benliğin dağılması ve anlamsızlıktan ortaya çıktığını ileriye sürmüştür.<sup>149</sup>

Köknel'e göre insanların tümü var oluş kaygısı yaşamaktadır. Varoluş kaygısının temelinde ise ölüm tarihinin bilinmemesi yatmaktadır. Varoluş ile bağlantılı kaygı, bilinçli olmanın bir sebebidir. Varoluşçu görüşe göre varolmak için gösterilen davranış varoluşsal kaygı, aynı olaya gösterilen otantik olmayan davranış nevrotik kaygıdır.<sup>150</sup>

Otto Rank, kaygı duygulanımının ortaya çıkmak nedenini ayrılma ve kopma olarak ele almaktadır; çocuğun ilk kaygısını doğduğu an yaşadığını öne sürmüştür. Carl Gustav Jung, kaygının oluşumunu bilinçaltından gelen mantıkdışı baskılar, tasarımlar, korkular ve imgeler tarafından zihnin saldırıya maruz kalması sonucu ortaya çıktığını söylemiştir.<sup>151</sup>

Adler'e göre bireylerin yetersiz ve güçsüz kaldıkları durumlar kaygı ortaya çıkarır. Kaygı, kendini değersiz hissetme, küçük görme duyguları içinde yer alır.<sup>152</sup>

---

<sup>146</sup> Uzun, a.g.e., s. 13.

<sup>147</sup> Nilgün Sazak ve A. Serkan Ece, "Bolu Anadolu Güzel Sanatlar Lisesi Öğrencilerinin ÖSS ve Özel Yetenek Sınavlarına Yönelik Kaygıları", *Musiki Muallim Mektebinden Günümüze Müzik Öğretmeni Yetiştirme Sempozyumu Bildirisi*, 2004, s.1,2.

<sup>148</sup> Tanrıverdi, a.g.e., s. 29.

<sup>149</sup> Tanrıverdi, a.g.e., s. 30.

<sup>150</sup> Tanrıverdi, a.g.e., s. 31.

<sup>151</sup> Tanrıverdi, a.g.e., s. 29.

<sup>152</sup> Duman, a.g.e., ss. 38-42.

Erich Fromm, yalnızlık, çevreye yabancılaşma, tek başına kalma korkusu ve çaresizliğin kaygıyı ortaya çıkarttığını belirtmektedir.<sup>153</sup>

Carl Rogers'a göre birey benliğinin yapısına uyum sağlamayan yaşantıları kaygı verici durum olarak algılamaktadır.<sup>154</sup>

Kaygı, varoluşçu düşüncenin de önemli kavramlarından biridir. Bu görüşe göre, kaygının zemininde "hiçlik" duygusu vardır. Varoluşçu fikirler genellikle kaygının etiolojisini incelemektedir. Bu nedenle, hayatın anlamsızlığı bireyi asıl ölüm korkusundan bile fazla rahatsız etmektedir. Bunların sonucunda varoluşun nedensizliğine ve anlamsızlığına tepki olarak endişe meydana gelmektedir.<sup>155</sup>

#### 1.2.7.4. Bilişsel Yaklaşım

Bilişsel yaklaşıma göre, çok düşük ve çok yüksek kaygı şiddetine sahip kişiler uzun zamanlı hafızalarında çeşitli bilgiler saklarlar ve çok yüksek kaygı düzeyine sahip olan kişiler, hafızalarında stresi ve üzüntüyü plana sokarlar. Ayrıca, bu kişilerin olumlu olmayan ruh halleri deneyimledikleri durum veya olayları olumsuz açıdan değerlendirmelerini desteklemektedir. Bu olay, zihinsel yanlışların yapılmasına neden olmaktadır ve bu kişilerin stres yaratıcı yaşantılardan diğer bireylere göre daha fazla kaygı tepkisi vermesine sebep olmaktadır. (Zeynep öz strongman 1995).

Bilişselci düşünceye göre, bireydeki doğru olmayan ve abartılı değerlendirmeler nedeniyle kendiliğinden ortaya çıkan "anksiyete programı" etkin olmaktadır. Bu kişinin evrimsel sürecine, yaşadığı süre boyunca deneyimlerin eklenmesiyle ortaya çıkan, tehdit edici ve zarar verici bir durumla karşı karşıya kaldığında korunmak için önemli davranışları ve tepkileri içermektedir. Kaygı programı etkinleştğinde devam eden eylem ketlenmeye uğrar, mücadele etmek veya mevcut durumdan kaçınmak gerekli uyarılmışlık düzeyi ortaya çıkar, potansiyel tehdit içeren olaylar seçici dikkat ile algılanırlar.<sup>156</sup>

#### 1.2.7.5. Biyolojik Yaklaşım

Yapılan bazı çalışmalarda, genelde panik bozukluğu olan bireylerin yarısının kan bağı bulunan yakınlarında tanı ölçütlerini tam anlamıyla karşılamasa da ölçütlere benzer belirtilerin görülmesi ve birinci düzey kan bağı olan çevresinde panik bozukluğu olan kişilerde riskin 3-17 kat arttığının gözlemlenmesi genetik faktörlerin

---

<sup>153</sup> Tanrıverdi, a.g.e., s. 29.

<sup>154</sup> Tanrıverdi, a.g.e., s. 31.

<sup>155</sup> Recep Koçak ve Rıza Gökler, "Varoluşsal Yaklaşımda Psikolojik Danışma ve Gruba Uygulama", *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 2008, Cilt:2, 91-107, ss. 95-105.

<sup>156</sup> Selin Aktaş, *Eşlerden Birinin Kaygı Düzeyi İle Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Maltepe Üniversitesi, İstanbul, 2009, s. 19 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

anksiyetede önemli bir etken olduğunu ancak başka anksiyete bozukluklarında ilişki bu seviyede yüksek değildir.<sup>157</sup>

### 1.3. SALDIRGANLIK

#### 1.3.1. Saldırganlığın Tanımı

Saldırganlık kelimesinin Latince “gradi” (adım) ve “ad” (doğru) sözcüklerinden oluşmaktadır. İngilizcede ise saldırganlık kelimesi “agression” olarak tanımlanmaktadır ve ileriye doğru yönelmek, harekete geçmek anlamını ifade etmektedir.<sup>158</sup>

Saldırganlık kavramı Türk Dil Kurumu’na göre, saldırgan nitelikte eylemde bulunma ve kişinin kendi fikri ve eylemlerini çevredeki direnmelere karşı, güçlükle kabullendirme uğraşı olarak tanımlanmaktadır.<sup>159</sup>

Ruh Bilim Terimleri Sözlüğü’nde saldırganlık, kişinin kendi fikirleri veya eylemlerini, çevredeki çabalamalara karşın güçlükle karşısındaki bireye benimsetme gayreti olarak tanımlanmaktadır.<sup>160</sup>

Saldırganlık kelimesi çoğunlukla olumsuz bir eylem olarak değerlendirilmesine rağmen, asıl anlamda bir bölge veya kişiye yaklaşmak, bir olaya başlamak ancak aynı anda saldırmak için atılmak anlamında kullanılmaktadır.<sup>161</sup>

Saldırganlık kelimesi günümüzde sık kullanılan bir kelime olmuştur. Bu nedenle kullanım yerleri ve alanı çok farklılaşmıştır. Saldırganlık kelimesi çoğunlukla özellikle de şiddet kelimesiyle birlikte sık kullanılmaktadır. Ancak yapılan çalışmalarda iki kelimenin aynı anlam taşımadığını saldırganlık ve şiddetin birbirinden farklı anlam taşıyan kavramlar olduğunu söyleyerek şiddetin, bireyin saldırganlığının bedensel yansıması olduğunu ve zarar verme olasılığı fazla olan bir konumda olduğunu vurgulamaktadırlar.<sup>162</sup>

---

<sup>157</sup> Abdülkadir Öztürk, “Sosyal Kaygıyı Açıklayan Yaklaşımlar”, *Sosyal Bilimler Dergisi*, 2014, Cilt:13, 15-26, ss. 20-25.

<sup>158</sup> Yaşar Kuzucu, *Küçükler İçin Büyüklere Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı*, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2008, ss. 185-203.

<sup>159</sup> Bahar Erdoğan, *Yetişkinlerde Mutluluğun Merhamet ve Saldırganlıkla İlişkisinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2017, s. 20 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>160</sup> Erdoğan, a.g.e., s. 21.

<sup>161</sup> Gözde Adıgüzel, *Üniversite Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Empatik Eğilim, Duyguları İfade Etme ve Öz-Anlayış Açısından İncelenmesi*, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2012, s. 6 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>162</sup> Erdoğan, a.g.e., s. 22.

Saldırganlık, bireyin başka bir bireye veya objeye zarar vermek veya incinmesini sağlamak sebebiyle bir davranışta bulunması, hoş karşılanmayacak bir tutum sergilemesi veya istediklerini zorbalıkla kabullendirmesidir.<sup>163</sup>

Saldırganlık, kişinin kendiliğini korumak sebebiyle diğer kişilerin haklarını hiçe sayacak biçimde eylemde bulunmaktır. Saldırgan eylemler çoğunlukla, karşıyı suçlayıcı, cezalandırıcı, çoğu zaman aşırı talepkar ve düşmancadır. Engellenme anında bireylerin bu engellenmeye karşı gösterdiği tipik eylem olarak dile getirilen saldırganlığın, ne anlam taşıdığını bütün kişilerin bildiği kabul edilse de, hangi eylemlerin saldırgan olarak nitelendirilmesi gerektiği hakkında hali hazırda bir anlaşma sağlanamamaktadır.<sup>164</sup>

Saldırganlık bir amaç doğrultusunda gerçekleşmektedir. Sonucunda yaralanma, hasar veya ölüme sebep olan şiddet niteliği taşıyan, kişilerin ve toplumun güvenliğini zedeleyen davranışlar olarak tanımlanabilmektedir. Saldırganlıkla bağlantılı olarak en sık konu edinilen kavramlar tahripçilik, şiddet, düşmanlık, zorbalık, öfke ve kızgınlıktır.<sup>165</sup>

Saldırganlık; yarışma, korku, kızgınlık ve engellenme benzeri şartlar sonucunda meydana gelen ve bireyin karşısındaki kişiyi durdurmaya, zarar vermeye, engellemeye veya kendisini korumaya amaçlayan, sembolik ve sözel olan bütün eylemlerdir. Saldırganlık, dostça bir süreçle kendini ifade etme biçiminde ve bireyin kendisini koruyabileceği gibi, yıkıcı eylemlerde var olduğu gibi olumsuz şekilde de olabilir.<sup>166</sup>

Bir eylemin saldırgan nitelikte bir eylem olup olmadığını değerlendirmek için eylemi gerçekleştirenin amacına bakılması gerekmektedir. Aynı eylem zarar vermek niteliği taşıyarak gerçekleştirildiğinde saldırgan bir davranış olarak nitelendirilirken böyle bir niyet taşımadığında ise saldırgan olarak nitelendirilen bir eylem olmaz. Örneğin, ayağı kangren olduğu için bir kişinin hayatını kurtarmak amacıyla hastanın ayağını kesen doktor saldırgan biri olarak ve yaptığı davranış saldırgan nitelikte görülmez, fakat işkenceden zevk alan birinin bu eyleme gerçekleştirmesi saldırgan nitelikte bir eylemdir. Davranışların sonuçları benzer olsa da, eylemin sebebi ve gerçekleştirenin niyetleri farklıdır.<sup>167</sup>

---

<sup>163</sup> Nuri Erdemir, *Farklı Tür Liselerde Öğrenim Gören Öğrencilerin İnternet Kullanım Durumları İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep, 2012, s. 31,32 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>164</sup> Kurtman Ersanlı, *Davranışlarımız Gelişim ve Öğrenme*, Eser Matbaası, Samsun, 2005, s. 135.

<sup>165</sup> Serhat Armağan Köseoğlu, "Ebeveyn Tutumları ve Saldırganlık", *Polis Bilimleri Dergisi*, 2004, Cilt:6, 131-150, ss. 133-140.

<sup>166</sup> Ali Yıldırım, *Hokeycilerin İletişim Becerileri ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep, 2015, s. 6 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>167</sup> Çiğdem Kağıtçıbaşı ve Zeynep Cemalcılar, *Dünden Bugüne İnsan ve İnsanlar*, Evrim Yayınevi, İstanbul, 2014, s. 229,230.



Cüceloğlu (1998), saldırganlığı engellenme karşısında gösterilen en yaygın eylem tipi olarak tanımlamıştır. Yörükoğlu (1989), saldırganlığı insanlarda ve hayvanlarda cinsellik dürtüsü gibi doğuştan sahip olunan bir dürtü olarak tanımlamıştır. Bu dürtünün kişinin hayatı için gerekli olduğunu söylemektedir. Buss, var olan saldırgan eylemlerin iki ortak niteliğinden bahsetmiştir. Bunlar; zarar veren uyarılar meydana gelmesi ve bireyler arası alanı gerektirmesidir. Buss'a göre, toplum tarafından kabul gören bir eylem gerçekleştirilirken bir zarar ortaya çıkıyorsa, bu eylem saldırgan olarak değerlendirilmelidir.<sup>168</sup>

Saldırganlığın ne anlam ifade ettiği insanlar tarafından bilindiği söylene de hangi eylemlerin saldırganlık özelliği taşıyıp taşımadığı saldırgan davranış olarak nitelendirileceği tam olarak bilinmemektedir. Saldırganlığın günümüzde en yalın tanımı diğer bireyleri inciten ya da incinmesini sağlayacak bütün eylemler olarak tanımlanmaktadır. Ancak davranışı gerçekleştiren bireyin niyet ve amacının ne olduğu davranışın saldırganlığını belirlemektedir.<sup>169</sup>

Saldırganlık, bütün canlıları kapsayan ortak bir dürtüdür. Saldırganlık cinsellik, beslenme, korunma güdülerinin temelinde bulunan, bu güdülerini bir araya getirip bütünleştiren bir daha temel bir içgüdü olarak ele alınmaktadır. Şiddet ise, çoğunlukla saldırganlık kelimesiyle aynı anlamda kullanılmakta olan bir kavramdır. Şiddet, diğer kişiyi yaralamak veya ona zarar vermek sebebiyle gerçekleştirilen bedensel güç veya kişinin kuvvetini diğer bireyleri bazı haklarından yoksun bırakabilecek biçimde adaletsiz bir şekilde kullanmasıdır.<sup>170</sup>

Tarihte her zaman var olmuş olan saldırganlık farklı kişilerce ve görüşlere göre bir çok tanıma sahip olsa da temelinde zarar veren bir eylemdir. Saldırganlık bireyin başkalarına veya kendisine psikolojik veya bedensel zarar verici, yaralayıcı kırıncı, incitici amaçlarını içererek gerçekleştirilen bir eylem şeklinde tanımlanmaktadır.<sup>171</sup>

Saldırganlık, en temel duygulardan biri olan öfke duygusunun ifade edilişi olarak düşünülmektedir. Çoğunlukla öfke ve saldırganlık olgularının hep bir arada kullanıldığı görülmektedir. Saldırganlık ve öfke kavramlarının uzun sürelerdir birlikte kullanılması her iki kavramın sürekli olarak birbiriyle aynı sanılarak karıştırılmasına ve aynı anlama gelen kelimeler gibi değerlendirilmesine sebep olmuştur. Bu iki olgu

---

<sup>168</sup> Erkan Efiltili, *Orta Öğretim Kurumlarında Okuyan Öğrencilerin Saldırganlık, Denetim Odağı ve Kişilik Özelliklerinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2006, ss. 12-14 (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**).

<sup>169</sup> Emine Durmuş ve Uğur Gürkan, "Lise Öğrencilerinin Şiddet ve Saldırganlık Eğilimleri", VII. Ulusal Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Kongresinde Bildiri, 2003, 253-269, s. 255,266.

<sup>170</sup> Durmuş ve Gürkan, a.g.e., s. 267.

<sup>171</sup> Sait Kahraman, *Ergenlerde Bağlanma Stillerinin Saldırganlık Davranışları ve Depresyon Düzeyi İle İlişkisi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2015, s. 26 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

değerlendirildiğinde öfke kelimesinin bireyin belirli bir takım saldırı, engellenme veya eleştirilme olaylarında yaşadığı, olumsuz, içsel ve evrensel olarak tanımlanan bir duygudur. Öfke kelimesi daha çok bir duyguyu ifade ederken saldırganlık ise bir davranışı ifade etmektedir.<sup>172</sup>

Canlı veya cansız obje veya nesnelere belirli bir varlığa karşı duygusal, fiziksel olarak karşı tarafa zarar vermeyi hedefleyen bütün davranışlar saldırganlık olarak tanımlanmaktadır.<sup>173</sup>

Saldırganlık genellikle öfke, hiddet, hayal kırıklığı, engellenme, dışlanma, yok sayılma ve tehdit sebebiyle oluşmaktadır. Saldırganlık davranışında vurma, hasar verme, ısırma gibi eylemlerden oluşmaktadır.<sup>174</sup>

Saldırganlık yaşamımızın birçok alanında ve zamanında meydana gelebilen ve sık sık karşımıza çıkan bir kavramdır. Saldırganlık belirli hatlar içerisinde, yaşamın devam ettirilmesi ve yaşamı devam ettirmeye yönelik harekete geçirici güç olarak görülmesi gereken eylemin kaynağıdır.<sup>175</sup>

Saldırganlık kavramı; rekabet, düşmanlık, engellenme, öfke ve korku gibi yaşamda karşılaşılan olayların sebebiyle ortaya çıkan ve bireyin karşısındaki kişileri durdurmayı, engel olmayı veya bireyin kendini korumayı amaçlayan fiziksel, sembolik veya sözel bütün eylemleri kapsar.<sup>176</sup>

Saldırganlık kelimesi en temel anlamıyla şöyle açıklanmaktadır; canlı veya canlı olmayan bütün varlıklara karşı rahatsız edici, zarar verici ve incitici eylemler olarak açıklanmaktadır.<sup>177</sup>

Saldırganlıkla ilgili araştırmalar yapmış her araştırmacı kendine göre saldırganlığa sebep olan durumlardan bir veya daha fazlasını göz önünde bulundurarak bir saldırganlık tanımı geliştirmiştir. Bu sebeple saldırganlık kavramının birden çok ve birçok farklılık gösteren tanımları bulunmaktadır. Kimi saldırganlığı diğerlerini kırmaya dair bir iç istek olarak tanımlarken, kimi de bireysel yaralanma veya nesnelere zarar verme ile kendini gösteren bir eylem biçimi olarak tanımlamaktadır.

---

<sup>172</sup> Suna Kaymak Özmen, "Aile İçinde Öfke ve Saldırganlığın Yansımaları", *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2004, Cilt:37, 27-39, s. 28-38.

<sup>173</sup> Hilal Çelik, *Üniversite Birinci Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık Tepkileri Bağlanma Tarzları ve Kişiler Arası Şemalarının İncelenmesi*, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi, İstanbul, 2006, ss. 17-22 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>174</sup> Elif Gülbaktı, *Özel Eğitim Gereksinimli Çocukların Saldırganlık Düzeyleri İle Bu Süreçte Annelerin Eşlerinden Gördükleri Desteğin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2017, s. 17,18 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>175</sup> Duygu Ece Şimşek, *Yetişkin Bireylerde Çocukluk Çağı Travmaları İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişki*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2017, s. 20 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>176</sup> Şimşek, a.g.e., s. 21.

<sup>177</sup> Filiz Obuz, *İşitme Engelli Ergenlerde Engelleriyle İlgili Dini Atıfları İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hitit Üniversitesi, Çorum, 2015, s. 28 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

Bazı araştırmacılar ise saldırganlığı en çok tehdit edilme ve engellenme olaylarına karşı bir tepki olarak meydana geldiğini savunmuştur. Saldırganlık, saldırgan eylemlerden uzaklaşacak biçimde güdülenmiş bir diğer bireye veya canlı varlığı yaralamak veya zarar vermek amacı taşıyan eylem biçimidir. Bir kişinin kendi türünden başka birine zarar verme hedefi niteliğinde olan davranış şekli saldırganlıktır.

### 1.3.2. Saldırganlığın Türleri

Saldırganlık çeşitlerine ilişkin çeşitli sınıflamalar bulunmaktadır. Saldırganlığın genel anlamda meydana geliş sebepleri açısından araçsal ve tepkisel saldırganlık olarak ayrıldığı görülmektedir.<sup>178</sup>

Tepkisel saldırganlık amaç tarafından tahrik edilerek ve bu tahrik sonucunda amaca duyulan hiddet sebebiyle ilişkinin kontrolünün yitirilmesiyle meydana gelen saldırgan davranışlar olarak tanımlanırken; araçsal saldırganlık da bir hedefe ulaşma veya bireysel ihtiyaçları gidermek amaçlı yapılan saldırgan eylemler olarak tanımlanmaktadır.<sup>179</sup> Araçsal saldırganlık bir hedefe ulaşabilmek adına yapılan karşıdakine zarar verici saldırganlıktır.<sup>180</sup>

Araçsal saldırganlık; cinsellik, su, yemek, otariter olma, hoşa gitmeyen uyaranlardan kaçınmak veya bunu ortadan kaldırma sonucu olarak meydana gelebilmektedir. Örneğin; bir hırsızın paraya elde edebilmek adına para sahibine zarar verici davranışta bulunması, para sahibine fiziksel olarak zarar vermesi olarak meydana gelen saldırganlık, temel olarak hırsızın paraya ulaşabilme ve onu elde edebilme isteğine dayanmaktadır. Bu paraya ulaşabilme isteği saldırgan eylemin meydana gelmesinde etkilidir.<sup>181</sup>

Buss (1961), ise saldırganlığı sözel saldırganlık ve fiziksel saldırganlık olarak ele almaktadır. Buss saldırganlığın pasif ya da aktif, dolaylı veya doğrudan meydana geldiği görüşünü savunmaktadır. Bu araştırmacıya göre saldırganlık, canlıya doğru yönlendirilen bütün zarara sebep olan eylemlerdir. Buss saldırganlığı zarara uğratma amacıyla sözel ve ya fiziksel, dolaylı ve ya doğrudan ya da pozitif veya aktif olarak sınıflandırmaktadır. Genel olarak insanlar saldırganlık eylemini dolaylı veya pasif olarak gösterirken hayvanlar ise fiziksel, aktif veya doğrudan göstermektedirler.<sup>182</sup>

---

<sup>178</sup> Gülin Nur şahin, *niversite ğrencilerinin Kendini Açma znel İyi Oluş ve Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerinin Karşılaştırılması*, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir, 2011, ss. 36-44 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>179</sup> Erdoğan, a.g.e., s. 21.

<sup>180</sup> şimşek, a.g.e., s. 23.

<sup>181</sup> Yıldırım, a.g.e., s. 14.

<sup>182</sup> Erdoğan, a.g.e., s. 21.

Kişinin iletişim yoluyla ifade ettiği kötü içerikli sözler, alay etme, hakarete bulunma gibi bireyleri incitecek tepkiler sözel saldırganlık olarak tanımlanırken; fiziksel saldırganlık ise hayvanlardaki eylemlere benzer olarak dişleriyle yaralamak, dövmek, itmek gibi bedensel teması gerektiren eylemler olarak tanımlanmaktadır.<sup>183</sup>

Aktif saldırganlık, bireyin sözel veya fiziksel açıdan diğerlerini bile isteye zedelemesidir. Pasif saldırganlık da kişinin diğerlerinin amaçlarını elde edebilmesini engellemek amacıyla yaptığı ancak zedeleyici bir eylemin bulunmaması olarak bilinmektedir.<sup>184</sup> Diğer bir deyişle aktif saldırganlık kişinin karşısındakine gözle görülür bir biçimde zarar vermek amacıyla yaptığı eylemler olarak tanımlanmaktadır. pasif saldırganlık ise herhangi bir aktivite içermeyen ancak karşısındakini zarara uğratma gibi bir hedefin olduğu bir davranıştır.<sup>185</sup>

Diğer araştırmacılar tarafından yapılan çalışmalarda da saldırganlık sözel, sözel olmayan saldırganlık ve fiziksel saldırganlık olarak üç grupta toplanmıştır. Fiziksel saldırganlığı dokunma ya da bir nesne yoluyla meydana gelen tepkiler olarak açıklarken; sözel olmayan saldırganlığı sözel ifade kullanmadan beden duruşu, beden dili, kişinin jestlerini ve mimiklerini kullanarak sosyal olarak karşısındakini başkalaştırması olarak açıklamaktadır. Sözel saldırganlık da iletişim yoluyla rencide edici sözleri içinde barındıran saldırganlık olarak ele alınmaktadır.<sup>186</sup>

Bir başka araştırmacı tarafından yapılan sınıflandırma ise düşmanca saldırganlık ve özgeci saldırganlıktır. Toplum açısından kabul gören veya çok az da olsa kabul edilebilen amaçlar doğrultusunda gerçekleştirilen saldırgan davranışlar özgeci saldırganlık; toplum tarafından kabul edilemeyen ve bile isteye yapılan eylemleri içinde barındıran saldırgan eylemler düşmanca saldırganlık olarak tanımlanmaktadır.<sup>187</sup>

Özgeci saldırganlık için toplumun moral standartlarınca kabul görülebilir bir saldırganlık türü denilebilmektedir. Düşmanca saldırganlık da toplum tarafından kabul edilemeyecek niteliğe sahip olan, başkalarının kışkırtılmadan, tahrik edilmeden sergilenen saldırganlık türü olarak ele alınabilmektedir.<sup>188</sup>

Bazı durumlarda çoğu saldırgan eylemlerin toplumsal kurallar tarafından ortaya çıktığı bilinmektedir. Bu sebeple bu tür eylemler de özgeci adıyla nitelendirilmektedir.<sup>189</sup>

---

<sup>183</sup> Şimşek, a.g.e., s. 22.

<sup>184</sup> Şimşek, a.g.e., s. 22.

<sup>185</sup> Erdoğan, a.g.e., s. 21.

<sup>186</sup> Şimşek, a.g.e., s. 23.

<sup>187</sup> Erdoğan, a.g.e., s. 22.

<sup>188</sup> Yıldırım, a.g.e., s. 13.

<sup>189</sup> Yıldırım, a.g.e., s. 15.

Sosyal alanlarda çalışmalar gerçekleştiren bazı psikologlar tarafından öncelikli hedefi diğerini zarara uğratmak olan saldırganlık türünün var olduğu yönünde tartışmalar ortaya atılmaktadır. Bu tür zarara uğratma eylemi genel anlamda saldırgan davranış adıyla ele alınır. Bu saldırganlık öfkesel veya duygusal saldırganlık olarak düşünülmektedir. Saldırgan bir eylemde bulunan kişi, başkalarının rahatını bozacak eylemler yapar. Aynı zamanda saldırgan eylemlerle onları zarara uğratmaya çalışmaktadır.<sup>190</sup>

### **1.3.3. Saldırganlığı Etkileyen Faktörler**

#### **1.3.3.1. Aile ve Aile Tutumları**

Geçmişten günümüze her zaman toplumun ilk ve temel çekirdeği olan aile kavramının çocukların, üzerinde bıraktığı izler çocuğun doğumdan önceki döneminden itibaren başlamakta ve çocuğun gelişimi ile beraber etkilemeye devam etmektedir. Aile çocuğun fiziksel sağlığı, ruhsal sağlığı, korunma ihtiyacı beslenme ihtiyacı, güven ihtiyacı, sevgi ihtiyacı, eğitim ihtiyacı ve toplumsallaştırma gibi asıl ihtiyaçlarını gideren en önemli ve temel kurumdur.<sup>191</sup>

Çocuğun ilk kez iletişim ve ilişki sağladığı yer olan ailenin kalabalıklığı, kültürel düzeyi, sosyo-ekonomik düzeyi, eğitim düzeyi, aile içi ilişkiler, aile içi bireylerin roller ve sorunlulukları, çocuğun ilk sosyal faaliyetleri ve bunlara bağlı olarak duygusal ve sosyal gelişimi üzerinde önemli etkileri bulunmaktadır. Çocuğun babası ve annesi tarafından desteklenen, şefkat gören, temel ihtiyaçları karşılanan, sevgi gören, saygı duyulan ve sağlıklı bir şekilde bireyleşmesi ve gelişimi desteklenen çocuklar gelişiminde ihtiyacı olan deneyimleri kazanarak toplumsal bir kişi konumuna gelmektedir. Ancak babası ve annesi aracılığıyla istismar edilen ve yeteri kadar ilgilenilmemiş çocuk ise ilerideki yaşamında bağımlı, saldırgan, öfkeli ve tahammülü olmayan kişilik niteliği geliştirebilmektedir. Çocukta var olan saldırganlık eyleminin çocuğun içinde bulunduğu ailenin ve sosyal çevresinin önemli bir etkisi sebebiyle ortaya çıktığı ve buna bağlı olarak çocuğun hayatının ilk senelerinde özellikle ebeveynleriyle deneyimlediği ilk olan ilişkilerin çocuğun ileriki yaşamında sergilediği davranışlarını ve kişilik özelliklerini yüksek düzeyde etkilediği ve şekillendirdiğini ortaya koymuştur.<sup>192</sup>

Ailenin çocuğa göstermiş olduğu tutumlar çocuğun gelişim aşamasında anne ve babanın çocuklarıyla aralarında gerçekleşen ilişkiler, aile içinde olumsuz nitelik taşıyan modeller ve ailenin içindeki bireylerin birbirlerine ve çevreye karşı gösterdikleri

---

<sup>190</sup> Yıldırım, a.g.e., s. 16.

<sup>191</sup> Adıgüzel, a.g.e., ss. 21-26.

<sup>192</sup> Adıgüzel, a.g.e., s. 27.

şiddet ve saldırgan tutumlar veya olumsuz tutumlara karşı gösterdikleri tepkiler çocuğun zihinsel gelişimine etki etmesi büyük bir olasılıkla muhtemeldir. Buradan yola çıkarak kimi araştırmacılar anne ve babanın arasında olumlu ve sağlıklı bir ilişki yapısı geliştirilmesinde çocuklarına karşı olan davranışlarının öneminin büyük olduğunu, ayrıca baba ve annenin yaptıkları meslek, çalışma şekli ve koşulları, aile içi bireyler arasında problemler, ebeveynlerin boşanması, işsizlik, akut ve kronikleşmiş hastalıklar, ekonomik ve sosyal yönden sorunlar benzeri etmenlerin saldırgan eylemlerin meydana gelmesinde büyük bir etkisi olduğu belirtilmektedir.<sup>193</sup>

Saldırganlığı mevcut asıl nedenleri içinde en önemli olan ve en çok dikkat edilen etken birçok kez belirtildiği gibi aile ile alakalı olan bölümdür. Kişinin sosyalleşmesi ve kişiliğinin olgunlaşması ilişkiye ilk kez başlanılan yer olan aile ile başlar ve yaşam boyu bu gelişme sürer. Kişinin anne ve babasının sergilediği tutumlar kişinin yani çocuğun sosyal ve psikolojik yönden gelişmesinde oldukça etkilidir. Sebepsiz yere davranışın engellenmesi, her yaptığı işte devamlı olarak eleştiri alması, ağır cezalandırmalar, çevresindeki yetişkinlerin isteklerine boyun eğmesi istenmesi gibi ebeveyn davranışları ile beraber ebeveynlerin sahip oldukları eğitim seviyesi, yaşam standartları, çalışma hayatı ve çalışma şartları, aile içi çatışmalar ve sorunlar, tıbbi rahatsızlıklar ve ölümler gibi etkenler saldırgan özellikteki eylemlere neden olabilmektedir.<sup>194</sup>

Saldırgan nitelikteki tutumların aile ile bağlantılı sebepleri arasında; anne veya babanın yetersiz ve eksik denetim veya gözetimi, çocuğun sosyal açıdan gelişim çağında ebeveynin yeteri destek ve önemi vermemesi, ebeveynin eksik veya yanlış biçimde disiplin kurması veya hiç kuramaması, aile içindeki kişiler arasında suç niteliği taşıyan eylemlerin bulunması, aile içindeki herhangi bireyin çocuğa kötü bir tutum sergilemesi veya birçok yönden ihmale uğratması, eşlerindeki ilişkilerindeki olumsuzluklar, zayıflıklar ve boşanma gibi etkenler gelmektedir.<sup>195</sup>

Ebeveynlerinin çocuklarına karşı sürekli şiddet içerikli davranışta bulunması ve çocuğun sevgi ihtiyacını yeterli seviyede karşılayamamaları çocukta saldırgan eylemlerin görülme olasılığını arttırmaktadır. Ebeveynlerin gösterdikleri saldırgan özellik taşıyan davranışlar çocuklar için model yaratabilmektedir. Anne ve baba arasındaki mevcut çok yönlü tartışma ve kavgalarda etkenler arasında yer almaktadır. Örneğin; babanın sesini sürekli yükselterek eşine istediği işleri yaptırması. Böyle bir durum içerisinde çocuk kendi kendine istediklerini arkadaşlarına ve çevresindekilere

---

<sup>193</sup> Erdoğan, a.g.e., s. 22,23.

<sup>194</sup> Şimşek, a.g.e., s. 24.

<sup>195</sup> Seda Donat Bacı, *Çocuk ve Ergenlerde Şiddet ve Saldırganlığın Önlenmesi*, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Dokuz Eylül, Üniversitesi, İzmir, 2011, ss. 11-13 (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**).

yaptırması için kaba davranışlar sergilemesi gerektiği gibi tutumlar geliştirebilir. Çocukta mevcut bulunan saldırgan içerikli eylemlerin ailedeki bireyler tarafından hoş karşılanması veya desteklenmesi saldırganlığı etkileyen etmenler arasında yer almaktadır. Örneğin; çocuk akranı bir arkadaşıyla kavga ettiğinde ve dayak yiyen taraf olduğunda anne ve baba çocuklarının diğer çocuktan dayak yemesini hazmedemezler ve kendi içlerinde oluşan intikam duygusunu çocuklarına yerleştirmeye çalışırlar. Çocuğun zayıflığını ve dayak yemedeki utancı abartarak çocuğu daha fazla kinlendirirler. Böyle bir aile bireyleri içerisinde gelişen çocuğun bir yetişkin olduğunda saldırgan eylemler göstermesi ve her çaresiz hissettiği anda şiddete yönelmesi kaçınılmazdır.<sup>196</sup>

Ebeveynler tarafından kabul görmeyen ve sürekli reddedilen kişilerin suça eğilimli, çok öfkeli, aşırı sinirli ve saldırgan nitelikte eylemlerde bulunması çok karşılaşılan problemlerden birisidir.<sup>197</sup>

Ebeveynlerin çocuklarına karşı sergiledikleri davranışlar açısından ele alındığında, aşırı derecede otoriter ve katı disiplin nedeni ile çocukta ebeveyne karşı öf, nefret ve korku duyguları oluşmasına, ileride bağımlı bir kişinin oluşmasına veya kurallara uymayan, toplumun huzurunu bozan ve isyankar bir kişinin oluşmasına neden olabilmektedir.<sup>198</sup>

### 1.3.3.2. Kitle İletişim Araçları

Günümüzde her yerde ve her anda iletişim çağı yaşanmaktadır. Yapılan bilimsel çalışmalar ve bu çalışmalara bağlı olarak gelişen teknolojiye hızla seyreden değişimler kişinin başaklarıyla olan iletişiminde de hızını arttırmaktadır. Bu sayede bütün bilgi ve gündemler çok kısa sürede dünyanın bir ucundan öbür ucuna gitmektedir. Bu sebeple her çeşitte duygu, fikir ve eyleme karşı yayınların var olduğu iletişim ağlarında kişiler neredeyse her aradıkları bilgiyi anında bulabilecek noktaya gelmiştir. Fakat bilimsel gelişmelerin ve buna bağlı olarak hızla gelişen teknolojiye hızlılık çoğu zaman bireylerin yararına olsa da olumsuz sonuçlar da getirebilmektedir. Araştırmacılara göre günümüzde toplu iletişim ağlarının hızlı bir şekilde yaygınlaşması, iletişimde bulunan bireylerin şiddet eğilimleri, saldırgan eylemler ve suç özelliği taşıyan davranışlar ile toplu iletişim araçlarıyla arasındaki bağlantı günümüzde ön plana gelmiştir.<sup>199</sup>

<sup>196</sup> Ercan Nar, *Anne Baba ve Öğretmenim Beni Anlayın*, Babıali Kültür Yayıncılığı, İstanbul, 2005, s. 132.

<sup>197</sup> Haluk Yavuzer, *Yaygın Anne Baba Tutumları*, Remzi Kitapevi, İstanbul, 2004, s. 127.

<sup>198</sup> Yavuzer, 2004, a.g.e., s. 120.

<sup>199</sup> Haluk Yavuzer, *Çocuk ve Suç*, Remzi Kitapevi, İstanbul, 1998, s. 49.

Bazı araştırmacılar açısından iletişim sağlayan araçlardaki saldırgan özellik taşıyan eylemlerin görüntüleri bireyleri herhangi seviyede etkileyeceği, bireyin daha önceden edinmiş olduğu saldırgan davranış deneyimleri, kişisel nitelikleri ve içinde yaşadığı toplumun saldırgan eyleme karşı sergilediği tutum ve bireyin saldırgan eylem sonucu edindiği kazanca göre farklılık göstermektedir.<sup>200</sup>

Kitle iletişim kavramı, bütün yazılı, sözlü basılı, görsel biçimde metin ve imgeleri içinde barındıran ve oldukça geniş çaplı iletişim araçlarını içine alan bir kavramdır. Bugüne kadar kitle iletişim kavramının içerisine kitaplar, gazeteler, dergiler, broşürler, sinema, televizyon, radyo gibi hem yazılı hem görsel, hem de işitsel Şeyler girerken artık günümüzde ilan tahtası, internet gibi yeni iletişim ağları bu kavramın içine eklenmiştir.<sup>201</sup>

Kişi çevresindeki ve dünyadaki bilgi, haber ve gündemden iletişim araçları yoluyla haberdar olmaktadır. Bu sebeple toplu iletişim araçları kişinin duygu, fikir, istek, tutum, amaç ve eylemleri üstünde çok büyük seviyede etkileme gücünü barındırmaktadır.<sup>202</sup>

Günümüzde dünya üzerinde var olan en fazla etki gücüne sahip kitle iletişim kaynağı hem görsel hem işitsel özelliği içinde bulunduran ve insanlar tarafından sık tercih edilen televizyondur. Medya, genellikle de televizyon farklı sosyal değerlere temas ederek bireyin fikri üzerinde etkisi görülmekte ve sosyal eylemler için tavsiye hakkında çeşitli imkanların kaynaklarına dikkat çekmektedir.<sup>203</sup>

Toplu iletişim araçlarından en çok etki gücüne sahip olan televizyon, seyredilen Şiddet niteliği taşıyan film veya dizi sahneleri bireylerin davranışlarını daha çabuk etkilemekte ve bununla birlikte, saldırgan özellik içeren sahneler bireylere özellikle de çocuklara kaba kuvveti, bağırıp çağırmayı ve saldırgan eylemler gerçekleştirmesine yönelmektedir.<sup>204</sup>

### 1.3.3.3. Kültür

İnsanın, toplumun ve grupların görünüş bakımından yerlerini değiştirmelerine sosyolojik açıdan g adı verilmektedir. Birey içinde olduğu gruptan çıkararak yeni bir gruba katılır ve bazı uyum sorunları yaşar. G ile birlikte birey kendisini katıldığı grubun kültürüne ve ya alt kültürel değerlerine uyma zorunluluğu içerisinde hisseder ve ayrılıkların buraya gelmesi kültürel ihtilaf sürecini başlatmış olur. Tüm bu süreçler

<sup>200</sup> Erdoğan, a.g.e., s. 24.

<sup>201</sup> Erdemir, a.g.e., s. 33,34.

<sup>202</sup> İsmail Doğan, *Sosyoloji Kavramlar ve Sorunlar*, Pegem A Yayıncılık, Ankara, 2004, s. 342.

<sup>203</sup> Erdemir, a.g.e., s. 35.

<sup>204</sup> Ali Dönmez, *Eğer Hitler İsteseydi, Sosyal Psikoloji Yazıları*, Gündoğan Yayınları, Ankara, s. 13.



hem saldırganlığı hem de şiddeti doğurucu nitelik taşımaktadır. Örneğin; kimi kültürler kan davalarını içinde bulundurmaktadırlar.<sup>205</sup>

Farklı toplumsal yapılarda ve toplumun farklı kısımlarında saldırgan eylemlerin ve şiddet olgularının değişken olması o toplumun kültürel açıdan saldırganlığı etiketlediği düşünülmektedir. Bu konuyla ilgili kanıya varabilmek adına birden fazla varsayım ortaya atılmıştır. Fakat sorunun net bir yanıtı olmadığı kesindir. Ortaya konulan çalışmalar sonucunda toplumsal olarak şiddetin günümüze kadar üzerine en fazla odaklanılan belirleyicisi, ekonomik güçsüzlük ve toplumsal olarak huzurlu olamama haline ve problemlili aile yapılarının göstergeleriyle, şiddet eylemlerine girişimi suçu oranları ile birbirleri arasında anlamlı bir bağ bulunmuştur. Aralarındaki bağın görülmediği bir tek ülkenin Japonya olduğu bilinmektedir. Japonya'da ailelerin dışında da bireylerin ortaya koydukları eylemleri oldukça güçlü eylemsel kontrol sistemlerinin bulunmasıyla açıklanmıştır. Japonya'nın içinde barındırdığı kültürde; toplum için var olan kuralların görmezden gelinmesinin ve bunlara uyulmamasının oldukça fazla utanç duygularının ortaya çıkmasına neden olduğu belirtilmektedir. Bu sebepten dolayı, Japonya'daki intihar vakalarındaki artışın toplumsal açıdan ve ailesel işlevlerin bozulmasıyla ilişkili olduğu söylenebilmektedir.<sup>206</sup>

#### **1.3.3.4. Bireysel Faktörler ve Kalıtım**

Bireyin saldırgan eylemlerini anti-sosyal eylemlerin varoluşu, zeka düzeyinin düşüklüğü, hiperaktivite veya dikkat eksikliğinin bulunması, öğrenme güçlükleri, ince veya kaba motor gelişimindeki yetersizlikler, doğum öncesi veya sonrasında meydana gelen bazı problemler ve sonrasında meydana gelen bazı problemler ve bazı küçük anormallikler etkilemektedir.<sup>207</sup>

Kişinin kendisine aşırı güvenmesi, çabuk uyarılması, kontrol edilmeyen bir biçimde sinirlenmesi gibi bazı kişisel özellikler kişiyi saldırganlık davranışına eğilimli yapmaktadır.<sup>208</sup>

Bireylerin yüzyıllar boyunca genleri tarafından aktarılmış olan bazı özellikleri bireyleri bazı eylemlere daha yatkın kılmaktadır. Bireyin genleri içinde bulundurdukları bilgilerle soya çekimsel faktörleri etkin kılmakta, kalıtımsal etkenler ise saldırganlık da bunlara dahil olarak kişiler arasında gözlemlenen kişisel farklılıkların ciddi bir

<sup>205</sup> İbrahim Balcıoğlu, *Şiddet ve Toplum*, Bilge Yayıncılık, İstanbul, 2001, s. 148.

<sup>206</sup> Yıldırım, a.g.e., s. 12.

<sup>207</sup> Obuz, a.g.e., s. 39.

<sup>208</sup> Yalçın, a.g.e., s. 11.

bölümünü açıklamaktadır. Bu sebeple, bazı kişilerin saldırganlık eylemlerine yatkın olmaları genetik etkenler ile açıklanabilmektedir.<sup>209</sup>

Kromozomlar tarafından taşınan genlerin içinde bulundurduğu DNA'nın saldırganlık eylemlerinin meydana gelmesinde etkili olduğuna dair veriler bulunmuştur. Bazı araştırmacılar tarafından yapılan bir çalışmada ergenlerin kişinin şiddete yöneliminde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmalar saldırganlığın doğuştan geldiği üzerine odaklanılmasına sebep olmuştur.<sup>210</sup>

Yapılan bazı araştırmalarda, kişilik yönünden bazı kişilerin zor mizaca sahip olmaları, bu kişilerin yaşadıkları davranışsal sorunlar ve saldırgan eylemler arasında bir bağlantı olduğu sonucunu vermektedir.<sup>211</sup>

### 1.3.3.5. Çevresel Faktörler

Kişinin sürekli etkileşim içinde olduğu çevre, davranışın şekil almasında ve davranışların sınırlanmasında olumlu veya olumsuz izlere sebep olabilmektedir. Toplumdaki hızla gerçekleşen değişimler ve bununla birlikte ortaya çıkan toplumsal krizler kişilerin davranışlarında bir takım değişikliklere sebep olmaktadır. Hızla gerçekleşen toplumsal değişimlerle birlikte fakirlik, yabancılaşıma, düzenli olmayan göçler, çevresel ve hava kirlilikleri, kişi sayısında artış, trafiğin meydana getirdiği stres, aç kalma gibi farklı sebeplerden dolayı bireylerin ruhsal sağlıklarının etkilenmiş olduğunu belirtmişlerdir. Bu tür çevresel problemler kişilerde saldırganlık hislerinin uyarıcısı olabilmektedir.<sup>212</sup>

Kimi toplumlarda saldırganlık eylemleri hedefe giden yolda kabul edilebilir görülmektedir. Aynı zamanda da bu saldırgan eylemler bir çözüm aracı niteliğinde olduğu kabul edilmektedir. Yapılan araştırmalarda; şiddet, bireyin yaşadığı toplumda bir hayat biçimi olarak kabul ediliyorsa, şiddeti içinde bulunduran eylemler de sorun olarak algılanmamakta yalnızca sorunu çözüme ulaştırmada bir araç olarak görüldüğü niteliğindedir.<sup>213</sup>

Sosyal ve ekonomik çevre koşulları da bireyin saldırgan eylemler sergilemesine sebep olabilmektedir. Eğitim ve ekonomik açıdan yoksul bir toplumdan gelen bireylerin ekonomik açıdan güçlü bir aileden gelen bireylerden daha fazla saldırgan eylemler sergiledikleri gözlemlenmektedir.<sup>214</sup>

---

<sup>209</sup> Yalçın, a.g.e., s. 12.

<sup>210</sup> Adıgüzel, a.g.e., s. 31.

<sup>211</sup> Erdoğan, a.g.e., s. 25.

<sup>212</sup> Erdoğan, a.g.e., s. 25.

<sup>213</sup> Nilay Çubuk Kaya, "Taşınmalı Eğitim Programındaki İlköğretim Öğrencilerinin Durumları: Silopi Köyleri Örneğinde Bir Sosyal Değerlendirme", *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, Cilt:46, 105-116, s. 16-110.

<sup>214</sup> Adıgüzel, a.g.e., s. 29.

Aynı zamanda okula başlama çocukların gelişimlerinde ciddi bir adım olarak bilinmektedir. Okula başlama, onun için daha önce karşılaşmadığı ve karmakarışık bir sosyal ortama girmek, bir kişi olarak toplumda yer denebilmek, dış dünyaya açılabilir.215

### 1.3.3.6. Engellenme

Kişiyi bilinen bir amaca ulaşmaktan menetmek engellenme olarak tanımlanmaktadır. Bazı istekler veya ihtiyaçlar engellediğinde hayvanlar, yetişkinler ve çocuklarda saldırgan eylemlerin meydana geldiği gözlemlenmektedir. Gözlenen bu tür saldırgan eylemler engellenen hedefe şiddet uygulayarak ulaşılma yolunda bir çok kez sonuca ulaşamayan girişimler olarak bilinmektedir. Bunları ortadan yok etme hedefi ile yapılan saldırgan eylemler olduğu ortadadır. İstek ve ihtiyaçların engellenmeye çalışılması çoğu toplumda günümüze kadar geldiğine göre saldırganlık eylemi ve şiddetin devamlı olarak meydana gelmesi olağan görülmektedir. İnsanlar doğdukları andan itibaren çok sayıda, çeşitli engeller ile karşı karşıya kalmaktadır. Karşılaştıkları engellere karşı olarak savunma mekanizmalarını kullanırlar. İsteklerinin doyumunu sağlamak adına bekleyebilmeyi, erteleyebilmeyi, bazı gereksinim ve ihtiyaçlardan vazgeçmeyi, objeleri değiştirebilmeyi bazen de saldırgan eylemlerde bulunmayı öğrenmektedirler. Bunları öğrenme süreci her bireyin yaşadığı aileden aileye çeşitlilik göstermektedir. Engellenmelere karşı meydana gelen savunma mekanizmaları kendiliğın en uyum sağlayıcı ve güvenilir niteliği olmaktadır.216

### 1.3.3.7. Cinsiyet

Cinsiyet faktörü saldırgan davranışları gelişmesinde ciddi bir yere sahiptir. Genel anlamda gerçek çocukların kızlara oranla daha fazla saldırgan eylemlerde bulunduğu bilinmektedir. Buna fiziksel olarak erkeklerin kızlara oranla daha kuvvetli olmaları ve kız çocuklarının erkek çocuklarına oranla daha da fazla engellenmesinin etkisi olduğu düşünülmektedir. Birçok erkek çocuğu anlaşmazlık yaşadıklarında dövüş yolunu kullanırken, kız çocukları genellikle ağız dalaşı ile bu sorunu çözme eğilimi göstermektedir.217

Bazı araştırmacıların görüşüne göre ise; erkek çocuklarının bedensel açıdan saldırganlık eylemine çok daha fazla ortam sağlayan bir biçimde yetiştiriliyor olmaları belirtilmektedir. Bireylerin farklı gelişimsel dönemlerdeki saldırganlık eylemleriyle alakalı olarak şu bulgulara ulaşılmıştır; anneleri hamilelik hamilelik anında androjen

---

<sup>215</sup> Adıgüzel, a.g.e., s. 30.

<sup>216</sup> Yıldırım, a.g.e., s. 8.

<sup>217</sup> Adıgüzel, a.g.e., ss. 34-35.

hormonunu almış olan kız çocukları diğerlerine göre fazla saldırgan eylemlerde bulunmaktadır. Okul öncesi dönemindeki erkek çocukları da kız çocuklarına istinaden daha çok saldırgan davranışlar sergilemektedirler. İlerleyen dönemlerde ise erkek çocukları kız çocuklarına istinaden daha çok saldırgan davranışlar sergilemektedirler.<sup>218</sup>

Erkeklerde saldırgan davranışlar, çoğunlukla ergenlik döneminde dışavurum göstermektedirler. Aynı zamanda kadınlara oranla iki ila beş kat daha fazla suç işledikleri bulgularına rastlanılmıştır. Erkek ergenlerin erkeklere karşı olarak fiziksel saldırgan eylemlerde bulunduğu gözlemlenirken kızlara karşı olan saldırganlığın büyük oranda azalma gösterdiği bulgularına ulaşılmıştır.<sup>219</sup>

Farklı cinsiyetlerin birbirleri arasında saldırganlık yönünden bir takım farklılıklar meydana gelmesindeki asıl sebeplerinden birisi de sosyal özelliklerdir. Sosyal yapıya bakıldığında bireyin saldırganlığını destekleyebilmektedir. Genellikle sosyalleşme dönemi içinde erkek ve kız çocukların eylemlerine karşı değişik tepkiler oluşturulmaktadır. Toplumsal değerlerde kadın ve erkek bireylere yüklenen roller kişilerin eylem şekillerini etkilediği görülmektedir. Örneğin; çevredeki erkeklerin saldırgan özellikteki eylemlerde bulunmalarına kızlara göre daha olumlu bakılmaktadır. Erkek çocuklar genellikle saldırganlık özelliği içeren oyunlar geliştirmeleri ve oynamaları normal olarak düşünülerek engellenmezken, kızların genel olarak bebek gibi oyuncaklarla oynaması beklenmektedir. Hatta erkeklerin kadına özgü veya kadınsı tutumlar oluşturmaları endişesi nedeniyle saldırgan eylemlerde bulunmaya teşvik edilebilirler. Bütün bu etkenler erkeklerde saldırgan eylemlerin oluşmasına birer sebep oluşturmaktadır.<sup>220</sup>

Toplumsal cinsiyet rolleri gereği erkek çocuklarının sergilediği saldırgan eylemlere müdahalede bulunulmazken kız çocuklarına bu konuda müdahalede edilmektedir. Hatta birçok erkek çocuğunun kadınsı davranışlar sergilemeleri kaygısı sebebiyle saldırgan eylemlerde bulunmaya teşvik edildiği görülmektedir. Saldırgan eylemlerin cinsiyet açısından değerlendirilmesi saldırgan eylemlerin gelişmesinin temelini oluşturmaktadır.<sup>221</sup>

---

<sup>218</sup> Adıgüzel, a.g.e., s. 36.

<sup>219</sup> Pınar Halıcı, *Yatılı İlköğretim Bölge Okullarına Devam Eden ve Ailesi İle Birlikte Yaşayan 12-14 Yaş Grubu Çocukların Saldırganlık Eğilimlerinin ve Benlik Kavramlarının İncelenmesi*, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara, 2005, s. 31 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>220</sup> Adıgüzel, a.g.e., s. 36.

<sup>221</sup> Meliha Tuzgöl, "Ana-Baba Tutumları Farklı Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi", *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, Cilt:2, 39-48, s. 40-45.

### 1.3.4. Saldırganlığı Açıklayan Kuramlar

#### 1.3.4.1. Biyolojik Kuram

Biyolojik temelli yaklaşımlar, saldırganlığın sebeplerini; merkezi sinir sistemi temelde olmak üzere, endokrin sisteminin aktivitesinde ortaya çıkan gecikmelerden dolayı meydana geldiğini öne sürmektedir. Saldırganlık kavramından sorumlu beyin bölgelerinin araştırılmasında canlılar hipotalamusun mevcut saldırganlığın kontrolünde ve ortaya çıkmasında önemi yüksek bir bölge olduğu gösterilmiştir.<sup>222</sup>

Biyolojik görüşe ait başka bir tanım genlerdeki birbirinden farklı eşleşmelerin saldırganlığı ortaya çıkardığı şeklindedir. Bütün insanların hücrelerinde var olan yirmi üç çift kromozomdan sadece bir tanesi cinsiyeti belirlemektedir. Bu kromozomlar XX şeklindeyse dişi, XY şeklindeyse erkek cinsiyetini oluşturmaktadır. Yalnız bazı erkek bireylerde var olan kromozom XYY biçimindedir. Bazı uzmanlar fazladan bulunan bu Y kromozomunun saldırganlık seviyesinde artmaya neden olduğunu düşünmektedir. Yapılan bazı çalışmalarda, XYY kromozom sıradışılığının, yüksek seviyede değerlendirilen suç işlemiş erkek bireylerde daha fazla rastlandığına dair veriler elde edilmiştir.<sup>223</sup>

Bazı araştırmacıların hayvanların üstünde yaptıkları deney ve çalışmalarda, testosteron verilmesiyle saldırgan davranışlarda bir artış olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Testosteron doğumdan önce daha fetüs evresindeyken vücutta oluşmaya başlamaktadır. Bu nedenle insan beyninin şekillenmesinde büyük rol oynamaktadır. Tüm bunlar göz önüne alındığında kadınlara istinaden erkeklerin fazla saldırgan davranışlar sergilediği yönünde iddialar vardır.<sup>224</sup>

Biyolojik temelli yaklaşımlar nesnel ve el ile tutulabilir bulguları kapsamasından dolayı önem taşımaktadır. Ancak, saldırganlık davranışının meydana gelmesinde etkisi olan emosyonel, bilişsel ve sosyal süreçleri önemsemedikleri için eleştirilmektedir.<sup>225</sup>

Yaklaşık yirmi yıldır saldırganlık davranışları üstünde gerçekleştirilen çalışmalar nörolojik sorunlar ve nöropsikiyatrik sorunların saldırgan davranışlar gösteren kişilerde, saldırgan davranışlar göstermeyenlere oranla daha fazla oldukları görülmektedir. Şiddet çok fazla kaynak tarafından beslenmektedir. Fakat bu kaynakların etkinleşebilmesi adına üzerinde etki yapabilecekleri bir canlıya ihtiyaçları

---

<sup>222</sup> Adıgüzel, a.g.e., s. 9.

<sup>223</sup> Çelik, a.g.e., s. 29,30.

<sup>224</sup> Gülbaktı, a.g.e., s. 19,20.

<sup>225</sup> Erdemir, a.g.e., s. 46.

bulunmaktadır. Şiddeti anlayabilmek için şiddetin biyolojik açıdan temelini anlaşılması gerekmektedir.<sup>226</sup>

#### 1.3.4.2. Psikanalitik Kuram

Freud saldırganlık dürtüsünün canlıda doğuştan var olduğunu ve cinsel dürtü kadar temel ve doğal insan davranışı olduğunu söylemektedir. Freud için saldırganlık doğuştan var olan içgüdüsel eğilimdir.<sup>227</sup>

Oral saldırganlık olarak adlandırılan başkasına tükürme, başkalarını ısırma, ağlama ve çiğneme gibi tepkilerde ortaya çıkar. Bireyde doğuştan gelen yıkıcı eğilimlerin temel semptomlarıdır. Libido olarak adlandırılan doğuştan var olan zevk veren ve uyumun sağlanmasına sebep olan, bireyin kişiliğini ve eylemlerini meydana getiren hayat boyu devam edecek olan ruhsal açıdan gücün gelişebilmesi için ihtiyaç olunan ilk ve temel dönem oral dönemdir. Bebeklerin emme refleksleri ile tatmin sağlanan bu evrede takılıp kalma veya bu evreye geri gelmek saldırganlık davranışlarının temeli olarak düşünülmektedir.<sup>228</sup>

Saldırgan eylemler farklı bir dönem olan anal dönemde meydana gelen saplanıp kalmalardan da meydana geliyor olabilir. Çocuklara tuvalet eğitimi verilen bu dönemde takılmalar veya bu döneme geri dönme anal sadist bir kişilik yapısının meydana gelmesine sebep olur. Bu dönemdeki temel öğelerden biri dışkının dışarı bırakılmasının saldırgan bir eylem olarak ele alınmasıdır. Başka bir deyişle dışkı, çocukların öfke, kızgınlık emosyonlarının ifade edilmesinde araç rolünü üstlenmiştir.<sup>229</sup>

Freud'a göre bireyler, yaşam ve ölüm içgüdüleri olmak üzere temelde iki içgüdü ile dünyaya gelirler. Yaşam içgüdüünün temel hedefi organizmanın hayatını devam ettirmesi ve türünün devam etmesini gerçekleştirmektir. Ölüm içgüdüünün hedefi ise organizmayı kışkırtarak ilk dönemlerdeki inorganik duruma döndürmektir. Bu iki temel içgüdü sürekli çatışma halindedir. Ölüm içgüdüünün ağır bastığı durumlarda ortaya çıkan sonuç kişinin kendini cezalandırması veya kendini öldürmesidir. Fakat insanların çoğunda yaşam içgüdüü daha baskındır ve ölüm içgüdüünü baskılayarak bu içgüdüünün zarar verici hedefini yerine getirmesini engellemektedir. Bireylerde görülen saldırgan davranışların sebebi ölüm içgüdüünün bireyin kendine değil de çevreye yöneltilmesidir.<sup>230</sup>

---

<sup>226</sup> Erdemir, a.g.e., s. 47.

<sup>227</sup> Kulaksızoğlu, a.g.e., s. 240.

<sup>228</sup> Geçtan, a.g.e., s. 33.

<sup>229</sup> Erdemir, a.g.e., s. 39,40.

<sup>230</sup> Adıgüzel, a.g.e., s. 11.

Sonuç olarak Freud, insanlarda sürekli artan bir saldırganlık enerjisi olduğunu ve bu enerjinin tahrip edici bir nitelik barındırdığını ve bu enerjinin kontrol edilmesinin zor olduğunu ve insanların sürekli olarak saldırganlık enerjisi oluşturduğu görüşüne sahiptir.<sup>231</sup>

#### 1.3.4.3. Sosyal Öğrenme Kuramı

Sosyal öğrenme yaklaşımının temel görüşü, bütün sosyal eylemlerin öğrenilmiş olduğudur. Bu yaklaşıma göre saldırganlık, taklit veya gözlem aracılığıyla öğrenilir ve ne kadar çok tekrar edilirse o kadar çok gerçekleşir. Burada bireyin saldırganlık kavramını nasıl değerlendirdiği de önemli bir etkidir.<sup>232</sup>

Bazı araştırmacılara göre bütün bireyler saldırganlık içgüdüleri ile birlikte dünyaya gelmektedir. Bireyler kime yönelik, ne zaman ve hangi şekilde saldırgan eylemlerde bulunacaklarını, sosyalleşme dönemi içerisinde sonradan öğrenerek edinmektedirler. Bu öğrenme, temelde taklit etme ve pekiştirme olarak iki mekanizma aracılığıyla gerçekleşir.<sup>233</sup>

Sosyal öğrenme kuramını savunan araştırmacılara göre saldırgan bir birey olmamak da saldırgan bir birey olmak kadar öğrenilebilir bir eylemdir.<sup>234</sup>

Sosyal öğrenmeyi savunan araştırmacılar bireyin doğuştan saldırganlık özelliğine sahip olmadığını, saldırgan davranışların toplumsallaşma eylemlerinin bir neticesi olarak meydana geldiğini söylemektedirler. Bu kuramcılar kişileri saldırgan eylemlere yönelten kaynakların içsel değil daha çok dışsal kaynaklar olduğunu ileri sürmektedirler. Farklı yaklaşımlarla karşılaştırıldığında sosyal öğrenme yaklaşımı dışsal etkenler üzerinde daha fazla durmaktadır. Fakat birey, bir tek çevresel faktörlere tepki veren güçlü olmayan bir canlı değildir. Çevrenin ve bireyin karşılıklı olarak etkileşimleri kişinin sahip olduğu eylemleri meydana getirirler. Bunun sonucunda bir taraftan çevresel etkenler davranışları biçimlendirir, diğer taraftan da çevre davranışlardan etkilenmiş olur.<sup>235</sup>

Sosyal öğrenme yaklaşımının saldırgan davranışların anlaşılabilir olarak açıklanmasında büyük bir katkısı bulunmaktadır. Bu yaklaşım öncelikle, saldırgan

---

<sup>231</sup> Hatice Dizman, Anne-Babası İle Yaşayan ve Anne Yoksunu Olan Çocukların Saldırganlık Eğilimlerinin İncelenmesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara, 2003, s. 29,30 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>232</sup> Raşit Avcı, *Şiddet Davranışı Gösteren ve Göstermeyen Ergenlerin Ailelerinin Aile İşlevleri, Öfke ve Öfke İfade Tarzları Açısından İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çukurova Üniversitesi, Adana, 2006, ss. 20-25 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>233</sup> Cansu Karataş Terzi, *Ergenlerde Saldırganlığın Madde Bağımlılığı ve Diğer Değişkenlerle İlişkisi*, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, Ankara, 2009, ss. 23-26, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>234</sup> Gülbaktı, a.g.e., s. 20.

<sup>235</sup> Erdemir, a.g.e., ss. 44-46.

davranışların sebeplerini başkalarının taklit edilmesi ve pekiştirme yolları ile öğrenme gibi tekrardan deneyip sınıanabilir kavramlar aracılığı ile açıklanmaktadır. Aynı zamanda saldırgan eylemlerin öğrenme ile kazanıldığı üzerinde durduğu için, bu tarz eylemler açısından gözlemlenen kişisel farklılıkları da sosyal öğrenme yaklaşımıyla açıklamak mümkün olmaktadır.<sup>236</sup>

#### 1.3.4.4. Engellenme-Saldırganlık Kuramı

Bu yaklaşıma göre saldırganlık, tümüyle engellenme sonucunda ortaya çıkar. Engellenme, bireyin hedefe yönelik, elde etmek istediği şeyi gerçekleştirememesi olarak ifade edilmektedir. Bu kurama göre saldırganlık, herhangi farklı bir dürtünün tatmin edilmesinin engellenmesi sonucunda meydana gelebilir.<sup>237</sup>

Belirli bir amaca ulaşmak için yapılan eylemin engellenmesi sonucunda ortaya çıkan öfke duygusu, saldırgan eylemlerin meydana gelmesine sebep olmaktadır. Örneğin; bir bebeğin elinden oyuncağının alınması ya da bebeğin yapmak istediği bir şeye engel olunursa bebek muhtemel olarak saldırgan eylemler sergileyecektir.<sup>238</sup>

Hedefe ulaşma yolunda, bireylerin engellenmesi bu bireylerin saldırgan eylemlerde bulunma ihtimalini arttıran bir durumdur. Fakat bu engellenme duygusu hep saldırgan eylemlere yol açar demek değildir. Ancak bazı kuramcılara göre engellenme, saldırgan davranışların önemli sebeplerinden birisi olarak ele alınmaktadır.<sup>239</sup>

Saldırgan davranışı meydana getiren şey, engellenmenin birey için nasıl bir anlam taşıdığıdır ve engellenmenin ruhsal anlamı engellenmenin meydana geldiği tüm durumlara göre farklılık göstermektedir. Engellenme kötü niyetin bir sonucu olarak değerlendirilmezse, bir hata sonucunda haklı bir sebebe dayalı olarak değerlendirilirse, bireyi keyfi olarak yapılan engellemeler gibi öfkelenmez ve saldırgan davranışa sebep olmaz.<sup>240</sup>

Engellenme hipotezi, psikanalitik kuramdan oldukça fazla etkilenmiş ve bu kuramın engellenme ile ilişkili görüşlerine göre açıklamıştır.<sup>241</sup>

Engellenme yaklaşımı üç önemli hipotez üzerine inşa edilmiştir. Bunların ilki, bütün engellenmelerin saldırgan davranışa sebep olacağıdır. İkinci önerme, bütün saldırgan davranışların engellenmelerden meydana geldiği, son hipotez ise engellenmenin sonucunda meydana gelen gerginliğin saldırgan eylemlerle ifade

<sup>236</sup> Adıgüzel, a.g.e., s. 15,16.

<sup>237</sup> Efiltili, a.g.e., ss. 26-28.

<sup>238</sup> İsmail Alev Arık, *Motivasyon ve Heyecana Giriş*, Çantay Kitapevi, İstanbul, 1996, s. 376,377.

<sup>239</sup> Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, a.g.e., s. 233,234.

<sup>240</sup> Obuz, a.g.e., s. 35.

<sup>241</sup> Obuz, a.g.e., s. 36.



edildiğinde gerginliğin azalacağıdır. Bu hipotezlere göre tüm engellenmeler sonucunda saldırgan eylemler meydana gelmektedir. Engellenme yaklaşımı çok önceden fazla keskin bir şekilde ifade edilmiştir; her çeşit engellenme saldırgan davranışa neden olur ve her çeşit saldırganlık bir engellenmeden sonra ortaya çıkar görüşü ileri sürülmüştür. Bu görüşler oldukça fazla eleştirilmiştir. Bu sebeple de engellenme yaklaşımı tekrardan ele alınmış ve formüle edilmiştir.<sup>242</sup>

Her engellenme saldırgan davranışlara neden olmadığı gibi, saldırgan davranışlar da her zaman engellenmeden sonra ortaya çıkmamaktadır. Bu kuramcılar sosyal ödül alabilmek için yaptığı araçsal saldırganlıkla kişinin kendisini savunmak adına yaptığı saldırgan eylemleri açıklamakta yeterli değildir.<sup>243</sup>



---

<sup>242</sup> Adıgüzel, a.g.e., ss. 16,19.

<sup>243</sup> Kuzucu, a.g.e., s. 187,188.

## İKİNCİ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 2.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin anksiyete ve depresyon düzeyleri ile fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık arasındaki ilişkinin anlaşılması amacı ile yapılmıştır.

#### 2.2. Araştırmanın Hipotezleri

##### 2.2.1. Araştırmanın Ana Hipotezi

Üniversite öğrencilerinin anksiyete ve depresyon düzeyleri ile fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık düzeyleri arasında bir ilişki vardır.

##### 2.2.2. Araştırmanın Alt Hipotezi

1. Üniversite öğrencilerinin anksiyete düzeyleri ile fiziksel saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki vardır.
2. Üniversite öğrencilerinin anksiyete düzeyleri ile sözel saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki vardır.
3. Üniversite öğrencilerinin anksiyete düzeyleri ile öfke arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
4. Üniversite öğrencilerinin anksiyete düzeyleri ile düşmanlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
5. Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyi ile fiziksel saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
6. Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyi ile sözel saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
7. Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyi ile öfke arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
8. Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyi ile düşmanlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.
9. Üniversite öğrencilerinin saldırganlık düzeyi demografik değişkenlere (Yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, yaşanılan bölge) göre farklılaşmaktadır.

### **2.3. Araştırmanın Önemi**

Saldırganlığın günbegün artıyor olması yapılan birçok araştırmayla ortaya konulmuştur. Artan saldırganlık bireylerin sosyal yaşamlarını olumsuz yönde etkileyerek bireyleri ruhsal anlamda zarara uğratmaktadır. Bireylere ruhsal anlamda zarar verici etkenlerden olan depresyon ve anksiyete bireylerin yaşamlarında domino etkisi yaratarak diğer davranışlarının da şeklinin değişmesine yol açabilmektedir. Bu sebeple yapılan araştırmada depresyon ve anksiyete düzeyinin saldırganlık davranışlarına olan etkisi incelenmektedir. Bu araştırmadan elde edilen verilerle bireylerin saldırganlık davranışlarının nedenlerinin anlaşılması ve açıklanmasıyla birlikte önleyici tedbirlerin alınmasının kolaylaşacağı düşünülmektedir.

### **2.4. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları**

Araştırmada veri toplamak amacıyla, üç ölçek ve öğrencilerin bazı sosyodemografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen Demografik Form kullanılmıştır.

#### **2.4.1. Sosyodemografik Veri Formu**

Sosyo demografik özelliklerin araştırılmış olduğu formda bireylerin gelir düzeyleri, yaşları, yaşadıkları bölge ve cinsiyetleri ile ilgili sorular sunulmuştur.

#### **2.4.2. Beck Depresyon Ölçeği**

Beck depresyon ölçeği 1961'de geliştirilmiştir. Emosyonel, somatik, motivasyonel ve bilişsel bileşenleri ölçmek amacıyla geliştirilen bir envanterdir.

#### **2.4.3. Beck Anksiyete Ölçeği**

1988'de kişilerin yaşadıkları anksiyete semptomlarının sıklığının değerlendirilmesi amacı ile beck ve beraber çalıştığı kişiler tarafından geliştirilmiş olan bir ölçektir.

#### **2.4.4. Buss Perry Saldırganlık Ölçeği**

Buss Perry saldırganlık ölçeği 1992 yılında fiziksel saldırganlık, düşmanlık, sözel saldırganlık ve öfkeyi ölçmek amacıyla geliştirilen bir ölçektir.

### **2.5. Araştırmanın Örneklemi**

Bu araştırmanın örneklemini İstanbul Gelişim Üniversitesinde 2017-2018 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören 250 üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır.

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Bilgilere Göre Dağılımı

Değişken	Grup	Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Erkek	107	43,8
	Kadın	143	57,2
Yaş	20 yaş ve altı	72	28,8
	21	68	27,2
	22	41	16,4
	23 yaş ve üzeri	69	27,6
Yaşadığınız bölge	Akdeniz Bölgesi	21	8,4
	Doğu Anadolu Bölgesi	17	6,8
	Ege Bölgesi	14	5,6
	Güneydoğu Anadolu Bölgesi	20	8,0
	İç Anadolu Bölgesi	18	7,2
	Karadeniz Bölgesi	8	3,2
	Marmara Bölgesi	152	60,8
Aylık ortalama gelir	1000-3000 TL	105	42,0
	3000-6000 TL	103	41,2
	6000-9000 TL	29	11,6
	9000 TL ve üstü	13	5,2
Toplam		250	100,0

Tablo incelendiğinde, katılımcıların %43,8'inin erkek, %57,2'sinin ise kadın olduğu anlaşılmaktadır. Katılımcılar yaş gruplarına göre incelendiğinde, %28,8'inin 20 yaş ve altı, %27,2'sinin 21 yaş, %16,45'ünün 22 yaş ve %27,6'sının ise 23 yaş ve üzeri grubunda yer aldığı anlaşılmaktadır. Katılımcıların büyük bir oranı Marmara bölgesinde yaşamaktadır (%60,8). Katılımcıların aylık ortalama gelirleri incelendiğinde, %42'sinin 1000-3000 TL, %41,2'sinin 3000-6000 TL, %11,6'sının 6000-9000 TL ve %5,2'sinin ise 9000 TL ve üstü aylık ortalama gelire sahip olduğu belirlenmiştir.

## 2.6. Araştırmadaki Bağımlı ve Bağımsız Değişkenler

Bu araştırmanın bağımsız değişkeni saldırganlık düzeyi, bağımlı değişkenleri de anksiyete ve depresyon düzeyidir.

## 2.7. Araştırmanın Varsayımları

Araştırma kapsamında kullanılan ölçme araçlarının, araştırmanın amacına ve içeriğine uygun olduğu varsayılmaktadır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin Beck Depresyon Ölçeği, Buss Perry Saldırganlık Ölçeği, Beck Anksiyete Ölçeği ve Sosyodemografik Form' a içten ve yansız olarak cevap verdikleri varsayılmaktadır.

## **2.8. Araştırmanın Sınırlılıkları**

2017-2018 eğitim-öğretim yılında İstanbul Gelişim Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerle sınırlıdır.

Veri toplama araçlarından Sosyodemografik Form, Beck Depresyon Ölçeği, Beck Anksiyete Ölçeği ve Buss Perry Saldırganlık Ölçeği' nden toplanacak verilerle sınırlıdır.

Araştırmada incelenecek olan depresyon düzeyi Beck Depresyon Ölçeği' nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

Araştırmada incelenecek olan anksiyete düzeyi Beck Anksiyete Ölçeği' nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

Araştırmada incelenecek olan fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık düzeyi Buss Perry Saldırganlık Ölçeği' nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

## **2.9. Verilerin Analizi**

Araştırmanın amacı doğrultusunda toplanan verileri analiz etmek için t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Pearson Korelasyon tekniği ve regresyon analizi kullanılmıştır. Veriler analiz edilmeden önce veri setinin parametrik testler ve çok değişkenli analizler için gerekli varsayımların karşılayıp karşılamadığı kontrol edilmiştir. SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılarak veriler analiz edilmiştir. Analiz sonuçları %95 güven düzeyinde ele alınmış ve  $p < 0,05$  değerleri istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin; depresyon, anksiyete ve saldırganlık düzeyini belirlemek için betimsel analiz teknikleri (ortalama, standart sapma, en yüksek ve en düşük değerler) kullanılmıştır.

Araştırmaya katılımı sağlanan üniversite öğrencilerinin Beck Depresyon, Buss Perry Saldırganlık ve Beck Anksiyete Ölçeklerinden almış oldukları puanları; yaş, cinsiyet, aylık ortalama gelir düzeyi ve yaşanılan bölge değişkenlerine göre karşılaştırmak ve incelemek için ise parametrik analiz teknikleri kullanılmıştır.

Parametrik testler birtakım varsayımlara dayanmaktadır. Analizler gerçekleştirilmeden önce bu varsayımlar kontrol edilmiştir. İlk olarak, normal dağılımı

güçleştiren, veri setinde uç değer olarak yer alan, gözlemlerin bulunup bulunmadığı araştırılmıştır. Veri setinde uç değerleri belirlemek için kutu grafikleri oluşturulmuş ve standardize Z değerleri hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlar incelendiğinde, veri setinde normal dağılımın gerçekleşmesini güçleştiren herhangi bir uç değer bulunmadığı anlaşılmıştır. Bu aşamadan sonra, Beck Depresyon, Buss Pery Saldırganlık ve Beck Anksiyete Ölçeklerinden elde edilen puanların normal dağılıma sahip olup olmadığı araştırılmıştır. Örneklem sayısının büyük olduğu araştırmalarda, normal dağılımın varsayımının karşılanabilmesi için çarpıklık ve basıklık katsayılarının  $\pm 2$  aralığında bulunması yeterli görülmektedir.<sup>244</sup>

**Tablo 2.** Araştırmada Yer Alan Değişkenlere Ait Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Değişkenler	Çarpıklık		Basıklık	
	Değer	Std. Hata	Değer	Std. Hata
Anksiyete	0,42	0,15	-0,74	0,31
Depresyon	0,80	0,15	0,67	0,31
Fiziksel saldırganlık	0,19	0,15	-0,67	0,31
Düşmanlık	-0,21	0,15	-0,57	0,31
Öfke	-0,05	0,15	-0,55	0,31
Sözel saldırganlık	-0,19	0,15	-0,27	0,31

Tablo incelendiğinde, dağılımlara ait çarpıklık ve basıklık değerlerinin  $\pm 2$  aralığında yer aldığı, verilerin normale oldukça yakın dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Bu sonuca göre, parametrik testlerin verilerin analizinde kullanılmasının uygun olduğu anlaşılmıştır.

Araştırmada yer alan bağımlı ve bağımsız değişkenler ve uygulanan analiz teknikleri Tablo 2’de gösterilmiştir. Gruplardaki katılımcı sayısı, grup karşılaştırmaları yaparken dikkate alınması gereken bir durumdur. Bu araştırmada, daha sağlıklı karşılaştırmalar yapabilmek için gruplarda bulunan katılımcı sayısı dikkate alınmıştır. Analizler yapılmadan önce az sayıda katılımcının bulunduğu bazı gruplar bir alt veya üst grup ile birleştirilerek yeni gruplar oluşturulmuştur. Varyansların homojenliği Levene testi kullanılarak incelenmiştir ve varyansların homojenliği koşulunun tüm gruplarda karşılandığı anlaşılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonucu ortaya çıkan grup farklılıklarının kaynağını belirlemek için Scheffe çoklu karşılaştırma testi

<sup>244</sup> Darren George and Paul Mallery, *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update (10a ed.)*, Allyn & Bacon, Inc., Boston, 2009, p. 185.

kullanılmıştır. Araştırma verileri SPSS 24.0 kullanılarak analiz edilmiştir. İstatistiksel sonuçlar, %95 güven düzeyinde ele alınarak yorumlanmıştır.

**Tablo 3.** Bağımlı, Bağımsız Değişkenler ve Uygulanan Analiz Teknikleri

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	Uygulanan Analiz Tekniği
Beck Depresyon, Buss Pery Saldırganlık ve Beck	Cinsiyet	Bağımsız örneklem t testi
Anksiyete	Yaş	Bağımsız örneklem t testi
Ölçeklerinden Elde Edilen Puanlar	Yaşanılan bölge	Tek yönlü varyans analizi
	Aylık ortalama gelir	Tek yönlü varyans analizi

Pearson Korelasyon analiz tekniği kullanılarak, katılımcıların Beck Depresyon, Buss Pery Saldırganlık ve Beck Anksiyete Ölçeklerinden almış oldukları puanlar arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Pearson Korelasyon Analizi normal dağılım varsayımının karşılanması gerektirmektedir. Bu varsayım karşılandığında, Pearson Korelasyon analiz tekniği aracılığı ile değişkenler arasındaki doğrusal ilişkilerin yönü ve gücü gözlenebilir. Elde edilen korelasyon katsayıları şu şekilde yorumlanabilmektedir; 0 ile  $\pm 0.29$  düşük düzey ilişki, 0.30 ile  $\pm 0.69$  orta düzeyde ilişki ve 0.70 ile  $\pm 1.0$  ise yüksek düzey ilişki.<sup>245</sup>

<sup>245</sup> Ömay Çokluk vd., *Sosyal bilimler için çok değişkenli SPSS ve LISREL uygulamaları*, 2, Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara, 2012, s. 35.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin; depresyon, anksiyete ve saldırganlık düzeyini belirlemek için, Beck Depresyon, Buss Pery Saldirganlik ve Beck Anksiyete Ölçeklerinden elde edilen puanlara ait en düşük ve en yüksek değerler, ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanarak incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar Tablo 1'de yer almaktadır.

**Tablo 4.** Beck Depresyon, Buss Pery Saldirganlik ve Beck Anksiyete Ölçeklerinden Elde Edilen Puanlara Ait Betimsel Değerler

Değişkenler	N	Minimum	Maksimum	$\bar{X}$	Ss	Düzye
Anksiyete	250	0,0	52,0	19,61	12,62	Orta
Depresyon	250	1,0	40,0	14,27	8,02	Hafif
Fiziksel saldirganlik	250	1,0	5,0	2,72	0,95	Orta
Düşmanlik	250	1,0	5,0	3,22	0,83	Orta
Öfke	250	1,0	5,0	3,20	0,92	Orta
Sözel saldirganlik	250	1,0	5,0	3,23	0,81	Orta

Tablo incelendiğinde, anksiyete ve depresyon puanlarının sırası ile 0,0-52,0 ve 1,0-40,0 aralığında değerler aldığı anlaşılmaktadır. Fiziksel saldirganlik, düşmanlik, öfke ve sözel saldirganlik puanları madde sayılarına bölünerek 1,0-5,0 arasında değişen değerler elde edilmiştir.

Anksiyete, depresyon, fiziksel saldirganlik, düşmanlik, öfke ve sözel saldirganlik puan ortalamaları sırası ile 19,61; 14,27; 2,72; 3,22; 3,20 ve 3,23 olarak hesaplanmıştır. Elde edilen ortalama değerlerine göre, katılımcıların; anksiyete, fiziksel saldirganlik, düşmanlik, öfke ve sözel saldirganlik algıları *orta düzeyde*, depresyon algıları ise *hafif düzeyde* bulunmaktadır.

**Tablo 5.** Beck Anksiyete Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Anksiyete	Erkek	107	16,09	12,090	-3,92	0,00
	Kadın	143	22,24	12,406		



Tablo incelendiğinde, anksiyete ölçeğinden elde edilen puanların cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır ( $p<0,05$ ). Cinsiyet ile anksiyete arasında anlamlı bir ilişki vardır. Araştırmaya katılan kadın üniversite öğrencilerinin anksiyete algıları anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 6.** Beck Depresyon Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Depresyon	Erkek	107	12,74	8,15	-2,64	0,01
	Kadın	143	15,41	7,75		

Tablo incelendiğinde, depresyon ölçeğinden elde edilen puanların cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır ( $p<0,05$ ). Cinsiyet ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki vardır. Araştırmaya katılan kadın üniversite öğrencilerinin depresyon algıları anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 7.** Buss Pery Saldırganlık Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Fiziksel saldırganlık	Erkek	107	2,92	0,86	2,94	0,00
	Kadın	143	2,57	0,98		
Düşmanlık	Erkek	107	3,27	0,82	0,73	0,46
	Kadın	143	3,19	0,85		
Öfke	Erkek	107	3,08	0,92	-1,77	0,08
	Kadın	143	3,29	0,92		
Sözel saldırganlık	Erkek	107	3,3	0,74	1,12	0,27
	Kadın	143	3,18	0,86		

Tablo incelendiğinde, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık puan ortalamalarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p>0,05$ ). Diğer yandan, fiziksel saldırganlık puan ortalamaları cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir ( $p<0,05$ ). Araştırmaya katılan erkek üniversite öğrencilerinin fiziksel saldırganlık algıları anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 8.** Beck Anksiyete Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

Değişken	Yaş grubu	N	$\bar{X}$	Ss	F	p	Gruplar arası fark
Anksiyete	1. 20 ve altı	72	18,03	12,58	5,84	0,00	4>1, 4>2, 4>3
	2. 21	68	18,35	10,98			
	3. 22	41	15,90	12,88			
	4. 23 ve üzeri	69	24,70	12,77			

Tablo incelendiğinde, anksiyete ölçeğinden elde edilen puanların yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır ( $p<0,05$ ). Yaş ile anksiyete arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Araştırmaya katılan ve “23 ve üzeri” yaş grubunda bulunan öğrencilerin anksiyete algıları, “20 ve altı”, “21” ve “22” yaş gruplarında bulunan öğrencilerininkine göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 9.** Beck Depresyon Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

Değişken	Yaş grubu	N	$\bar{X}$	Ss	F	p	Gruplar arası fark
Depresyon	1. 20 ve altı	72	13,04	6,73	7,41	0,00	4>1, 4>2, 4>3
	2. 21	68	12,25	6,73			
	3. 22	41	13,61	7,90			
	4. 23 ve üzeri	69	17,93	9,34			

Tablo incelendiğinde, depresyon ölçeğinden elde edilen puanların yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır ( $p<0,05$ ). Yaş ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Araştırmaya katılan ve “23 ve üzeri” yaş grubunda bulunan öğrencilerin depresyon algıları, “20 ve altı”, “21” ve “22” yaş gruplarında bulunan öğrencilerininkine göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 10.** Buss Pery Saldırganlık Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

Değişken	Yaş grubu	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
Fiziksel saldırganlık	20 ve altı	72	2,55	1,04	1,79	0,15
	21	68	2,68	0,94		
	22	41	2,74	0,78		
	23 ve üzeri	69	2,91	0,92		
Düşmanlık	20 ve altı	72	3,20	0,75	0,31	0,82
	21	68	3,16	0,84		
	22	41	3,25	0,89		
	23 ve üzeri	69	3,29	0,88		
Öfke	20 ve altı	72	3,03	1,02	1,75	0,16
	21	68	3,25	0,87		
	22	41	3,11	0,84		
	23 ve üzeri	69	3,37	0,91		
Sözel saldırganlık	20 ve altı	72	3,17	0,81	2,50	0,06
	21	68	3,31	0,76		
	22	41	2,98	0,80		
	23 ve üzeri	69	3,38	0,84		

Tablo incelendiğinde, fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık puan ortalamalarının yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p>0,05$ ). Yaş ile fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Araştırmaya katılan ve farklı yaş gruplarında bulunan üniversite öğrencilerinin; fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık algılarının benzer düzeyde bulunduğu anlaşılmıştır.

**Tablo 11.** Beck Anksiyete Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Aylık Ortalama Gelire Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Aylık ortalama gelir	N	$\bar{X}$	Ss	F	p	Gruplar arası fark
Anksiyete	1. 1000-3000 TL	105	22,77	12,41	5,91	0,00	1>2, 1>3
	2. 3000-6000 TL	103	17,28	12,65			
	3. 6000 TL ve üzeri	42	17,40	11,58			

Tablo incelendiğinde, anksiyete ölçeğinden elde edilen puanların aylık ortalama gelire göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır ( $p<0,05$ ). Aylık gelir ile anksiyete arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Araştırmaya katılan ve “1000-3000 TL” aylık ortalama gelire sahip öğrencilerin anksiyete algıları, “3000-6000 TL” ve “6000 TL ve üzeri” aylık gelire sahip öğrencilerininkine göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 12.** Beck Depresyon Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Aylık Ortalama Gelire Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Aylık ortalama gelir	N	$\bar{X}$	Ss	F	p	Gruplar arası fark
Depresyon	1. 1000-3000 TL	105	18,53	8,71	32,11	0,00	1>2, 1>3
	2. 3000-6000 TL	103	11,34	5,50			
	3. 6000 TL ve üzeri	42	10,79	6,48			

Tablo incelendiğinde, depresyon ölçeğinden elde edilen puanların aylık ortalama gelire göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır ( $p<0,05$ ). Aylık gelir ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Araştırmaya katılan ve “1000-3000 TL” aylık ortalama gelire sahip öğrencilerin depresyon algıları, “3000-6000 TL” ve “6000 TL ve üzeri” aylık gelire sahip öğrencilerininkine göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 13.** Buss Pery Saldırganlık Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Aylık Ortalama Gelire Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Aylık ortalama gelir	N	$\bar{X}$	Ss	F	p	Gruplar arası fark
Fiziksel saldırganlık	1. 1000-3000 TL	105	2,98	0,97	7,24	0,00	1>2, 1>3
	2. 3000-6000 TL	103	2,53	0,89			
	3. 6000 TL ve üzeri	42	2,52	0,89			
Düşmanlık	1. 1000-3000 TL	105	3,44	0,82	6,62	0,00	1>2, 1>3
	2. 3000-6000 TL	103	3,05	0,78			
	3. 6000 TL ve üzeri	42	3,08	0,86			
Öfke	1. 1000-3000 TL	105	3,42	0,98	5,44	0,00	1>2, 1>3
	2. 3000-6000 TL	103	3,02	0,86			
	3. 6000 TL ve üzeri	42	3,08	0,84			
Sözel saldırganlık	1. 1000-3000 TL	105	3,35	0,82	2,77	0,06	-
	2. 3000-6000 TL	103	3,20	0,79			
	3. 6000 TL ve üzeri	42	3,01	0,81			

Tablo incelendiğinde sözel saldırganlık puan ortalamalarının aylık ortalama gelire göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p>0,05$ ). Diğer yandan, fiziksel saldırganlık, düşmanlık ve öfke puan ortalamaları aylık gelire göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir ( $p<0,05$ ). Araştırmaya katılan ve “1000-3000 TL” aylık ortalama gelire sahip öğrencilerin fiziksel saldırganlık düşmanlık ve öfke algıları, “3000-6000 TL” ve “6000 TL ve üzeri” aylık gelire sahip öğrencilerininkine göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 14.** Beck Anksiyete Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Yaşanılan Bölgeye Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Yaşanılan Bölge	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
Anksiyete	Akdeniz Bölgesi	21	14,86	11,89	1,08	0,37
	Doğu Anadolu Bölgesi	17	19,71	11,42		
	Ege Bölgesi	14	19,00	12,25		
	Güneydoğu Anadolu Bölgesi	20	24,40	15,28		
	İç Anadolu Bölgesi	18	21,67	10,87		
	Karadeniz Bölgesi	8	20,75	9,85		
	Marmara Bölgesi	152	19,38	12,77		

Tablo incelendiğinde, anksiyete ölçeğinden elde edilen puanların yaşanılan bölgelere göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p>0,05$ ). Yaşanılan bölge ile anksiyete arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Araştırmaya katılan ve farklı bölgelerde yaşayan üniversite öğrencilerinin anksiyete algılarının benzer düzeyde olduğu anlaşılmıştır.

**Tablo 15.** Beck Depresyon Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Yaşanılan Bölgeye Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Yaşanılan Bölge	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
Depresyon	Akdeniz Bölgesi	21	11,67	6,41	1,39	0,22
	Doğu Anadolu Bölgesi	17	16,35	9,49		
	Ege Bölgesi	14	17,93	12,04		
	Güneydoğu Anadolu Bölgesi	20	14,60	7,75		
	İç Anadolu Bölgesi	18	14,56	7,04		
	Karadeniz Bölgesi	8	17,63	6,37		
	Marmara Bölgesi	152	13,80	7,75		

Tablo incelendiğinde, depresyon ölçeğinden elde edilen puanların yaşanılan bölgelere göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p>0,05$ ). Yaşanılan bölge ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Araştırmaya katılan ve farklı bölgelerde yaşayan üniversite öğrencilerinin depresyon algılarının benzer düzeyde olduğu anlaşılmıştır.

**Tablo 16.** Buss Pery Saldırganlık Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Yaşanılan Bölgeye Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Yaşanılan Bölge	N	$\bar{X}$	Ss	F	p	Gruplar arası fark
Fiziksel saldırganlık	1. Akdeniz Bölgesi	21	2,80	0,91	4,13	0,00	5>2; 5>7;
	2. Doğu Anadolu Bölgesi	17	2,54	0,89			
	3. Ege Bölgesi	14	3,22	0,92			
	4. Güneydoğu Anadolu Bölgesi	20	3,04	1,09			
	5. İç Anadolu Bölgesi	18	3,45	0,73			
	6. Karadeniz Bölgesi	8	2,76	0,80			
	7. Marmara Bölgesi	152	2,55	0,91			
Düşmanlık	1. Akdeniz Bölgesi	21	3,21	0,67	1,73	0,11	-
	2. Doğu Anadolu Bölgesi	17	3,38	0,94			
	3. Ege Bölgesi	14	3,18	0,92			
	4. Güneydoğu Anadolu Bölgesi	20	3,73	0,97			
	5. İç Anadolu Bölgesi	18	3,35	0,73			
	6. Karadeniz Bölgesi	8	3,17	0,92			
	7. Marmara Bölgesi	152	3,13	0,81			
Öfke	1. Akdeniz Bölgesi	21	3,12	0,89	1,38	0,22	-
	2. Doğu Anadolu Bölgesi	17	3,09	0,66			
	3. Ege Bölgesi	14	3,22	1,12			
	4. Güneydoğu Anadolu Bölgesi	20	3,35	0,96			
	5. İç Anadolu Bölgesi	18	3,72	0,71			
	6. Karadeniz Bölgesi	8	3,43	0,94			
	7. Marmara Bölgesi	152	3,12	0,94			
Sözel saldırganlık	1. Akdeniz Bölgesi	21	3,17	0,69	1,39	0,22	-
	2. Doğu Anadolu Bölgesi	17	3,40	0,73			
	3. Ege Bölgesi	14	3,31	0,91			
	4. Güneydoğu Anadolu Bölgesi	20	3,57	1,06			
	5. İç Anadolu Bölgesi	18	3,38	0,65			
	6. Karadeniz Bölgesi	8	3,53	0,90			
	7. Marmara Bölgesi	152	3,14	0,79			

Tablo incelendiğinde, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık puan ortalamalarının yaşanılan bölgelere göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık

göstermediği anlaşılmaktadır ( $p>0,05$ ). Diğer yandan, fiziksel saldırganlık puan ortalamaları yaşanan bölgelere göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir ( $p<0,05$ ). Araştırmaya katılan ve “İç Anadolu” bölgesinde yaşadığını belirten üniversite öğrencilerinin fiziksel saldırganlık algıları, “Doğu Anadolu” ve “Marmara” bölgelerinde yaşadığını belirten üniversite öğrencilerinininkinde göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 17.** Beck Depresyon, Buss Pery Saldırganlık ve Beck Anksiyete Ölçeklerinden Elde Edilen Puanlar Arasındaki İlişkilere Ait Katsayılar

Değişkenler	Anksiyete	Depresyon	Fiziksel saldırganlık	Düşmanlık	Öfke	Sözel saldırganlık
Anksiyete	1					
Depresyon	,444**	1				
Fiziksel saldırganlık	,392**	,328**	1			
Düşmanlık	,494**	,339**	,502**	1		
Öfke	,474**	,319**	,665**	,621**	1	
Sözel saldırganlık	,364**	,301**	,527**	,564**	,604**	1

\*\* $p<0,01$ ; N=250

Tablo incelendiğinde, anksiyete ile depresyon arasında orta düzeyde pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin bulunduğu anlaşılmaktadır ( $r=0,444$ ;  $p<0,01$ ). Üniversite öğrencilerinin anksiyete algıları arttıkça depresyon algılarının da artış gösterdiği belirlenmiştir.

Benzer şekilde, anksiyete ile fiziksel saldırganlık ( $r=0,392$ ;  $p<0,01$ ), düşmanlık ( $r=0,494$ ;  $p<0,01$ ), öfke ( $r=0,474$ ;  $p<0,01$ ) ve sözel saldırganlık ( $r=0,364$ ;  $p<0,01$ ) arasında orta düzeyde pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin bulunduğu belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin anksiyete algıları arttıkça depresyon, fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık algıları da artış göstermektedir. Depresyon puanları ile fiziksel saldırganlık ( $r=0,328$ ;  $p<0,01$ ), düşmanlık ( $r=0,339$ ;  $p<0,01$ ), öfke ( $r=0,319$ ;  $p<0,01$ ) ve sözel saldırganlık ( $r=0,301$ ;  $p<0,01$ ) arasında orta düzeyde pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin bulunduğu belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin depresyon algıları arttıkça fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık algıları da artış göstermektedir.

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda saldırganlık bileşenlerinin anksiyete ve depresyon üzerindeki etkisini belirlemek için çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen sonuçlar Tablo 18 ve Tablo 19’da gösterilmiştir.

**Tablo 18.** Saldırganlık Bileşenlerinin Anksiyete Üzerindeki Etkisini Belirlemeye Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişkenler	B	Standart Hata	$\beta$	t	p
Anksiyete	Sabit	-8,736	3,111		-2,808	,005
	Fiziksel saldırganlık	1,157	,986	,087	1,174	,242
	Düşmanlık	4,663	1,095	,308	4,261	,000
	Öfke	2,954	1,137	,216	2,598	,010
	Sözel saldırganlık	,227	1,120	,015	,203	,839
		R=0,542	R <sup>2</sup> =0,294	F=25,468	p=0,000	

Tablo incelendiğinde, fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık birlikte anksiyete ile anlamlı bir ilişki vermektedir (R= 0,542; R<sup>2</sup>= 0,294; F=25,468; p<0,001). Regresyon analizine dahil edilen bağımsız değişkenler birlikte anksiyetedeği değişimin yaklaşık %29'unu açıklamaktadır. Diğer yandan, standardize edilmiş katsayılara ait anlamlılık testi sonuçları incelendiğinde, bağımsız değişkenlerden sadece düşmanlık ( $\beta=0,308$ ; p<0,001) ve öfkenin ( $\beta=0,216$ ; p<0,05) anksiyetenin anlamlı yordayıcısı olduğu anlaşılmaktadır. Düşmanlık ve öfke algısı arttıkça anksiyete algısı da artış göstermektedir.

**Tablo 19.** Saldırganlık Bileşenlerinin Depresyon Üzerindeki Etkisini Belirlemeye Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişkenler	B	Standart Hata	$\beta$	t	p
Depresyon	Sabit	,895	2,162		,414	,679
	Fiziksel saldırganlık	1,361	,685	,160	1,986	,048
	Düşmanlık	1,745	,761	,181	2,295	,023
	Öfke	,414	,790	,048	,523	,601
	Sözel saldırganlık	,845	,778	,085	1,087	,278
		R=0,394	R <sup>2</sup> =0,155	F=11,234	p=0,000	



Tablo incelendiğinde, fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık birlikte depresyon ile anlamlı bir ilişki vermektedir ( $R= 0,394$ ;  $R^2= 0,155$ ;  $F=11,234$ ;  $p<0,001$ ). Regresyon analizine dahil edilen bağımsız değişkenler birlikte depresyondaki değişimin yaklaşık %16'sını açıklamaktadır. Diğer yandan, standardize edilmiş katsayılara ait anlamlılık testi sonuçları incelendiğinde, bağımsız değişkenlerden sadece fiziksel saldırganlık ( $\beta=0,160$ ;  $p<0,05$ ) ve düşmanlığın ( $\beta=0,181$ ;  $p<0,05$ ) depresyonun anlamlı yordayıcısı olduğu anlaşılmaktadır. Fiziksel saldırganlık ve düşmanlık algısı arttıkça depresyon algısı da artış göstermektedir.



## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### TARTIŞMA

Bu araştırma; üniversite öğrencilerinin anksiyete ve depresyon düzeyleri ile fiziksel saldırganlık, öfke, düşmanlık ve sözel saldırganlık arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır. Bu araştırma sonucunda toplanan veriler literatür çerçevesinde tartışılmıştır.

Gerçekleştirmiş olduğumuz araştırmanın verilerine istinaden, üniversite öğrencilerinin anksiyete düzeyleri ile depresyon düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif yönlü ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin anksiyete düzeyleri arttıkça depresyon düzeylerinde artış gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu veri için literatüre bakıldığında yaptığımız araştırmanın sonucuna paralellik gösteren başka çalışmalarında olduğu görülmektedir. Vilntan (2007)<sup>246</sup>, araştırmasında İstanbulda bir vakıf üniverstesinde okuyan genç ergen 451 kız öğrenciye yaptığı ölçeklerde; depresyon puanı ile anksiyete puanı arasında pozitif yönlü, düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu veriye göre katılımcıların depresyon düzeyleri arttıkça anksiyete düzeyleride artış göstermektedir. Filiz İmamoğlu (2016)<sup>247</sup>, araştırmasında İstanbul ilinde çeşitli ilçelerde yaşayan 17-91 yaş aralığında olan 61 kanser hastalığı olan insanlara uygulanan depresyon ölçeği puanları ile anksiyete puanları arasında pozitif yönlü ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunduğu saptanmıştır. Belirtilen verilere göre örneklem grubunun depresyon düzeyi arttıkça anksiyete düzeyide artmaktadır. Burak çöllü (2017)<sup>248</sup>, araştırmasında Şanlıurfa ilinin siverek ilçesindeki bir meslek lisesindeki 12-18yaş arası 100 öğrenciye ölçekler uygulamış ve depresyon puanı ile anksiyete puanı arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Mevcut verilere göre öğrencilerin depresyon düzeyleri arttıkça anksiyete düzeylerinde artmakta olduğu gözlenmiştir. Mediha Deniz Aydın (2017)<sup>249</sup>, yaptığı araştırmada sivil toplum

---

<sup>246</sup> Vilntan Chral Oglou, *Geç Ergenlikte Depresyon, Anksiyete Ve Yeme Bozuklukları Arasındaki İlişki*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, İstanbul, 2017, s. 51, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

<sup>247</sup> İmamoğlu, a.g.e., s. 56.

<sup>248</sup> Burak Çöllü, *Ergenlerde Duygu Durum Düzenleme Becerileri, Benlik Saygısı, Depresyon, Anksiyete Ve Çocukluk Çağı Travmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2017, s. 61, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

<sup>249</sup> Mediha Deniz Aydın, *Sivil Toplum Kuruluşlarında Çalışanların Depresyon, Anksiyete Ve Stres İlişkilerinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Haliç Üniversitesi, İstanbul, 2017, s. 41, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

kurumlarında çalışan bireylerin anksiyete ve depresyon düzeyleri arasında pozitif yönde yüksek bir ilişki bulunmuştur. Yapılan araştırmayı destekleyen bir diğer araştırma da Emre Bakır (2017)'in<sup>250</sup> yapmış olduğu araştırmadır. Bu araştırmaya göre riskli gruplarla çalışma yürüten sivil toplum kuruluşu gönüllülerinin anksiyete ve depresyon düzeylerinin pozitif yönde anlamlı bir ilişkileri olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin anksiyete düzeyleri ile fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri arasında pozitif yönlü, orta düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı ilişkilerin mevcut olduğu belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin anksiyete düzeyleri arttıkça fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleride artmakta olduğu görülmektedir. Bu veri için literatüre bakıldığında yaptığımız araştırmanın sonucuna paralellik gösteren başka çalışmalarında olduğu görülmektedir. Erdal Kılınç (2012)<sup>251</sup>, araştırmasında Gaziantep ilinde 479 9. Sınıf lise öğrencilerine ölçekler uygulamış ve anksiyete ve saldırganlık seviyeleri arasında anlamlı, pozitif ve orta seviyede bir ilişki tespit etmiştir. Mevcut bulguya göre, lise 9. Sınıf öğrencilerinin anksiyete seviyeleri arttıkça saldırganlık seviyeleride artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin anksiyete ölçeğinden elde edilmiş olan verilerin cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığına bakılmış ve istatistiksel açıdan anksiyete puanları ve cinsiyet arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılımcı olan kadın üniversite öğrencilerinin anksiyete düzeyleri erkek üniversite öğrencilerine oranla daha yüksektir. Elde ettiğimiz veriler için literatür araştırması yaptığımızda araştırmamızın verilerine paralellik gösteren çalışmalara rastlanmıştır. Burak Çöllü (2017)<sup>252</sup>, araştırmasında Şanlıurfa ilinin siverek ilçesindeki bir meslek lisesindeki 12-18yaş arası 100 öğrenciye ölçekler uygulamış ve anksiyete puanları ile cinsiyet arasında anlamlı, yüksek düzeyde ve pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Mevcut verilere göre kız öğrencilerin erkeklerden anksiyete ölçeğine göre daha fazla düzeyde anksiyeteleri olduğu görülmektedir. Yekta Korkmaz (2014)<sup>253</sup>, araştırmasında lise 1 ve 2. Sınıflardan 100 öğrenciye ölçekler uygulamış ve öğrencilerin anksiyete değikeni ve cinsiyet arasında anlamlı, orta düzede ve pozitif yönde bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Kadınların ortalama anksiyete puanı erkeklere

---

<sup>250</sup> Emre Bakır, *Riskli Gruplarla Çalışma Yürüten Sivil Toplum Kuruluşu Gönüllülerinde Depresyon, Anksiyete, Stres Ve Tükenmişlik İlişkisinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep, 2017, s. 32, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

<sup>251</sup> Erdal Kılınç, *Genel Lise 9. Sınıf Öğrencilerinin, Bazı Değişkenlere ve Sürekli Kaygı Durumlarına Göre Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep, 2012, s. 54, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

<sup>252</sup> Çöllü, a.g.e., s. 54.

<sup>253</sup> Yekta Korkmaz, *Lise Öğrencilerinin Depresyon, Anksiyete, Stres Ve İnternet Bağımlılığı İlişkisinin Bazı Değişkenlere Göre Yordanması*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep, 2014, s. 32, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

göre daha yüksektir. Fakat literatürde çalışmamızla aynı sonuçta olmayan araştırmalarda mevcuttur. İrem Ünal (2018)<sup>254</sup>, araştırmasında 111 psikoloğa uyguladığı ölçeklerin verilerine göre; kişilerin anksiyete düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Gerçekleştirilmiş olan bu araştırmanın yapılan araştırmanın sonuçları ile benzerlik göstermemesinin sebepleri arasında araştırma grubunun yaşı ve yaşa bağlı olarak gösterdikleri davranış değişiklikleri ve örneklem farklılığı gösterilebilir. Mediha Deniz Aydın (2017)'in<sup>255</sup> sivil toplum kuruluşlarında çalışanların anksiyete ve cinsiyet arasındaki ilişkiye baktığında yapılan analizler sonucu anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Yapılmış olan bu araştırmanın yapılan araştırma sonuçları ile paralel sonuçlar elde edilmemesinin sebepleri olarak araştırma yapılan grubun benzerlik göstermemesi ve bu grubun yaş ve sahip oldukları mesleklerin farklı olması düşünülebilir.

Üniversite öğrencilerinin anksiyete ölçeğinden elde edilmiş olan verilerin katılımcıların yaşına göre değişip değişmediğine bakılmış ve istatistiksel olarak anksiyete puanları ve yaş arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Yaşı büyük olan üniversite öğrencilerinin küçük olanlara oranla daha yüksek anksiyete düzeyleri olduğu belirlenmiştir. Filiz İmamoğlu (2016)'nun<sup>256</sup> araştırmasında İstanbul ilinde çeşitli ilçelerde yaşayan 17-91 yaş aralığında olan 61 kanser hastalığı olan insanlara uygulanan anksiyete ölçeği puanları ile katılımcı olan kanser hastalarının yaşları arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Belirtilen verilere göre örneklem grubunun yaşı arttıkça anksiyete düzeyide artmaktadır. Levent Şahin (2015)<sup>257</sup>, araştırmasında İzmir ilinde araştırma hastahanesinde 105 yatılı kanser hastasını ölçekler yaptırmış ve hastaların anksiyete seviyeleri ile yaşları arasında yüksek düzeyde, pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğun tespit etmiştir. Ortaya çıkan verilere göre yaşı artan kanser hastalarının anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Fakat literatürde çalışmamızla aynı sonuçta olmayan araştırmalarda mevcuttur. Fatma Gül (2016)<sup>258</sup>, araştırmasında nonsiklik mastal 18-40 yaş arası organik patoloji saptanmayan hastalarla gerçekleştirmiş olduğu çalışmanın sonuçlarına göre hastaların anksiyete düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı bir ilişki gözlemlenmemiştir. Bunun sebebi olarak yapılan bu araştırmada

---

<sup>254</sup> İrem Ünal, *Psikologların Mobing Algısı Ve Depresyon, Anksiyete Ve Tükenmişlik Sendromuyla İlişkisi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2018, s.45, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

<sup>255</sup> Aydın, a.g.e., s. 47.

<sup>256</sup> İmamoğlu, a.g.e., s. 30.

<sup>257</sup> Levent Şahin, *Kanser Hastalarında Anksiyete Ve Depresyon Belirtilerinin Değerlendirilmesi*, Katip Çelebi Üniversitesi, İzmir, 2015, s. 44, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

<sup>258</sup> Fatma Gül, *Nonsiklik Mastaljili 18-40 Yaş Arası, Organik Patoloji Saptanmayan Hastalarda; Ağrı, Depresyon, Anksiyete İlişkisi*, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul, 2016, s. 55, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

uygulanan örneklem grubunun Fatma Gül (2016)<sup>259</sup>, araştırmasında kullandığı örneklem grubundan farklı ve yaş aralıklarının benzer olmaması gösterilebilir. Vilntan Chral Oglou (2017)<sup>260</sup>, araştırmasında geç ergenlik döneminde olan bireylerle yaptığı araştırmada yaş ve anksiyete arasında herhangi bir anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır. Bunun sebebinin her iki araştırmada da örneklem grubu ve örneklem grubunun gelişim özelliklerinin birbirlerinden farklı olduğu düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerine uygulanan ölçekler sonucunda elde edilen verilere istinaden aylık ortalama gelire göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Buna göre bireylerin ailelerinin gelir düzeyleri düştükçe anksiyete düzeylerinin arttığı gözlemlenmektedir. İnsanların ekonomik düzeylerine bağlı olarak istediklerini elde etmeleri ve ihtiyaçlarını karşılayabilmeleri, ihtiyaçlarını karşılayamayan insanlara göre anksiyete geliştirme olasılığı daha azdır. Literatüre bakıldığında bununla paralellik gösteren başka bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak bu araştırmayı desteklemeyen nitelikte literatürde bazı araştırmalar mevcuttur. Filiz İmamoğlu (2016)'nun<sup>261</sup> kanser hastalarında yapmış olduğu araştırmaya göre anksiyete ve gelir düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Yapılan araştırma ile İmamoğlu'nun (2016) araştırma sonuçları arasında paralellik göstermemesinin nedeni olarak araştırmaların örneklemelerinin birbirinden farklı olması gösterilebilir.

Yapılan araştırmadan elde edilen verilere göre anksiyete ölçeğinden elde edilen puanların yaşanılan bölgelere göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır.

Üniversite öğrencilerine uygulanan ölçekler sonucunda ortaya çıkan bulgulara istinaden depresyon düzeyleri ile fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık arasında orta düzeyde pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu analizler sonucu ortaya çıkmıştır. Bu sonuca göre bireylerin göstermiş olduğu depresyon düzeyi arttıkça saldırganlık düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Literatürde yapılan araştırmayı destekleyen araştırmalar bulunmaktadır. Yeter Kutlu (2011)'nun<sup>262</sup> farklı gelişim gösteren ve normal gelişim gösteren çocuk sahibi annelere yapmış olduğu analizler sonucu saldırganlık düzeyleri ile katılımcıların göstermiş olduğu depresyon düzeyleri arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ancak Literatürde yapılan araştırmaya ile paralellik göstermeyen çalışma

---

<sup>259</sup> Gül, a.g.e., s. 55.

<sup>260</sup> Oglou, a.g.e., s. 44.

<sup>261</sup> İmamoğlu, a.g.e., s. 31.

<sup>262</sup> Yeter Kutlu, *Farklı Gelişim Gösteren Ve Normal Gelişim Gösteren Çocuk Sahibi Annelerin Düşmanlık-Saldırganlık, Kayıtsızlık-İhmal Ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Maltepe Üniversitesi, İstanbul, 2011, s. 119, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

da bulunmaktadır. Sait Kahraman (2015)'in<sup>263</sup> ergenlerle gerçekleştirdiği çalışmada ergenlerin göstermiş oldukları saldırganlık ile gözlemlenen depresyon arasında pozitif yönlü bir ilişkiye rastlanmamıştır. Elde edilen iki araştırmanın sonuçlarının benzerlik göstermemesinin sebepleri olarak örneklem grubunun birbirinden farklı olması ve yaş gruplarının benzerlik göstermemesi düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerine uygulanan ölçekler sonucunda elde edilen verilere istinaden cinsiyet ve depresyonun arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Buna göre kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranla veriler istatistiksel olarak analiz edildiğinde depresyon düzeyleri daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatüre bakıldığında yapılan araştırmayı destekler nitelikte araştırmaların mevcut olduğu görülmektedir. Emre Bakır (2017) riskli gruplarla çalışma yürüten sivil toplum kuruluşu gönüllülerine yapılan araştırma sonucunda bu bireylerin cinsiyet ve depresyon arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Merve Ceylan (2009) rekreasyonel uçurtma sörfü ve rüzgar sörfü yapan bireylerle gerçekleştirmiş olduğu araştırma sonuçlarına bakıldığında bireylerin cinsiyet ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Mediha Deniz Aydın (2017) sivil toplum kuruluşlarında çalışan bireylerle gerçekleştirmiş olduğu araştırmanın verilerine göre cinsiyet ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişki pozitif ve anlamlı bir niteliğe sahip olduğu belirlenmiştir. Burak Çöllü (2017) ergenlerle yapmış olduğu çalışmada ergenlerin cinsiyet ve depresyon düzeyleri arasında pozitif yönlü orta derecede anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Sait Kahraman (2015) ergenlerle gerçekleştirmiş olduğu çalışmada cinsiyet ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve bu ilişkinin orta düzeyde ve pozitif yönde olduğunu saptamıştır. Fakat literatürü incelediğimizde yapılan araştırmayı desteklemeyen çalışmaların olduğu da görülmektedir. Yekta Korkmaz (2014)'in<sup>264</sup> Lise öğrencileri ile gerçekleştirmiş olduğu çalışmanın verilerine göre depresyon düzeyleri ve cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Yapılan çalışmalardan elde edilen verilere göre sonuçlar arasında paralellik bulunmamasının nedeni olarak örneklem grubunun farklı olması düşünülebilir. İrem Ünal (2018)'in<sup>265</sup> psikologlar ile gerçekleştirmiş olduğu çalışmada depresyon düzeyleri ve cinsiyet değişkenlerine bakmış ve aralarında anlamlı bir ilişki olmadığını bulmuştur. Bu çalışmanın yapılan çalışma ile paralellik göstermemesinin nedenleri arasında örneklem grubunun farklılığı olabileceği düşünülmektedir.

---

<sup>263</sup> Kahraman, a.g.e., s. 58.

<sup>264</sup> Korkmaz, a.g.e., s. 32.

<sup>265</sup> Ünal, a.g.e., s. 45.

Üniversite öğrencileriyle yapılan bu çalışmada uygulanan ölçekler sonucunda elde edilen verilere göre depresyon ve yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre yaş büyüdükçe depresyon düzeyi artmakta yaş küçüldükçe depresyon düzeyi azalmaktadır. Literatürde yapılan çalışmaya paralellik gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Mediha Deniz Aydın (2017)'in<sup>266</sup> sivil toplum kuruluşlarında çalışanlarla yürütmüş olduğu çalışmada bireylerin depresyon düzeyleri ve yaşları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur. Burak Çöllü (2017)'nün<sup>267</sup> ergenlerle yürütmüş olduğu çalışmada kişilerin depresyon ve yaşları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Filiz İmamoğlu (2016) kanser hastalarıyla yaptığı çalışmanın verilerine göre depresyon düzeyleri ve kişilerin yaşları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır. Yeter Kutlu (2011)'nun<sup>268</sup> farklı gelişim gösteren ve normal gelişim gösteren çocuk sahibi annelerle gerçekleştirmiş olduğu araştırmanın verilerinin analizlerine göre annelerin depresyon düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirlemiştir. Levent Şahin (2015)'in<sup>269</sup> kanser hastalarıyla yürütmüş olduğu araştırmanın verilerinin analizlerine göre kanser hastalarının depresyon düzeyleri ile yaşları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu saptamıştır. Ancak literatürü incelediğimizde yapılan araştırmayla paralellik göstermeyen bazı çalışmalar da mevcuttur. Fatma Gül (2016)'ün<sup>270</sup> nonsiklik mastal 18-40 yaş arası organik patoloji saptanmayan hastalarla gerçekleştirmiş olduğu çalışmanın sonuçlarına göre hastaların depresyon düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yapılan araştırma ile bu araştırmanın sonuçlarının paralellik göstermemesinin nedeni olarak örneklem grubunun farklı olması gösterilebilir. Emre Bakır (2017)'in<sup>271</sup> riskli gruplarla çalışma yürüten sivil toplum kuruluşu gönüllüleri ile yapmış olduğu araştırmanın verilerine göre bireylerin saptanmış olan depresyon düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Yapılan çalışmaların sonuçlarının birbirine paralellik göstermemesinin sebepleri olarak örneklem grubunun benzerlik göstermemesi düşünülebilir.

Üniversite öğrencileri ile yapılan bu araştırmadan elde edilen verilere istinaden aylık gelir ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Katılımcıların ailelerinin gelir düzeyleri düştükçe depresyon düzeyleri artmaktadır. Literatürdeki çalışmalar gözden geçirildiğinde bu araştırmayı destekler nitelikte

---

<sup>266</sup> Aydın, a.g.e., s. 42.

<sup>267</sup> Çöllü, a.g.e., s. 49.

<sup>268</sup> Kutlu, a.g.e., s. 119.

<sup>269</sup> Şahin, a.g.e., s. 47.

<sup>270</sup> Gül, a.g.e., s. 55.

<sup>271</sup> Bakır, a.g.e., s. 31.

çalışmaların olduğu görülmüştür. Yeter Kutlu (2011)'nin<sup>272</sup> farklı gelişim gösteren ve normal gelişim gösteren çocuk sahibi annelerle yapmış olduğu araştırmada depresyon düzeyleri ve gelir düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur. Sait Kahraman (2015)'in<sup>273</sup> ergenlerle gerçekleştirdiği araştırmanın verilerine göre ergenlerin depresyon düzeyleri ile ergen ailelerinin gelir düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Nergüz Bozkurt (2004)'un<sup>274</sup> bir grup üniversite öğrencisiyle gerçekleştirmiş olduğu çalışmanın analizine göre üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri ile ailelerinin gelir düzeyleri arasında orta derecede anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Literatüre bakıldığında yapılan araştırmayla paralellik göstermeyen araştırmaların mevcut olduğu da görülmüştür. Burak Çöllü (2017)'nin<sup>275</sup> ergenlerle yürütmüş olduğu çalışmanın verilerinin analizine göre ergenlerin depresyon düzeyleri ile ailelerinin gelir düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Araştırmanın sonucuyla paralellik göstermemesinin sebebi olarak iki çalışmada örneklem grubunun birbirinden farklı olması gösterilebilir.

Üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen bu araştırmadan elde edilen verilere göre depresyon düzeyleri ile yaşanan bölgelere göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna varılmıştır. Yaşanan bölge ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

Üniversite öğrencileriyle yapılan bu çalışmada uygulanan ölçekler sonucunda elde edilen verilere göre saldırganlık düzeyleri ve cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre kadın veya erkek olmanın saldırganlık düzeyi açısından bir etken oluşturmadığı görülmektedir. Literatüre bakıldığında yapılan çalışmayı destekler nitelikte araştırmalar da mevcuttur. Turabi Ağlamaz (2006)'in<sup>276</sup> lise öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmanın verilerinin analizine göre lise öğrencilerinin cinsiyetleri ile saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Sait Kahraman (2015)'in<sup>277</sup> ergenlerle gerçekleştirmiş olduğu çalışmanın verilerinin analizi sonucu cinsiyetin saldırganlık üzerinde bir etkisi olmadığı yani anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Ebru Aytekin (2015)'in<sup>278</sup>

---

<sup>272</sup> Kutlu, a.g.e., s. 120.

<sup>273</sup> Kahraman, a.g.e., s. 79.

<sup>274</sup> Bozkurt, a.g.e., s. 54.

<sup>275</sup> Çöllü, a.g.e., s. 48.

<sup>276</sup> Turabi Ağlamaz, *Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Puanlarının Kendini Açma Davranışı, Okul Türü, Cinsiyet, Sınıf Düzeyi, Anne-Baba Öğrenim Düzeyi Ve Ailenin Aylık Gelir Düzeyi Açısından İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun, 2006, s. 62, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

<sup>277</sup> Kahraman, a.g.e., s. 58.

<sup>278</sup> Ebru Aytekin, *Ortaokul Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyinin Ebeveyn Kabul Red Algısı Ve Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, Ankara, 2015, s. 67, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.



ortaokul öğrencileri ile yaptığı araştırmada öğrencilerin cinsiyetleri ile saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Zeynep Çiftçi Topaloğlu (2013)'nun<sup>279</sup> 4-5 yaş çocuklarla gerçekleştirmiş olduğu çalışmada çocukların saldırganlık düzeyleri ile cinsiyetleri arasında herhangi bir anlamlı ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Fakat literatürde bu araştırmaya paralellik göstermeyen bir araştırma da mevcuttur. Osman Gönültaş (2013)'in<sup>280</sup> ortaokul son sınıf öğrencileri ile yapmış olduğu araştırmanın verilerine göre saldırganlık düzeyleri ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır. Yapılan araştırmanın bu araştırmaya paralellik göstermemesinin sebebi olarak örneklem grubunun iki çalışmada da farklı olması gösterilebilir.

Üniversite öğrencileriyle yapılan bu çalışmada uygulanan ölçekler sonucunda elde edilen verilere göre saldırganlık düzeyleri ve yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde yapılan araştırmayı destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Sait Kahraman (2015)'in<sup>281</sup> ergenlerle yürütmüş olduğu çalışmada elde edilen verilerin analizlerine göre ergenlerin saldırganlık düzeylerinin yaşları ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı saptanmıştır. Aynı zamanda literatürde bu araştırmanın sonuçlarıyla paralellik göstermeyen çalışmalar da bulunmaktadır. Yeter Kutlu (2011)'nin<sup>282</sup> farklı gelişim gösteren ve normal gelişim gösteren çocuk sahibi annelerle yapmış olduğu araştırmanın verilerinin analizine göre annelerin saldırganlık düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan çalışmanın bu araştırmaya paralellik göstermemesinin sebebi olarak örneklem grubunun iki çalışmada da farklı olması gösterilebilir.

Üniversite öğrencileriyle yapılan bu çalışmada uygulanan ölçekler sonucunda elde edilen verilere göre saldırganlık düzeyleri ve katılımcılarının ailelerinin gelir düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde gerçekleştirilen çalışmalara bakıldığında bu çalışmayı destekleyen ve çalışma verilerinin sonuçlarıyla paralellik gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Sait Kahraman (2015)'in<sup>283</sup> ergenlerle yapmış olduğu çalışmada analizler sonucu ergenlerin ailelerinin gelir düzeyleri ile ergenlerin saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Ebru Aytekin (2015)'in<sup>284</sup>

---

<sup>279</sup> Zeynep Çiftçi Topaloğlu, *4-5 Yaş Çocuklarının Sosyal Yetkinlik, Saldırganlık, Kaygı Düzeyleri İle Anne-Babalarının Ebeveyn Özyeterliği Algısı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Pamukkale Üniversitesi, Denizli, 2013, s. 66, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

<sup>280</sup> Osman Gönültaş, *Ortaokul Son Sınıf Öğrencilerinin Öfke Ve Saldırganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çukurova Üniversitesi, Adana, 2013, s. 35, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

<sup>281</sup> Kahraman, a.g.e., s. 61.

<sup>282</sup> Kutlu, a.g.e., s. 119.

<sup>283</sup> Kahraman, a.g.e., s. 79.

<sup>284</sup> Aytekin, a.g.e., s. 74.

ortaokul öğrencileri ile yürütmüş olduğu araştırmanın verilerine istinaden öğrencilerin ailelerinin gelir düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Erdal Kılınç (2012)'in<sup>285</sup> genel lise 9. Sınıf öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmanın verilerinin analizine göre öğrencilerin ailelerinin gelir düzeylerini saldırganlık düzeyleri üzerinde bir etkisi olmadığını yani anlamlı bir ilişki olmadığını belirtmiştir. Ancak literatüre bakıldığında yapılan çalışmaya paralellik göstermeyen çalışmaların olduğu da görülmektedir. Yeter Kutlu (2011)'nun<sup>286</sup> farklı gelişim gösteren ve normal gelişim gösteren çocuk sahibi annelerle gerçekleştirdiği çalışmanın verilerine istinaden katılımcılarının ailelerinin gelir düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır. Yapılan çalışmanın bu çalışmaya paralellik göstermemesinin sebebi olarak örneklem grubunun iki çalışmada da farklı olması gösterilebilir. Osman Gönültaş (2013)'in<sup>287</sup> ortaokul son sınıf öğrencileri ile yapmış olduğu araştırmanın verilerinin analizine istinaden öğrencilerin ailelerinin gelir düzeyleri ile öğrencilerin saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Yapılan çalışmanın bu çalışmaya paralellik göstermemesinin sebebi olarak örneklem grubunun benzer olmaması düşünülebilir.

Üniversite öğrencileriyle yapılan bu çalışmada uygulanan ölçekler sonucunda elde edilen verilere göre saldırganlık düzeyleri ve yaşanan bölge arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ancak saldırganlık ölçeğinin fiziksel saldırganlık alt ölçeğinin yaşanan bölgelere göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

---

<sup>285</sup> Kılınç, a.g.e., s. 58.

<sup>286</sup> Kutlu, a.g.e., s. 120.

<sup>287</sup> Gönültaş, a.g.e., s. 36.

## SONUÇ

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin anksiyete ve depresyon düzeyleri ile fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık arasındaki ilişkinin anlaşılması amacı ile yapılmıştır.

Öncelikle çalışmada depresyon, anksiyete ve saldırganlık düzeyi ilişkisi bulunmuştur. Anksiyete düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinde fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık arasında korelasyonu pozitif yönde ve yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur.

Depresyon düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinde fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık arasında korelasyonu pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

Anksiyete düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi arasında korelasyonu pozitif ilişki bulunmuştur.

Üniversite öğrencilerinin sosyodemografik özellikleriyle fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık arasında korelasyonu pozitif yönde ve yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur.

Üniversite öğrencilerinin sosyodemografik özellikleriyle anksiyete düzeyi arasında korelasyonu pozitif yönde ve orta düzeyde ilişki bulunmuştur.

Üniversite öğrencilerinin sosyodemografik özellikleriyle depresyon düzeyi arasında korelasyonu pozitif yönde ve düşük düzeyde ilişki bulunmuştur.

## ÖNERİLER

Bu araştırma gelişim üniversitesinde öğrenim gören üniversite öğrencileri ile yapılmıştır. Farklı üniversite öğrencileri ile örneklem grubu genişletilerek çalışmanın daha kapsamlı olması sağlanabilir.

Yapmış olduğum çalışmada anksiyete ve depresyon düzeylerinin saldırganlık düzeylerini arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre saldırganlık davranışı gösteren bireylerin sadece saldırgan davranışlarına odaklı değil depresyon ve anksiyete düzeylerini azaltacak yönde çalışmalar yapılabilir.



## KAYNAKÇA

### KİTAPLAR

- ACAR Burçin, Depresyon, Adeda Yayıncılık, İstanbul, 2013.
- ALPER Yusuf, Bütün Yönleriyle Depresyon, Gendaş A.Ş., İstanbul, 1999.
- Amerikan Psikiyatri Birliği, Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı, Beşinci Baskı(DSM-V), Ertuğrul Köroğlu, Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2014.
- ARIK İsmail Alev, Motivasyon ve Heyecana Giriş, Çantay Kitapevi, İstanbul, 1996.
- BALCIOĞLU İbrahim, Şiddet ve Toplum, Bilge Yayıncılık, İstanbul, 2001.
- BALTAŞ Acar, BALTAŞ Zuhale, Stres ve Başa Çıkma Yolları, Remzi Kitapevi, İstanbul, 2008.
- BUTCHER James N., MINEKA Susan, HOOLEY Jill M., Anormal Psikoloji, Okhan Gündüz, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2013, s. 419.
- CÜCELOĞLU Doğan, İnsan ve Davranışı, Remzi Kitapevi, İstanbul, 2012.
- DAVISON Gerald C., NEALE John M., Anormal Psikoloji, İhsan Dağ, Türk Psikologlar Derneği, Ankara, 2004.
- DOĞAN İsmail, Sosyoloji Kavramlar ve Sorunlar, Pegem A Yayıncılık, Ankara, 2004.
- DÖNMEZ Ali, Eğer Hitler İsteseydi, Sosyal Psikoloji Yazıları, Gündoğan Yayınları, Ankara.
- ERSANLI Kurtman, Davranışlarımız Gelişim ve Öğrenme, Eser Matbaası, Samsun, 2005.
- GALL Andre Le, Anksiyete ve Kaygı, İsmail Yerguz, Kültür Kitaplığı, Ankara, 2016.
- GEÇTAN Engin, Psikanaliz ve Sonrası, Metris Yayınları, İstanbul, 2005.
- GEORGE Darren, MALLERY Paul, SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update (10a ed.), Allyn & Bacon, Inc., Boston, 2009.
- KAĞITÇIBAŞI Çiğdem, CEMALCILAR Zeynep, Dünden Bugüne İnsan ve İnsanlar, Evrim Yayınevi, İstanbul, 2014.
- KENNERLEY Helen, Kaygı, Nur Yener, Kuraldışı Yayıncılık, İstanbul, 2017.
- KÖKNEL Özcan, Ruhsal Çöküntü Depresyon, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 2005.
- KULAKSIZOĞLU Adnan, Ergenlik Psikolojisi, Remzi Kitapevi, İstanbul, 1999.
- KUZUCU Yaşar, Küçükler İçin Büyüklere Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2008.

NAR Ercan, Anne Baba ve Öğretmenim Beni Anlayın, Babıali Kültür Yayıncılığı, İstanbul, 2005.

ÇOKLUK Ömay, ŞEKERCİOĞLU Güçlü, BÜYÜKÖZTÜRK Şener, Sosyal bilimler için çok değişkenli SPSS ve LISREL uygulamaları, Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara, 2012.

ÖNER Necla, LECOMPTE Ayhan, Süreksiz Durumluk/ Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 1998.

ÖNER Necla, Türkiyede Kullanılan Psikolojik Testler, Boğaziçi Yayınları, İstanbul, 1994.

ÖZER Kadir, Kaygı Sınanma Duygusuyla Baş Edebilme, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2002.

ÖZMEN Erol, Depresyon Hakkında Her Şey, Boyut Yayın Grubu, İstanbul, 2004.

ÖZTÜRK M. Orhan, Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, Nobel Tıp Kitabevleri, Ankara, 2004.

RAMAİAH Savitri, Endişe-Anksiyete Hakkında Bilmek İstediklerimiz, Hatice Kapudere, Bileşim Yayınevi, İstanbul, 2005.

SANTROCK W. John, Yaşam Boyu Gelişim, Galip Yüksel, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 2015.

TALLİS Frank, Kaygıları Aşmak, Osman Cem Önerıtoy, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2003.

TAN Oğuz, Depresyon, Timaş Yayınları, İstanbul, 2015.

TÜRKÇAPAR Hakan, Klinik Uygulamada Bilişsel-Davranışçı Terapi: Depresyon, Epsilon Yayınevi, İstanbul, 2018.

YALOM Irvin David, GLİCK Ira David, Depresyon Terapisi, Yasemin Engin, Prestij Yayınları, İstanbul, 2012.

YAVUZER Haluk, Çocuk ve Suç, Remzi Kitapevi, İstanbul, 1998.

YAVUZER Haluk, Yaygın Anne Baba Tutumları, Remzi Kitapevi, İstanbul, 2004.

## **MAKALELER**

AKGÜN Abuzer, GÖNEN Selahattin, AYDIN Murat, "İlköğretim Fen ve Matematik Öğretmenliği Öğrencilerinin Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi", Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 2007, Cilt: 6, 283-299.

ARKAR Haluk, "Beck'in Depresyon Modeli ve Bilişsel Terapisi", Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi, 1992, Cilt: 5, 1-3.

BOYACIOĞLU Nur Elçin, KÜÇÜK Leylan, "Ergenlikte Mantık Dışı İnançlar Sınav Kaygısını Nasıl Etkiliyor", *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2011, Cilt:2, 40-45.

BOZKURT Nergüz, "Bir Grup Üniversite Öğrencisinin Depresyon ve Kaygı Düzeyleri ile Çeşitli Değişkenler Arasındaki İlişkiler", *Eğitim ve Bilim*, 2004, Cilt:29, 52-59.

ÇUBUK KAYA Nilay, "Taşınmalı Eğitim Programındaki İlköğretim Öğrencilerinin Durumları: Silopi Köyleri Örneğinde Bir Sosyal Değerlendirme", *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, Cilt:46, 105-116.

DURMUŞ Emine, GÜRGAN Uğur, "Lise Öğrencilerinin Şiddet ve Saldırganlık Eğilimleri", VII. Ulusal Psikolojik Danışmama ve Rehberlik Kongresinde Bildiri, 2003, 253-269.7

ERÖZKAN Atılğan, "Üniversite Öğrencilerinin Sınav Kaygısı ve Başa Çıkma Davranışları", *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2004, Cilt: , 13-38.

EVREN Cüneyt, ÖGEL Kültegin, "Alkol/Madde Bağımlılarında Dissosiyatif Belirtiler ve Çocukluk Çağı Travması, Depresyon, Anksiyete ve Alkol/Madde Kullanımı ile İlişkisi", *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2003, Cilt: 4, 30-37.

GÖKÇE Tuğrul, DÜNDAR Cihad, "Samsun Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'nde Çalışan Hekim ve Hemşirelerde Şiddete Maruziyet Sıklığı ve Kaygı Düzeylerine Etkisi", *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 2008, 15 (1), 25-28.

HAMAMCI Zekeriya, HAMAMCI Ezgi, "Yabancı Dil Öğretiminde Kaygı Üzerine Bir Alan Yazın Taraması", *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2015, Cilt:4, 74-83.

KARATAŞ Zeynep, "Ergenlerin Algılanan Sosyal Destek ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi", *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2012, Cilt:9, 257-271.

KAYMAK ÖZMEN Suna, "Aile İçinde Öfke ve Saldırganlığın Yansımaları", *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2004, Cilt:37, 27-39.

KILINÇKAYA M. Derviş, "Atatürk İlkeleri ve İnkılap Tarihi Derslerinde Öğrencilerin Sınav Kaygıları İle Başarıları Arasındaki İlişki", *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2013, Cilt:28, 235-243.

KOÇAK Recep, GÖKLER Rıza, "Varoluşsal Yaklaşımda Psikolojik Danışma ve Gruba Uygulama", *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 2008, Cilt:2, 91-107.

KÖSEOĞLU Serhat Armağan, "Ebeveyn Tutumları ve Saldırganlık", *Polis Bilimleri Dergisi*, 2004, Cilt:6, 131-150.

KUTANİS Rana Özen, TUNÇ Tülin, "Hemşirelerde Benlik Saygısı İle Durumluk ve Sürekli Kaygı Arasındaki İlişki: Bir Üniversite Hastanesi Örneği", İş Güç Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi, 2013, Cilt: 15, 1-15.

MANAV Faruk, "Kaygı Kavramı", Toplum Bilimleri, 2011, Cilt:5, 201-211.

ÖZERKAN Kemal Nuri, "Üniversiteli Basketbolcularda Yarışma Öncesi Kaygı Düzeyi İle Performans Arasındaki İlişki", İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 2003, Cilt:11, 4-6.

ÖZTÜRK Abdülkadir, "Sosyal Kaygıyı Açıklayan Yaklaşımlar", Sosyal Bilimler Dergisi, 2014, Cilt:13, 15-26.

SAZAK Nilgün, ECE A. Serkan, "Bolu Anadolu Güzel Sanatlar Lisesi Öğrencilerinin ÖSS ve Özel Yetenek Sınavlarına Yönelik Kaygıları", Musiki Muallim Mektebinden Günümüze Müzik Öğretmeni Yetiştirme Sempozyumu Bildirisi, 2004.

TUZGÖL Meliha, "Ana-Baba Tutumları Farklı Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi", Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt:2, 39-48.

TÜTÜNCÜOĞLU Canset, KAYA BALKAN İdil, "Diyabetli Çocuğu Olan ve Olmayan Annelerin Aile İşlevleri ve Durumluk Kaygı-Sürekli Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi", Psikoloji Çalışmaları Dergisi, 2013, Cilt:33, 17-39.

## TEZLER

ADIGÜZEL Gözde, Üniversite Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Empatik Eğilim, Duyguları İfade Etme ve Öz- Anlayış Açısından İncelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2012, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

AĞLAMAZ Turabi, Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Puanlarının Kendini Açma Davranışı, Okul Türü, Cinsiyet, Sınıf Düzeyi, Anne-Baba Öğrenim Düzeyi Ve Ailenin Aylık Gelir Düzeyi Açısından İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun, 2006, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

AKTAŞ Selin, Eşlerden Birinin Kaygı Düzeyi İle Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Maltepe Üniversitesi, İstanbul, 2009, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

AKTAY Müne, Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimi ve Depresyonun Yordayıcısı Olarak Bağlanma Stilleri, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Arel Üniversitesi, İstanbul, 2014, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

AVCI Raşit, Şiddet Davranışı Gösteren ve Göstermeyen Ergenlerin Ailelerinin Aile İşlevleri, Öfke ve Öfke İfade Tarzları Açısından İncelenmesi, Sosyal Bilimler



Enstitüsü, Çukurova Üniversitesi, Adana, 2006, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

AYDIN Mediha Deniz, Sivil Toplum Kuruluşlarında Çalışanların Depresyon, Anksiyete Ve Stres İlişkilerinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Haliç Üniversitesi, İstanbul, 2017, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

AYTEKİN Ebru, Ortaokul Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyinin Ebeveyn Kabul Red Algısı Ve Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, Ankara, 2015, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

BAKIR Emre, Riskli Gruplarla Çalışma Yürüten Sivil Toplum Kuruluşu Gönüllülerinde Depresyon, Anksiyete, Stres Ve Tükenmişlik İlişkisinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep, 2017, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

BAŞARAN Mehmet Hakan, Sporcularda Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2008, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

BACI Seda Donat, Çocuk ve Ergenlerde Şiddet ve Saldırganlığın Önlenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Dokuz Eylül, Üniversitesi, İzmir, 2011, **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

CEYLAN Merve, Rekreatyonel Uçurtma Sörfü Ve Rüzgar Sörfü Yapan Bireylerin Atılganlık, Tükenmişlik, Depresyon, Öfke, Sosyotropi Ve Otonomi Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla Üniversitesi, Muğla, 2009, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ÇELİK Hilal, Üniversite Birinci Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık Tepkileri Bağlanma Tarzları ve Kişiler Arası Şemalarının İncelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi, İstanbul, 2006, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ÇİFTÇİ TOPALOĞLU Zeynep, 4-5 Yaş Çocuklarının Sosyal Yetkinlik, Saldırganlık, Kaygı Düzeyleri İle Anne-Babalarının Ebeveyn Özyeterliği Algısı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Pamukkale Üniversitesi, Denizli, 2013, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ÇÖLLÜ Burak, Ergenlerde Duygu Durum Düzenleme Becerileri, Benlik Saygısı, Depresyon, Anksiyete Ve Çocukluk Çağı Travmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2017, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

DİZMAN Hatice, Anne-Babası İle Yaşayan ve Anne Yoksunu Olan Çocukların Saldırganlık Eğilimlerinin İncelenmesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara, 2003, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

DOĞAN Tayfun, Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Zeka Düzeylerinin Depresyon ve Bazı Değişkenlerle İlişkinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya Üniversitesi, Sakarya, 2006, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

DUMAN Gül Keziban, İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Durumluk Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Sınav Kaygısı Düzeyleri Ve Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir, 2008, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

EFİLTİ Erkan, Orta Öğretim Kurumlarında Okuyan Öğrencilerin Saldırganlık, Denetim Odağı ve Kişilik Özelliklerinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2006, (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**).

EKŞİ Füsün, Rehber Öğretmenlerin Okul İklimi Algıları ile Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi, İstanbul, 2006, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

ERDEMİR Nuri, Farklı Tür Liselerde Öğrenim Gören Öğrencilerin İnternet Kullanım Durumları İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep, 2012, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

ERDOĞAN Bahar, Yetişkinlerde Mutluluğun Merhamet ve Saldırganlıkla İlişkinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2017, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

EROL Hüseyin, Üniversite Okuyan Gençlerin Dünyaya İlişkin Varsayımlarının Kaygı ve Umutsuzluk Düzeylerindeki Etkisinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çağ Üniversitesi, Mersin, 2018, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

GÖNÜLTAŞ Osman, Ortaokul Son Sınıf Öğrencilerinin Öfke Ve Saldırganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çukurova Üniversitesi, Adana, 2013, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

GÜL Fatma, Nonsiklik Mastaljili 18-40 Yaş Arası, Organik Patoloji Saptanmayan Hastalarda; Ağrı, Depresyon, Anksiyete İlişkisi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul, 2016, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

GÜLBAKTI Elif, Özel Eğitim Gereksinimli Çocukların Saldırganlık Düzeyleri İle Bu Süreçte Annelerin Eşlerinden Gördükleri Desteğin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2017, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

GÜNGÖR Ebru, Özel Eğitime Muhtaç Çocukların Anne ve Babalarının Psikolojik İlişki İhtiyaçları İle Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkiler,

Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2008, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

HALICI Pınar, Yatılı İlköğretim Bölge Okullarına Devam Eden ve Ailesi İle Birlikte Yaşayan 12-14 Yaş Grubu Çocukların Saldırganlık Eğilimlerinin ve Benlik Kavramlarının İncelenmesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara, 2005, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

HAMARTA Erdal, Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerindeki Bazı Değişkenleri (Benlik Saygısı, Depresyon Ve Saplantılı Düşünme) Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2004, (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**).

İMAMOĞLU Filiz, Kanser Hastalarında algıladıkları Sosyal Desteğin Depresyon Düzeyleri ve Anksiyete Düzeyleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2016, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

KAHRAMAN Sait, Ergenlerde Bağlanma Stillерinin Saldırganlık Davranışları ve Depresyon Düzeyi İle İlişkisi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2015, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

KAPUCI Özlem, Üniversite Öğrencilerinin Depresyon ve Anksiyete Düzeylerinin İnternet Kullanım Amaçları ve Akademik Başarı Açısından İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2016, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

KARA Ergül, Üniversite Öğrencilerinin Depresyon Düzeylerinin Bağlanma Stilleri ve Bilinçli Farkındalık ile İlişkisi: Öz Kontrolün Aracılık Rolü, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, 2016, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

KARAMAN Nuray, Cerrahi Girişim Uygulanan Adölesanlar İle Anne/babalarının Anksiyete Düzeyleri Arasındaki İlişki Ve Anksiyete Nedenlerinin İncelenmesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, İstanbul, 2008, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

KARATAŞ TERZİ Cansu, Ergenlerde Saldırganlığın Madde Bağımlılığı ve Diğer Değişkenlerle İlişkisi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, Ankara, 2009, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

KILINÇ Erdal, Genel Lise 9. Sınıf Öğrencilerinin, Bazı Değişkenlere ve Sürekli Kaygı Durumlarına Göre Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep, 2012, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

KIRDÖK Feray, Boşanmış Ve Boşanmamış Ebeveyne Sahip Bireylerin Depresyon, Aleksitimi Ve Öfke Düzeylerinin İlişkisi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2017, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

KORKMAZ Yekta, Lise Öğrencilerinin Depresyon, Anksiyete, Stres Ve İnternet Bağımlılığı İlişkisinin Bazı Değişkenlere Göre Yordanması, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep, 2014, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

KUTLU Yeter, Farklı Gelişim Gösteren Ve Normal Gelişim Gösteren Çocuk Sahibi Annelerin Düşmanlık-Saldırganlık, Kayıtsızlık-İhmal Ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Maltepe Üniversitesi, İstanbul, 2011, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

KUZU GÜR Zeynep Gülberk, Çalışan Evli Kadınların Evlilik Uyum Düzeyleri İle Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2017, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

OBUZ Filiz, İşitme Engelli Ergenlerde Engelleriyle İlgili Dini Atıfları İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hitit Üniversitesi, Çorum, 2015, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

OGLOU Viltan Chral, Geç Ergenlikte Depresyon, Anksiyete Ve Yeme Bozuklukları Arasındaki İlişki, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, İstanbul, 2017, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

ÖZ Selin, Sigara Kullanan Bireyler İle Kullanmayan Bireylerin Stresle Başa Çıkma Becerileri ve Anksiyete Düzeylerinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Arel Üniversitesi, İstanbul, 2017, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

ÖZ Zeynep, Engelli Çocuğu Olan Anne Babaların Kaygı Düzeyi ve Başa Çıkma Stratejilerinin Değerlendirilmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2018, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

SÜSLÜ Gözde Feride, Ailesel Akdeniz Ateşi Tanısı Almış Bireylerin, Depresyon Düzeyleri, Yeti Yitimi Ve İntihar Olasılığının İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2017, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

ŞAHİN Çağdaş, Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Aile İşlevleri İle Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Haliç Üniversitesi, İstanbul, 2017, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

ŞAHİN Gülin Nur, Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma Öznel İyi Oluş ve Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerinin Karşılaştırılması, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir, 2011, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

ŞAHİN Levent, Kanser Hastalarında Anksiyete Ve Depresyon Belirtilerinin Değerlendirilmesi, Katip Çelebi Üniversitesi, İzmir, 2015, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ŞİMŞEK Duygu Ece, Yetişkin Bireylerde Çocukluk Çağı Travmaları İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişki, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2017, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

TANRIVERDİ Başak, İstanbul İli, Küçükçekmece İlçesi'nde Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Durumluluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Ebeveyn Stilleri Arasındaki İlişki, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2015, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

TORUN Zeynep Betül, Ortaokul Öğrencilerinde Saldırganlık ve Narsisizm Düzeyleri Arasındaki İlişki, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, İstanbul, 2016, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

TURHAN Handan, Tip 2 Diabetes Mellituslu Hastalarda Tedavi Şekline ve Hastalık Süresine Göre Depresyon ve Anksiyete, Aile Hekimliği, Taksim Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul, **(Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi)**.

UZUN Betül, 25-40 Yaş Arası Evli Erkeklerle Evli Olmayan Erkeklerde, Kaygı Düzeyinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2015, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ÜNAL İrem, Psikologların Mobing Algısı Ve Depresyon, Anksiyete Ve Tükenmişlik Sendromuyla İlişkisi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2018, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

YALÇIN Ragıp Ümit, Üniversite Öğrencilerinin Saldırganlık ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Atatürk Üniversitesi, Erzurum, 2016, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

YILDIRIM Ali, Hokeycilerin İletişim Becerileri ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep, 2015, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

YÜKSEL Begüm, Kaygı Belirtilerini Açıklamada Bağlanma, Pozitif ve Negatif Duygu Düzenleme ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkiyi Bütünleyici Model Arayışı, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2014, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

**EKLER****EK-A BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU**

Tarih:

**BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU**

Değerli katılımcı,

Bu araştırmacı Gelişim Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisi Vedat ALGUR tarafından Dr. Öğr. Üyesi Tuncay BARUT danışmanlığında üniversite öğrencilerinin anksiyete ve depresyon düzeyleri ile fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık arasındaki ilişkinin amacı ile yapılmaktadır. Bu araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmanın yukarıda yazılan amaca ulaşabilmesi adına sizden cevaplamanız beklenen bütün soruları eksiksiz, kendi özgür iradeniz ile ve başkalarının yönlendirmelerine maruz kalmadan size en yakın gelen seçenekleri işaretlemeniz beklenmektedir. Bu formu okuyup onaylamanız yapılan bu araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ayrıca, araştırmaya katılmama ya da katıldıktan sonra katılmaktan vazgeçme hakkına sahipsiniz. Araştırmaya katılmaktan vazgeçtiğiniz takdirde bilgileriniz yok edilecektir. Araştırmadan elde edilecek veriler tamamen araştırma amacı adına kullanılacaktır.

Yukarıda yer alan araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen araştırmanın kapsamını ve amacını anladım. Belirtilen şartlar için üstüme düşen sorumlulukları anladım ve kabul ediyorum. Tüm bunlara dayanarak yapılacak olan araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının İmzası

Araştırmacının Adı Soyadı

Vedat ALGUR

**EK-B DEMOGRAFİK FORM**

**DEMOGRAFİK FORM**

**1.Yaş:**

**2.Cinsiyetiniz?**

a)Erkek

b)Kadın

**3.Yaşadığınız bölge?**

a)Akdeniz Bölgesi

b)Doğu Anadolu Bölgesi

c)Ege Bölgesi

d)Güneydoğu Anadolu Bölgesi

e)İç Anadolu Bölgesi

f)Karadeniz Bölgesi

g)Marmara Bölgesi

**4.Ortalama aylık ekonomik geliriniz(veya ailenizin)?**

a)1000-3000₺

b)3000-6000₺

c)6000-9000₺

## EK-C BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ

## BECK DEPRESYON ENVANTERİ

Aşağıda gruplar halinde cümleler verilmektedir. Öncelikle her gruptaki cümleleri dikkatle okuyarak, **BUGÜN DÂHİL GEÇEN HAFTA** içinde kendinizi nasıl hissettiğini en iyi anlatan cümlenin başındaki rakama (X) işareti koyarak işaretleyiniz.

- 1 (0) Üzgün ve sıkıntılı değilim.  
(1) Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.  
(2) Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.  
(3) O kadar üzgün ve sıkıntılıyım ki, artık dayanamıyorum.
- 2 (0) Gelecek hakkında umutsuz ve karamsar değilim.  
(1) Gelecek için karamsarım.  
(2) Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.  
(3) Gelecek hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.
- 3 (0) Kendimi başarısız biri olarak görmüyorum.  
(1) Başkalarından daha başarısız olduğumu hissediyorum.  
(2) Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.  
(3) Kendimi tümüyle başarısız bir insan olarak görüyorum.
- 4 (0) Her şeyden eskisi kadar zevk alıyorum.  
(1) Birçok şeyden eskiden olduğu gibi zevk alamıyorum.  
(2) Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.  
(3) Her şeyden sıkılıyorum.
- 5 (0) Kendimi herhangi bir biçimde suçlu hissetmiyorum.  
(1) Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.  
(2) Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.  
(3) Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.
- 6 (0) Kendimden memnunum.  
(1) Kendimden pek memnun değilim.  
(2) Kendime kızgınım.  
(3) Kendimden nefrete ediyorum.



- 7** (0) Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.  
(1) Hatalarım ve zayıf taraflarım olduğunu düşünmüyorum.  
(2) Hatalarımdan dolayı kendimden utanıyorum.  
(3) Her şeyi yanlış yapıyormuşum gibi geliyor ve hep kendimde kabahat buluyorum.
- 8** (0) Kendimi öldürmek gibi düşüncülerim yok.  
(1) Kimi zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm oluyor ama yapmıyorum.  
(2) Kendimi öldürmek isterdim.  
(3) Fırsatını bulsam kendimi öldürürüm.
- 9** (0) İçimden ağlamak geldiği pek olmuyor.  
(1) Zaman zaman içimden ağlamak geliyor.  
(2) Çoğu zaman ağlıyorum.  
(3) Eskiden ağlayabilirdim ama şimdi istesem de ağlayamıyorum.
- 10** (0) Her zaman olduğumdan daha canı sıkın ve sinirli değilim.  
(1) Eskisine oranla daha kolay canım sıkılıyor ve kızıyorum.  
(2) Her şey canımı sıkıyor ve kendimi hep sinirli hissediyorum.  
(3) Canımı sıkın şeylere bile artık kızamıyorum.
- 11** (0) Başkalarıyla görüşme, konuşma isteğimi kaybetmedim.  
(1) Eskisi kadar insanlarla birlikte olmak istemiyorum.  
(2) Birileriyle görüşüp konuşmak hiç içimden gelmiyor.  
(3) Artık çevremde hiç kimseyi istemiyorum.
- 12** (0) Karar verirken eskisinden fazla güçlük çekmiyorum.  
(1) Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.  
(2) Eskiye kıyasla karar vermekte çok güçlük çekiyorum.  
(3) Artık hiçbir konuda karar veremiyorum.
- 13** (0) Her zamankinden farklı göründüğümü sanmıyorum.  
(1) Aynada kendime her zamankinden kötü görünüyorum.  
(2) Aynaya baktığımda kendimi yaşlanmış ve çirkinleşmiş buluyorum.  
(3) Kendimi çok çirkin buluyorum.

- 14** (0) Eskisi kadar iyi iş gücü yapabiliyorum.  
(1) Her zaman yaptığım işler şimdi gözümde büyüyor.  
(2) Ufacık bir işi bile kendimi çok zorlayarak yapabiliyorum.  
(3) Artık hiçbir iş yapamıyorum.
- 15** (0) Uykum her zamanki gibi.  
(1) Eskisi gibi uyuyamıyorum.  
(2) Her zamankinden 1-2 saat önce uyanıyorum ve kolay kolay tekrar uykuya dalamıyorum.  
(3) Sabahları çok erken uyanıyorum ve bir daha uyuyamıyorum.
- 16** (0) Kendimi her zamankinden yorgun hissetmiyorum.  
(1) Eskiyeye oranla daha çabuk yoruluyorum.  
(2) Her şey beni yoruyor.  
(3) Kendimi hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun ve bitkin hissediyorum.
- 17** (0) İştahım her zamanki gibi.  
(1) Eskisinden daha iştahsızım.  
(2) İştahım çok azaldı.  
(3) Hiçbir şey yiyemiyorum.
- 18** (0) Son zamanlarda zayıflamadım.  
(1) Zayıflamaya çalışmadığım halde en az 2 Kg verdim.  
(2) Zayıflamaya çalışmadığım halde en az 4 Kg verdim.  
(3) Zayıflamaya çalışmadığım halde en az 6 Kg verdim.
- 19** (0) Sağlığım ile ilgili kaygılarım yok.  
(1) Ağrılar, mide sancıları, kabızlık gibi şikâyetlerim oluyor ve bunlar beni tasalandırıyor.  
(2) Sağlığımın bozulmasından çok kaygılanıyorum ve kafamı başka şeylere vermekte zorlanıyorum.  
(3) Sağlık durumum kafama o kadar takılıyor ki, başka hiçbir şey düşünemiyorum.
- 20** (0) Sekse karşı ilgimde herhangi bir değişiklik yok.  
(1) Eskisine oranla sekse ilgim az.  
(2) Cinsel isteğim çok azaldı.  
(3) Hiç cinsel istek duymuyorum.

- 21** (0) Cezalandırılması gereken şeyler yapığımı sanmıyorum.  
(1) Yaptıklarımın dolaylı cezalandırılabilirliğimi düşünüyorum.  
(2) Cezamı çekmeyi bekliyorum.  
(3) Sanki cezamı bulmuşum gibi geliyor.



## EK-D BECK ANKSİYETE ÖLÇEĞİ

## BECK ANKSİYETE ÖLÇEĞİ

Aşağıda insanların kaygılı ya da endişeli oldukları zamanlarda yaşadıkları bazı belirtiler verilmiştir. Lütfen her maddeyi dikkatle okuyunuz. Daha sonra, her maddedeki belirtinin **BUGÜN DAHİL SON BİR HAFTADIR** sizi ne kadar rahatsız ettiğini yandaki uygun yere (X) işareti koyarak belirleyiniz.

	Hiç	Hafif Düzeyde (Beni Pek Etkilemedi)	Orta Düzeyde (Hoş değildi Ama Katlanabildim)	Ciddi Düzeyde (Dayanmakta Çok Zorlandım)
1. Bedeninizin herhangi bir yerinde uyuşma veya karıncalanma				
2. Sıcak/ateş basmaları				
3. Bacaklarda halsizlik, titreme				
4. Gevşeyememe				
5. Çok kötü şeyler olacak korkusu				
6. Baş dönmesi veya sersemlik				
7. Kalp çarpıntısı				
8. Dengeyi kaybetme duygusu				
9. Dehşete kapılma				
10. Sinirlilik				
11. Boğuluyormuş gibi olma duygusu				
12. Ellerde titreme				
13. Titreklik				
14. Kontrolü kaybetme korkusu				
15. Nefes almada güçlük				
16. Ölüm korkusu				
17. Korkuya kapılma				

18. Midede hazımsızlık ya da rahatsızlık hissi				
19. Baygınlık				
20. Yüzün kızarması				
21. Terleme (sıcaklığa bağlı olmayan)				



## EK-E BUSS ERRY SALDIRGANLIK ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki her bir maddeyi okuyarak, bu madde sizin için her zaman doğru ise “ <b>Tamamen Katılıyorum</b> ”, genelde doğru ise <b>Katılıyorum</b> ”, emin değilseniz “ <b>Kararsızım</b> ”, genelde doğru değilse “ <b>Katılmıyorum</b> ”, hiçbir zaman doğru değilse “ <b>Kesinlikle Katılmıyorum</b> ” ifadesinin altındaki kutucuğa işaretleme yapmanız rica olunur.	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Bazı arkadaşlarım benim öfkeli biri olduğumu söylerler					
2. Gerekirse hakkımı korumak için şiddete başvurabilirim					
3. Birisi bana fazlasıyla iyi davrandığında “acaba benden ne istiyor” diye düşünürüm					
4. Arkadaşlarımın görüşlerine katılmadığım zaman bunu onlara açıkça söylerim					
5. Öfkeden deliye döndüğümde bir şeyler kırıp dökerim					
6. İnsanlar benim görüşlerime katılmadıklarında onlarla tartışmaktan kendimi alıkoyamam					
7. Zaman zaman bazı olaylara/kişilere yönelik kızgınlığım uzun süre bitmek bilmez					
8. Bazen başkalarına vurma dürtümü kontrol edemiyorum					
9. Sakin yapılı biriyimdir					
10. Tanımadığım insanlar bana fazla yakın davrandıklarında onlara şüpheyle yaklaşırım					
11. Daha önce, tanıdığım insanları tehdit ettiğim oldu					
12. Çok çabuk parlar ve hemen sakinleşirim					
13. Birisi bana sataşırse kolaylıkla onu itip tartaklayabilirim					
14. İnsanlar sinirimi bozduklarında kolaylıkla onlar hakkında ne düşündüğümü söyleyebilirim					
15. Zaman zaman kıskançlık beni yiyip bitirir					
16. Bir insana vurmanın mantıklı bir gerekçesi olmayacağını düşünüyorum					
17. Bazen hayatın bana adaletsiz davrandığını düşünürüm					

18. Öfkemi kontrol etmekte zorluk çekerim					
19. Yapmak istediğim bir şey engellendiğinde kızgınlığımı açıkça ortaya koyarım					
20. Zaman zaman insanların arkamdan güldüğü duygusuna kapılırım					
21. İnsanlarla sıkça görüş ayrılığına düşerim					
22. Birisi bana vurursa ben de karşılık veririm					
23. Bazen kendimi patlamaya hazır bir bomba gibi hissediyorum					
24. Diğer insanların her zaman çok iyi fırsatlar yakaladıklarını düşünüyorum					
25. Birisi beni iterse onunla kavgaya tutuşurum					
26. Arkadaşlarımla arkamdan konuştuklarını biliyorum					
27. Arkadaşlarım münakaşacı/tartışmayı seven biri olduğumu söylerler					
28. Bazen olmadık şeylere ortada mantıklı bir neden yokken aniden sinirlenir, tepki veririm.					
29. Çoğu insana kıyasla daha sık kavgaya karıştığımı söyleyebilirim.					