

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN
ALKOL KULLANIMINA ETKİSİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:
Tuba DAĞLI ÇIRAK

İstanbul, 2016

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN
ALKOL KULLANIMINA ETKİSİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:
Tuba DAĞLI ÇIRAK

Öğrenci No:
130790106

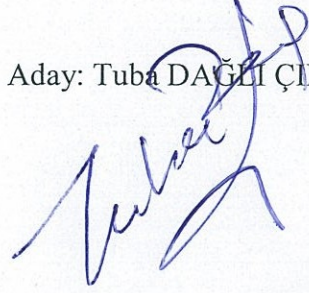
Danışman:
Yrd. Doç. Dr. Selin Birgül BARAN

İstanbul, 2016

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Psikolojik Dayanıklılık ve Kişilik Özelliklerinin Alkol Kullanımına Etkisi” başlıklı bu çalışmanın bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içerisinde kullandıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım. 08/09/2016

Aday: Tuba DAĞLI ÇIRAK



T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

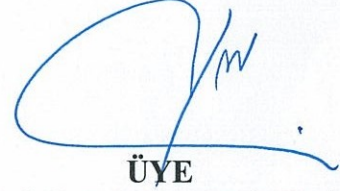
23/09/2016

Enstitümüz *Psikoloji* Anabilim Dalı *Klinik Psikoloji* Programı yüksek lisans öğrencilerinden **130790106** numaralı **Tuba DAĞLI ÇIRAK**'ın "*Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği*"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "*Psikolojik Dayanıklılık ve Kişilik Özelliklerinin Alkol Kullanımına Etkisi*" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 06.09.2016 tarih ve 2016/35 sayılı toplantısında seçilen ve Taksim Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin (c) bendi gereğince (45) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında *oyçokluğu/oybirliği* ile *Kabul/Red veya Düzeltme* kararı verilmiştir.


İşbu tutanak, 4 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.



DANIŞMAN
Yrd. Doç. Dr. Selin Birgül BARAN
(Beykent Üniversitesi)



ÜYE
Yrd. Doç. Dr. Hüseyin EBADİ
(Beykent Üniversitesi)



ÜYE
Yrd. Doç. Dr. Melek ASTAR
(FSM Üniversitesi)
Selin ay

Adı-Soyadı : Tuba DAĞLI ÇIRAK

Danışmanı : Yrd. Doç. Dr. Selin Birgöl BARAN

Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans, 2016

Alanı : Klinik Psikoloji

Anahtar Kelimeler : Psikolojik dayanıklılık, beş faktör, alkol, kişilik özellikleri

ÖZET

PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN ALKOL KULLANIMINA ETKİSİ

Alkol kullanımını tetikleyen unsurları göz önünde bulundurularak hazırlanan bu çalışmanın amacı, psikolojik dayanıklılık ve 5 Büyük Faktör Envanteri çerçevesinde tanımlanan kişilik özelliklerinin alkol kullanımı üzerindeki etkisini araştırmaktır. Bu amaç çerçevesinde 420 kişilik örnekleme Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, 5 Büyük Faktör Kişilik Envanteri ve Alkol Kullanım Bozuklukları Tanıma Testi uygulanmıştır.

Araştırma sonuçlarına psikolojik dayanıklılığın alkol kullanımı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı herhangi bir etkisi bulunmamaktadır. Bununla birlikte, duygusal dengesizlik ve dışa dönüklük kişilik özelliklerinin alkol kullanımını anlamlı şekilde yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Name and Surname : Tuba DAĞLI ÇIRAK

Supervisor : Asst. Prof. Selin Birgöl BARAN

Degree and Date : Master's degree, 2016

Major : Clinical Psychology

Key Words : Psychological resilience, big five, alcohol, character properties

ABSTRACT

THE EFFECTS OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AND PERSONALITY TRAITS ON ALCOHOL USAGE

This study is aimed to investigate the effects of psychological resilience and personality traits that is defined with Big Five Scale on alcohol use by taking into consideration the factors that trigger the use of alcohol. For this purpose, The Resilience Scale For Adults, Big Five Scale and Alcohol Use Disorders Identification Test are used among a sample of 420 participants.

According to the results of the study, psychological resilience does not effect alcohol use. On the other hand, alcohol use is predicted by neuroticism and extraversion.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No.
ÖZET	ii
ABSTRACT.....	iii
İÇİNDEKİLER.....	iv
TABLolar LİSTESİ	vii
ŞEKİLLER LİSTESİ	ix
KISALTMALAR LİSTESİ.....	x
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK

1. PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ARAŞTIRMASININ TARİHÇESİ.....	3
2. PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK TANIMLAMALARI.....	5
3. RİSK ETKENLERİ, KORUYUCU ETKENLER VE OLUMLU NETİCELER.....	7
3.1. Risk Etkenleri	7
3.2. Koruyucu Etkenler	10
3.3. Olumlu Neticeler.....	13
4. PSİKOLOJİK DAYANIKLIK İLE ALAKALI YAPILAN ÇALIŞMALAR	15

İKİNCİ BÖLÜM KİŞİLİK KAVRAMI

1. KİŞİLİK KURAMLARI	22
1.1. Psikanalitik Kişilik Kuramlar	22
1.2. Fenomenolojik (Hümanist) Kişilik Kuramları.....	23
1.3. Davranışçı ve Sosyal Öğrenme Teorileri.....	24
1.4. Bilişsel Kişilik Teorileri.....	24
1.5. Özellikler (Treyt) ve Kişiliğin Beş Boyut Kuramı (Beş Faktör Kişilik Özellikleri Kuramı).....	25
1.5.1. Beş Faktör Kişilik Modeli.....	26
1.5.1.1. Nevrotiklik/Duygusal Dengesizlik-Duygusal Denge	29
1.5.1.2. Dışadönüklük- İçedönüklük.....	30
1.5.1.3. Gelişime Açıklık / Deneyime Açıklık – Gelişmemişlik	31
1.5.1.4. Yumuşak Başlılık / Uyumluluk – Dik Başlılık.....	32
1.5.1.5. Sorumluluk / Özdenetim – Sorumsuzluk / Dağınıklık.....	33
2. KİŞİLİK İLE İLGİLİ OLARAK YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR.....	34

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM ALKOL KULLANIMI

1. ALKOL KULLANIMININ TARİHÇESİ	40
2. ALKOL KULLANIM BOZUKLUKLARI VE TANISI	41
2.1. Alkol Bağımlılığı	41
2.2. Alkolün Kötüye Kullanımı	42
3. ALKOL KULLANIMI VE ALKOL KULLANIM BOZUKLUKLARININ YAYGINLIĞI	43
4. ALKOL KULLANIMI VE ALKOL KULLANIM BOZUKLUKLARININ NEDENLERİ.....	45
4.1. Psikolojik Etkenler.....	45
4.2. Genetik Etkenler	48
4.3. Sosyokültürel Etkenler.....	48
5. ETİYOLOJİ	50
5.1. Psikanalitik Yaklaşım	50
5.2. Davranışçı - Bilimsel Yaklaşım.....	51
6. ALKOL KULLANIMINI YORDAYAN DİĞER DURUMLAR	52
7. ALKOL KULLANIMI İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	53

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM YÖNTEM

1. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ VE AMACI.....	55
2. ARAŞTIRMANIN PROBLEMLERİ VE ALT PROBLEMLERİ.....	55
3. ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ.....	56
4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI.....	56
5. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	56
5.1. Alkol Kullanım Bozuklukları Tanıma Testi	56
5.1.1. Ölçeğin Güvenirlik Analizi.....	57
5.1.2. Ölçeğin Betimleyici İstatistikleri	58
5.2. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği.....	58
5.2.1. Ölçeğin Güvenirlik Analizi.....	59
5.2.2. Faktör Analizi	61
5.2.3. Ölçeğin Betimleyici İstatistikleri	64
5.3. Beş Büyük Faktör Kişilik Envanteri	64
5.3.1. Ölçeğin Güvenirlik Analizi.....	65
5.3.2. Faktör Analizi	67
5.3.3. Ölçeğin Betimleyici İstatistikleri	70
6. ARAŞTIRMANIN MODELİ.....	70
7. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ	71
8. VERİLERİN TOPLANMASI VE ANALİZİ	71

BEŞİNCİ BÖLÜM BULGULAR

1. KATILIMCI PROFİLİNE İLİŞKİN BULGULAR	72
2. HİPOTEZLERİN SINANMASI.....	74
2.1. Alkol Kullanımının, Psikolojik Dayanıklılık Tarafından Yordanmasına Yönelik Basit Doğrusal Regresyon Analizi.....	74
2.2. Alkol Kullanımının, Kişilik Özellikleri Tarafından Yordanmasına Yönelik Basit Doğrusal Regresyon Analizi.....	75
3. FARK ANALİZLERİ.....	76
3.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri ile Beş Faktör Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkilere yönelik Testler.....	76
3.2. Katılımcıların Demografik Özellikleri ile Psikolojik Dayanıklılık Özellikleri Arasındaki İlişkilere yönelik Testler	82
3.3. Katılımcıların Demografik Özellikleri ile Alkol Kullanımları Arasındaki İlişkilere Yönelik Testler	87
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	90
KAYNAKLAR	95
EKLER	107

TABLolar LİSTESİ

	Sayfa No.
Tablo 1. Psikolojik Sağlamlık Araştırmalarında Ele Alınan Risk Etkenleri	9
Tablo 2. Psikolojik Sağlamlık Araştırmalarında Ele Alınan Koruyucu Faktörler.....	12
Tablo 3. Psikolojik Sağlamlık Çalışmalarında Ele Alınan Yeterlik Faktörleri	15
Tablo 4. AKBTT Güvenirlik Analizi.....	58
Tablo 5. AKBTT Betimleyici İstatistikler	58
Tablo 6. YİPDÖ Güvenirlik Analizi.....	60
Tablo 7. Kmo ve Bartlett's Testleri Sonuçları	61
Tablo 8. Açıklanan Toplam Varyans Tablosu	62
Tablo 9. Keşfedici Faktör Analizi.....	63
Tablo 10. YİPDÖ Betimleyici İstatistikleri	64
Tablo 11. BBFKE Güvenirlik Tablosu	66
Tablo 12. Kmo ve Bartlett's Testleri Sonuçları	67
Tablo 13. Açıklanan Toplam Varyans Tablosu	68
Tablo 14. Keşfedici Faktör Analizi.....	69
Tablo 15. BBFKE Betimleyici İstatistikler.....	70
Tablo 16. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular	73
Tablo 17. Alkol Kullanımının, Psikolojik Dayanıklılık Tarafından Yordanmasına Yönelik Basit Doğrusal Regresyon Analizi Tablosu	74
Tablo 18. Alkol Kullanımının, Kişilik Özellikleri Tarafından Yordanmasına Yönelik Basit Doğrusal Regresyon Analizi Tablosu.....	75
Tablo 19. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Cinsiyet Arasındaki İlişkiler.....	77
Tablo 20. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Medeni Durum Arasındaki İlişkiler	78
Tablo 21. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Yaş Arasındaki İlişkiler.....	79
Tablo 22. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Eğitim Düzeyi Arasındaki İlişkiler	80
Tablo 23. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Ekonomik Düzey Arasındaki İlişkiler..	81
Tablo 24. Psikolojik Dayanıklılık ve Cinsiyet Arasındaki İlişkiler.....	82
Tablo 25. Psikolojik Dayanıklılık ve Medeni Durum Arasındaki İlişkiler.....	83
Tablo 26. Psikolojik Dayanıklılık ve Yaş Arasındaki İlişkiler	84
Tablo 27. Psikolojik Dayanıklılık ve Eğitim Düzeyi Arasındaki İlişkiler.....	85

Tablo 28. Psikolojik Dayanıklılık Ekonomik Düzey Arasındaki İlişkiler.....	86
Tablo 29. Alkol Kullanımı ve Cinsiyet Arasındaki İlişkiler.....	87
Tablo 30. Alkol Kullanımı ve Medeni Durum Arasındaki İlişkiler	87
Tablo 31. Alkol Kullanımı ve Yaş Arasındaki İlişkiler.....	88
Tablo 32. Alkol Kullanımı ve Eğitim Düzeyi Arasındaki İlişkiler.....	88
Tablo 33. Alkol Kullanımı ve Ekonomik Düzey Arasındaki İlişkiler.....	89



ŞEKİLLER LİSTESİ

	Sayfa No.
Şekil 1. Beş Faktör Kişilik Modelinin Alt Boyutları	28
Şekil 2. Araştırmanın Modeli.....	70



KISALTMALAR LİSTESİ

AKBTT	: Alkol Kullanım Bozukluklarını Tanıma Testi
WHO	: World Health Organization
YİPDÖ	: Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği
BBFKE	: Beş Büyük Faktör Kişilik Envanteri



GİRİŞ

Özel – sosyal yaşam, iş hayatı, kişilerin duygusal-özel sorunları ve de gün geçtikçe daha da zorlaşan yaşam koşullarının gerektirdiklerinin baskı ve zorlayıcı etkileriyle, her ne kadar sağlıksız olduğu bilinse de çoğu insan keyif verici maddelere yönelmektedir. Alkolizm bir hastalıktır ancak her alkol kullanan bir alkolik değildir. Bu ayrım sosyal içicilik ve sorunlu içicilik olarak yapılmaktadır. Sosyal içiciler; bir davette veya özel bir günde eğlenceye iştirak etmek veya evinde dinlenirken bir miktar alkol tüketen kişiler olurken, sorunlu içicilerin alkol kullanımını hem kendilerine zarar verecek boyutta, hem de ailevi ilişkilerini ve iş yaşamlarını olumsuz etkileyebilecek boyutlara ulaşmaktadır.

Alkol kullanımını tetikleyen unsurları göz önünde bulundurularak hazırlanan bu çalışmanın amacı, psikolojik dayanıklılık ve 5 Büyük Faktör Envanteri çerçevesinde tanımlanan kişilik özelliklerinin alkol kullanımı üzerindeki etkisini araştırmaktır. Çalışma toplam 5 bölümden oluşmaktadır.

Birinci bölümde psikolojik dayanıklılık konusu ele alınmıştır. Faktörün tarihçesi ve literatürde yer alan tanımlarına değinilmiş; risk etkenleri, koruyucu etkenler ve olumlu neticeler üzerinde durulmuştur. Bununla birlikte psikolojik dayanıklılık ile ilgili literatürde yer alan çalışmalar değerlendirilmiştir.

Çalışmanın ikinci bölümünde kişilik özellikleri konusu işlenmiştir. Bölüm içinde, literatürde yer alan kişilik kuramları psikoloji perspektifinden değerlendirilmiştir. Türkiye ve Dünyada kişilik özellikleri ile ilgili yapılan araştırmalar yine bu bölüm içerisinde sunulmuştur.

Üçüncü bölümde alkol kullanımı konusu alkolün tarihinden başlayarak ele alınmıştır. Alkol kullanımının daha çok bir bozukluk olarak değerlendirildiği bölümde, alkol bağımlılığı ele alınmış ve alkol kullanım bozukluğunun paritesine değinilmiştir. Alkol kullanım bozukluklarına ilişkin nedenler ve etiyoloji ile birlikte literatürdeki araştırmalara da değinilmiştir.

Çalışmanın dördüncü bölümünde araştırma metodoloji üzerinde durulmuştur. Araştırmada kullanılan veri toplama formlarının güvenilirlik ve geçerlilik değerleri ile birlikte betimleyici istatistiklerine yer verilmiştir. Araştırmanın modeli yöntem kısmında tanımlanmış olup, hipotezler bölüm içerisinde sunulmuştur. Bulgular

bölümünde ise hipotezler sınanmış, katılımcı grubuna ilişkin frekans ve yüzdeler sunulmuş ve demografik faktörlere ilişkin fark analizlerine yer verilmiştir.



BİRİNCİ BÖLÜM

PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK

1. PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ARAŞTIRMASININ TARİHÇESİ

Felaket ile karşı karşıya kalan insanların adapte olma yöntemlerini açıklamada başarısız olan Eksiklik Modelleri'nin odak noktası psikopatolojidir. Psikolojik dayanıklılık çalışmaları yapan gelişimsel alanda uzmanlaşmış psikiyatrlar ile psikopatolojistler eski araştırmaları da Eksiklik Modelleri'nin tesirindedir. Kronik hastaların aykırı davranışlarının nedenlerini anlamak için hastaların sahip oldukları sorunların etiyojisi ile risk etkenlerine odaklanan analistler, bir diğer taraftan bir nebze daha dengeli ve uyum sağlamaya yönelik davranışlara sahip olan hasta grubu "atipik" kabul edilmiş, üzerinde durmamışlardır (Sezgin, 2012). Kronolojik açıdan, psikolojik dayanıklılık kavramının temeli tıbbi dayanmaktadır, öyle ki; davranışsal ilimlerde yer alan psikolojik dayanıklılık analizleri 1970'lerde yapılmaya başlanmıştır (Tümlü ve Reçepoğlu, 2013). Psikolojik dayanıklılık; psikopatolojileri; iş birlik ve dayanışmaları ile içgörülerle analiz edip, anlamak, ruh sağlığını olumsuz yönde etkileyen bu problemleri önlemek amacı ile bir araya gelerek uzun vadeli araştırma görevine girişen bilim insanlarının çalışmaları ile şekillenmiştir. Norman Garnezy, Irving Gottesman, Lois Murphy, Michael Rutter, Arnold Sameroff, Alan Sroufe ve Emmy Werner gibi ilim insanlarının prematüre doğum veya travmatoloji benzeri, gelişimde büyük oranda tehlikeli sonuçlar doğurabilecek etkenler kadar, erken dönem şizofreni ya da otizm benzeri hastalıklar ile bu ruhsal hastalıkların sebeplerini de açıklamaya çabalamışlardır. Bu bilim insanları, araştırma yaparken, kişinin hayatında gerçekleşen bir felaket ertesi umulmadık bir şekilde olumlu yönde adaptasyon ile iyileşme olarak tanımlanabilecek durumlarının önemine dikkat çekmişlerdir (Basım ve Çetin, 2011).

"Psikolojik Dayanıklılık" kavramına yönelik araştırmalarda gelişim aşamasında üç farklı aşama ortaya çıkmıştır. Bu aşamalara "Üç Dalga" da denmektedir. Araştırmada ilk dalga; oluşan psikopatolojinin gelişim sürecini

irdelemek, sebebini anlamak ve oluşabilecek patolojiyi engellemeye çalışan araştırmacılardan oluşmaktadır (Sürücü ve Bacanlı, 2010). Araştırmacılar, tehlikeli şartlar ile beraber büyüyen çocukların, iyi bir gelişim seviyesine sahip olmalarının önemine vurgu yapmışlardır. Neticede; erken yapılan deneysel amaçlar ana hatları ile özerklik (otonomi) veya benlik saygısı denen psikolojik açıdan dayanıklı olan çocukların bireysel meziyetlerine dikkat çekmiştir (Basım ve Çetin, 2011).

Psikolojik dayanıklılık analizlerinin iki numaralı dalgası psikolojik dayanıklılık ile alakalı korumacı etkenleri açıklayan aşamalar ile tutarlılık ve nizam ekolleri analiz edip, bulmaya çalışmıştır (Kilinc, 2014). Bu sahadaki işler büyüdükçe, psikolojik dayanıklılığın, kişinin dışındaki etkenlerden de kaynaklanabileceği analistler tarafından artarak kabul görmeye başlamıştır. Devamında yapılan çalışmalar, psikolojik dayanıklılık sürecinde çocukların, sahip oldukları vasıflar, aile özellikleri ile dahil oldukları sosyal çevrenin meziyetleri gibi koşulların analiz edilerek anlamlandırılmaya çalışılmasına önem vermiştir. (Keser ve Kocabaş, 2014).

Psikolojik Dayanıklılık konusunun üçüncü dalgası olan koruyucu etkenleri analiz etmeyi bir tarafa bırakarak, psikolojik dayanıklılık mekanizmasının sahip olduğu sistematik işleyişi açıklamaya uğraşmaktadır. Etkenleri tanımlamanın tersi olarak, aşamalara odaklanmak, analistlere, hayati travma ya da felaket tecrübesine sahip bireylerde psikolojik olarak dayanıklılığı arttırmak için, gelişimsel açıdan hassas bir müdahale ve engelleme gibi durumlar açısından bilgi vermektedir. (Gizir ve Aydın, 2016).

İki ana tutum; tehlikeli vaziyetleri ve uyumlu neticeler arasındaki ilintiyi tanımlamayı hedefleyen dayanıklılık araştırmalarının modellerini ayırt etmektedir.

Öncelikle, değişkeni baz alan tutumlar, felaket ya da risk ölçüsü, pozitif netice ile bireyi felaket ve tehlikenin kötü neticelerinden koruyan sosyal veya kişisel koruyucu etkenlerin yargıları ile ilgili ilintileri deneme amaçlı, birden fazla istatistiksel yöntem kullanmaktadır. Bir diğeri; bireyi baz alan tutumdur ki; bu tutumlar sağlıklı kişileri öteki kişilerden ayıran şeyi kavrayabilmek adına aynı tehlikeli vaziyetlere dahil olup uyumlu davranan bireyler ile uyumsuz davranışlar sergileyen kişileri kıyaslamaktadır (Tümlü ve Receptoğlu, 2013).

Bahsedilen iki tutumun hem avantajları hem de dezavantajları mevcuttur. Değişkeni baz alan tutum, yoğun olarak matematiksel hesapların etkisini

vurgulayarak, tahmin edilen sonuçlar ile çıkan sonuçların hem aşikar hem de değişik ilişkilerini analiz için oldukça müsaittir. Fakat bu tutumların insanların hayatlarındaki etkili örüntüleri fark etmede başarısız olması muhtemeldir. Kişiyi odaklanan tutumda, gelişim sürecindeki kısıtlama eylemi ile birden fazla aşamaların sebep olduğu, hayattaki olağan ve olağan dışı örüntüleri analiz etmek için cazip olmasına rağmen açıklayıcı aşamalar için önemli ipuçları tedarik eden bağlardan yoksun olabilir (Kararımak ve Çetinkaya, 2011).

2. PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK TANIMLAMALARI

Psikolojik dayanıklılık kavramına ilişkin araştırmanın en temel güçlüklerinden bir tanesi kavramların tanımlanması esnasında gerçekleşen karmaşadan kaynaklanmaktadır. Psikolojik Dayanıklılık; bir meziyet, zamana yayılan bir aşama veya netice olarak değişik biçimlerde tanım almaktadır.

Kararımak ve Çetinkaya (2011), yakın tarihte olgusal değişikliklerin psikolojik dayanıklılık analiz verilerinin inceleme ve kıyaslamasını önlediğini, meta tahlilini olanaksızlaştırdığını ve araştırmanın ölçümü için kullanılan araçları yapıyı işe vuruklaştırmayı zorlaştırdığını gözlemlemişlerdir.

Psikolojik dayanıklılık temel anlamda matematik ile fiziğe dayanmaktadır. Lazarus, Psikolojik Dayanıklılık olgusunu elastike yapıya sahip bir metalin bükülmesinin ardından eski şekline geri geldiğini, hemen sonrasında kendisini toparlayarak özgün haline geri geldiğini anlatmak amacı ile kullanmıştır. Bu kavramın kişiler ile ilgili ifadesini yaptığında; psikolojik dayanıklılığın çokça birçok tarifi için öneri getirilmiştir. Birtakım araştırmalar, olguyu tasvir ederken yalnızca tek ölçütü kullanmayı seçerken, bazıları ise; birden fazla ölçütü değerlendirmeye almışlardır. (Arslan, 2015). Genellikle analistin hedefine yönelik olgusallaştırılan bu olguyu Garmez (1991) riskli bölgelerde yetişen çocukların bireysel hususiyetleri olduğunu ifadelendirirken, McCubbin ve McCubbin, kriz dönemlerinde aile bireylerinin dayanma gücüne iyileştirici etki eden ailelerin özellikleri, bu özelliklerin biçimleri ile özgünlüklerine odaklanarak anlamlandırılmıştır. Psikolojik Dayanıklılığın Oxford sözlüğündeki İngilizce karşılığı;” meşakkatli durumların ardından hızlıca adaptasyon sağlayabilme”, “dayanabilmek”tir. (Çataloğlu, 2011). Rutter, Psikolojik Dayanıklılığı; bireyi, uygunsuz bir neticeye eğilimli hale getiren bir takım çevresel tehlikelere

karşılık olarak bireyin uyumsuz bir neticeye yatkınlaştıran birtakım çevresel olan tehditlere karşı bireyin tepkisinin farklılaşmasını ya da kişinin sahip olduğu tepkilerin iyileşmesini sağlayan değiştiren veya iyileştiren koruyucu elemanlar, etkiler olduğunu ifadelendirirken, zor durumlarda, kişinin savaşıma azmini gerçekleştiren yapıdan söz etmiştir.

Yakın tarihte, psikolojik dayanıklılık; olumsuz hayat tecrübelerinin tesirlerini aza indirmeyi sağlayan ve kişiye hem içsel hem de dışsal, bunun yanı sıra hem koruyucu hem de riskli süreçlerin kendi aralarındaki ilişkiyi kapsayan etki eden kişiye içsel ile dışsal hem riskler hem de koruyucu süreçlerin arasındaki etkileşimleri içermekte olan aktif bir aşama kabul edilerek kavramsallaştırılmış durumdadır (Esin ve Deniz, 2014). Bunun devamındaki çalışmalar dizilerinde, daha aktif ayrıca izleyen araştırma akımlarında daha dinamik, aşama odaklı olduğundan, psikolojik dayanıklılığın betimlemeleri çok daha aktif duruma gelmiş olmaktadır. Psikolojik Dayanıklılığı Kararırmak ve Güloğlu (2014) mühim ve zor bir koşulda pozitif ahengi içine alan aktif bir oluşum meşakkatli veya riskli hale karşın başarılı adaptasyon, başarılı entegrasyon kabiliyeti diğer taraftan da başarılı uyum sağlamanın neticesi biçiminde tanımlanmıştır. Psikolojik Dayanıklılık ehemmiyetli felaket veya travma tecrübelerine karşın kişilerin pozitif uyum göstermiş oldukları dinamik bir evredir. Psikolojik Dayanıklılığın daha bilumum tutumlarıyla alakalı merak arttıkça, başka ekollere odaklanmış olan sisteme ait aşamalar ile ekoller arası işleyen olgulara duyulan talep ve ihtiyaçlar çoğalmaktadır (Doğan, 2015).

Neticede Psikolojik Dayanıklılık; çok zor durumları ve ya da travmaları deneyimlemiş bir bireyin, bu olumsuz durum ve olaylara rağmen gösterdiği olumlu uyumu kapsayan, aktif bir süreçtir.” Psikolojik Dayanıklılık” teriminin, kişinin bireysel vasfını veya özelliğini temsil ettiğini söyleyemeyiz (Arslan, 2015).

Rutter (1999)’e göre, psikolojik dayanıklılık; kimilerinin sahip olduğu, bazılarınsa sahip olmadığı bir özellik olmaktan daha ziyade, bireyin çevresi ile kurduğu ilişki sonucunda oluşan etkileşimin ne tür olduğu ile ilgilidir.(Doğan, 2015).

Gizir (2007) psikolojik dayanıklılıktan bahsederken, bu kavramı aşamalı olarak olgusallaştırmanın önemine vurgu yapmanın yanı sıra, koruyucu etkenlere, üstünkörü bir liste olarak dâhil edilmesinin yanlış olduğunu söylemiştir. Psikolojik olarak dayanıklı olabilmek için birinci olarak; stresli veya travmatik herhangi bir

tecrübe yaşamamış, devamında ise olmak amacıyla, birinci olarak bir travmatik veya stresli durumlara maruz durumda kalınmalı, sonrasında muhtemelen yaşanabilecek kötü tesirlerden en az etkilenecek biçimde şekilde etkilenmeye odaklı olunmalıdır. Psikolojik Dayanıklılık; olumsuz yaşantılardan etki görmekten daha çok, yaşanan strese karşı zarar görmezlikten ziyade, negatif yaşantılardan sonraki iyileşme gücü ve kabiliyetine odaklanmaktadır. (Gizir, 2007).

Psikolojik Dayanıklılık; pozitif adaptasyon, yeterlilik, baş etme gibi kavramlarla zaman zaman karıştırılır. Olumlu uyum psikolojik sağlıkların bir neticesidir. Psikolojik Dayanıklılık sevilen birinin beklenmedik kaybı gibi travmatik bir olay veya olumsuz neticeden kaçınma gibi durumlarla başarılı olarak baş etmek de sayılabilir. Psikolojik Dayanıklılık ile Yeterlilik, birbirinden farklı kavramlar olmakla beraber, Yeterlik unsuru; psikolojik dayanıklılığın aşamasında önemlidir. Yeterlik, bireyin olumsuz durumları alt etmesine yardımcı olan birçok elemandan sadece bir tanesidir. Yeterli kişilerin riskli durumların kötü tesirlerini daha çok olumluya çevirmeleri beklenmektedir (Kararımak ve Siviş-Çetinkaya, 2011).

3. RİSK ETKENLERİ, KORUYUCU ETKENLER VE OLUMLU NETİCELER

Psikolojik Dayanıklılık; literatürde koruyucu, risk ile sonuç etkenleri kavramları altında incelenmektedir. Koruyucu etkenler, zaman zaman risk etkenlerini aza indirmekle birlikte, bazen de koruyucu etkenler, kişinin mevcut risk etkenlerine karşı daha yapıcı biçimdeki yaklaşımını sağlar (Erarslan, 2014). Söz edilen bu etkenler, birbiri ile etkileşim halindedir. Psikolojik Dayanıklılığa ait olarak incelenen bu kavramlar ile aralarındaki etkileşimi anlayabilmek, Psikolojik Dayanıklılığın ilintili bu olguları ve aralarındaki münasebeti anlayabilmek sağlamlığın yapısını idrak bakımından oldukça mühimdir.

3.1. Risk Etkenleri

İstenmeyen neticelerin meydana gelmesi olasılığı, Risk Etkenleri ile alakalıdır. Sıkıntı, zorluk, istenmeyen durum anlamlarına gelen risk; istatistiksel olgulardan biri olup, Psikolojik Dayanıklılık risk faktörünün olmadığı durumlarda olgusal sayılamaz.

Çoğunlukla risk kavramı; kişilerden daha ziyade toplulukları nitelendirmek amacı ile kullanılmaktadır. İstenmeyen bir halin olma olasılığının artması veya muhtemel bir sorunun devam etmesine sebep olabilecek etkenler, “Risk Etkenleri” adı altında ifadelendirilmektedir (Güngörmüş vd., 2015).

Bir grupta mevcut olan bir niteliğin, negatif neticelerinin yordanması “Risk Etkeni “ adı ile temsil edilmektedir. Başka bir söylemle; bir Risk Etkeni; istenmeyen bir neticenin meydana çıkma ihtimalinin arttığına işaret etmektedir. Örneğin; bir çocuğum gelişim süreci için ortaya çıkabilecek risk etkenleri; barınak ihtiyacının karşılanamaması, perinatal tehlikeler (ör. Erken doğum riski, düşün ağırlıkta doğmak), kalıtsal öykü (ör. Ruhsal hastalıkların çokça bulunduğu bir aileye mensup olmak), sosyoekonomik vaziyet (ör. Yoksullukla büyüme, okuyamamış, çaresiz, işsiz anneye sahip olma), ebeveynlerin özellikleri (ör. Despot ebeveynlik, önem vermeme) gibi birtakım olumsuz neticelerin kişisel ve sosyal etkenlerin geniş bir alanını kapsamaktadır. Bu ve benzeri risk etkenleri çoğunlukla akademik alanda başarısızlık, biyolojik sağlıksızlık, ruhsal problemler ile davranışsal alanlarda sorunlar meydana getirmektedir (Arslan ve Balkıs, 2016).

Felaket olarak tanımlanan kötü durumlar risk etkeninin yalnızca bir çeşidini açıklamaktadır. Felaket; negative neticelere sebep olmaya meyilli, normal fonksiyonelliğın yeterliğini olumsuz yönde etkileyen tecrübe ile olaylara işaret etmektedir. Mutsuz, şiddetin olduğu bir aileye mensup olmak, bir doğal felaket yaşamak (deprem, kasırga, sel gibi) veya cinsel olarak istismara uğramayı içeren yaşantılar, olumsuz yaşantının içerdiklerinden bazılarıdır. Felaket çeşitli biçimlerde olabilse de, birçok dayanıklılık analiz çalışması yas, cinsel istismar yaşantılarında (ör. Skovholt, 2012), kişilerin ciddi ruhsal zorluklar yaşadıklarına dikkat çekmektedir. (ör. Çataloğlu, 2011), beşeri veya doğal felaketler, terör ardından veya yoksulluk içinde yaşayan çevrelerde de benzer etkiler görülmektedir (Çapan ve Arıcıoğlu, 2014).

Bu gibi durumlar psikolojik dayanıklılık çalışmalarında incelenen ve kişilerde olumsuz etki yaratan “yüksek riskli” koşul ve çevrelerin bu ortamlarda yaşayıp, olumlu uyuma sahip kişilerin net bir biçimde tasvirleri gereklidir. Gizir (2007, s.116) literatür araştırması neticesinde psikolojik dayanıklılık çalışmalarında incelenen risk etkenlerini üstlemiştir (Bkz. Tablo 1.)

Tablo 1. Psikolojik Sağlık Araştırmalarında Ele Alınan Risk Etkenleri

Bireysel Risk Faktörleri
Erken doğum
Olumsuz yaşam olayları
Kronik hastalıklar
Ailesel Risk Faktörleri
Ebeveynlerin hastalığı ya da psikopatolojisi
Ebeveynlerin boşanması, ölümü ya da tek ebeveyn ile yaşamak
Ergenlik döneminde anne olma
Çevresel Risk Faktörleri
Ekonomik zorluklar ve yoksulluk
Çocuk ihmali ve istismarı
Savaş ve doğal afetler gibi toplumsal travmalar
Toplumsal şiddet ve ailevi felaketler
Evsizlik

Yakın zamanda yapılan çalışmalar risk etkenlerinin aynı kişilerde bir araya gelme özelliğinin olduğunu ve çoğu risk etkenlerinin tümünün hayati gelişim emarelerinde tesire sahip olabileceğine kuvvetli şekilde dikkat çekmektedir (Güloğlu ve Kararımak, 2010). Bunun neticesinde Birikimli Risk birçok analistin dikkatini çekerek araştırmalara konu olmuştur. Gelişim ile alakalı ruhsal, biyolojik, çevresel tesirlerin tümünün göz önünde bulundurularak incelenmesine Johnson ve Galea, gelişimsel neticeleri tanımlamak adına sadece tek etkenin yetersizliği kanaatine varmıştır. Yalnızca tesirlerin birleşimlerinin işleyişi yeterli kuvveti meydana getirmektedir (Arslan, 2015).

Risk çalışmalarında netice iki madde ile değerlendirilmektedir. Kullanılan modellerden ilki; birikimli model, ikincisi ise etkileşimli model'dir. Birikimli model; bazı risk etkenlerinin tesirinden ayrı olarak risk etkenleri birikiminin sorunlu neticelerdeki artış ile ilgili olduğunu göstermektedir. Etkileşimli yaklaşımda ise; bir takım risk etkenleri, öteki etkenlerden daha manalıdır ve öteki risk etkenleri ile birleştiğinde sorunlarda kuvvetli bir çoğalma ile neticelenebilir.

Psikolojik dayanıklılık çalışmasında risk etkenlerini belirlemek için üç yaklaşım baz alınmalıdır. Birincisi mülakat ve anketleri içine alan çoktan seçmeli madde ölçümleri kullanılarak tahlil edilmektedir. Zorlu hayat tecrübeleri, denetim tabloları veya ölçekler genel olarak tercih edilen ölçüm araçlarıdır. Diğer kategori;

kalıtsal patoloji, çocuk ihmal-istismarı, boşanma, ile ekonomik yetersizlikler gibi zorlukları içeren, yalnız yaşam gerilimini analiz ederken üçüncü kategori ise; geniş aile boyutu, yetersiz ekonomik gelir, düşük statülü ebeveyn mesleği ile bir toplumdaki azınlık statüsüne dahil olmak gibi bir takım demografik olan risklerin bütünüdür (Gizir, 2007).

3.2. Koruyucu Etkenler

Psikolojik dayanıklılığı araştıran eski çalışmalarda, psikososyal sorunlara neden olan risk etkenlerini incelemekten daha çok kişinin sahip olduğu kuvvetli taraflarının tanınarak, açıklanması doğrultusunda bir tutum sergilemiştir. Bunun sonucunda; dayanıklılığı analiz eden analistler, kötü koşullarda yetişmiş ve yaşamaya devam eden kişilerin özelliklerini tahlil edip anlamaya, maruz kaldıkları olumsuz durum ve koşullara rağmen bireyi koruyarak iyi gelişmesini sağlayan etkenleri kavramaya çalışmışlardır.

Koruyucu Etkenlerin olgusal işlevi; sağlık ile iyilik durumu gibi bir takım hayat safhalarında olumlu durum, davranış ve de neticelerin olması olasılığını arttırmak ayrıca riske oluşumunun negatif yöndeki tesirlerini azaltmaktır. Koruyucu Etkenlere; kişinin zorlu hayat koşullarına, tehlikelere karşı başa çıkma yöntemlerini arttıran yeterlik, adaptasyon gibi yeteneklerini destekleyen kişisel ve sosyal koruyucular da diyebiliriz (Sezgin, 2012).

Koruyucu Etkenlerin tesirleri ile açıklaması ile alakalı literatürde tartışma mevcuttur. Bunun yanında; koruyucu etkenler, risk ve destekleyici etkenler arasındaki ayrıştırmalar ve farklar analistlerin başka bir tartışma alanıdır. Tartışmanın taraflarından biri etkenlerin tek veya çift kutuplu olma özelliği ile alakalıdır. Kimileri etkenlerin tek uçlu tesirlerinin olduğunu söylemektedir. Risk faktörlerinin tezat durumu olmayan, koruyucu etkenler olarak da tanımlanabilen bu faktörlerin, sorunlu davranışı azaltma yönünde etkisinin olduğu söylenebilmektedir (Esin ve Deniz, 2014). Etkenlerin iki uçlu tesirlerinin olduğunu savunan kesim ise; destekleyici tesirlerle risk etkenlerinin bir arada iki uçlu tesirleri olacağını söylemektedirler. Konuya bu açıdan baktığımızda görüyoruz ki; bir etken bir birey için koruyucu nitelik taşıyırken diğer biri için risk veya bir başkası için destekleyici ya da nötr tesirde olabilir (Doğan, 2015; Güngörmüş vd. 2015).

Koruyucu etkenler ile destekleyici etkenler arasındaki ilinti, bu araştırmanın bir diğer boyutudur. Bir kesim analistler, koruyucu etkenleri sorunlu davranışın etkilerini azaltan etkenler olduğunu savunmaktadır. Bu ifade ile anlatılmak istenen; koruyucu etkenlerin risklerin tesirlerini aza indirgeyerek sorunlu davranış ile alakalı yalnızca dolaylı yönden bir tesire sahip olduğu ile tehlikenin mevcudiyetinin gerekliliğidir (Kararımak ve Güloğlu, 2014). Başka araştırmacılar ise; Destekleyici Etkenler terimini, sorunlu davranış üzerinde doğrudan tesiri olduğunu kabul ederek açıklamaktadırlar. Stouthamer-Loeber ve arkadaşları (2002) destekleyici faktörlerin riskten ayrı bir şekilde sorunlu davranışının ihtimalini azaltan etkenler olarak olgusallaştırmaktadır. Böylece; destekleyici etkenlerin, riskin mevcudiyetinin dışında dahi sorunlu davranışa doğrudan tesiri olan etkenler olduğu kabul edilmektedir.

Gizir (2007) alan yazını yordaması neticesinde üç ana koruyucu etken gruplandırılarak açıklanmıştır. Olumlu yöndeki bilgi birikimi, pozitif alışkanlık ve davranışlar ile kişiliğin olumlu bakış açıları benzeri kişisel özellikler; kişilikteki tümlük, cana yakınlık, istek ve sadakat benzeri aileye mahsus özellikler ile kuvvetli sosyal ilişkiler veya kaliteli eğitim gibi aile kavramından başka destekleyici etkenler. Aile veya aileden başka mekanizmalar ruhsal sağlığın gelişimi açısından kişi, çevresel ve sosyal tesirlere dikkat çekmekte, dayanıklılığın değişmez kişisel bir nitelik olarak olgusallaştırılması durumundan uzağa düşmektedir. Neticede; psikolojik dayanıklılık kişi (birey-düzeyinde tesirler), arkadaş ile aile (sosyal-düzeyde etkenler) ile eğitim çevresi ile toplum(toplumsal-düzeyde etkenler) gibi kavramları kapsayan koruyucu etkenler (beceri, yetenek ile yetkinlikler) içine alır (Kilinc, 2014). Bronfenbrenner'in "iç içe geçmiş sistemler" adını verdiği koruyucu etkenler; aile, arkadaş çevresi veya toplulukların en küçük sistemi düzeyinde; sosyal etkinlikler veya dini tertipler benzeri toplum düzeyindeki mekanizmalarda, iletişim araçları basın -yayın, ulusal siyaset ile kamusal alanlar makrosistem diyebileceğimiz daha yüksek düzeydeki kişinin fonksiyonelliği ile açıklanabilir (Gizir ve Aydın, 2016).

Gizir (2007) alan yazını yordaması neticesinde psikolojik dayanıklılık çalışmalarında baz alınan koruyucu etkenleri sıralamıştır (Bkz. Tablo 2).

Tablo 2. Psikolojik Sağlamlık Araştırmalarında Ele Alınan Koruyucu Faktörler

Bireysel Koruyucu Faktörler
Zekâ
Akademik başarı
Olumlu veya kolay mizaç
İç kontrol odağı
Benlik saygısı ve özyeterlik
Kişisel farkındalık ve kendini kabul
Özerklik
Yaşam hedeflerinin olması ve gelecek için olumlu beklentiler
Etkili problem çözme becerileri
İyimserlik ve umut
Sosyal yetkinlik
Mizah duygusuna sahip olma
Sağlık
Cinsiyet
Yaş
Ailesel Koruyucu Faktörler
Destekleyici anne-baba ya da bir aile üyesiyle olumlu ilişkiler
Etkili ebeveynlik/effective parenting/ev yapısı ve kuralları
Çocuğa yönelik yüksek ve gerçekçi beklentiler
Çevresel Koruyucu Faktörler
Sosyal çevredeki destekleyici bir yetişkinle olumlu ilişkiler
Akran / Arkadaş desteği
Etkili toplumsal kaynaklar (kaliteli okullar, gençlik merkezleri, gençlik organizasyonları vb.)

Basım ve Çetin (2011) gelişim aşamalarındaki tamamlanması gereken görevlerin bütün halinin dayanıklılık ile nasıl yakinen alakalı olduğunu ifadelendirmek için Erikson'un gelişim düzeylerini kullanmıştır. Dayanıklılığın üç ana başlığı (veya koruyucu etkenleri) dışsal olarak kolaylaştırıcı ortam, psikolojik olarak güçlü özellikler ile içsel olarak başa çıkma yetenekleri olarak açıklanmıştır. Bütün bu aşamalar, gelişimsel dönemin olumlu ve istenen yönde olması için zaruri olan şartlar ile aynıdır. Erikson'un özerklik seviyesi olarak tanımladığı seviyede çocuğun sevgi görme ihtiyacı şartsız bir şekilde gerçekleştirildiğinde, çocuk özerklik aşamasını olumlu bir biçimde tamamlamış olur. Bu dönemim olumlu yönde tamamlanması

neticesindeki kazanım öz saygıdır. Pozitif yöndeki öz saygı, dayanıklılığın niteliklerinden bir tanesidir. Bu niteliğin kazanımı sonucunda; sosyal uyumdaki olumlu tutuma, empati yeteneğinin artışına ayrıca olumsuz davranışlardan uzaklaşmayı sağladığına vurgu yapılmıştır.

Birçok epidemiyolojik araştırmalar sonucunda sosyal ilişkilerde başarılı, dayanıklı, adaptasyon yeteneği güçlü, affedici, iletişim becerisi güçlü ayrıca özsaygının tam olduğu kişisel meziyetlerin, olumlu okul çevresi, herhangi bir yetişkinle samimi bir ilişki kurabilme gibi aile içi ile dışında özverili çevrenin kötü yaşantılara karşı koruyucu olması belirtilmiştir (Çataloğlu, 2011).

Birbirinden farklı topluluk ve kültürler içerisinde bir takım yaşla risk grupları baz alınarak uygulanmış araştırmaların neticesinde büyük oranda görülen çok fazla kişisel, ailesel ve de sosyal koruyucu etkenlerin mevcut olduğudur (Oktan vd., 2014). Başka bir açıdan ise; Rutter belli başlı bazı koşul ve durumların bir kimse için koruyucu niteliği varken, diğer biri için risk özelliği olabileceğini savunmuştur. Bu sebeple, bir etkenin risk veya evrensel açıdan koruyucu olduğunu söylemekten ziyade, kötü yaşantıya maruz kalmış bireyin tecrübe ettiği olay veya durum sonrasında ne tür yöntemlerle korunaklı olabildiğinin incelenmeye çalışılmasıdır. Böylece; kişilerin benzersiz korunaklı aşamaları anlaşılmış olunacaktır.

3.3. Olumlu Neticeler

Olumsuz yaşantı ve tecrübe karşısında pozitif yönde adaptasyonun var olması demek, dayanıklılık kararı için en önemli maddelerden bir tanesidir. Psikolojik dayanıklılık çalışmalarında, koruyucu ile risk etkenlerinin tanımlanması ile birlikte incelenen eğitim ve çevresel manadaki yetkinlik/beceri benzeri pozitif neticelerin neler olduğunun tanımlanması da gereklidir. Bir kişinin hayatının başka alanlarında nasıl daha fazla başarılı olduğu ile alakalı öngörülerini açıklamak için inceleme yapılması gerekmektedir (Kararımak ve Siviş-Çetinkaya, 2011). Aynı kronolojik seneye sahip olan çocukların, genel olarak beklenen gelişimsel özellikleri ile belli başlı sosyokültürel ortama uygun kültüre has davranış biçimleri ile alakalı beklentiler de daha az özgün kültürel beklentiler (dinsel kuralları algılama veya sokakta uygun davranım) gibi bireyin gelişimindeki durum ile bireyden beklenenlerin mukayesesi sonucunda kişinin ne durumda olduğuna karar verilir. Zamanla değişim gösteren

kültürel ve toplumsal yapıya paralel olarak tüm toplumsal yapılar değişmekte, buna bağlı olarak gelişim bilimciler; çoğu zaman belirli süre ve belirli dönemlerdeki çocuklardan beklenen sosyal beklentileri ve yaşa özgü gelişimsel beklentileri içine alan, yeterlilik anlamındaki dayanıklılığı test etmektedirler. (Çetin ve Basım, 2011).

Olumlu adaptasyon; psikolojik dayanıklılığın neticelerinden bir tanesidir. Dayanıklılık aşamaları, travmaya sebep olabilecek bir yaşantı, kayıp, yas gibi durumların sonrasında gerçekleşen mevcut durumun üstesinden gelebilme veya başka bir olumsuz neticeden kaçınma benzeri durumları da içine alır. Koruyucu etkenler gibi, pozitif neticelerin ifadeleri de değişik mekanizma düzeylerindeki farklı sahalarda kendilerini belli edebilir ayrıca dayanıklılık adaptasyonuna, bireysel düzenleme benzeri, içsel olarak yaşanan veya yüksek nitelikte dayanak olan bağlar gibi dışsal aşamalar vasıtası ile ulaşılabilir (Çapan ve Arıcıoğlu, 2014).

Erişkinler ve çocuklar arasındaki farkı anlamaya yönelik olarak gerçekleştirilen psikolojik dayanıklılık araştırmalarının neticesinde bulunan değişikliklerden bir tanesi neticenin çeşidi ile ilgilidir. Çocuklar ile alakalı yapılan araştırmalarda, çocuğun dahil olduğu yaş kategorisine ait olan gelişimsel niteliklerin ne kadarına sahip olduğu ve toplumsal olarak yine o kategoriye mensup çocuklardan beklenen uyum davranışlarına ne ölçüde yanıt verdiği ile ilgilenilmektedir. Yetişkin alan yazınında, çocuklarınkinin tam tersi olarak, ilgilenilen bireyin kendisi ile ilgili düşünceleri ve nasıl hissettiği ile alakalıdır. Öznel olarak iyi hissetme durumu iyi hissetme, stresten uzak olmak benzeri öz bildirimlerin oranları çok önemlidir. İyi olma durumunu incelerken iki tutumdan bir tanesi başkalarının ifadelerine bağlı olan çocuklara, kendi ifadelerine bağlı olanlar ise erişkinlere mahsustur (Arslan ve Balkıs, 2016).

Erişkinlerdeki dayanıklılık araştırmalarının bir bölümü “iyi olmayı” iyi bir ebeveyn, iyi bir partner veya iyi bir işveren patron olup olmadığının değerlendirilmesi açısından, başkalarının ifadelerine göre açıklanmıştır. Benzer biçimde; çocuklara bireysel anlamda ne durumda olduğunu sormazlar. Çökkünlük veya endişe özelliği taşıyan hisler çoğunlukla değerlendirilebilirken mutluluk ile alakalı değerlendirmeler çocuklar ile alakalı düşünülmez (Güloğlu ve Kararırmak, 2010).

Gizir (2007, s.117) yazın yordaması neticesi psikolojik dayanıklılık çalışmalarında işlenen yeterlik etkenlerini sıralamıştır (Bkz. Tablo 3).

Tablo 3. Psikolojik Sağlamlık alışmalarında Ele Alınan Yeterlik Faktörleri

Akademik başarı
Olumlu sosyal ilişkiler / sosyal yeterlik
Düşük duygusal problemler ya da belirtiler (internalizing problems)
Düşük davranış problemleri (externalizing problems)
Psikopatoloji varolmaması
Psikososyal uyum bileşenlerinin varlığı

4. PSİKOLOJİK DAYANIKLIK İLE ALAKALI YAPILAN ÇALIşMALAR

Dayanıklılık araştırmalarının başlangıç noktası olarak kabul edilen erken döneme ait kötü yaşantıları tecrübe eden çocukların gelişimsel anlamdaki psikopatolojileri ile ilgili araştırmalara dayanmaktadır.

Ruhsal sağlığı bozuk olan anne veya babaya sahip olma, şiddet olan ailede büyüme, ekonomik yetersizlik ve uyuşturucu kullanımı gibi durumlar, erken gelişim dönemine ait kötü yaşantıyı kapsamaktadır. Bu araştırmalar neticesinde tüm bu saydığımız kötü tecrübelerle rağmen, hem biyolojik hem de ruhsal bakımdan sağlıklı büyümüş çocukların nitelikleri açıklanmaya çalışılmıştır.

Şizofreni teşhisi almış olan kişiler ile onların ailelerinin araştırmalarını boylamsal olarak ele alan Manfred Bleuler, klinik değerlendirmeleri sonucunda yalnızca olası neticeleri belirlemekle kalmamış, diğer bir taraftan da bu olumsuz durumdaki kuvvetin, iyi olma halinin ve de cesurluğum en hayati özelliklerini de açıklamıştır. Bleuler, Vreni adlı hastası ile çalışırken, bakım vereni olduğu alkolik, duyarsız ve sorumsuz babası, psikolojik problemleri olduğu için hastanede yatış öyküsü bulunan annesi ve dört kardeşi ile yaşayıp büyüdüğünü anlattıktan sonra Vreni'nin erişkinlik döneminde yaptığı mutlu bir evliliğinin olduğuna ve sağlıklı iki çocuğu olduğuna dikkat çekmiştir (Basım ve Çetin, 2011).

Irving Gottesman ise; psikolojik problemler ile ilgili başka bir gelişimsel perspektifi açıklamıştır. Yatkınlık-stres kuramından başka, şizofreni teşhisi almış kişilerin hem biyolojik hem de koruyucu aile öykülerini, ikiz olanların da kalıtımsal özelliklerini göz önünde bulundurarak, şizofreninin nedenini bulmaya uğraşmıştır.

Gottesman, meyillik, olasılık ile korumanın kalıtımsal ve çevresel aşamalarının var olduğunu söylemiştir (Sürücü ve Bacanlı, 2010).

1964'te başlayarak, Michael Rutter çocukların akademik, fiziksel ve ruhsal sorunların nedenleri ile alakalı 1964 senesinde başladığı birçok çalışma yapmıştır. Araştırmaya dâhil edilen çocuklar ailevi olarak çatışmaların olduğu, düşük gelirli, ailede suça karışmış olan ebeveyn, anneye ait ruhsal sorun veya bakım veremeyen anne ile baba tarafından devlet yurduna teslim edilmeyi tecrübe etmişlerdir. Rutter, sadece bir tane stres etkeninin, çocuklar için anlamlı bir tetikleyici olmadığını, ancak iki ve ikiden fazla olumsuz etkenin, bunun yanı sıra eğer ek stres faktörleri varsa mevcut diğer stres faktörlerinin olumsuz etkilerini fazlalaştırdığını keşfetmiştir. Ayrıca Rutter, olumsuz durumların oluşmasının engellenmesinin veya mevcut kötü durum kaynaklarının yok edilmesi ile birlikte, olumlu neticelerin meydana gelmesi olasılığını büyük ölçüde artıracığı kanısına varmıştır (Kaya, 2015).

Samerof, Gutman ve Peck tarafından 2003 senesinde yapılan çalışmada, doğuştan işitme engelli ve başka biyolojik bozukluklara sahip olan, şehirde yaşayan ortalama 200 tane çocuk ile yaptıkları çalışmada öğrenim başarısını, sınıf içindeki tutumlar ile bireyler arası yetkinliği bu çalışmanın bağımlı değişkeni olarak kabul edilmiştir (Özer, 2013). Neticelerden yola çıkarak analistler, kronik stres faktörüne karşı denge sağlayıcı, güçlük, koruyucu etken metotları olarak 3 yaklaşım sunmuşlardır:

Werner, psikolojik dayanıklılık adına, seneler boyunca süren çalışmalarında risk etkenlerinin neticelerini araştırmak için “boylamsal metod“u kullanmıştır. Werner (katılımcılarını doğdukları andan, 32 yaşına gelene değin incelemesi, araştırmasını bilhassa önemli kılmıştır. Çocukların 1955 senesindeki doğumlarıyla başlayan bu çalışma, 660 tane çocuğu kapsamış, bunların 200 den daha çoğu doğumsal problemleri, sorunlu aileleri, yetersiz eğitim, ailedeki yetersiz duygusal doyum gibi fazlaca olumsuz uyarana maruz kalmışlardır. 32 yaşına geldiklerinde ise erişkin hayatlarındaki yetkinlik ve yeterlikleri incelenmiştir. Werner'in yoksulluk içinde büyümüş, yüksek risk oranlarına sahip olan çocukların, yaklaşık kırk yılı bulan araştırması, bugün psikolojik dayanıklılık adına edinilmiş mevcut bilgilerin temelinin oluşumuna yardımcı olmuştur (Arslan, 2015).

Psikolojik dayanıklılık ile alakalı araştırmaların diğer tarafını HIV veya kanser benzeri ölümcül tehlikeleri olan hastalık sahibi bireyler oluşturmaktadır. Yapılan araştırmalar, hastalığa adaptasyon, yaşamaya devam etme, hayat standardı gibi etkenleri irdelemiştir.

Min ve arkadaşları 2013 senesinde, kanser hastası bireylerin psikolojik dayanıklılığın stres ile ilintisini analiz etmişlerdir. Psikolojik dayanıklılık aşamalarının, stresle olumsuz yönde alakası olduğu görölmüştür. Kanserle ilgili olarak stresin üstesinden gelmek adına dayanıklılığı artırmak için psikososyal yardımların işe yarayacağını belirtmiştir (Kaya, 2015).

Dayanıklılık yazınında, bireylerin, travmalar karşısında gösterdikleri tepkilere ilişkin yapılan çalışmalar vardır. Analistler, toplumsal felaketler veya travmatik şekilde zarara uğrama benzeri durumlara, erişkinlerin nasıl adapte olduklarını araştırmışlardır. Bu çalışmalardaki yaygın neticeler, travma sonrasındaki stres bulgularını ayrıca travma sonrasındaki gelişmeyi kapsamaktadır.

Li ve arkadaşları, Wenchuan'da 2008 senesinde yaşanan depremin akabinde 1 sene sonra, demografik değişkenlerle dayanıklılık arasında bulunan ilintiyi araştırmak adına depremi yaşamış olan erişkinlerle bir çalışma yürütmüşlerdir. Bu araştırmanın sonucunda; daha yapılmış çalışmaları doğrular nitelikte bilgilere ulaşılmış, psikolojik açıdan dayanıklı olan yetişkinlerin yaşanan afet ertesinde duruma olumlu yönde adapte oldukları görölmüştür. Aylık kazanç dışında, cinsiyet, öğrenim düzeyi, yaş, etnik köken gibi demografik etkenlerin psikolojik dayanıklılığın hayati belirleyicileri olduğu görölmüştür (Kaya, 2015).

Rossi ve arkadaşlarının 2007 senesinde yaptığı araştırmada ise eř kaybını takiben hayattan memnuniyet duyma ile stres arasında, psikolojik dayanıklılığın hem bir yöneten hem de aracı olduğu görölmüştür. Stres algısı ile hayattan duyulan memnuniyet ilintisi anlamlı iken dayanıklılık ilk ilişki anlamlıyken, dayanıklılık da bu modele ilave edildiği zaman ilişkinin anlamlılığındaki oran düşmüştür diğer bir taraftan stres faktörü ile dayanıklılık ilintisinin, büyük oranda yaşamdan alınan doyumunu belirlediği görölmüştür (Özer, 2013).

Ülkemizde 2000'li senelerin başından bu yana gerçekeştirilen psikolojik dayanıklılık araştırmalarında, değişik risk toplulukları incelenmiş, dayanıklılık süresi ile tehlikenin koruyucu etkenler ile ilintisi analiz edilmiştir. Bunun yanı sıra

dayanıklılığı kuvvetlendirme konusunda etkin olabileceği tahmin edilen bazı ekoller denenmiştir.

Terzi (2005), stresli hayat olaylarına karşı işlevsel başa çıkma metodlarını kullanarak, kişisel anlamda iyi hissetmelerini sağlayan “Psikolojik Dayanıklılık Modeli”ni 395 tane üniversite öğrencisi ile denemiştir. Çalışmanın sonucunda; stresli hayat tecrübe ve olayları zihinsel muhakeme ile stresli hayat olayları baş edebilme becerisinin, iyi hissetmeyi dolaylı yoldan başa çıkabilmenin iyi olabilmeyi dolaylı biçimde etkiledikleri tespit edilmiştir.

Gürgan (2006), dayanıklılık öğretisi açısından, üniversitede okuyan öğrencilerin grup danışma adı altındaki programla etkisini araştırmıştır. Ankara Üniversitesi’nde farklı alanlarda öğrenim görmekte olan ve dayanıklılık seviyeleri düşük olan 20 öğrenciden oluşan gruptan, ön test ve son test olarak iki tane hem izleme hem de kontrol grubu oluşturulmuş, aynı zamanda Hawthorne efektini yordamak için plasebo kontrol grubu meydana getirilmiştir. Çalışmanın neticelerine göre; ön test dayanıklılık skorları ile kontrol ile deney kategorik gruplarına ait son test dayanıklılık skorları arasında kuvvetli bir farklılık olduğu, deney grubuna mensup öğrencilere ait yılmazlık seviyelerinde görülen artışın, yapılan dayanıklılık grup danışma öğretilerinden kaynaklandığı verilerine ulaşılmıştır.

Yalım (2007), üniversitede ilk seneleri olan öğrencilerin baş etme yöntemleri, psikolojik dayanıklılık, olumlu bakış açısına sahip olma, birinci senelerinde olan öğrencilerle başa çıkmanın çareleri, psikolojik açıdan sağlamlık, cinsiyet ile iyimserliğin aralarındaki münasebeti irdlemiştir. Veriler baş edebilme yollarını, psikolojik bakımdan sağlamlık ile iyimserlik açıdan değişkenlerinin üniversitelere uyumunu anlamlı biçimde yordadığını ortaya koymuştur. Kız ile erkek öğrencilerin adına ayrı olarak yapılmış olan analiz neticeleri üniversitelere uyum konusunda kızlar içerisinde psikolojik bakımdan sağlamlık, iyimserlikle sosyal yardımlar arama ile çaresizlik kendisini suçlayan başa çıkabilmenin; erkeklerdeyse psikolojik açıdan sağlamlık, problem çözebilme kabiliyetleri, sosyal yardımları arama, kaderci ve kendini suçlayan başa çıkabilme çarelerinin yordayıcı değişkenler olduklarını ortaya koymuştur.

Eminağaoğlu’nun (2006), yürütmüş olduğu sağlamlık çalışmalarının örneklemelerini sokak çocukları meydana getirmiştir. Oniki-on altı yaşlar arası 27

sokak çocuğuyla ve kontrol grupları biçiminde 27 tane çalışmakta olan çocuğa Rorschach Testi uygulanıp sağlamlık faktörleri irdelenmiştir. Neticeler, sokak çocuklarının işbirliklerinin davranışına ile duygusal olarak yakınlık oluşturmaya daha fazla yatkın olduklarını ortaya koymuştur. Sokak çocuklarının arkadaş gruplarının içindeki duygusal olarak bağlarının hayatlarındaki en mühim sağlamlık oldukları önerilmiştir. Diğer taraftan, sokak çocukları içerisinde daha çok depresif duygulanımlar, daha az etkin örgütsel davranışlar ve daha çok bilişsel katılıklar gözlenmiştir. Bu sebeple sokak çocukları birtakım sağlamlık niteliklerine sahip olsalar bile, risk içerisinde olmayı sürdürmektedirler. Bu çalışmanın neticeleri sokak çocuklarına yönelik olan müdahale programlarına sağlamlık unsurlarının ilave edilmesinin önemini vurgulaması bakımından önem arz etmektedir.

Kararmak (2007), 1999 depremini yaşamış insanlarda psikolojik sağlamlığı ifade eden müspet duygusal ile bilişsel unsurların arasındaki münasebetleri irdeleyerek psikolojik sağlamlığı ortaya koyan bir yapısal eşitlik formunu irdelenmiştir. Bu çalışmadaki temel hipotez mizaca bağlı olarak umut, benlik-saygısı, iyimserlik, olumlu duygular, yaşam doyumunu olmak kaydıyla olumlu bilişsel, duygusal unsurların psikolojik sağlamlık ile bağlantılı oldukları yönündeydi. Bilişsel-davranışçı yaklaşımları temel almış olan modelde, olumlu bilişsel olan yapıların olumlu duyguları meydana getirmesi ve bu etkileşimlerin de kişilerdeki psikolojik sağlamlığı açıklamaları beklenmiştir. Mizaca bağlı umut, benlik saygısı, iyimserlik, olumlu duygular ile yaşam doyumunu bağımsız olarak örtük değişkenler biçiminde irdelenmiştir. Bununla birlikte, Ego-Sağlamlık ölçeklerinin uyarlanmaları yapılmış ve üçlü faktörler (kendine yönelik olumlu değerlendirmeler, toparlanmaya yönelik kişisel güçlü yönler ile yeniliklere açık olma) yapıları önerilmiştir. Netice olarak, modelde bulunan olumlu kişisel unsurların tümünün dolaylı veya direk biçimde psikolojik sağlamlık ile bağlantılı olduğu tespit edilmiştir. Benlik saygısı, umut ile iyimserliklerin psikolojik sağlamlık üstünde olumlu duygular ile yaşam doyumunun üstünden dolaylı biçimde etkisi verilere ilave edilmiştir.

Gizir (2007), sağlamlık çalışmalarında risk unsuru şeklinde yoksullukları ele almıştır. Bu anlamda yoksulluk riskinin altında bulunan sekizinci sınıf ilköğretim okulundaki öğrencilerin akademik sağlamlıklarının gelişmelerinde rol almış olan koruyucu çevresel ile bireysel unsurları irdelenmiştir. Araştırma neticelerine

bakıldığında, evde yüksek orandaki beklentiler, okulda edilen münasebetlerde ilgi ile sevecenlik, arkadaş münasebetlerindeki ilgi ile sevecenlik akademik sağlamlığını yordayan dışsal koruyucu unsurlar biçiminde ortaya konmuştur. Bununla birlikte, içsel koruyucu unsurlar biçiminde öğrencilerin kendilerinin akademik yeterlilikleri hususlarındaki olumlu olan algıları, yüksek eğitimsel beklentiler, empatik biçimde anlayışlara sahip olma, içten denetimlilikler ile gelecek hususunda umutlu olmayla akademik sağlamlıkların arasında müspet yönlü bir münasebet ortaya konulmuştur.

Terzi (2008), üniversitedeki öğrencilerin cinsiyetlerine bakılarak psikolojik sağlamlık seviyelerinin değişik olup olmadıklarını ortaya koymayı, içsel koruyucu unsurların (öz yeterlik, iyimserlik, problem çözebilme odaklı başa çıkma stratejileri) psikolojik sağlamlıkları ne düzeyde yordayabildiklerini tespit etmeyi hedeflemiştir. Araştırma neticesinde, öğrencilerin psikolojik sağlamlık puanlarının cinsiyetlerine göre anlamlı farklılıklar göstermedikleri, toplam grupta kız ile erkeklerde psikolojik sağlamlık puanlarıyla öz yeterlik, iyimserlik ile problem çözme konusunda başa çıkma stratejileri puanlarının arasında pozitif yönlü anlamlı bağlar elde edilmiş durumdadır. Bununla birlikte, toplam grupta kız ile erkeklerde öz yeterlik, iyimserlik ve problem çözebilme odaklı başa çıkma stratejileri değişkenlerinin psikolojik sağlamlık üstünde anlamlı birer yordayıcı olduğu tespit edilmiştir.

Terzi (2013), üniversitedeki öğrencilerde psikolojik sağlamlıkla algılanan sosyal desteklerin arasında bulunan münasebeti irdeleyen bir başka araştırmasında psikolojik sağlamlıkla algılanan sosyal desteklerin arasında anlamlı münasebet olduklarını ifade etmiştir.

Kararımak ve Siviş-Çetinkaya (2009), psikolojik sağlamlık değişkenlerinin olumlu duygular, benlik saygısı ile denetim odağıyla ilişkilerini irdelemiştir. Çalışma 1999 depremini yaşayan 224 erkek ile 138 kadından meydana getirilmiştir. Modelde, bireylerin öznel algılarına dayanmakta olan ve inançlarının yansıtılmış olduğu bilişsel boyutları benlik saygısı ile denetim odakları meydana getirirken, modelin ikinci uzanımında, kişilerin kendilerine yönelik olarak algılarının duygularına tesir etmiş olduğu öngörülmüştür. Netice olarak, ilk iki varsayımın doğrulanmalarına bağlı biçimde bilişsel ile duyuşsal boyutların arasında bulunan etkileşimlerin sayesinde yeni bir bilişsel değerlendirme evresi yaşanacağı sınıanmıştır. Analizlere ilave şekilde, modelde yer almakta olan pozitif ile negatif duyguların aracı değişken

rolleri teste tabi tutulmuştur. Araştırma neticesinde, benlik saygısı ile denetim odaklarının bilişsel etkenler biçiminde duyguların üzerinde etkili oldukları tespit edilmiş; hem müspet, hem de menfi duyguların psikolojik sağlımlıkları yorrdamış oldukları neticesine ulaşılmıştır.



İKİNCİ BÖLÜM

KİŞİLİK KAVRAMI

Kişilikle ilgili araştırma yapanların çoğunluğunun, bu araştırmaları iyi olma durumuyla ilişkilendirmelerine karşın, bazı araştırmalar bilhassa kişilik değişkenleriyle mutluluk arasında bulunan bağlantıya yoğunlaşmışlardır. ÖİO literatüründeki çok sayıda araştırmacı, kişiliği tek belirleyici etken olarak görmeseler de, ÖİO'yu açıklığa kavuşturan önemli etkenlerden biri oluşunu savunurlar. Beş faktöre dayanan kişiliğe dair boyutların mutluluk ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Aslan, 2008). Burada ÖİO ilişkilerinin ele alındığı araştırmalar ve kişiliğe değinmeden evvel, kişilikle ilgili kuramlar ve kişilikle ilgili bilgi verilecektir.

Kişilik; insanın yeteneklerini, ilgilerini, davranış şekillerini, duygu durumunu, yapısını ve tüm ruhsal niteliklerini kapsayan orijinal ve karakteristik bütündür. Değişik durum ve zamanlara karşı kişinin ayırıcı davranma şekillerine etki eden, psikolojik ve karmaşık özelliklerin tümüdür (Özyer vd., 2012). Kişinin kendinden kaynaklanan mantıklı davranış kalıplarını ve kişilikteki süreçleri ifade eden bir kavramdır (Tezer ve Arkar, 2013). Psikolojide geliştirilmiş olan çok sayıda kişilik kuramı mevcuttur.

1. KİŞİLİK KURAMLARI

Bu çalışmaya konu olan 5 faktörlü kişilik modeli ile ilgili açıklama yapmadan önce, öteki kuramlardan kısaca bahsedilecektir. Kuramların benzer yönleri ve kuramlar hakkındaki açıklamaya dair süreç ve yöntemler dikkate alınarak, belirli kuramlar, çeşitli başlıklar altında toplanmaya çalışılacak ve açıklanacaktır.

1.1. Psikanalitik Kişilik Kuramlar

Kişilik ile alakalı olarak öne sürülen ilk sistemli yaklaşım, psikanaliz kuramının kurucusu S. Freud tarafından oluşturulmuştur. Freud kişilik ile alakalı kuramlarını topografik ve yapısal kişilik kuramları olarak iki grupta toplamıştır. Yapısal kişiliğe dair kuramda kişilik kavramını süper ego, ego ve id olmak üzere üçe

ayırarak açıklama yoluna gitmiştir. Bu kuram doyumun ya da hazzın kaynağı olarak id kavramını göstermiştir. İdin haz beklentilerini gerçekçi olarak gidermeye çalışan kişilik aygıtı egodur. Topografik kişiliğe dair kuramda ise bilinç alanları, bilinç öncesi ve bilinç dışından bahsedilir. Bu kurama göre davranış bilinç dışı faktörlerce kontrol altına alınır (Yıldız vd., 2012).

Freud bilincin dışındaki eğilimlerin devamlı doyum bulma gayreti içerisinde olduğuna vurgu yapar. Tatmin edilememiş arzuların, engellenmiş isteklerin ve bastırılan dürtülerin, davranışların arkasında varlığını sürdürmeye devam ettiğini savunmaktadır. Bu bakış gerçeğe uygun bir hayat doyumunun veya ÖİÖ'nun sadece bilincin dışındaki eğilimlerin tespit edilip çözümlenmesi ile gerçekleşebileceğini belirtir. Freud kişiliğin oluşum sürecini açıklar iken beş evreyle psikoseksüel evreleri açıklamaktadır. Bireye ait davranışları deterministik bakış açısıyla ele alan Freud, yetişkinlik döneminde görülebilen ruhsal bozukluklar ile genel anlamda nevrotik olayların, gelişimin erken evreleriyle ilişkisinin olduğunu ifade eder. Onun yaklaşımına göre, bilhassa gelişimdeki ilk 3 dönem, birey kişiliği ve davranışlarında dramatik etkilere sahip bir niteliktedir. Bu yaklaşıma göre kişiliğin gelişimi, kişilik aşamalarından olan psikoseksüel evreyi mühim bir gerileme ya da saplanma olmadan başarılı olarak geçirmek mühimdir. Kişiliğin normal gelişimi, psikolojik aygıtın 3 yapısı olan ego, süper ego ve id arasında devamlı surette iletişimi kapsayan canlı bir süreç ile gerçekleşebilir (Aydın, 2008).

1.2. Fenomenolojik (Hümanist) Kişilik Kuramları

Psikodinamik kuramın aksine bireyin doğasını olumlu bulan hümanistik bakışlar, kendini gerçekleştirme aşamasına, bütünleşme ve ruhsal gereksinimlere önem vermektedir. Bu bakış açıları insanların tümünün birtakım ortak niteliklere sahip olduğuna vurgu yapar. Hümanizme bağlı bakış açısının liderlerinden Rogers (1959)'a göre, kişilerin hayattaki ana hedefleri kendini gerçekleştirmedir. Kendini gerçekleştirebilme, Maslow tarafından geliştirilmiş olan ve kişiye davranma konusunda motivasyon sağlayan eğilimlerden biri olarak tanımlanmıştır. İnsan fenomenolojisi üzerinde yoğunlaşan bu bakış, gerçeğin öznelliğe dayanarak ele alınması üzerinde durur. Hümanist model; ana fizyolojik gereksinimlerin yanı sıra, kişiliğin oluşum sürecinde ruhsal gereksinimlerin karşılanma seviyesini de göz önünde

bulundurur. Kuram; kişilik konusundaki mühim kavramlardan olması sebebi ile öz bilincin, çocukluk evresinde kişiye ne telkin ettiği ve ne şekilde davranıldığı ile geliştiğini belirtmektedir. Hümanist bakış, benliğin birey davranışlarını yönetebilen ruhsal bir aşama olduğunu belirtmektedir. Bireyin öz benliğinin kişiliğe yön vermiş olduğunu ileri sürer (Küçük ve Acet, 2015).

1.3. Davranışçı ve Sosyal Öğrenme Teorileri

Davranışçı yaklaşıma göre kişiliği, kişinin pekiştirme hafızasınca eksiksiz şekilde açığa çıkararak, gizli ve açık tepkilerin tümü olarak tanımlayabiliriz. Bahsi geçen kuramların çıkış noktası aynıdır, hepsi davranışın çevreyle ilişkili yaşantılardan etkilendiğini savunur (Eryılmaz ve Ercan, 2011). Öğrenme bakımından kişilik kavramını tanımlayan kuramcılar; Rotter, Bandura, Skinner, Donald ve Miller'in kuramlarıdır. Donald ve Miller, Freud'a ait kişilik süreçlerinin, öğrenmeye bağlı süreçlerle açıklanabileceğini belirten ilk Amerikalı psikologlar olmuşlardır. Skinner, edimsel ve klasik koşullanma durumlarının kişiliğin temeli içinde bulunduğunu söylemiştir. Bandura öğrenme eyleminin toplumsal tarafı üzerinde durmuş; taklit, modelleme ve gözlemlemenin önemini ele almıştır. Rotter bilişsel bir bakışla değer ve beklenti kavramlarına yoğunlaşmıştır. Rotter'in yaklaşımına göre; kişinin belli bir olay karşısında, davranıştan beklentisi ve davranışın sonucuna gösterdiği önem, o kişinin söz konusu durumdaki davranışında belirleyici etkiye sahiptir (Batum, 2008).

1.4. Bilişsel Kişilik Teorileri

Modern toplumsal öğrenme kuramları ile bilişsel kuramlar, davranışsal süreçlere olduğu kadar bilişsel süreçlere de önem verir. Bilişsel kişiliğin teorisyenleri, kişinin harici olaylar hakkında tanımlama yapma ve düşünme yöntemlerinde mühim kişisel ayrılıklar oluşuna vurguda bulunmuşlardır. Kişinin öz kişiliğini oluşturmasında rolünün olduğunu belirtir. Mesela; birey bulunduğu çevreyi genellikle etkin olarak kendisi seçer, bu hususta edilgen davranmaz (Beğenirbaş ve Yalçın, 2012). Bilişsel kişiliğe dair yaklaşımlardan biri de bireysel yapılar psikolojisidir. Buna göre bireyin yaşamını yorum yoluyla tekrar yapılandığı varsayımına yoğunlaşır. Söz konusu kuramın öncüsü Kelly, bireyin devamlı değişim gösteren dünyasıyla ilgili birleştirilen

yorumlamaların, onların gerçeklik olgusunu teşkil ettiğini savunmaktadır. Bu bakış açısına göre birey devamlı surette dünya ile ilgili kendi fikirlerini, dolayısı ile kişilik yapılarını oluşturmaktadırlar (Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010).

1.5. Özellikler (Treyt) ve Kişiliğin Beş Boyut Kuramı (Beş Faktör Kişilik Özellikleri Kuramı)

Farklılaştırıcı nitelik; bir bireyin, kişiliğe dair belli bir niteliğini hangi ölçüde sergilediğinden yola çıkılarak bireyi sınıflandıran boyutlardan biridir. İki mühim varsayıma dayalı nitelik yaklaşımının savunduğu varsayımların ilki, kişilik niteliklerinin zaman içerisinde nispeten kalıcılık göstereceğidir. Varsayımların ikincisi; nitelikler olaylar karşısında devamlılık göstermektedir. Öteki kuramlardaki psikologların tersine, ayırıcı nitelik araştırmacıları, bireylerin belli bir olayda gösterecekleri davranışları tahmin etmekle ilgilenmek yerine, farklılaştırıcı nitelik devamlılığında belli bir olayla karşılaşan bireyin ne şekilde davranacağını tahmin etmek isterler (Doğan, 2012). Ayırıcı nitelik kuramının diğer bir özelliği ise, davranışın temelindeki mekanizmalara yaptığı vurgunun, öteki kuramlara nazaran az oluşudur. Psikologlar, birey davranışlarının sebeplerini açıklamaktan ziyade, kişiliği tanımlayabilmeye ve böylece davranışı tahmin etmeye yoğunlaşırlar. Ayırıcı nitelik konusunda araştırma yapanlar, davranış niteliklerinin arkasındaki süreçlere açıklık getirirken, bireylerin belirli bir niteliğine hangi seviyede sahip olduğu üzerinde dururlar. Kişiliği bu yaklaşım ile değerlendirmenin bir faydası da, kişiler arasında mukayese yapabilmeyi kolaylaştırıyor oluşudur. Kuramı diğer kuramlardan ayırt eden özelliği ise, bu kuramın kişiliğin değişimi ile alakalı fazla görüş belirtmemiş oluşudur. Ayrıca ayırt edici nitelik araştırmacılarınca ele alınan toplumsal kaygı ve öz yeterlilik vb. kişilik nitelikleri, bireyin ÖÖO belirtilerinden sayılabilecek bireysel iyilik hali ve uyumuna ilişkin bilgiler verebilmektedir (Turan vd., 2012).

Kuramın önde gelen temsilcilerinden bazıları; Allport, R. Cattell ve H. Murray. Allport'a göre kişilik; kişinin bulunduğu çevre ile uyumunu belirlemekte olan psiko-fizyolojik yapıların canlı örgütüdür, buna ek olarak ortak nitelikler ve bireysel eğilimlerin arasında bulunan farkı incelemiştir. Allport'a göre kişiliğin oluşumundaki ortak niteliklerin yanı sıra tamamen tek ve eşsiz olan nitelikler de bulunur. Söz konusu eşsiz niteliklere bireysel eğilimler ismi verilir. Yaklaşımın bir diğer temsilcisi Cattell

ise davranışın, bireyin ayırıcı nitelikleri ve duruma bağlı değişkenlerin etkileşimiyle belirlenebileceğini savunmuştur. Ancak buna rağmen kişiliği incelerken öne sürdüğü ana kavram ayırt edici nitelikler olmuştur. Cattell'in yaklaşımına göre ayırt edici nitelikler, durum ya da an değişimi doğrultusunda mantıklı davranışlar sergilemeyle ilişkili devamlılık eğilimleri şeklindedir. Cattell, kişilikteki temel bileşenlerin ele alınmasında etmen analizi yöntemini kullanmayı seçmiştir. Binlerce kişide edinilen verilere uygulamış olduğu çok sayıda etmen analizi sonucunda, ayırt edici niteliklerin, değişik biçimlerde gruplandırılabilmesi kanısına ulaşmıştır (Basım vd., 2009).

Catell ile diğer araştırmacılar gibi, kişilik niteliklerinin arka plandaki sebeplerini keşfetmeye çalışanlardan biri de Eysenck'tir. Senelerini alan çalışmalarının sonunda kullandığı tüm niteliklerin üç ana kişilik yapısında değerlendirilebileceğini ifade etmiştir. Bu nitelikler psikotiklik, nevrotiklik ve içedışadönüklüktür (Doğan, 2012). Eysenck söz konusu niteliklerin kalıtım ile ya da biyolojik olarak saptandığını savunmuş ve kişiliğin gelişmesinde çevresel etmenlerin çok da mühim olmadığını söylemiştir. Çevrenin, kişiliğe ilişkin nitelikler üzerindeki değişkenlik pay oranı %25'le sınırlı olmaktadır. Kişilik niteliklerinin oluşumunda sebepsel etkisi olan faktörlerin en önemlisinin kalıtım olduğunu ifade etmiştir (Develioğlu vd., 2013). Ayırt edici nitelik araştırmacıları, bireylerin var olan girdilerin etkisi altında, her durumda değişmeyen bir şekilde davranış gösteren varlıklar oldukları kadar, olayın doğurduğu güdüsel değişkene de bağımlı olmaktadır (Alacatlı, 2013).

1.5.1. Beş Faktör Kişilik Modeli

5 faktör bakış açısının temelini, algılanmakta olan değişik kişilik niteliklerinin çeşitli kültürlerde günlük yaşamdaki söylemlere etki edeceği ve kişisel değişikliklerin dilde değişik kelimeler şeklinde kodlanacağı bakışı oluşturabilmektedir (Basım vd., 2009). Dillerde bulunan, toplumun mühim nitelikleri adlandırma dili ve fikri ele alarak ulaşılan bu nitelikler, dil hipotezini ifade eder. Dil hipotezi muhtevası Sir f. Galton'a, anlamsal incelenmesi Christal ve Tupes'a ve varlığı ise Thurston'a değin uzanabilmektedir (Alacatlı, 2013).

F. Galton'un, kişilerin davranışlarındaki kişisel farklılıkların, tüm dünya dillerinde kodlanmış olacağı ve varlığını kelimeler şeklinde yansıtabileceği

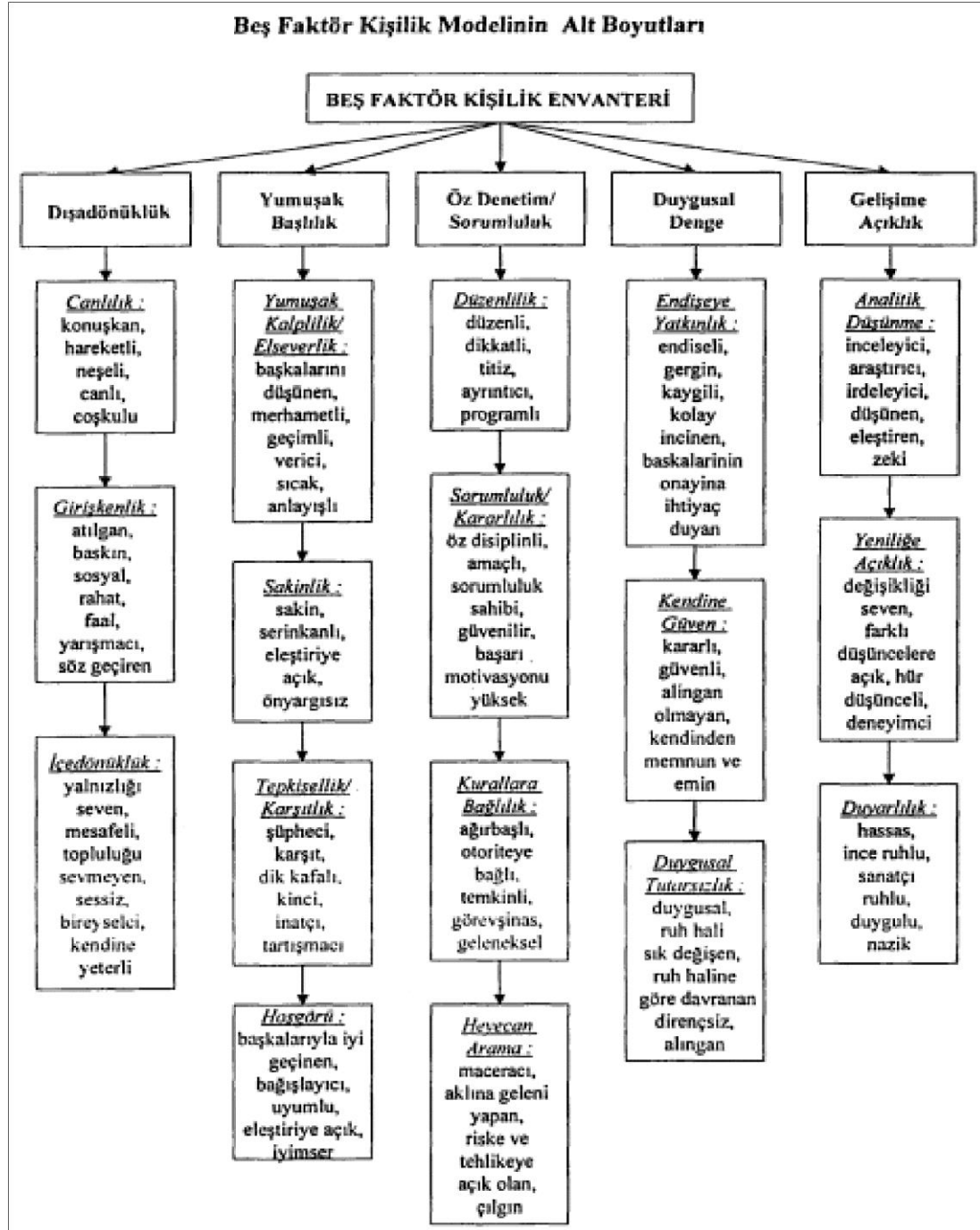
hipotezinden ivme kazanan kişilik nitelikleri araştırmacıları, kişiliğin yapısını kuşatacak bir gruptama (taksonomi) meydana getirmeye çabalamışlardır. 1920'lerden bu yana araştırmacılar, bireylerin fenotipik kişiliğe ilişkin niteliklerini ayırmada bu kaynağa başvurmuşlardır. Galton'un, İngiliz dili sözlüklerinde bulunan kişilik terimleriyle ilgili tahminlerinin, Odbert ve Allport'un çalışmalarıyla netlik kazandığı ifade edilmiştir. Araştırmacılar yüzlerce nitelik ölçmüş ve belirlemişlerdir. Fakat bu niteliklerin bir bölümü birbirine fazla yakındır. Başka bir nitelik kuramcısı olan Cattell; birbiri ile ilişkili nitelikleri sınıflandırarak ve de birbirinden bağımsız nitelikleri ayırmak yoluyla kişiliğin ana yapısının belirleneceğini savunmuştur. Cattell söz konusu yapıyı oluşturabilmek için, faktörleri analiz etme isimli istatistiksel teknikten yararlanmıştır. Odbert ve Allport'un kullandıkları yaklaşık olarak 4500 adet kişilik niteliğini niteleyen sıfat ile gerçekteşirilen çalışmanın sonunda 16 faktöre ulaşılmıştır. 16 kişiliğe dair faktörün incelenmiş biçimi günümüzde de kullanılmaya devam etmektedir (Turan vd.,).

Konu hakkında net bir uyuma varılamasa da araştırmacılar, faktör analizleri çalışmaları sırasında hayret uyandıracak derecede tutarlılık gösteren verilere ulaşmışlardır. Bunun yanında değişik kişilik bulgularını kullanarak kişilikteki beş boyuta yönelik deliller bulmuşlardır. 5 faktöre, farklı yollara başvurularak yapılan araştırmalarda öyle çok rastlanılmıştır ki, psikologlar bunlara "Büyük 5'li" ismini uygun görmüşlerdir. Değişik araştırmacılar çeşitli adlar kullansalar da söz konusu boyutları ifade etmede en çok kullanılan terimler; sorumluluk, yumuşak huyluluk, tecrübeye açıklık, dışadönüklük ve nevrotiliktir (Turan vd.,).

5 faktör modelinin oluşumunu sağlayan psikologların, insan kişiliğindeki zenginliği sadece 5 eğilimle sınırlandırmayı planlamadıkları gözlemlenmektedir. Bu araştırmalar doğrultusunda yaygın karakter nitelikleri ve birden fazla kişisel farklılığı organize edebilmek ve bilime dayalı bir çatının oluşabilmesi için çaba göstermişlerdir. Bu araştırmaların sonunda kişilikteki eğilimlerin büyük bölümünü yaygın bir alan üzerinde birleştirebilmeyi başardıkları söylenebilir (Sığrı ve Gürbüz, 2011).

5 faktör modeline ilişkin çalışmalar değişik kültür ve dillerde gerçekteşirilmemiştir. Türk dilinde sıfatlar ile nitelenen kişilik özellikleri organizasyonunun ele alındığı bir araştırma verilerinde 5 faktörü destekleyen sonuçlara ulaşılmıştır. Kişiliğe ilişkin nitelikleri temsil eden organizasyonların birinde

5 faktör konusunda birleşmeye doğru ilerlenmesine rağmen, bunun kişilik dinamikleri konusunda açıklayıcı olmayan, tamamlayıcı bir kuram olarak kabul edilmesinin gerekliliği ifade edilmiştir. Şekil 1, 5 Faktör Kişilik Modeli ve 17 adet alt boyutu göstermektedir (Doğan, 2012).



Şekil 1. Beş Faktör Kişilik Modelinin Alt Boyutları

Genel anlamda üzerinde uzlaşılan bu model yine de eleştiriye konu olmuştur. Eleştiriler modelin yapısı, tanımı ve kurumsal temelinin bulunup bulunmamasına yöneliktir (Korkmaz vd., 2013). Söz konusu modele ait boyutların, mevcut bulunan kişilik niteliklerinin geniş modeli olarak yaygın bir kabule layık gördüğü 4 delile dayandırılır:

1. 5 faktör niteliklerinin tümü davranış şekillerinde belirli bulunan eğilimlere dayandırılmaktadır.

2. Faktörlerin her biriyle alakalı kişilik nitelikleri farklı kişilik sistemleri içinde bulunmakta ve normal dillerde bulunan kişilik nitelikleri tanımlamalarıyla tutarlılığı bulunmaktadır

3. 5 faktör, değişik kültürlerde değişik biçimlerde ifade edilebilse de evrenseldir.

4. 5 faktörün birtakım biyolojik temelleri bulunur (Ceylan, 2005).

5 Faktör modelinin boyutları ile nitelikleri aşağıda verilmiştir:

1.5.1.1. Nevrotiklik/Duygusal Dengesizlik-Duygusal Denge

Nevrotiklik durumu, yaygın olarak kaygılı, gergin, korumacı, güvensiz ve endişeli kişileri işaret edebilmektedir. Sıralanan nitelikler aile ve iş hayatında daha çok çatışmaya, dolayısı ile daha çok strese sebep olabilmektedir. Psikologlar nevrotkliğin, sıkıntı, kızgınlık, depresyon ve kaygı vb. olumsuz hisleri kapsadığı konusunda hemfikirlerdir (Yıldızoğlu, 2013). Nevrotiklik modelinin, mantıksız düşünceler ile ve baş edebilme mekanizmalarının yeterli olmaması ile ilgili olduğu belirtilmiştir. Nevrotik birey, yaşadığı olumsuz duygular ile ilgili kendini suçlama gibi hislere daha fazla kapılır. Bunun yanı sıra Nevrotikliğin sadece kötü düşünceleri değil, karmaşık davranış ve duyguları da ihtiva ettiği belirtilmiştir (Yelboğa, 2006).

Uzmanlar, somatik yakınmalar, ruhsal iyilik hali, baş edebilme mekanizmaları ve stres saptanmasıyla yakından ilgili olduğu için, nevrotkliğin normal olan kişilik grubunu anlamlandırabilmek için de büyük öneme sahip olduğunu belirtmişlerdir.

Duygusal tutarlılık veya denge hali, nevrotkliğin diğer ucu şeklinde ifade edilmiştir. Önceden gerçekleştirilen araştırmalara ait faktör analizleri sonucu duygusal dengeli olma kişilik niteliğini anlatan sıfatların miktarının oldukça az oluşunu belirlemiştir. Bu konu ile ilgili fazla bilgi bulunmamaktadır. Duygusal dengelilik

tutarlı, heyecansız, rahat, dengeli, sakin vb. sıfatlar ile temsil edilebilir. Ayrıca Türk dilinde yapılan araştırmalar bu verileri desteklemektedir (Yener, 2012).

1.5.1.2. Dışadönüklük- İçedönüklük

Bunun bir ucunu ie dönükler, diğer uçunuysa dışadönükler oluşturur. Dışadönük bireyler sosyalleşebilen kimselerdir. Bununla beraber girişken, sıcakkanlı, iyimser ve enerjiklerdir. İçedönük bireyler ise genelde sayılan nitelikleri sergilemezler ancak enerjisiz ya da asosyal kimseler de değillerdir (örüş ve Ekberzade, 2001). Daha fazla enerji potansiyeline bağlı olarak, dışadönük bireyler kısıtlı bir vakitte daha çok tasarı geliştir ve iedönüklere nazaran hissettikleri yorgunluk daha düşük seviyededir. Buna ek olarak yaşananların olumlu taraflarına dikkat kesilerek çok stresli olmayan bir hayat sürebilirler. Daha rahat ve daha endişesiz olmalarına sebep olan iyi enerjilerinin sayesinde genellikle çatışma yaşamamaktadırlar. Uzmanlara göre dışadönük bireyler daha pozitif etkiye, daha çok olumlu olay beklentilerine ve içe dönük bireylerden daha çok enerjiye sahiplerdir. Bu sebeple çevrelerine olumlu enerji yayarlar ve çok daha pozitif bir psikolojiye sahip olabilirler (Curun ve apkın, 2014).

Psikologlar, ödüle duyarlı olmanın karakterle alakalı bir durum olarak hayatın ilk evrelerinde belirlediğine vurguda bulunmuşlardır. Bununla birlikte yaşamın erken evrelerinde bebeklerin ödüle karşı verdikleri tepkilerin kişisel farklılıkları içerdiği tespit edilmiştir. Çocukluk evresinde sosyal olmanın, sonradan kazanılan bir nitelik olarak, dışadönüklüğe götürdüğu ve bahsi geçen ilişkilerin yetişkinlikte de devam ettiği noktasında çok sayıda uzmanın hemfikir olduğu ifade edilmektedir (Yelboğa, 2006).

Değişik kuramsal bakışlar, hislerin kişiliğe dair niteliklerin örgütlenmesi konusunda aldığı rolde uzlaşma sağlayamamışlardır. Karakter olarak neşeli duygu durum hali bulunan bireyler toplumsal ilişkilerden zevk almaktadırlar. Bu yaklaşım kapsamında kişilik niteliklerinin gelişiminden sonraki dönemde bu niteliklerin, duyguların uyarılabilmesini ve düzenlenebilmesini etkilediği kabul edilmiştir. Son senelerde beş faktöre ilişkin modele bağlı olarak geliştirilen kişilik testleriyle kişilik-duygu ilişkisini ele alan çalışmalarda, iki ana duygusal durumun (olumsuz ve olumlu duygulanım) 5 kişilik faktörü ile etkileşimde olduğu gözlemlenmiştir. Uzmanların normal şartlarda, belirli bir duygulanımın belirli bir tür davranış ve düşünce ile seçici

algının güdülenmesi ve örgütlenmesi yoluyla, doğal kişilik niteliklerinin gelişimine katkı sağladığı belirtilmektedir. Bunun aksine, mesela bilinçsiz eğitim ve çocuk istismarı vb. çevre şartları, algılamaları çarpıtan yoğun duyguları harekete geçirerek, davranış, biliş ve duygu arasında uygunsuz etkileşime sebep olmakta, bu durum da sonuç olarak psikopatolojinin gelişimine sebep olabilmektedir (Aktaş ve Tekarslan, 2013).

Pozitif duygular ile dışadönük olma arasında bulunan etkileşimi destekleyen çalışmalar 5 ana kişilik faktörü kapsamını netleştirmiştir. Arkadaşça, istekli, neşeli vb. olumlu ve enerjik duyguların yoğun olarak dışadönüklük ve uzlaşılabilirlik boyutları ile sıcak ve cömert gibi olumlu ve ılımlı duyguların, genellikle dışadönüklük ve uzlaşılabilirlik ile ilişkili oluşu ifade edilmiştir (Batıgün ve Kılıç, 2011). Buna ilaveten bireysel gereksinimleri, ifade edebilmeyi sağlayan davranışları ve dürtüleri çok fazla kontrol çabasının, dışadönüklükle olumsuz ilişki göstermiş olduğu belirtilmiştir. Dışadönüklük, başa çıkabilme ve aktiflikle de ilişkilendirilmiştir. Psikologlar, bu verilerin, dışadönüklük ile alakalı bulgular ile de tutarlılık sergilediğine ve dışadönük olmanın göstergelerinden birinin de iyimserlik oluşuna dikkat çekmişlerdir (Aydın, 2008).

Çeşitli uzmanların dışadönüklük ile ilgili değişik noktalara yoğunlaşmalarına karşın bulunan verilerin birbiri ile uyumlu olduğu ve fikir birliğine genel anlamda ulaşıldığı gözlemlenmiştir. Türk dilinde Somer'in araştırmaları da belirtilen araştırma bulgularıyla tutarlılık göstermiş, söz konusu faktör dışadönük olma şeklinde adlandırılmıştır (Aslan, 2008).

1.5.1.3. Gelişime Açıklık / Deneyime Açıklık – Gelişmemişlik

5 faktör kuramı içinde, araştırmacıların fikir birliği bu faktör için en azdır. Birtakım araştırmalar bahsi geçen etkeni adlandırırken zekâ terimini kullanmış, bazıları deneyime açık olmak diye tanımlamıştır. Goldberg ve Peabody (1989) tarafından yapılan araştırmalar, zihinsel yeteneklerle açık olma boyutunun ilişkili olduğunu göstermiştir. Zihinsel beceriler, ilgi alanlarının artmasına ve sahip olunan geleneksel değerlerin azalmasına mı sebep olur veya deneysel açıklık bağlamında alınan puanların yüksekliği mi zihni becerilerin gelişimine katkı sağlar soruları araştırma yapmaya geçecek konulardır (Korkmaz vd., 2013).

Gelişime açık olma boyutu; bireylerin aralarındaki ilişkilerinde açık olabilmelerinden ziyade, yeni tecrübelerle açık olabilmeleri anlamına gelmektedir. Bu boyutun ihtiva ettiği unsurlar; zihinsel meraklılık, farklı açılardan bakabilme becerisi, farklı düşünceleri kabullenebilme isteği ve hayal gücünün kuvvetli olabilmesidir. Bu boyutta puan yüksek olan bireyler, bağımsız ve geleneklerin dışında kalan düşünce yapısına sahiplerdir. Düşük puanlı olanlar daha geleneksel yapıdadırlar. Bu tip insanlar bilineni yeni bulunan bir şeye tercih etmektedirler. Gelişime açık olma konusunda diğer özelliklere nazaran pek az bilgi mevcuttur.

Gelişime yatkın olan kişiler değişime de yatkın olurlar. Geleneksel baskılardan etkilenmezler. Çatışmalı durumlarda yaratıcı güçleri de artış gösterir. Bu kişiler buldukları ortamlarda işe yarar beceri ve davranışları kazanma konusunda çok daha istekli davranırlar. Bu sebeple, gelişmeye yatkınlık boyutunun çatışma varsa negatif, uyum varsa pozitif bir ilişki sergilemesi umulmaktadır (Totan vd., 2010).

Akıllı-zeki benzeri tanımlamalardan ziyade, araştırmacı, aydın, entelektüel benzeri tanımlamalar bu faktör için daha uygun düşmektedir. Bunun yanında, boyutun açık fikirli ve geleneklere bağlı olma gibi tanımlamalarla ilgili olması, boyuta nispet edilen terimlerin Türk dilinde bireylerin becerilerinden ziyade eğilimleri, yaşayış biçimleri ve seçimleri ile anıldıklarını göstermektedir.

1.5.1.4. Yumuşak Başlılık / Uyumluluk – Dik Başlılık

Uzlaşılabilirlik ile alakalı gruplandırmalar, bir bireyin davranış, düşünce ve duygularında merhametten düşmanlığa doğru, bireyler arasındaki uyumun özelliğini ele almak için kullanılmaktadır. Bu boyuta ilişkin yüksek puan alanlar dürüst, saf, bağışlayıcı, yardımsever, güvenli, güzel huylu olarak tanımlanırlar. Düşük puan alan bireylerse çıkarıcı, sinirli, merhametsiz, intikamcı, grup çalışmasına kapalı, güvensiz, kaba ve kötümser olarak tanımlanırlar (Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010).

Dışadönük olmanın özellikle toplumsal uyaranların miktarıyla, uzlaşılabilirliğine ilişkilerin özelliğiyle ilgili olduğu üzerinde durulmuştur. Yumuşak başlı olmak bireyler arası ilişkilere etki etmekle beraber kişinin benlik algısına da etki etmektedir. Boyutun hayat felsefesi gelişimi ve sosyal tutumlarda da etkisinin bulunduğu belirtilmiştir. Söz konusu boyut; merhametlilik, alçak gönüllülük, itaat/uyma, alturizm (elseverlik), dürüstlük ve güven alt boyutlarıyla tanımlanmıştır.

Uzmanlar bireysel gereksinimleri, ifade etmeye yarayan davranış ve dürtüleri çok fazla kontrol altında tutma yöneliminin, uzlaşılabilirlik boyutuyla ilgili olduğunu belirtmişlerdir. Bu nitelik çocukluk evresinde çok belirgin değildir. Kişiler, ilk çocukluk dönemlerinde çocuk-aile ilişkisine bağlı olarak gelişim gösteren büven ile bağlanım sonucunda şefkat ve sıcaklık gibi nitelikler geliştirmiş olurlar. Fakat bahsi geçen boyutun ilerleyen yaşlardaki niteliklerle kavramsal açıdan bağlantılı oluşu ifade edilmiştir (Curun ve Çapkın, 2014).

Uzlaşılabilirlik bireyler arası çatışmaların daha az yaşanmasına sebep olmakla beraber olası aile ve iş çatışmalarının miktarını düşüren bir etkisi bulunmaktadır. Böylelikle insanlar aileleri ve iş arkadaşlarından daha çok duygusal anlamda destek bulabilirler. Uzlaşılabilirlik, pozitif nitelikleri kapsayan ve kadınlık ile genel anlamda ilişkilendirilebilen bir kişilik boyutu olduğu söylenebilir (Özyer vd., 2012).

Uzlaşılabilirliğin öteki ucunda yer alan muhalif veya dik başlı bireylerin, kendilerini devamlı surette diğer bireylerin karşısında gördükleri belirtilmiştir. Bu bireylerin bilişsel açıdan şüpheli, güvensiz, davranışsal açıdan grup çalışmasına sıcak bakmayan ve duygusal olarak katı, kaba ve inatçı kimseler oldukları belirtilmiştir. Costa ve McCrae, uzlaşılabilirlik boyutunun pozitif ucundaki niteliklere çok fazla sahip olabilmenin de aynı biçimde uyumsuzluğa neden olacağı ifade edilmiştir. Yumuşak huyluluk boyutunda fazla puan alanlar dalkavukça ve bağımlı davranışları olan bireyler olarak gözlemlenmekte ve uzlaşılabilirliğin nevrotik şeklinin, kendinden ziyade başkalarına odaklı davranıp benliğini hiçe sayma görünümünde oldukları belirtilmiştir. Goldberg ve Somer (1999), Türkiye’de araştırma yapmış; uzlaşılabilirlik boyutu olarak ifade edilen kişilik niteliklerinin, Türk dilinde bulunan kişilik niteliklerini ifade eden sıfatlar ile yakından ilişkili olduğunu saptamışlardır (Yener, 2012).

1.5.1.5. Sorumluluk / Özdenetim – Sorumsuzluk / Dağınıklık

Sorumluluğa dair boyut; fazla çalışkanlık, mükemmeliyetçilik, sorumluluk, planlık, etkenlik, düzenlilik ve bilinçliliği ihtiva eder. Sorumluluğa ilişkin boyut, zekânın nesnel olan ölçüleriyle değil, sosyal çevrede zeki ve akıllı olarak kabul edilen davranışlar ile ilişki gösterdiği söylenebilir. Psikologlar, Freud’yen süper ego kuvveti teriminin de bu boyut ile ilişkili olduğunu ifade etmişlerdir. Öz disiplin ya da

sorumluluk dikkat dağıtan etmenlere ve bunalmaya rağmen yapılması gereken görevi sürdürebilme yeteneği ile sabırlı olabilmeyi yansıtmaktadır. Bu boyutta düşük puana sahip olanlar, hayal kırıklığı ve görevi ertelemek zorunda kalma gibi durumlar karşısında kolay vazgeçme eğiliminde olabilirler (Alacatlı, 2013).

Çok sayıda uzman; bir hedefe odaklanabilmeyi, yüksek benlik kontrolünü, organizasyon yeteneğini, titiz ve düzenli olmayı, tedbirli olmayı sorumluluk boyutunun pozitif uçları olarak görürken; dürtü kontrolündeki yetersizliği diğer uça kabul etmişlerdir. Sorumluluk boyutunun diğer ucunda bulunan kişiler; genel bir suçluluk ve baskıcı bir vicdan duygusuna ve organize olamama problemlerine sahiplerdir. Bununla beraber, bu bireylerin sorumluluk ve enerjisizlik sebebiyle kendilerine özgü standartları belirlemede zorluk yaşayabilecekleri belirtilmiştir. Macdonald (1995)'e göre sorumluluk boyutu güvenilir ve sorumlu bir şekilde davranmayı, detayları kaçırmamayı, hoş gitmeyen görevlere sabretmeyi ve hazzı erteleyebilmeyi ihtiva etmektedir (Eryılmaz ve Ercan, 2011).

Etkili organize olabilme yeteneği, planlama, dikkat ve bilinçlilik, kişilerin vakti verimli kılmalarına olanak tanırken; gerginlik ve stresten kaynaklanmakta olan çatışmayı azaltmakta ve zaman konusundaki baskıyı düşürmektedir. Bilinçli kişiler daha çok mükemmeliyetçi oldukları gibi gösterdikleri performans da genellikle doğru yöndedir. Olumlu bir psikolojiye sahip olma ihtimalleri ve özsaygıları yüksektir ve grup çalışmasına açıklardır, bu sebeple rahat iletişim kurarlar (Küçük ve Acet, 2015).

Araştırma verileri, sorumluluk boyutunun günlük hayattaki yaşantıları ve bilhassa iş ve okul gibi ortamlarda başarı sağlanabilmesi bakımından önemli nitelikleri ihtiva ettiğini ortaya koymakta ve son olarak üzerinde çalışmaların devam ettirilmesi gereken mühim boyutlardan biri olduğunu belirtmektedir. Sorumluluğa ilişkin boyutun, bilhassa günlük hayattaki olayları, iş ve okul gibi ortamlarda başarı elde edebilme bakımından önemine değinmektedir (Batum, 2008).

2. KİŞİLİK İLE İLGİLİ OLARAK YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR

Lounsbury ile arkadaşlarının 2003 senesinde iş görenlerin kariyer tatminiyle beş etken karakter özellikleri arasında bulunan ilişkileri ile ilgili; on dört değişik iş kolundan toplamda 6.000 iş gören üzerinde gerçekleştirdikleri bir çalışmanın sonuçlarına göre, iş görenlerin buldukları konumdan memnun olma düzeyleriyle beş

faktör karakter özelliklerinden sorumluluk ile duygusal denge arasında olumlu yönde ve anlamlı bir temas bulunduğu tespit edilmiştir (Reisoğlu, 2014).

2005 yılında Rogers'ın yaptığı doktora tezi araştırmasında üniversitede eğitim gören öğrencilerin akademik yöndeki performansıyla beş faktör karakter özellikleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Rogers'a ait olan bu çalışmada ortaya çıkan bulguların bazıları şöyledir. Rogers, üniversite öğrencilerinin not ortalamalarıyla beş faktör karakter özellikleri arasında bir ilişkinin var olup olmadığının analizini yapmıştır. Yapmış olduğu bu analizin sonuçlarına göre, şeffaflık, sorumlu olma, uyumlu olma ve duygusal dengeyle öğrencilerin not ortalamaları arasında oldukça anlamlı olumlu yönlü ilişkiler tespit edilirken dışa dönüklük kişilik özelliğiyle başarı ortalamasının arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanamamıştır (Aslan, 2008).

Konu ile ilgili olarak Trouba 2007 yılında, iş görenlerin beş faktör kişilik özellikleriyle mesleklere karşı duydukları alaka arasında bir ilişkinin olup olmadığına dair bir doktora çalışması yapmıştır. Bu çalışmada ortaya çıkan bazı kuramlar ve elde edilen neticeler şu şekildedir. İş görenlere aylık maaşlarının sabit ya da performansa yönelik olmasına dair bir soru sorulmuş ve burada nevrotik iş görenlerin diğer iş görenlere nazaran risk düşüncesi daha yüksek olduğundan, nevrotik kişilerin performansa yönelik maaş sistemine karşı diğer iş görenlere göre daha mesafeli olacakları kuramı tavsiye edilmiştir. Fakat yapılan analizlerin neticesinde, nevrotik iş görenlerin maaş hususundaki davranışlarının anlamlı derecede farklı hale gelmediği neticesi ortaya çıkmıştır. Aynı kuram başka beş etken kişilik özellikleri için test edildiğinde elde edilen bulgulara göre, şeffaflık karakter özelliğine sahip olan iş görenlerin risk algısı yüksektir, bunun için performansa dayalı maaşa karşı negatif, sabit ücrete karşı ise pozitif bir tutum içerisindedirler. Dışa dönük olma karakter özelliğine sahip iş görenlerin maaş hususundaki davranışları da açıklık karakter özelliğine sahip olan kişilerininki gibi sonuçlanmıştır. Uyumluluk karakter özelliklerine sahip olan kişilerin ücrete dair davranışlarıysa performansa dayalı ücrete daha ılımlı durumdadır (Reisoğlu, 2014).

Clark, 2007 senesinde hazırladığı doktora tezi araştırmasında, kişilerin iş görmede haberleşme sistemlerine dair davranışları ve beş faktör karakter özellikleri arasında bulunan ilişkileri irdelemiştir. Clark, yaptığı çalışmayı 379 üniversite öğrencisiyle gerçekleştirmiş ve bu öğrencilere meslek yaşamlarında klasik metotlar

(evde ofis gibi çalışma) yerine haberleşme sistemlerinden istifade ederek uzaktan çalışmanın nasıl olacağını sormaya çalışmıştır. Yaptığı çalışmanın neticesinde, kişilerin haberleşme usullerinden yararlanarak çalışmaya yönelik pozitif tutumlarıyla nevroitiklik karakter özelliği arasında olumsuz taraflı anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bunun yanında, kişilerin haberleşme yöntemlerinden yararlanarak çalışmaya yönelik pozitif tutumlarıyla uyumluluk ve sorumluluk karakter özellikleri arasındaysa olumlu yönlü ve anlamlı bir temas bulunmuştur (Reisoğlu, 2014).

2006 yılında yapılmış olan bir yüksek lisans tezi çalışmasında Mete, ortaokullarda çalışan öğretmenlerin karakter özellikleriyle iş doyumları arasında anlamlı ilişkilerin varlığı konusunu araştırmak için çalışmıştır. Çalışma, Yalova ili merkez ortaokullarında çalışan 300 adet sınıf ve branş öğretmeni üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın sonucunda toplanan veriler üzerinde yapılmış olan analizler neticesinde, dışa dönük karakter özelliği gösteren öğretmenlerle öz disiplin-sorumluluk boyutunda değerlendirilmiş olan öğretmenlerin çalıştıkları okulların olanakları yönünden değerlendirildiği zaman, ileri seviye olanağı olan okullarda çalışan öğretmenlerin, ortanın altında olanakları olan okullarda çalışmış oldukları öğretmenlere göre puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiş olup, çalışılan okulun belirlenen karakter özelliklerinin sergilenmesinde etkin olduğu ortaya çıkarılmıştır. Nihai olarak, öğretmenlerin karakter ölçeği ve iş doyumunu ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek maksadıyla yapılmış olan analizler neticesinde, dışa dönük olmayla iç huzur arasında, dışa dönük olmayla genel doyum arasında, şahsi disiplin/mesuliyetle dış doyum arasında pozitif olan bir münasebet olduğu görülmüştür. Böylece, yapılmış olan çalışma sonucunda öğretmenlerin karakteristik özelliklerin iş doyumlarıyla ilgili olduğu neticesi zuhur etmiştir (Mete, 2006, s. 137-140).

Ergin'in, 2006 yılında hazırladığı yüksek lisans tez çalışmasında beş etken model karakter özelliği olan dışa dönük olmak, uyumlu olmak, özdenetim, duygusal tutarsızlık ve gelişime açık olmanın disiplin konusunda (özellikle disiplinsiz davranışlar üzerinde) önemli bir değişime sebep olup olmadığı ve disiplindeki değişimlerin karakter özellikleriyle izah edilip edilemeyeceği belirlenmeye gayret edilmiştir. Bu çalışmada yapılmış olan analizler sonucunda karakteristik faktörlerden özdenetim etkeninin olumlu ve kuvvetli yönde disipline etki ettiği, dışa dönük olma

ve duygusal tutarsızlığın olumsuz yönde disipline etki ettiği ortaya konulmuştur. Uyumlulukla gelişime açıklık etkenlerinin disipline etki etmediği anlaşılmıştır. Karakter özellikleri arasında gerçekleştirilen çoklu bağlantı analizindeyse dışa dönüklüğün; duygusal tutarsızlığa etki etmediği, uyumluluk, özdenetim ve gelişime açıklık özellikleriyse olumlu olarak etkilediği, uyumluluğun; duygusal tutarsızlıkla olumsuz, dışa dönüklük, özdenetim ve gelişime açıklık etkenleriyle olumlu bir etkiye sahip olduğu, özdenetimin; duygusal tutarsızlıkla olumsuz, dışa dönüklük, uyumluluk ve gelişime açıklıkla olumlu olarak etkilediği, duygusal tutarsızlığın; dışa dönüklük üzerinde bir etkiye sahip olmadığı, diğer etkenleri olumsuz etkilediği, gelişime açıklığına; duygusal tutarsızlığı olumsuz, dışa dönüklük, uyumluluk ve gelişime açıklık faktörlerini ise olumlu olarak etkilediği bulgusuna varılmıştır. Ayrıca yaş ve cinsiyet gibi demografik özelliklerin, statünün, çalışma sahasının disiplin üzerinde anlamlı bir değişime neden olmadığı ortaya konulmuştur (Ergin, 2006, s.2).

Taşçı ve Eroğlu ise 2007 senesinde gerçekleştirdikleri çalışmada, yöneticilerin karakter özellikleriyle kullanmış oldukları ikna ile etkileme yöntemlerinin kullanım sıklıkları arasındaki ilgiyi irdelemeye çalışmışlardır. Araştırmacılar, çalışma sonucunda ulaştıkları bulgular üzerinde gerçekleştirmiş oldukları analizler neticesinde, şu bilgilere ulaşmışlardır: “dışadönük kişiliğinde yüksek puan alan yöneticilerin akli ikna, ilham verme, müzakere, danışma, kendisini beğendirme ile değişim yöntemlerini kullandıkları görülmektedir. Uyumluluk karakter özelliğinde yüksek puan alan yöneticilerin rasyonel biçimde ikna, ilham vericilik, müzakere, danışma, kendisini beğendirme, değişim ile şahsi bakımdan çekicilik taktiklerini kullanmış oldukları gözlenmektedir. Sorumluluk karakter özelliğinde yüksek puan alan yöneticilerle kullandıkları ikna ile etkileme yöntemleri arasında bir ilinti saptanmamıştır. Duygusal olarak denge karakter özelliklerinde yüksek puan almış olan idarecilerin ilham vericilik yöntemini kullandıklarına şahit olunmuştur (Taşçı ve Eroğlu, 2007, s.542-543).

Şengül, 2008 senesinde yaptığı doktora tezi çalışmasında iş görenlerin karakter özellikleriyle iş doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeye çalışmıştır. Şengül’ün yapmış olduğu çalışmanın analizleri neticesinde, yetişkin ego halinin dâhili ve harici iş doyumu olumlu yönlü etkiledikleri gözlemlenirken; isyankâr çocuk durumlarının, iş tatminlerini olumsuz biçimde etkilemiş olduğu görülmüştür. Yetişkin

ego durumunun, genel iş doyumuna pozitif yönde etki ettiği görülürken; eleştirel ebeveyn durumununsa iş tatminlerini olumsuz yönlü etkiledikleri bulgulanmıştır. Araştırmanın başka hipotezlerinin üzerinde yapılmış olan analizler neticesinde, dâhili ve harici iş doyumunda duygusal, devam ile normatif bağıllığın arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulgulanmıştır (Şengül, 2008, s.94-95).

Dede, 2009 yılında yapmış olduğu yüksek lisans tezi çalışmasındaysa bireylerin karakter özelliklerinin, mesleki vatandaşlık davranışlarına olan etkilerini incelemeye çalışmıştır. Dede çalışmasının araştırma kısmını Rize, Trabzon ve Giresun illerinin merkez ilçelerinde faaliyet gösteren bankalar üzerinde gerçekleştirmiştir. Çalışmada yapılan veri analizleri neticesinde uyumluluk karakter özelliğiyle yardımseverlik (özgecilik)-nezaket, vicdanlılık ve erdemlilik (sivil erdem) boyutları arasında müspet yönlü ve anlamlı bir münasebet olduğu, uyumluluk kişilik özelliğiyle erdemlilik boyutu (sivil erdem) arasında harcama yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu, sorumluluk kişilik özelliğiyle vicdanlılık ve sportmenlik boyutları arasında pozitif yönde ve anlamlı bir bağ olduğu, açıklık kişilik özelliğiyle erdemlilik ve vicdanlılık boyutları arasında olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu, duygusal denge karakter özelliğiyle sportmenlik boyutu aralarında olumlu yönlü ve anlamlı bir münasebet oldukları bulgulanmıştır (Dede, 2009, s.99-).

Erkuş ve Tabak, 2009 yılında yaptıkları çalışmada, iş görenlerin beş faktör karakter çatışma yönetim üslupları arasında anlamlı ilişkiler olup olmadığını incelemişlerdir. Çalışma, savunma sanayinde çalışmakta olan 304 birey üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmada elde edilen veriler üzerinde yapılan analizler neticesinde uyumluluk karakter özelliğiyle işbirliğine açık, uzlaşmayı benimseyen, yardımsever, geri çekilmekte olan çatışmaya dair yönetim üsluplarının arasındaki anlamlı ile olumlu olan ilişkiler olduğu bulunmuştur (Erkuş ve Tabak, 2009, s.213).

Yürür, 2009 senesinde yaptığı çalışmada yönetici kesiminin çatışma yönetim tarzlarıyla karakter özellikleri arasındaki ilgiyi incelemek için gayret etmiştir. Çalışmasını, toplamda 315 kamu ile özel sektör yöneticisi üzerinde gerçekleştiren araştırmacının çalışma esnasında elde ettiği bulgulardan birincisi, yöneticilerin karakter özellikleriyle tercih etmiş oldukları çatışmaya dair yönetim usulleri arasındaki ilişki olmasıdır. Bu çalışmada ortaya çıkan diğer bulgulara göre, dışa dönüklülük, şeffaflık ile sorumluluk özellikleriyle tümleştirme tarzının arasında olumlu yönde

anlamalı bir münasebet söz konusudur. Neticelere göre şeffaflık ve geçimlik niteliklerine sahip idareciler hükmetme tarzlarını tercih etmezler. Duygusal olarak dengesizlik karakter özelliği ile geçimlilik kişilik özelliğiyle kaçınma tarzının arasında olumlu bir ilinti varken, açıklık kişilik özelliğiyle olumsuz yönde ve anlamlı bir ilişki vardır (Yürür, 2009, s.23).

Kubat ve Kuruüzüm'ün, 2010 yılında yaptıkları çalışmada, üretim sektöründe çalışanları iş değerlerine vermiş oldukları ehemmiyeti belirlemeyi ve iş değerleriyle karakter arasındaki bağı incelemeyi hedeflemişlerdir. Yapılan çalışmada elde edilen verilere uygulanan analizler neticesinde duygusal tutarsızlık karakter özelliğinin, karakter özelliklerinin en düşük puanlı olanı, gelişime açıklık karakter özelliğininse karakter özelliklerinin en yüksek puanlı olanı olduğu anlaşılmıştır. Yazarlar, yapmış oldukları analizlerin neticesinde elde ettiklerini genel olarak şu şekilde yorumlamışlardır: “Netice olarak, imalat sektöründe çalışanların gelişimlere açık, uyumlu oldukları, sorumluluk sahibi ve mantığın gerekli olduğu bir işi, adil, uyumlu bir patron ve iş arkadaşları ile iyi iş ilişkisine sahip olunmasını tercih ettikleri; ekonomik ödüllerin yerine başarılı olmayı hissetmenin ve kendilerini geliştirebilmenin onlar adına daha mühim olduğu ifade edilebilir. Netice olarak, idarecilere karakter testlerine bakılarak sorumluluk sahibi, uyumlu ve duygusal bakımdan tutarlı insanları seçmeleri tavsiye edilebilir. İş değerleriyle karakter arasında bulunan bağlantıyı irdeleyen başka çalışma bulunmadığından, Türk üretim sektörü adına bu neticeler yeni ve mühimdir (Kubat ve Kuruüzüm, 2010, s.500).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ALKOL KULLANIMI

1. ALKOL KULLANIMININ TARİHÇESİ

Eski kaynaklardaki etimolojik deliller göz önünde bulundurulduğunda alkol ve alkol kullanımı ilk çağlara kadar dayanmaktadır. Alkol olarak söz konusu çağlarda; fermente arpa (bira), fermente bal (bal likörü) fermente meyve suyu (şarap), tüketilmekteydi. Damıtma (distilasyon) işlemi ilk defa M.S. 800'lü yıllarda keşfedilmiştir. Söz konusu distile alkol tedavi amacıyla tıp alanında yüzyıllarca kullanılmıştır. Ancak 17. yüzyıl ve sonrasında insanlarca kötü yönde kullanılmaya başlanmıştır (Evren, 2010).

18. yüzyıl sonrasında alkol kullanımında hızlı bir yükseliş gözlenmiştir. Özellikle de Sanayi Devrimi ile beraber batı toplumlarındaki alkol kullanımı ve alkole bağlı olan sorunlarda hızlı bir yükseliş olmuştur. İkinci Dünya Savaşı'ndan günümüze pek çok ülkede ve Türkiye' de, alkol tüketimi ve alkol bağımlılığı güncelliğini sürdürmüştür (Yıldırım vd., 2012).

Alkol ve alkol tüketimine olan bakış açısı, tarih süresince toplumların inanışlarına ve çağlara göre de farklılıklar göstermiştir. İlk çağ inanışları dini törenlerdeki alkolü kutsal olan bir sembol niteliğinde görmüştür (Demirbaş vd., 2016). Atina'da Dionysos, Eski Roma'da Bacchus şarap ve içki tanrısı olarak kabul görmüşlerdir.

Bunun tersine, Yahudiler, Yunanlar ve Eski Mısırlılar, alkol tüketimi hakkında çelişkilerde kalmış ve alkolü kontrolü kaybetmede etken olarak düşündüklerinden tüketilmesini kabul etmemişlerdir (Demirbaş vd., 2016).

Kabul edilmiş dinler arasında benzer olan değişiklikler görülmektedir. Musevilikte sarhoş duruma gelinmeyecek seviyede alkol kullanılması dini bir tören olarak kabul görmüştür. Hristiyanlıkta alkol alımına izin verilmiştir. Ancak sarhoş duruma gelinecek seviyede içki tüketmek yasaklanmıştır. İslamiyet'in ilk senelerinde ise; alkol tüketimine karışılmazken, sonrasında yasaklanmıştır. Özet olarak, her

dönemde kontrollü alkol tüketiminin kabul görülebilir olduğu söylenebilirken; kontrol dışına çıkan seviyede alkol tüketiminin, uygun olmayan bir davranış olması sebebi ile kabul edilmediği görülmüştür (Evren, 2010).

Dünya Sağlık Örgütü'nün (2010) yaptığı açıklama neticesinde; alkol tüketimi pek çok ülkede sosyal buluşmalardaki ortak bir yön olarak kabul görmüştür; ancak alkolün sebep olabileceği sağlık sorunları ve bağımlılık oluşturabilme tehlikesinden ötürü önemli sorunlara yol açabileceği söylenmiştir.

2. ALKOL KULLANIM BOZUKLUKLARI VE TANISI

İlk defa 1700'li yıllarda Dr. Benjamin Rush sürekli tekrarlayan sarhoş olma durumunun, önemli bir problem aksettiğini ve bir hastalık olduğunun kabul görülebileceğini vurgulamıştır (Dalmış vd., 2010).

Amerikan Tıp Birliği'nce 1956 senesinde alkolizmin bir hastalık olduğu kabul görülerek tıp terimi olduğu saptanmıştır.

Alkol, merkezi sinir sistemi üzerinde baskı yaratan, yatıştırıcı, zehirli etkiye sahip, keyif verici, tüketimi en sık olarak gözlenen psikoaktif bir üründür. Alkol tüketim bozuklukları tanısı yapılırken faydalanılan rehber DSM- IV' tür. DSM-IV' de Alkol Kullanım Bozuklukları; Alkolü Kötüye Kullanım ve Alkol Bağımlılıkları olarak iki başlıkta incelenmiştir.

2.1. Alkol Bağımlılığı

Alkole olan bağımlılığının en başlıca özelliği, DSM-IV' ye göre; bireyin alkol bağımlılığı sebebiyle karşılaştığı önemli problemlere karşın alkol tüketmeye, devam etmesi ve tüketim süresince, beraberinde bir grup fizyolojik, davranışsal ve kognitif belirtilerin eşlik etmesidir.

Alkole karşı olan bağımlılık teşhisi koyabilmek için, 1 yıllık bir dönemde herhangi bir vakitte kendini gösteren, aşağıda yer alan kriterlerden üçü veya daha çoğu ile beraber varlığını gösteren, klinik yönden dikkat çeken bir aksaklığa veya soruna sebep olan uygunsuz alkol tüketim örüntüsünün varlığı olarak ifade edilir (Ögel vd., 2012).

DSM-IV’ de alkole karşı olan bağımlılığın teşhis kriterleri yedi başlık altında incelenmektedir.

“ 1- Aşağıda yer alan kriterlerden biri olarak ifade edilen alkole karşı toleransın gerçekleşmiş olması.

a) Entoksikasyon veya istenilen tesiri sağlayabilmek amacıyla, belirgin biçimde gözlenen alkol tüketme ihtiyacı.

b) Sık olarak ve aynı ölçüde alkol tüketimine bağlı olarak azalmış etki oluşması.

2- Yoksun olma belirtilerinden kaçınmak veya kurtulmak amacıyla alkol tüketimi.

3- Alkol alımının, pek çok defa düşünüldüğünden daha fazla ölçüde veya daha uzun zaman boyunca gerçekleşmiş olması.

4- Alkol alımına son vermek veya kontrol altında tutmak için devamlı bir isteğin veya boşa çıkan uğraşların olması.

5- Alkolü temin etmek, tüketmek veya alkolün bıraktığı izden kurtulmak amacıyla fazlaca vakit harcanması.

6- Alkol tüketimi sebebiyle önemli mesleki, toplumsal etkinlikleri veya boş vakitlerini değerlendirme etkinliklerini bırakma veya azaltma.

7- Alkolün sebep olduğu veya ortaya çıkartabileceği, devamlı olarak var olan veya tekrarlayıcı bir şekilde kendini gösteren fiziki veya psikolojik yönden bir problemin varlığına karşın alkol tüketiminin devam ettirilmesi” (Keten vd., 2011).

2.2. Alkolün Kötüye Kullanımı

Alkol Kötüye Kullanımı teşhisi koyabilmek için, 1 yıllık bir süreç içerisinde herhangi bir vakitte kendini gösteren, aşağıda yer alan kriterlerden biri veya daha çoğu ile varlığını gösteren, yineleyen alkol tüketimine bağlı olarak tekrarlayan ve uygun olmayan neticelere sebep veren bir örüntünün varlığı gerekmektedir. DSM-IV’ de Alkolü Kötüye Kullanım teşhis kriterleri dört başlıkta incelenmektedir.

“1- Bireyin okulda, evde veya işte üstlenmesi beklenen temel sorumlulukları gerçekleştiremeyecek seviyede alkol tüketiminin olması.

2- Fiziki yönden sakıncalı durumlarda tekrarlayıcı alkol tüketiminin varlığı (Alkol almış olarak araba sürmek vb.).

3- Alkol tüketimine bağılı olarak tekrarlayıcı yasal problemlerin yaşanması.

4- Alkolün izlerinin sebep olduğu veya ortaya çıkarttığı, devamlı, tekrarlayıcı toplumsal veya bireyler arası problemlere karşın alkol tüketiminin olması.

Bu belirtiler, alkole olan bağımlılık ölçütlerini hiçbir vakit karşılamamaktadır.”.

Alkole fazlaca istek duymak, kontrolü kaybetmek, yoksunluk belirtileri göstermek, toleransın artması ve fiziki yönden bağımlılık yaratması yönünden alkol bağımlılığında ayrı tutulmaktadır. (Yıldırım vd., 2011). Alkole karşı olan bağımlılıkta düzenli alkol kullanımı, toleransın artması ve bununla ilgili olarak gelişen fiziki yönden bağımlılık ile alkol kullanılmadığında yoksunluk semptomları varken; alkol kötüye tüketiminde en göz çarpıcı kriter yineleyen alkol tüketimine bağılı olarak oluşan kontrolün kaybı ve negatif neticelere karşın içme eyleminin sürekli olmasıdır (Çöpür vd., 2014).

Tolerans, kişinin yinelenen alkol kullanımında alışmış olduğu miktarın, oluşan etkinin artması için, yüksek miktarlara yükseltilmesi ve bu yüksek miktara dayanma kapasitesi olarak ifade edilmektedir. Yoksunluk, fazla süre alkol tüketiminin sonrasında alkol alımına son verilmesi ile kendini gösteren fiziki ve ruhsal yönden problemlerdir (Çöpür vd., 2014).

Yoksunluk semptomları, kişinin alkol tüketimini azaltması veya son vermesi neticesinde kendini gösteren kaygı, bunaltı, çarpıntı, terleme, deliryum tremens, görme, dokunma veya işitme varsanımları, uykusuzluk, titreme, göz bebeğinin büyümesi, kusma, sancı, korku, sinirlilik, kasların kasılması, nabız, ishal ve tansiyonda düzensizlikler gibi bazı fizyolojik yakınmalardır.

3. ALKOL KULLANIMI VE ALKOL KULLANIM BOZUKLUKLARININ YAYGINLIĞI

Alkol kullanımı ve kullanıma bağılı olan bozukluklar, hem dünya hem Türkiye’de özellikle alkolün fazla alımı, bağımlılık haline gelmesi sebebiyle dönemin, başlıca bir sağlık problemine dönüşmüştür (Uğurlu vd., 2012).

ABD’de nüfusun %90’ının hayatının bir bölümünde alkol tükettiği ve yetişkin olan nüfusun %60-70’inin çokça alkol tükettiği ifade edilmiştir. ABD’de 2002 senesinde yapılan Ulusal Hane Araştırması (National Household Survey) bilgilerine

göre; alkol tüketen kişilerin, toplam nüfusa göre oranı %84 olarak bulunmuştur (Evren vd., 2010).

Tosun, Çetin ve Konuk (2011), tekrardan son yapılmış araştırmalar neticesinde; dünya genelindeki günlük olarak tüketilen alkolün 2,9 litre olduğu (WHO, 2011), Avrupa'da ise bu miktarın, insan üzerine düşen yıllık alkol kullanımının 15 litreye kadar vardığı söylenmektedir (Tosun vd., 2011).

Türkiye'deki oran ise; alkol tüketiminin genel popülasyondaki yayılışı tam anlamıyla bilinmemektedir. Bu durumun nedeni ise; alkol tüketimi üzerindeki araştırmaların az sayıda kişiyle yapılmış olan sınırlı araştırmalar niteliğinde olmasıdır.

Son 20 yılda Türkiye'de üretiminin zamanla artış gösterdiği ve alkol kullanımının hızla arttığı belirtilmiştir (Mırsal, 2010). Türkiye'de Psikiyatri Araştırma ve Eğitim Merkezi (PAREM tarafından) İstanbul'da 2000 yılında yapılan araştırma sonucunda toplumun %54,7'sinin hayat boyu süresince en az bir defa alkol kullandıkları beyan edilmiştir (Ögel vd., 2014).

Ankara'da Arıkan ve arkadaşlarının (1996) yarı biçimde kentsel bir alanda 20.000 kişiyi içinde bulunduran epidemiyolojik araştırmalarında hayat boyu alkole karşı olan bağımlılık sıklığının %0,9 olarak bulunduğu belirtilmiştir.

Tekrar İstanbul'da, Kültür ve arkadaşlarının (2006), 1550 kişilik grupta 12-65 yaş aralığındaki kişilerde yapılan bir araştırmada, Türkiye'de ki alkol tüketim yaygınlığının %33,5 oranında olduğu ifade edilmiştir (Kültür vd., 2006).

Alkol kullanımı ile ilgili Türkiye'de yapılan ilk detaylı çalışma, İstanbul'da 1995 yılında 15 farklı okulda yapılan madde ve alkol tüketimine yönelik Avrupa Okul Araştırmasıdır (ESPAD). Bu araştırma sonucunda; son 1 yıl içerisinde alkol tüketim oranı %51 oranında olduğu ifade edilmiştir. Yakın zamanlarda yapılan çalışmalarda, birey başına düşen alkol kullanım dozunun zamanla artış gösterdiği bildirilmektedir (Bilici vd., 2012).

1992 yılında Bakırköy Ruh ile Sinir Hastalıkları Hastanesi çatısındaki AMATEM'de yapılan bir çalışmada, alkole olan bağımlılık tedavisi amacıyla merkeze müracaat eden kişi sayısının 3435 olduğu; bu sayının %21 oranında artarak 1995 yılında 4153'e yükseldiği belirtilmiştir (Baduroğlu ve Durak, 2010).

Çalışma neticeleri sonucu toplanmış bu bilgiler, Türkiye'de alkol kullanımının ve bununla ilgili yaşanan sağlık problemlerinin hızla artış gösterdiğini net olarak

ortaya koymaktadır. Alkol tüketimi ve bununla bağlantılı aksaklıklardaki yükselişe karşın Türkiye’de alkol tüketim miktarının diğer ülkeler ile kıyaslandığında düşük olmasının sebebinin, alkol problemiyle uğraşan kişilerin sosyal baskı sebebiyle kendilerini gizli tutma eğiliminde bulunmalarından kaynaklanabileceği ifade edilmektedir.

4. ALKOL KULLANIMI VE ALKOL KULLANIM BOZUKLUKLARININ NEDENLERİ

Gündelik hayat dâhilinde, pek çok etkenin kişilerin alkol tüketimini, alkole bağlı olarak problemler ile karşılaşmaları ve gelecek zamanlarda bağımlılık haline gelmesini tetikleyebilmektedir (Güleç vd., 2015).

Alkol tüketimi ve bununla ilgili olarak karşılaşılan problemler yalnız bir etkenle açıklanamamaktadır. Bu etkenler üzerinde durulduğunda, özellikle, biyolojik, sosyokültürel ve psikolojik etkenler fark yaratmaktadır.

4.1. Psikolojik Etkenler

Alkol bağımlılığı ve tüketimi ile ilgili geliştirilmiş pek çok teorem, alkol tüketim bozukluklarını, gerginliği azaltmak, kişinin kendini ruhsal yönden kendilerini iyi hissetmesini sağlamak ve yaşanmış acıyı hafifletmek gibi sebeplere dayandırılmaktadır (Ülger vd., 2015). Alkol tüketimine ilişkin olarak problemle karşılaşan kişilerin hayatlarında, alkolün yatıştırma yönünde bir etkiye sahip olduğu ve günlük hayatın gerilimiyle daha kolay baş edebileceklerini gözlemlemiştir (Yıldırım vd., 2011).

Psikanalitik teorem neticesinde; alkol huzursuzluk, bunaltı, kaygı gibi ruh hallerinin ve bilinçdışı gerginliğin etkisini aza indiren, üst benliğe karşı mücadeleye yardım eden, rahatsız eden hatıraları göz önünden kaldırarak, kişide kalıcı olmayan bir rahatlama ve güçlü olma hissini sağlayan psikoaktif bir ögedir. Alkol tüketimi gelişme aşamalarındaki aksamalarla açıklayan fikre göre; psikoseksüel gelişme aşamalarından oral dönemde aksama ile karşılaşmış, fazla baskı yaratan ve cezalandıran süper egoya sahip kişilerin, bilinçdışı sorunlarını alkol kullanarak aza indirerek, oral yönden doyumu bu biçimde sağladıkları söylenmektedir. Evren (2010)’a göre; bağımlı olma

durumu yanlış obje bağlantılarının bir neticesi olarak, sevgi olgusunun oluşması ve yıkılması olarak değerlendirmeye alınmaktadır (Evren, 2010).

Bağımlılığı, geçmişe dayalı yaşantılar ve kişilik gelişimiyle temellenen bir süreç olarak nitelendiren görüşler; bağımlı kişilik örgütlenmesini anlamadan, bağımlılığı anlayabilmenin mümkün olamayacağını savunmaktadır (Gürel vd., 2010).

Uğurlu ve arkadaşları (2012), bağımlılık sahibi kişilerin sağlıklı ilişki sağlamada problemler ile karşılaşan, kendileri ve başka insanlara güvenmede sorunları bulunan, erken gelişme dönemlerinde aileleri içinde kendilerine bir obje gibi davranılmış, çevrelerinde bulunan insanlara mesafeli durdukları için iletişim kurmadaki maharetleri geliştirememiş, güvensiz bağlantı kuran insanlar olduklarını vurgulayarak, bu yönde bağlanma teoreminin önemini vurgulamıştır.

Bağlanma teoremi göz önüne alındığında; erken çocukluk çağında kişi kendisine bakmakla yükümlü kişi ile yaşadıklarının bir birleşimi olarak, kendisi ve diğer insanlar ile ilgili müspet veya menfi düşünsel biçimler oluşturarak bunu duygusal yönden kendine uyarlayabilmektedir. Düşünsel örneklerin müspet veya menfi olması, bireylerle olan ilişkilerde güven hissini koruma uğraşında olan kişinin, sosyal çevresinin özellikle de kendisi açısından önem akseden bireylerin gösterdikleri davranışları ne kadar güvenilir ve tutarlı biçimde gördüklerini, kendini ne kadar sevmeye layık gördüğünü doğru yoldan etkileyebilmektedir. Bu değişen düşünceler ise doğru yoldan kişisel özellik olan bağlanma şekillerini etkileyebilmektedir (Yıldırım vd., 2011). Bağlanma şekilleri, kişinin ilerleyen zamanlardaki yaşantılarının başlangıcını oluşturarak, sosyal ilişkilerini kontrol eden bir iletişim şekli haline alabilmektedir (Evren vd., 2009). Hamarta (2004)'e göre; erken gelişme çağlarında güvenden yoksun şekilde bağlanan bireyler, bağımlı olan bir kişilik oluşturmaya daha elverişli hale bürünebilmektedir. Güvenden yoksun olarak bağlanma temeliyle gelişmiş, kendisiyle ilgili negatif kişilik fikrine sahip, bireyler arası ilişkilerde önemli sıkıntılar yaşayarak duygusal yönden anlamada çekingen olan kişiler, bu olgunun neticesi olarak kendilerinde derinlerde yatan bir yalnızlık ve boşluk hissi ile yüzleşebilmektedirler. Duygusal yönden boşluklarını ve benliklerindeki yalnızlıklarını doğal yollarla gerçekleştiremeyen kişi de, bu boşluğu doldurma gereksinimi oluşabilmektedir. Bu anda, duygusal yönden boşluğunu doldurduğu düşünülen doyum objesi, bireye gereksinimde bulunduğu duygusal yönden doyumunu sağlayabildiği

illizyonu gerçekleştirebilmektedir. Bu şekilde bağımlı mantığının başlangıcına ulaşılmış olur. Zaman geçtikçe birey duygusal gereksinimlerini, bağımlı bulunduğu doyum objesiyle karşıladıkça, kişilerden hatta kendisinden iyice uzak durarak kabuğuna çekilebilmektedir. Bu bağımlılığın gelecekteki dönemlerinde manevi yönden tüm değerini, bağımlı bulunduğu obje ile yaşadığı zevke erişebilmek için terk etme eylemine dahi başvurabilir. Bu ritüeller sonrasında, bağımlı olan kişilik güç sahibi olarak bireyi tümünden kuşatabilir ve bağımlı olma durumu oluşabilmektedir (Dönmez vd., 2010)

Görülen ve tartışılan davranışlar üzerinde odaklanan davranışçı teoremler, bağımlılığı, toplumun bir yanlışı niteliğinde görmektedir. Skinner'a göre; toplumdaki üyelere yönelik ve doğru davranış biçimlerini öğretmemesi, uygun pekiştireçlerin az sayıda olması neticesinde kişiler işlevsel ve alternatif davranışları öğrenememekte ve bağımlı halini alabilmektedir. Kişinin ilk alkol deneyiminin öncesinde, alkolün zevk verici olduğunu düşünmesi, sosyalleşme yönünde yükseltici yönünün cezbediciliği, ödül bekler duruma gelmesi ve bu durumun desteklenmesi, sonraki zamanlarda alkol tüketimi kararını pekiştirir. Bu etkenlerin, genel popülasyonda tüketme alışkanlığında artış görülmesinde ciddi rol oynadığı belirtilmektedir (Boztaş ve Arısoy, 2010).

Bilişsel teorem, genel olarak kişinin alkolün verdiği etkiyle bağlantılı beklentilerine ve gerginlikle başa çıkmakta alkolün önemli bir araç olduğuna dair fikirlere odaklanmıştır.

Bilişsel teoremler içinde “sosyal öğrenme kuramı” alkol tüketim bozukluklarını en iyi ifade edebilen örnek olarak sınıflandırabilmektedir. Sosyal öğrenme teoremi'ne göre; benlik sosyal ortamlardaki öğrenimler neticesinde oluşmaktadır. Karakuş ve arkadaşları (2012), “sosyal öğrenme teoremi”ni alkol tüketme davranışı üstüne uygulamış ve kişilerin alkolü, yaşadığı gerginliği aza indirmek amacıyla kullandıkları neticesine varmıştır. Karakuş ve arkadaşları (2012) göre; alkol tüketme alışkanlığı, ilk seviyede, gergin olmayan ortamlarda sosyalleşme adı altında başlamaktadır. İleriki zamanlarda, alkolün gerginliği aza indirici etkisi, bireye olumsuz bir pekiştireç olarak dönmekte ve kişi, gergin olduğu durumlarda alkol tüketmeye yönelmektedir. Bu durumun devamlı olarak yinelenmesi neticesinde, alkolü kötüye kullanım ve bağımlılık oluşabilir. (Karakuş vd., 2012).

Benzer biçimde, “kendini tedavi hipotezini” ortaya atan Khantzian’ a (1985) göre; alkol, acı veren duyguları hafifletmek amacıyla kullanılmaya başlamaktadır. Bu durum şahısların alkolü keyif almak gayesiyle değil, günlük hayatta yaşadıkları stresle başa çıkabilmek niyetiyle, alkolü bir rahatlatma aracı olarak görmelerinden kaynaklanmaktadır (Çöpür vd., 2014).

4.2. Genetik Etkenler

Biyolojik unsurların alkole olan eğimlilik riskini ile tolerans yönünden gelişimini fazlalaştırdığı belirtilmiştir. Alkollerin kullanımında, kalıtım unsurları üzerinde yönelik yapılan araştırmalar, bilhassa, aile araştırmaları, ikiz araştırmaları ile evlat edinme çalışmaları üzerinde yapılmıştır (Demirbaş vd., 2016).

Kalıtım yatkınlığının alkol kullanım bozukluklara sebep olduğu, deney hayvanları üzerinde yapılan ilk araştırmalara dayanmaktadır. Beşeriyet üzerinde yapılan araştırmalar neticesinde, ilk kalıtımla alâkalı bulgular 1972 yılında elde edilmiştir. Biyolojik anne babalarının alkol bağımlısı olduğu bilinen evlat edinilmiş şahısların, alkol kullanmaya dair meyillerinin fazla olduğu tespit edilmiştir.

Birinci derecede ki akrabalarda alkol kullanma derecesi fazla olan şahısların, 3-4 kat daha çok olduğu izlenerek tespit edilmiştir. Schuckit ile arkadaşlarının 1987 yılında yapmış oldukları araştırma da bunu destekler tarzdadır. Birinci derece ki akrabalarda alkol yatkınlığı olan şahısların alkole karşı olan toleranslarının daha çok olduğu ve sarhoşluk emarelerini daha az yaşadıkları neticesine varılmıştır (Tosun vd., 2011).

4.3. Sosyokültürel Etkenler

Kişi her gün yüz yüze geldiği sayısız olaylar ile şahısların, içerisinde bulunduğu sosyo-ekonomik-kültürel şartların, gelenek, örf, adet, töre ile kanunların, fizikî çevre ile bu gibi pek çok unsurun tesirinde kalabilmektedir. Bu etkenlerin karmaşık etkileşimi neticesinde bir şahıs olarak gelişmektedir (Mırsal, 2010).

Kişilik gelişimi de, her an, kişinin içerisinde yaşadığı toplumun kültürel değerleri içinde gerçekleşmekte ve birey bu kültürden tarafsız bir şekilde bağımsız olarak hareket edememektedir (Kağıtçıbaşı, 2007).

Pek çok fikre göre; kültür, eylemleri bir sisteme oturtan geleneksel düşünceler ile bunlara bağlı meydana gelen değerler, uygulama, normlar ile anlamlar bütünüdür. Diğer bir ifadeyle, toplumun bir üyesi olarak kişinin, geliştirdiği tüm bilgi, ahlak, inanç, adet, yetenek ile alışkanlıklar, o toplumun kurallarını ve değerlerini ortaya koymaktadır (Keten vd., 2011).

Değişik kültürlerde, şahısların aynı olaya veya davranışa değişik anlamlar yüklemelerinin sebebi, “neyin normal, neyin normal olmadığını” ortaya koyan toplumsal olarak anlam sistemleriyle ifade edilebilmektedir. Batı toplumlarında “benmerkezci” yapılar, “bireyci topluluk” kültürü hâkimken, doğu toplumlarında ise “sosyo- merkezci” yapılar, “toplulukçu topluluk” kültürünün hâkim olması bu görüşe misal teşkil edebilir.

Sosyokültürel açıdan bağımlılığa bakıldığında, kişisel bağımsızlıktan ziyade bireyler arası uyumun ön plana çıktığı toplulukçu kültürlerde hayatını sürdüren şahısların, doğrudan denetim ile özgürlük yerine, toplumun kurallarına, örf, adet ile geleneklerine daha çok uyma çabasında oldukları gözlemlenmektedir.

Sosyokültürel mülâhazalara göre; alkol kullanımı ile bağımlılığı da toplumlararası kültürel farklılıklara bağlı olarak değişkenlik arz etmekte, alkol kullanımını tasvip etmeyen toplumlarda, kullanım sıklığının daha az olduğu belirtilmektedir (Keten vd., 2011). Yapılan incelemeler, ekseriyetle, az ve çok alkol tüketimi olan sosyal gruplar üzerinde yapılmıştır. Sözelimi, Yahudi topluluklarında aileler çocuklarını düşük derecelerdeki alkollerle tanıştırmaktadır. Buna karşın, İrlanda gibi sarhoş olmanın bir âdet olduğu topluluklarda ise, alkol kullanım düzeyi çok daha ileri seviyededir (Ülger vd., 2015)

Alkol kullanımı ile toplumun bu duruma bakış açısı, cinsiyet bakımından da değişiklik arz etmektedir. Velhâsıl, pek çok toplumda erkeklerin alkol kullanması kabul edilebilirken; kadınların ise alkol kullanması pek hoş karşılanmamaktadır (Baduroğlu ve Durak, 2010). Benzer biçimde, ülkemizde erkeklerde ki alkol kullanımı, büyüme ile erkeklik simgelerinden biri olarak görülürken, kadınların alkol kullanım durumuna müspet bakılmamaktadır. Bu sebeple alkol nedeniyle yaşanan problemlerin kadınlara oranla erkeklerde daha müteaddit görülmesinin nedeninin, toplum muhakemesinden kaynaklandığı varsayılmaktadır (Boztaş ve Arısoy, 2010).

Alkol kullanımını etkileyen mühim unsurlardan biri de sosyoekonomik düzeydir. Sosyoekonomik düzeyleri yüksek topluluklarda alkol kullanımlarının daha çok oldukları ve buna bağlı olarak alkol sebebiyle oluşan kullanım bozukluklarının daha çok yaşandığı gözlemlenmektedir.

5. ETİYOLOJİ

Pek çok insan alkol kullanımını konusunda da değişik eylemler göstermektedir. Herkesin alkol kullanmaması, her kullanan şahsın bağımlı olmaması gözler önüne alındığında bu şahıslar için iyileşmeye dair teşebbüs etme yöntemlerini ilerletebilmek için bağımlılığı anlamak epeyce mühimdir. Bağımlılığı değişik psikolojik mülâhazalar değişik şekillerde ifade etmişlerdir.

5.1. Psikanalitik Yaklaşım

Klasik psikanalitik nazariyata göre alkolik olan bireyler, gelişimin oral periyodunda takılmaları neticesinde oral yetingenliği ağız yoluyla alkol almak suretiyle sağlamaktadırlar. Rado; ehemmiyetli olanın madde değil, onu kullanmak için gelişen gerekçe olduğunu söyler. Acı veren durumlara karşı mukavemeti az olan ve kolaylıkla depresyona giren bireylerin, menfi duyguları alkol ile kolaylıkla ortadan kalkar, bu büyüleyici maddenin tesiri bir aşama sonra geçer ve depresyon geri gelir. Böylece ego varlığını yapay bir yoldan devam ettirme alışkanlığı elde eder. Gloiler, bağımlılıkta saldırganlık ile sadizm unsurlarına odaklanmıştır. Sonrasında Knight alkolizmi, çocuğuna aşırı derecede düşkün anneye karşı bilinçsizce hırçınlık dürtülerinin ortaya çıkardığı tezadın bireyin kendisine çevrilen mazoşist bir dışavurumu olarak tarif eder (Yıldırım vd., 2011). Az miktardaki alkolün disinhibasyon ya da kaygı-düşürücü faktörüne bağlı olarak, bazı insanların katı ile cezalandırıcı süperego ile mücadele etmek maksadıyla alkol kullandıkları da varsayılır. Çağımızda klinik tecrübelerinden de yola çıkarak psikodinamik teoristler, bağımlı bireylerin; normal, sakin, rahatlamış, canlı, enerjik hissetmeleri, tedirgin ve bunalmış hissetmemeleri nedeniyle alkol kullandıklarına dair söylemlerini gözler önüne alarak madde kullanımını bir kendini düzeltme (self-correction) teşebbüsü olduğunu söylemektedirler. Psikodinamik tasavvur; bağımlılığı duygusal hicranı

yatıştırmak için kullanılan uyum sağlayıcı bir eylem olarak anlar ve şahıs kendi kendini düzenleme ile alâkalı noksanlıklarını tamir eder (Dönmez vd., 2010).

5.2. Davranışçı - Bilimsel Yaklaşım

Davranışçı itihadada göre beşeriyet uyumlu veya uyumsuz pek çok eylemlerini öğrenirler. ğrenme, alkol içme eylemini geliştirmede de etkileyici bir düzenektir. İnsanlar içki içme ile örtüşen kaideler ile ritüeller vasıtasıyla öğrenirler ve davranışı geliştirirler. Klasik koşullanma ahkâmına göre özellikli bir uyarıcının madde ile sıklıkla eşleşmesi, maddeye karşı müteaddit bir işteğin meydana gelmesine sebep olabilir. Genelleştirme nizamı nedeniyle de koşullanılmış bir durumda ortaya çıkan madde kullanma arzusu başka durumlara umumileştirilebilir. Bir bireyin içten çıktıktan sonra evde alkol almaya koşullanmasının, bir zaman sonra her evde olduğu vakitlerde alkol alma arzusuna dönüşmesi buna bir misal olarak verilebilir (Mırsal, 2010).

İnsanoğlu aynı zamanda alkol almanın neticeleri ile de eylemi şekillendirmektedirler. Mırsal (2010), bir eylemin sürekliliğinin veya son bulmasının, ilişkilendirildiği sonucuna bağlı olduğunu ifade etmektedirler. Edimsel koşullanma, kişinin bir eyleme bağlı olarak uyarıcı alması veya almaması halinin daha sonra o eylemin gerçekleştirilmesinde veya yapılmamasında etkili olması durumuna denir. Edimsel koşullanmada en önemli etmen, eylem ile uyarıcı arasındaki ilişkinin sıklık derecesi ile düzenidir. Alkol alınmasından sonra sarhoş olma bir birey için müspet pekiştiren olabilirken bir farklı birey için derdinin geçmesi olumsuz pekiştiren işlevi görür. Her ikisi de eylemin artmasına sebep olur. Başka bir yönden sarhoşluk mevhumu bazı bireyler için ise ceza işlevi görebilir ve eylemin sana ermesine sebep olabilir. Sosyal ğrenme kuramı; klasik ve edimsel koşullanmadan ortaya çıkmış ile kişi unsurunu, bilhassa bilişsel yönlerini de ele alarak onun ötesine geçmiştir. Kuramın üstünde durduğu en önemli nokta şahısların sadece kendi tecrübelerinden değil, başkalarının tecrübelerinden, model alma ve özdeşleştirme gibi metotlarla ğrenebilmeleridir. Sosyal ğrenme kuramı; alkol kullanımını da temelde insanların kurallar tarafından yönlendirilmesi, aile ile akranların eylemlerini model alması ile bağlantı kurulmaktadır. Sosyal ğrenme teorisinde eylemin neticeleri mekanik bir şekilde öğrenmeye vesile olmaz, insanlar çevrelerindeki karşılaştıkları uyarıcıların

algılanışında ve yorumlanışında aktiftirler. Bilişsel psikolojinin ana temeli böylelikle Bandura'nın kuramı ile atılmış olmaktadır (Dalmış vd., 2010). Bilişsel psikologlar zihinsel aşamaların irdelenebileceğine ve incelenmesi gerektiği görüşüne inanırlar. Beklenti kuramına göre, insanlar büyürlerken hayatları süresince alkol ile ilgili aile ile arkadaşlarının yaptığı davranışlardan ve söylediği sözlerden, okulda öğretilen bilgilerden, reklamlarda gördüklerinden ve filmlerden pek çok şey öğrenmektedirler ve farklı inanışlar gösterebilmektedirler. Bu inanışlardan biri de netice beklentileridir. Olumlu netice beklentisine göre birey alkol kullandığında örneğin fazlaca eğlenebileceğine inanabilir (Dalmış vd., 2010).

Alkol tüketiminin sebeplerinden birisi de alkolün kaygı seviyesini azalttığı inancıdır Anksiyete, anksiyete döngüsü ve aksiyetenin giderilmesi de yineleyen uygulamalar ile öğrenilmektedir. Alkol dozunun her yükselişi kaygı derecesini azalttığı için davranış oluşmaktadır.

6. ALKOL KULLANIMINI YORDAYAN DİĞER DURUMLAR

Alkol tüketimine sebep olan diğer olgular incelendiğinde, klinik yönden özellikle, başka bir tanının var olduğu dikkat çekmektedir.

Alkol problemini yaşayan kişilerde, sıklıkla, alkol tüketim bozukluklarının yanında, klinik bozuklukları içinde bulunduran eksen I ve / ve ya, kişilik bozuklukları içinde barındıran eksen II'de fazla bir psikiyatrik sorunun olabileceğini belirtmektedir.

Alkol tüketim bozukluklarına fazla olarak gelişim gösteren psikiyatrik bozukluklar irdelendiğinde, özellikle duygusal durum bozuklukları, anksiyete bozuklukları ve benlik bozukluklarının alkol bağımlılığı beraberinde olduğu görülmektedir. Bu konuda özellikle, anksiyete ve bunalımın olması dikkati üzerinde toplamaktadır.

Bilici ve arkadaşları (2012), erken ve geç başlangıçlı olarak alkol bağımlılılarıyla beraber götürmüş oldukları çalışmalarında, alkol bağımlılığıyla beraber olarak majör bunalımın olduğu ve majör bunalımı, özgül fobi ve distiminin takip ettiği söylenmiştir. Aynı tarz bir çalışmada da, alkol bağımlılarının 4'te 3'ünde ek teşhis olarak majör bunalımının olduğu saptanmıştır (Bilici vd., 2012).

Hem klinik alanda yapılan araştırmalar, hem de epidemiyolojik çalışmalar, alkol problemi yaşayan kişilerde benlik bozuklukları yaygın olarak görülmektedir. Bu

çalışmalara göre; alkol bağımlılarında eksen II de ek teşhis olarak, özellikle, antisosyal benlik bozukluğu rastlanmaktadır (Yıldırım vd., 2012). Bununla birlikte, alkol bağımlılarında, benlik bozuklukları oranlarının %30-70 aralığında olduğu belirtilmiştir.

Boztaş ve Arısoy (2010)'un yaptıkları detaylı çalışma da, bu verileri desteklemektedir. Çalışma neticesine göre; alkol bağımlılarının %45'inde benlik bozukluğunun, %36'sında ise anksiyete bozukluğunun olduğu saptanmıştır.

7. ALKOL KULLANIMI İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Hayat süresince genel popülasyon içinde, tüketim yaygınlığı en çok olan ögenin alkol olduğu ifade edilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'nce yürütülen bir çalışmada, dünyadaki popülasyonunun %90'ının yaşamlarının bir kısmında alkol tükettikleri, bunun yanında, alkol kötüye kullanımı ve alkol bağımlılığının en çok görüldüğü psikiyatrik bozukluklardan birisi olduğu söylenmiştir. Yeniden 193 ülkenin katılımı ile 2014 yılında yapılmış çalışmada, 100 milyon insanın alkol bağımlılığı sebebiyle sorun yaşadığı belirtilmiştir (WHO, 2014).

ABD ve Avrupa'da alkol kullanımının, diğer ülkelere göre, oldukça çok olduğu bilinmektedir. ABD'de alkol tüketen kişilerin, toplam nüfusa oranı %84 olarak ifade edilmiştir. Avrupa'da ise; birey başına senelik düşen alkol kullanım miktarının 15 litreye kadar ulaştığı bilgisine varılmıştır. Yapılan araştırmalar da bunu kanıtlar niteliktedir. Wechsler ve arkadaşlarının 1995 senesinde ABD'de, beş eyalette yaptıkları bir çalışmada, katılanların %44'ünün fazla alkol kullandıkları anlaşılmıştır. Aynı şekilde, yapılan bir çalışmada bayların %61'inin, bayanların ise %48'inin fazla oranda alkol kullandıkları saptanmıştır (İnce, Doğruer ve Türkçapar, 2002)

Türkiye'de ise, alkol kullanımının genel popülasyondaki yayılışı net olarak bilinmemekle beraber, son 20 senede alkol üretiminin zamanla arttığı ve tüketimin hızlı bir yükseliş gösterdiği anlaşılmaktadır (Kaya ve Çilli, 2002).

Son senelerde alkol tüketimi üstüne yapılan çalışmalarda, birey başına düşen alkol kullanım dozunun zamanla arttığı söylenmektedir (Yiğit ve Khorshid, 2006). Psikiyatri Araştırma ve Eğitim Merkezi (PAREM)'nce İstanbul'da 2000 yılında yapılan çalışmada, toplumun %54,7'sinin hayat süresince en az bir defa alkol tükettikleri belirtilmiştir (Ögel ve ark., 2003). Aynı şekilde 1550 bireylik çalışma

grubuyla İstanbul'da gerçekleştirilen çalışmada, alkol tüketim yaygınlığının %33,5 oranında olduğu neticesine varılmıştır (Ögel ve ark., 2003). Özet olarak, son senelerde yapılan çalışmalarda, genel popülasyondaki alkol kullanım dozunun hızla artış gösterdiği görülmektedir.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

1. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ VE AMACI

Bireylerin alkol kullanımını tetikleyen ve onları bağımlılığa sürükleyen pek çok etken bulunabilmektedir. Bu etkenlerin başında bireylerin sahip olduğu kişilik özellikleri gelmektedir. Bireylerin kırılgan, güçlü, depresif ya da sorumluluk sahibi vb. gibi tanımlanabilecek kişilik özellikleri çerçevesinde olaylar karşısında tutumları şekillenmekte ve birey alkol bağımlılığına sürüklenebilmektedir. Bununla birlikte kişilerin günlük hayatta karşılaştıkları olaylar ve bu olaylar karşısında sahip oldukları psikolojik durum da bir diğer etmen olarak gösterilebilir. Yaşanan olaylar karşısında sahip olunan psikolojik dayanıklılık düzeyi bireyi alkol vb. uyarıcı maddelere sığınmaya sevk edebilmektedir.

Alkol kullanımını tetikleyen unsurları göz önünde bulundurularak hazırlanan bu çalışmanın amacı, psikolojik dayanıklılık ve 5 Büyük Faktör Envanteri çerçevesinde tanımlanan kişilik özelliklerinin alkol kullanımı üzerindeki etkisini araştırmaktır.

2. ARAŞTIRMANIN PROBLEMLERİ VE ALT PROBLEMLERİ

Araştırmaya ait ana problem cümlesi “Alkol kullanımı psikolojik dayanıklılık ve/veya kişilik özellikleri tarafından yordanmakta mıdır?” şeklinde oluşturulmuştur. Diğer taraftan, kişisel bilgilerin alkol kullanımı, psikolojik dayanıklılık ve kişilik özellikleri üzerindeki etkisini belirlemek üzere alt problemler türetilmiştir. Çalışmaya ait alt problemler aşağıda maddeler halinde listelenmiştir:

- Katılımcıların yaşı, cinsiyeti, medeni durumu, eğitimi ve gelir düzeyi alkol kullanımını etkilemekte midir?
- Katılımcıların yaşı, cinsiyeti, medeni durumu, eğitimi ve gelir düzeyi psikolojik dayanıklılığı etkilemekte midir?

- Katılımcıların yaşı, cinsiyeti, medeni durumu, eğitimi ve gelir düzeyi kişilik özelliklerini etkilemekte midir?

3. ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ

Araştırmanın evren seçiminde bireylerin sosyoekonomik düzeyleri dikkate alınmak sureti ile İstanbul ilçeleri arasından tercih yapılmıştır. Sosyoekonomik yapıyı mümkün olan en başarılı şekilde betimeleyeceği varsayımı ile araştırma evreni İstanbul ili Kadıköy, Bağcılar ve Beylikdüzü ilçelerinde ikamet eden ve alkol kullanan bireyler olarak belirlenmiştir. Bununla birlikte araştırmanın örneklem seçiminde rastgele örnekleme tekniği kullanılmış ve evren içerisinden belirlenen 420 kişi örnekleme temsil etmiştir.

4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Araştırma, veri toplama aracı olarak kullanılan anket formunda yer alan sorular ile sınırlıdır. Anket çalışmasının yapıldığı örneklemden alınan yanıtlar neticesinde ulaşılan bulgular ve teorik çerçeve araştırmanın bir diğer sınırlılığıdır.

5. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırma verilerin toplanmasında anket yöntemi kullanılmış olup, araştırma anket formunda 4 farklı ölçek yer almaktadır. Bu ölçeklerden ilki araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu olup; katılımcıların yaşı, cinsiyeti, medeni durumu, eğitimi ve gelir düzeyi hakkında bilgi toplamaktadır. Araştırmanın diğer 3 ölçeğine ilişkin bilgiler alt başlıklar halinde sunulmuştur.

5.1. Alkol Kullanım Bozuklukları Tanıma Testi

Alkol kullanışı olan toplumlarda alkolün bireylere olan zararının tespit edilmesi ile bu bireylerin tanımlanması adına geliştirilmiştir (Yapıcı, 2006). Aşırı şekilde alkol tüketen kişilere tanı konulamayabilir ve oluşan emareler ya da sorunlar içme davranışlarına bağlanamayabilir. AKBTT bu bireylerin tespit edilmesini ortaya

koyabildiği gibi içmenin risklerini, zararlı içmeleri ve alkol bağımlılıklarını da ifade eder. Yapılan bu test, 6 değişik ülkede Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafınca alkol kullanmanın zararlarını ölçmek maksadıyla oluşturulmuş olan projenin neticesinde geliştirilmiştir (Yapıcı, 2006). Birinci olarak 1989 senesinde DSÖ tarafından uygulanmıştır. İçme alışkanlıkları, alkol tüketimleri ve alkole ilişkin problemleri tespit eden 10 maddelik olan bir ölçektir.

Ölçeğin toplamdaki puanı 40 olup populasyon tetkiklerinde 8-11 arasında değişmekte olan değişik kesme noktaları olmakla beraber önerilmiş olan kesme noktası 8' dir. Aynı ölçekteki kendini değerlendirme biçimi de var olmaktadır. AKBTT adına önerilmiş olan kesme noktası alkol sebebiyle zarar görme ölçüsünü ortaya koyar. Birçok ülkede uygulanan çalışmada kesme noktası 8 şeklinde öngörülmüştür. "Alkol Kullanım Bozuklukları Tanıma Testi (AKBTT)" nin Türkçe olarak düzenlenmiş biçiminin geçerli ve güvenilirliği Ögel ve arkadaşları (2003) tarafınca oluşturulmuştur.

Araştırma kapsamında ölçekte yer alan sorular 6'lı likert tip skalaya uyarlanmıştır. Bununla birlikte, açık uçlu olan 3 adet soru çalışmaya dahil edilmemiş ve AKBTT 7 soruluk formda kullanılmıştır. Ölçeğe ilişkin güvenilirlik, faktör ve betimleyici istatistik değerleri alt başlıklar halinde sunulmuştur.

5.1.1. Ölçeğin Güvenirlik Analizi

Ölçeğe uygulanan güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach Alfa katsayısı 0,803 olarak tespit edilmiştir. Bu katsayı ölçeğin güvenilirliğinin iyi düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu aşamadan sonra, güvenilirlik yapısını bozan soru olup olmadığını tespit etmek amacı ile ölçeğe soru bazında güvenilirlik analizi yapılmıştır. Yapılan analiz neticesinde tüm soruların ortalama değerler çevresinde kümelendiği gözlemlenmiş ve hiçbir sorunun çıkarılmamasına karar verilmiştir.

Tablo 4. AKBTT Güvenirlik Analizi

	Madde Sil. Ort.	Madde Sil. Varyans	Düz. Mad. Top. Kor.	Madde Sil. C.Alfa
Alkollü içecekleri ne sıklıkta kullanırsınız?	7,851	11,611	,554	,790
Bir seferde 6 veya daha fazla standart içki içme sıklığınız?	8,609	12,528	,710	,742
Geçtiğimiz yıl içinde kaç kez içmeye başladıldıktan sonra alkol alımını durduramadınız?	8,729	13,148	,550	,776
Geçen yıl içinde alkollü içki içmeniz nedeniyle normalde sizden bekleneni yapmakta kaç kez başarısız oldunuz?	8,878	14,958	,532	,781
Geçen yıl fazla alkollü içki içtiğiniz bir gecenin sabahında kendinize gelebilmek için alkollü bir içki almanız kaç kez gerekti?	8,969	15,131	,561	,779
Geçen yıl kaç kez alkollü bir içki içtikten sonra suçluluk veya pişmanlık duyduğunuz oldu?	8,801	14,887	,420	,797
Geçen yıl içinde ne sıklıkta alkollü içki içtiğiniz için ertesi sabah bir önceki gece olanları hatırlayamadınız?	8,932	15,352	,646	,775

5.1.2. Ölçeğin Betimleyici İstatistikleri

Alkol Kullanım Bozuklukları Tanıma Testi'ne ait ortalama değer $1,45 \pm 0,37$; varyans ise 0,374 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin betimleyici istatistikleri Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5. AKBTT Betimleyici İstatistikler

	N	Ort.	Std. Sapma	Varyans
Alkol Kullanımı	420	1,4469	,61168	,374
Toplam	420			

5.2. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Yetişkinler adına Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Friborg ve arkadaşları tarafından 2003 yılında geliştirilmiştir ve 'kişisel güç', 'yapısal stil', 'sosyal yeterlilik', 'aile uyumu' ve 'sosyal kaynaklar' alt boyutlarını kapsamaktadır (Basım ve Çetin,

2011). Daha sonrasında yapılmış olan bir uygulama ölçekteki altı boyutlu yapı ile psikolojik olarak dayanıklılığa ait modeli daha iyi ifade ettiğini ortaya koymaktadır. Bir başka çalışmada ‘kişisel güç’ boyutları ‘kendilik algısı’ ile ‘gelecek algısı’ şeklinde ikiye kısma ayrılmış ve toplamda altı boyutlu olan bir yapı meydana gelmiştir. Ölçek içerisinde, ‘yapısal stil’ ile ‘gelecek algısı’ 4 adet madde; ‘aile uyumu’, ‘kendilik algısı’ ile ‘sosyal yeterlilik’ 6 adet madde ve ‘sosyal kaynaklar’ ise 7 adet maddeyle ölçülmüştür (Basım ve Çetin, 2011).

Ölçek içerisinde, maddelerin tercih sebebi olmasında önyargılı olan değerlendirmelerden kaçınabilmek adına, müspet ve menfi niteliklerin farklı taraflardan oluştuğu, yanıtlar adına ise beş adet ayrı kutucuğun yer almış olduğu bir format kullanılmıştır. Şematik şekilde uygulanan değerlendirme içerisinde psikolojik olarak dayanıklılığın yüksek ya da düşük biçimde ölçülmesinde puanlama şekilleri serbest konulmuştur. Ölçekteki geçerlilik çalışması adına doğrulayıcı olan faktör analizi uygulanmış ve altı faktörlü yapı toplamda %57’lik varyans bildirmiştir. Ayırt edici ile örtüşme geçerliliği adına Kişilik Ölçeği ve Sosyal Zeka Ölçeği uygulanmıştır. Ölçeğin güvenilirliği adına yapısal eşitlik modellerinin iç tutarlılık değerleri; ‘Kendilik Algısı’ adına 0.80, ‘Gelecek Algısı’ için 0.75, ‘Sosyal Yeterlilik’ adına 0.82, ‘Aile Uyumu’ için 0.86, ‘Sosyal Kaynaklar’ adına 0.84 ve ‘Yapısal Stil’ için 0.76 biçiminde elde edilmiştir (Basım ve Çetin. 2011). Özel eğitim okul öğretmenleriyle ortaya koyduğumuz çalışmanın sonucunda ölçeğin güvenilirliğini tespit etmek gayesiyle Cronbach alfa İç Tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Bulunmuş olan bu değer ölçeğin bütünü adına 0.87 olduğu tespit edilmiştir.

5.2.1. Ölçeğin Güvenirlik Analizi

Ölçeğe uygulanan güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach Alfa katsayısı 0,946 olarak tespit edilmiştir. Bu katsayı ölçeğin güvenilirliğinin mükemmel düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu aşamadan sonra, güvenilirlik yapısını bozan soru olup olmadığını tespit etmek amacı ile ölçeğe soru bazında güvenilirlik analizi yapılmıştır. Yapılan analiz neticesinde tüm soruların ortalama değerler çevresinde kümelendiği gözlemlenmiş ve hiçbir sorunun çıkarılmamasına karar verilmiştir.

Tablo 6. YİPDÖ Güvenirlik Analizi

	Madde		Madde	
	Madde	Sil.	Düz. Mad.	Sil.
	Sil. Ort.	Varyans	Top. Kor.	C.Alfa
Beklenmedik bir olay olduğunda her zaman çözüm bulurum.	143,880	582,494	,508	,945
Gelecek için yaptığım planların başarılması mümkündür.	143,761	577,822	,533	,945
En iyi olduğu durum, ulaşmak istediğim açık bir hedefimin olduğu durumlardır.	143,589	577,734	,506	,945
Diğer kişiler ile birlikte olmaktan hoşlanıyorum.	143,703	575,683	,541	,945
Ailemin, hayatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı benimkiyle aynıdır.	144,422	572,436	,516	,945
Kişisel konuları arkadaşlarımla/aile üyeleri ile tartışabilirim	144,077	582,157	,384	,946
Kişisel problemlerimi nasıl çözeceğimi bilirim.	143,694	574,627	,628	,944
Gelecekteki hedeflerimi nasıl başaracağımı bilirim.	143,713	572,306	,589	,944
Yeni bir işe/projeye başladığımda ayrıntılı bir planlamayı tercih ederim.	143,626	572,065	,561	,945
Benim için sosyal ortamlarda rahat/esnek olmak çok önemlidir.	143,453	581,689	,451	,946
Ailem ile birlikteyken kendimi çok mutlu hissederim.	143,624	568,535	,611	,944
Beni bazı yakın arkadaşlarımla/aile üyelerim cesaretlendirebilir.	143,865	574,167	,530	,945
Yeteneklerim olduğuna çok inanırım.	143,739	573,109	,523	,945
Geleceğimin ümit verici olduğunu hissediyorum.	143,732	563,988	,654	,944
Zamanımı planlama konusunda iyiyimdir.	144,071	570,465	,558	,945
Yeni arkadaşlık konusu kolayca yapabildiğim bir şeydir.	143,861	568,978	,544	,945
Ailem birbirine sıkı biçimde kenetlenmiş olarak tanımlanabilir.	143,866	561,913	,606	,944
Arkadaşlarımla arasındaki ilişkiler güçlüdür.	143,597	570,098	,620	,944
Yargılarımla ve kararlarıma tamamen güvenirim.	143,643	571,844	,670	,944
Geleceğe dönük amaçlarımla iyi düşünülmiştir.	143,785	566,751	,689	,944
Kurallar ve düzenli alışkanlıklar günlük yaşamımı kolaylaştırır.	143,993	574,269	,501	,945
Yeni insanlar ile tanışmak benim iyi olduğum bir konudur.	143,872	564,107	,601	,944
Zor zamanlarda ailem geleceğe pozitif bakar.	144,079	563,439	,605	,944
Ailemden birisi acil bir durumla karşılaştığında bana hemen haber verilir.	143,653	568,626	,583	,945
Diğerleriyle beraberken kolayca gülerim.	143,450	570,519	,593	,944
Başka kişiler söz konusu olduğunda ailem birbirlerine bağlı biçimde davranır.	143,675	562,426	,640	,944
Arkadaşlarımdan/aile üyelerinden destek alırım.	143,635	566,540	,649	,944
Zor zamanlarda beni başarıya götürecektir iyi bir şey bulma eğilimim vardır.	143,696	569,204	,640	,944
Karşılıklı konuşma için güzel konuların düşünülmesi, benim için kolaydır.	143,587	571,189	,614	,944
İhtiyacım olduğunda her zaman bana yardım edebilen birisi vardır.	143,664	567,791	,582	,945
Hayatımdaki kontrol edemediğim olaylar ile başa çıkmaya çalışırım.	143,499	573,173	,614	,944
Ailemde işleri hep beraber yapmayı severiz.	144,326	567,203	,530	,945
Yakın arkadaşlarımla/aile üyeleri yeteneklerimi beğenirler.	143,595	569,378	,641	,944

5.2.2. Faktör Analizi

Ölçeğe ilişkin faktör yapısının ortaya konulabilmesi adına öncelikli olarak faktöre uygunluk testi yapılmıştır. Faktöre uygunluğun belirlenebilmesi için KMO ve Bartlett's testleri kullanılmıştır. Faktör analizi sırasında herhangi bir soruya atanamayan ya da tek başına faktör oluşturulan soruların elenmesi sureti ile faktör analizleri tekrarlanmıştır. Toplamda faktör analizi 3 defa tekrarlanmış olup, ilk 2 faktör analizi verileri ekler bölümünde sunulmuştur. 28 soru üzerinden yapılan üçüncü ve son faktör analizi verileri aşağıda yer almaktadır.

Tablo 7. Kmo ve Bartlett's Testleri Sonuçları

Kaiser-Meyer-Olkin Örneklem Yeterliliği Ölçütü		,909
Bartlett's Küresellik Testi	Yaklaşık Ki-Kare Değeri	3435,788
	Serbestlik Derecesi	378
	Anlamlılık	,000

KMO değerinin 0,909 olması ölçeğin faktör analizine uygunluğunun mükemmel düzeyde olduğunu göstermektedir. Tablo 8'de açıklanan varyans tablosu yer almaktadır.

Tablo 8. Açıklanan Toplam Varyans Tablosu

Öğe	Başlıca Özdeğer Değerleri			Döndürme Öncesi			Döndürme Sonrası		
	Varyans Kümülatif			Varyans Kümülatif			Varyans Kümülatif		
	Toplam	%	%	Toplam	%	%	Toplam	%	%
1	10,905	38,945	38,945	10,905	38,945	38,945	5,227	18,667	18,667
2	2,746	9,806	48,751	2,746	9,806	48,751	4,240	15,143	33,809
3	1,689	6,033	54,785	1,689	6,033	54,785	3,029	10,819	44,628
4	1,231	4,397	59,181	1,231	4,397	59,181	2,665	9,518	54,146
5	1,131	4,039	63,220	1,131	4,039	63,220	2,541	9,074	63,220
6	,869	3,105	66,325						
7	,829	2,962	69,287						
8	,781	2,790	72,076						
9	,694	2,479	74,556						
10	,665	2,375	76,930						
11	,648	2,315	79,245						
12	,614	2,192	81,437						
13	,535	1,909	83,347						
14	,490	1,750	85,096						
15	,488	1,744	86,841						
16	,438	1,565	88,406						
17	,394	1,407	89,814						
18	,385	1,376	91,190						
19	,374	1,337	92,527						
20	,340	1,213	93,740						
21	,301	1,073	94,813						
22	,281	1,004	95,817						
23	,257	,917	96,734						
24	,229	,816	97,550						
25	,205	,733	98,284						
26	,190	,678	98,961						
27	,170	,606	99,568						
28	,121	,432	100,000						

Tabloya göre özdeğer değeri 1'in üzerinde olan 5 öge bulunmakta ve bu dört öge toplam varyansın %63,2'sini açıklamaktadır. Bu aşamadan sonra 0,4'ten düşük yük alan öğeler dışarıda bırakılmak sureti ile keşfedici faktör analizi yapılmıştır.

Tablo 9. Keşfedici Faktör Analizi

Aile Uyumu	
Ailem birbirine sıkı biçimde kenetlenmiş olarak tanımlanabilir.	,828
Zor zamanlarda ailem geleceğe pozitif bakar.	,776
Ailem ile birlikteyken kendimi çok mutlu hissederim.	,766
Başka kişiler söz konusu olduğunda ailem birbirlerine bağlı biçimde davranır.	,751
Ailemin, hayatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı benimkiyle aynıdır.	,746
Ailemde işleri hep beraber yapmayı severiz.	,739
Arkadaşlarımdan/aile üyelerinden destek alırım.	,631
Ailemden birisi acil bir durumla karşılaştığında bana hemen haber verilir.	,458
Beni bazı yakın arkadaşlarım/aile üyelerim cesaretlendirebilir.	,439
Kişisel Güç	
Gelecekteki hedeflerimi nasıl başaracağımı bilirim.	,802
Gelecek için yaptığım planların başarılması mümkündür.	,767
Geleceğimin ümit verici olduğunu hissediyorum.	,720
En iyi olduğu durum, ulaşmak istediğim açık bir hedefimin olduğu durumlardır.	,684
Geleceğe dönük amaçlarım iyi düşünülmüştür.	,621
Kişisel problemlerimi nasıl çözeceğimi bilirim.	,519
Zor zamanlarda beni başarıya götürecek iyi bir şey bulma eğilimim vardır.	,481
Sosyal Yeterlilik	
Yeni arkadaşlık konusu kolayca yapabildiğim bir şeydir.	,875
Yeni insanlar ile tanışmak benim iyi olduğum bir konudur.	,851
Diğer kişiler ile birlikte olmaktan hoşlanıyorum.	,668
Arkadaşlarımdan arasındaki ilişkiler güçlüdür.	,516
Sosyal Kaynaklar	
Yeteneklerim olduğuna çok inanırım.	,730
Yakın arkadaşlarım/aile üyeleri yeteneklerimi beğenirler.	,719
Diğerleriyle beraberken kolayca gülerim.	,609
Karşılıklı konuşma için güzel konuların düşünülmesi, benim için kolaydır.	,474
Yapısal Stil	
Yeni bir işe/projeye başladığımda ayrıntılı bir planlamayı tercih ederim.	,717
Kurallar ve düzenli alışkanlıklar günlük yaşamımı kolaylaştırır.	,664
Zamanımı planlama konusunda iyiyimdir.	,637
Hayatımdaki kontrol edemediğim olaylar ile başa çıkmaya çalışırım.	,503

Faktör analizi neticesinde oluşan 5 faktöre ait dağılımlar tabloda gözlenmektedir. Faktör analizi sonrasında oluşan alt boyutlar için güvenilirlik analizi tekrarlanmış ve tüm boyutlar için de Cronbach Alfa değeri 0,90'ın üzerinde bulunmuştur. Bu sonuç alt boyutlara ilişkin güvenilirlik seviyesinin mükemmel olduğunu göstermektedir.

5.2.3. Ölçeğin Betimleyici İstatistikleri

TİPDÖ'nin alt boyutlarının ortalamaları yakın değerlerde kümelenmiştir. Sosyal kaynaklar $4,67 \pm 0,94$ ile en yüksek ortalamayı alırken, aile uyumu $4,36 \pm 1,00$ ile düşük ortalamaya sahip olmuştur. İlgili değerler Tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10. YİPDÖ Betimleyici İstatistikleri

	N	Ort.	Std. Sapma	Varyans
Aile Uyumu	420	4,3582	,99962	,999
Kişisel Güç	420	4,5534	,87850	,772
Sosyal Yeterlilik	420	4,5049	1,04984	1,102
Sosyal Kaynaklar	420	4,6705	,94273	,889
Yapısal Stil	420	4,4662	,92954	,864
Toplam	420			

5.3. Beş Büyük Faktör Kişilik Envanteri

Çalışmada kullanılmış olan bu ölçek, Gümüş (2009)'un "Kültür, Değerler, Kişilik ve Siyasal İdeoloji Arasındaki İlişkiler: Kültürlerarası Bir Karşılaştırma (Türkiye-ABD)", ismindeki doktora tezinden alınmış durumdadır. Ölçek toplamda 44 maddeden meydana gelmektedir. İlgili olan doktora tezinde yapılmış olan irdelemede ölçek ile alakalı aşağıdaki veriler bulunmuştur;

"Beş Faktör Kişilik Ölçeği (BFKÖ) John, Donahue ve Kentle tarafınca 1991 yılında geliştirilmiştir (Gümüş, 2009). Bu ölçekle ilgili bireylerin kendilerini ve karakter niteliklerini vasıflandırmada kullanmış oldukları birtakım ifadeler vardır. Katılımcılardan tüm ifadeleri okumaları ve umumi biçimde kendilerini ne şekilde betimlediklerini, uygun olan rakamı işaretleyip bildirmeleri arzu edilmektedir.

Ölçek, Alkan tarafınca 2007 senesinde dilimize uyarlanmış olup güvenilirlik tetkiki yapılmıştır. 305 Üniversite öğrencisiyle yapılmış olan çalışmada ölçekteki iç tutarlılık katsayısı, 87 şeklinde elde edilmiş ve faktördeki çözümlene orijinal olan ölçeğin faktör yapısına tamamıyla uygun 5 unsur (alt ölçek) biçiminde ortaya konulmuştur (Gümüş, 2009, s.141-142).

5.3.1. Ölçeğin Güvenirlik Analizi

Ölçeğe uygulanan ilk güvenirlilik analizi sonucunda Cronbach Alfa katsayısı 0,816 olarak tespit edilmiştir. Bu katsayı ölçeğin güvenirliliğinin iyi düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu aşamadan sonra, güvenirlilik yapısını bozan soru olup olmadığını tespit etmek amacı ile ölçeğe soru bazında güvenirlilik analizi yapılmıştır. Yapılan analiz neticesinde 7 sorunun güvenirlilik yapısını bozduğuna karar verilmiştir. Bununla birlikte yapılan faktör analizleri sonucunda da toplam 12 sorunun çıkarılmasına karar verilmiş ve bu soruların ölçekten çıkarılması sonucunda kalan 32 madde ile güvenirlilik analizi tekrarlanmıştır. Yapılan analiz neticesinde Cronbach Alfa değeri 0,864 olarak bulunmuştur. Bu veriye göre ölçeğin güvenirlilik düzeyi iyi olarak tanımlanabilir.

Tablo 11. BBFKE Güvenirlik Tablosu

	Madde	Madde Sil.	Düz. Mad.	Madde Sil.
	Sil. Ort.	Varyans	Top. Kor.	C.Alfa
Konuşkan biriyim	185,034	317,252	,545	,788
Başkalarının hatasını bulmaya yatkınım	185,215	337,619	,106	,802
Bir işi tam yaparım	184,591	324,458	,436	,792
Karamsar, hüzünlü biriyim	186,578	354,977	-,234	,813
Orijinal biriyim, yeni fikirler üretirim	185,131	327,036	,365	,794
İçine kapanık biriyim	184,584	321,863	,427	,791
Yardımseverim	184,301	326,307	,467	,792
Bazen dikkatsiz davranabiliyorum	185,895	340,148	,073	,802
Rahatım, strese girmem	185,029	345,869	-,061	,808
Pek çok şeyi merak ederim	185,058	329,748	,269	,797
Enerji doluyum	185,089	322,208	,463	,791
Başkaları ile ağız dalaşı (sözlü kavga) başlatırım	184,476	340,742	,045	,804
Bir görevin (çalışma, ödev, iş) verilmesi için güvenilir biriyim	184,205	320,274	,619	,788
Gergin olabilirim	185,655	345,229	-,046	,806
Zeki, derin düşünebilen biriyim	184,612	327,077	,443	,793
Diğer insanları heveslendiririm	184,957	318,926	,531	,789
Bağışlayıcıyım	184,902	327,342	,307	,796
Dağınık biriyim, çok derli toplu biri değilim	185,136	338,763	,055	,805
Endişeli biriyim	186,077	344,350	-,034	,807
Hayal gücüm kuvvetlidir	184,702	330,894	,268	,797
Sessizim	184,949	320,525	,406	,792
Başka insanların güvendiği biriyim	184,090	326,131	,516	,791
Tembel olmaya eğilimliyim	185,104	328,056	,274	,797
Duygusal olarak dengeliyim, kolay kolay mutsuz olmam	185,580	352,938	-,192	,813
Yaratıcıyım	185,007	321,199	,528	,789
Çekingen değilim, girişkenim	185,075	312,930	,581	,786
Başka insanlara karşı soğuk ve ilgisizim	184,524	324,160	,429	,792
Bir işi bitirmeden yarım bırakmam	184,793	323,176	,422	,792
Duygu durumum değişkendir	185,710	346,951	-,082	,809
Sanatsal ve estetik şeyler benim için önemlidir	184,820	330,248	,264	,797
Bazen utangaç ve çekingenim	185,561	332,195	,193	,800
Herkese karşı düşünceli ve saygılıyım	184,517	326,924	,407	,793
Yaptığım şeyleri etkin, hakkını vererek, iyi yaparım	184,344	323,136	,569	,790
Gergin durumlarda, ortamlarda sakin kalabilirim	186,041	347,810	-,098	,809
Rutin, tek düze şeyleri yapmayı tercih ederim	184,921	332,362	,225	,798
Dışa dönük sosyal biriyim	184,882	312,765	,610	,785
Bazen diğer insanlara kaba davranırım	184,723	335,833	,159	,800
Plan yapar ve bu planları uygularım	185,286	321,386	,450	,791
Çabuk heyecanlanırım	185,470	328,679	,272	,797
Fikirlerle oynamayı, benim için ne anlama geldikleri üzerinde düşünmeyi severim	184,729	330,718	,281	,796
Sanata karşı pek ilgili değilim	184,525	338,113	,092	,803
Başkaları ile yardımlaşmayı severim	184,291	324,913	,482	,791
Dikkatim çabuk dağılır	185,653	338,502	,067	,804
Sanat, müzik ve edebiyatla ilgiliyimdir	184,719	328,694	,305	,796

5.3.2. Faktör Analizi

Ölçeğe ilişkin faktör yapısının ortaya konulabilmesi adına öncelikli olarak faktöre uygunluk testi yapılmıştır. Faktöre uygunluğun belirlenebilmesi için KMO ve Bartlett's testleri kullanılmıştır. Faktör analizi sırasında herhangi bir soruya atanamayan ya da tek başına faktör oluşturulan soruların elenmesi sureti ile faktör analizleri tekrarlanmıştır. Toplamda faktör analizi 3 defa tekrarlanmış olup, ilk 2 faktör analizi verileri ekler bölümünde sunulmuştur. 32 soru üzerinden yapılan üçüncü ve son faktör analizi verileri aşağıda yer almaktadır.

Tablo 12. Kmo ve Bartlett's Testleri Sonuçları

Kaiser-Meyer-Olkin Örneklem Yeterliliği Ölçütü		,849
Bartlett's Küresellik Testi	Yaklaşık Ki-Kare Değeri	2906,561
	Serbestlik Derecesi	496
	Anlamlılık	,000

KMO değerinin 0,849 olması ölçeğin faktör analizine uygunluğunun iyi düzeyde olduğunu göstermektedir. Tablo 15'de açıklanan varyans tablosu yer almaktadır.

Tablo 13. Açıklanan Toplam Varyans Tablosu

Öge	Başka Özdeğer Değerleri			Döndürme Öncesi			Döndürme Sonrası		
	Toplam	Varyans %	Kümülatif %	Toplam	Varyans %	Kümülatif %	Toplam	Varyans %	Kümülatif %
1	7,405	23,139	23,139	7,405	23,139	23,139	4,931	15,408	15,408
2	3,413	10,667	33,806	3,413	10,667	33,806	4,824	15,075	30,483
3	2,498	7,806	41,612	2,498	7,806	41,612	2,593	8,103	38,585
4	2,282	7,131	48,743	2,282	7,131	48,743	2,589	8,089	46,675
5	1,878	5,869	54,612	1,878	5,869	54,612	2,540	7,937	54,612
6	1,485	4,641	59,253						
7	,953	2,977	62,230						
8	,898	2,807	65,037						
9	,890	2,782	67,820						
10	,824	2,576	70,396						
11	,803	2,508	72,904						
12	,677	2,115	75,019						
13	,649	2,029	77,048						
14	,629	1,966	79,014						
15	,596	1,862	80,876						
16	,548	1,713	82,589						
17	,534	1,668	84,257						
18	,511	1,597	85,854						
19	,478	1,495	87,349						
20	,437	1,364	88,713						
21	,415	1,296	90,010						
22	,401	1,254	91,264						
23	,370	1,157	92,422						
24	,347	1,084	93,505						
25	,322	1,005	94,510						
26	,301	,940	95,450						
27	,290	,907	96,357						
28	,277	,865	97,222						
29	,265	,829	98,051						
30	,229	,716	98,768						
31	,215	,673	99,441						
32	,179	,559	100,000						

Tabloya göre Özdeğer değeri 1'in üzerinde olan 5 öge bulunmakta ve bu dört öge toplam varyansın %54,1'ini açıklamaktadır. Bu aşamadan sonra 0,4'ten düşük yük alan ögeler dışarıda bırakılmak sureti ile keşfedici faktör analizi yapılmıştır.

Tablo 14. Keşfedici Faktör Analizi

Açıklık	
Yaptığım şeyleri etkin, hakkını vererek, iyi yaparım	,796
Bir işi tam yaparım	,731
Bir işi bitirmeden yarım bırakmam	,725
Bir görevin (çalışma, ödev, iş) verilmesi için güvenilir biriyim	,720
Herkese karşı düşünceli ve saygılıyım	,677
Başka insanların güvendiği biriyim	,574
Yardımseverim	,568
Başkaları ile yardımlaşmayı severim	,566
Plan yapar ve bu planları uygularım	,489
Zeki, derin düşünebilen biriyim	,432
Duygusal Dengesizlik	
Çekingen değilim, girişkenim	,798
Dışa dönük sosyal biriyim	,794
Konuşkan biriyim	,791
İçine kapanık biriyim	,707
Sessizim	,705
Enerji doluyum	,647
Bazen utangaç ve çekingenim	,577
Başka insanlara karşı soğuk ve ilgisizim	,550
Dışa Dönüklük	
Sanatsal ve estetik şeyler benim için önemlidir	,787
Sanat, müzik ve edebiyatla ilgiliyimdir	,680
Sanata karşı pek ilgili değilim	,656
Yaratıcıyım	,551
Hayal gücüm kuvvetlidir	,459
Geçimlilik	
Başkaları ile ağız dalaşı (sözlü kavga) başlatırım	,700
Bazen diğer insanlara kaba davranırım	,660
Başkalarının hatasını bulmaya yatkınım	,592
Bağışlayıcıyım	,455
Sorumluluk	
Dikkatim çabuk dağılır	,688
Çabuk heyecanlanırım	-,620
Bazen dikkatsiz davranabiliyorum	,606
Tembel olmaya eğilimliyim	,562

Faktör analizi neticesinde oluşan 5 faktöre ait dağılımlar tabloda gözlenmektedir. Faktör analizi sonrasında oluşan alt boyutlar için güvenilirlik analizi tekrarlanmış ve tüm boyutlar için de Cronbach Alfa değeri 0,80'in üzerinde bulunmuştur. Bu sonuç alt boyulara ilişkin güvenilirlik seviyesinin iyi olduğunu göstermektedir.

5.3.3. Ölçeğin Betimleyici İstatistikleri

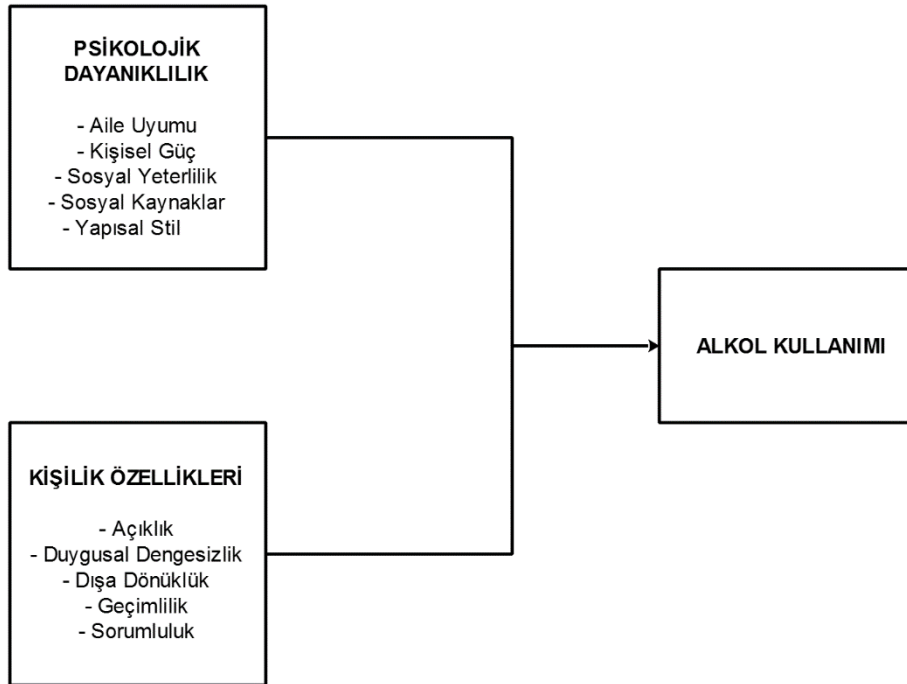
BBFE'nin alt boyutlarından sorumluluk $4,82 \pm 0,76$ ile en yüksek ortalamayı alırken, duygusal dengesizlik $3,78 \pm 0,74$ ile en düşük ortalamaya sahip olmuştur. İlgili değerler Tablo 15'te sunulmuştur.

Tablo 15. BBFKE Betimleyici İstatistikler

	N	Ort.	Std. Sapma	Varyans
Açıklık	420	4,5841	,77957	,608
Duygusal Dengesizlik	420	3,7845	,73827	,545
Dışa Dönüklük	420	4,3526	1,00261	1,005
Geçimlilik	420	4,4860	,92474	,855
Sorumluluk	420	4,8240	,76218	,581
Toplam	420			

6. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Araştırma kapsamında üretilen hipotezlerin modellenmesi Şekil 2'de sunulmuştur.



Şekil 2. Araştırmanın Modeli

7. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ

H₁: Açıklık, alkol kullanımı üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etki yapmaktadır.

H₂: Duygusal dengesizlik, alkol kullanımı üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etki yapmaktadır.

H₃: Dışa dönüklük, alkol kullanımı üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etki yapmaktadır.

H₄: Geçimlilik, alkol kullanımı üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etki yapmaktadır.

H₅: Sorumluluk, alkol kullanımı üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etki yapmaktadır.

H₆: Aile uyumu, alkol kullanımı üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etki yapmaktadır.

H₇: Kişisel güç, alkol kullanımı üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etki yapmaktadır.

H₈: Sosyal yeterlilik, alkol kullanımı üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etki yapmaktadır.

H₉: Sosyal kaynaklar, alkol kullanımı üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etki yapmaktadır.

H₁₀: Yapısal stil, alkol kullanımı üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etki yapmaktadır.

8. VERİLERİN TOPLANMASI VE ANALİZİ

Verilerin toplanması amacı ile oluşturulan anket formu katılımcılara basılı formatta iletilmiştir. Teslim alınan toplam 443 anket formundan 23 tanesinin analizlere uygun olmaması nedeni 420 data üzerinden analizler gerçekleştirilmiştir. Analizlerin yapılmasında SPSS 23.00 programı kullanılmıştır. Hipotezlerin sınanmasında korelasyon, fark analizlerinde ise Mant-test ve ANOVA testleri kullanılmıştır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırmaya ilişkin bulgular üç farklı başlık halinde sunulmuştur. Bunlar; katılımcı profiline ilişkin bulgular, hipotezlerin sınanması ve fark analizleridir.

1. KATILIMCI PROFİLİNE İLİŞKİN BULGULAR

Bu başlık altında katılımcılara ilişkin yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi ve gelir düzeyine ilişkin frekans ve yüzdelere yer verilmiştir.

Tablo 16. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

	Frekans	Yüzde
Yaş		
18-23	86	20,5
24-29	174	41,4
30-35	54	12,9
36-41	34	8,1
42-47	28	6,7
48-53	20	4,8
54 ve üzeri	24	5,7
Toplam	420	100,0
Cinsiyet		
Kadın	292	69,5
Erkek	128	30,5
Toplam	420	100,0
Medeni Durum		
Bekar	282	67,1
Evli	138	32,9
Toplam	420	100,0
Eğitim Düzeyi		
İlk ve Orta	16	3,8
Lise	46	11,0
Üniversite	246	58,6
Yüksek Lisans	102	24,3
Doktora	10	2,4
Toplam	420	100,0
Ekonomik Düzey		
Hiç düşünmeden harcama yapabilirim	12	2,9
Rahat harcama yapabilirim	78	18,6
Sıkılmadan harcama yapabilirim	90	21,4
Düşünerek harcama yapabilirim	214	51,0
Temel ihtiyaçlarım dışında oldukça zor harcama yapabilirim	20	4,8
Temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum.	6	1,4
Toplam	420	100,0

Katılımcıların cinsiyeti incelendiğinde, katılımcıların büyük çoğunluğunun %69,5’lik bir oran ile kadınlardan oluştuğu, erkeklerin oranının ise %30,5’te kaldığı görülmüştür.

Katılımcıların yaşı incelendiğinde, 24-29 yaş aralığındakiler %41,4’lük bir oran ile en büyük grubu oluşturmaktadır. İkinci büyük grubu %20,5’lik oran ile 18-23 yaş aralığındakiler ve en küçük grubu ise %4,8’lik oran ile 48-53 yaş aralığındakiler oluşturmaktadır.

Katılımcıların medeni durumu incelendiğinde, %67,1'i bekâr iken, evli olan katılımcıların oranı ise %32,9'dur.

Katılımcıların eğitim düzeyi incelendiğinde, %3,8'i ilk ve orta öğretim, %11'i lise, %58,6'sı üniversite, %24,3'ü yüksek lisans ve %2,4'ü doktora eğitim düzeyine sahiptir.

Katılımcıların ekonomik düzeyi incelendiğinde; katılımcıların %51'i düşünerek harcama yapabilirim cevabını vermiştir ve en büyük grubu oluşturmuştur. En küçük grup olan temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum cevabını verenlerin oranı ise %1,4'tür.

2. HİPOTEZLERİN SINANMASI

Araştırma kapsamında oluşturulan hipotezler basit doğrusal regresyon analizi ile sınanmıştır. Alkol kullanımı üzerindeki etkisi araştırılan psikolojik dayanıklılık ve kişilik özellikleri, ayrı alt başlıklar şeklinde değerlendirilmiştir.

2.1. Alkol Kullanımının, Psikolojik Dayanıklılık Tarafından Yordanmasına Yönelik Basit Doğrusal Regresyon Analizi

Alkol kullanımının psikolojik dayanıklılık alt boyutlarının her biri tarafından ayrı ayrı yordanmasını ele almak adına basit doğrusal regresyon yapılmıştır. Elde edilen regresyon çıktıları tek bir tabloda birleştirilmiş ve Tablo 17'de sunulmuştur.

Tablo 17. Alkol Kullanımının, Psikolojik Dayanıklılık Tarafından Yordanmasına Yönelik Basit Doğrusal Regresyon Analizi Tablosu

Değişken	R ²	R ² _{adj}	F	β	T	p
Aile Uyumu	,002	,001	,694	-0,25	-,833	,405
Kişisel Güç	,004	,002	1,713	-,044	-1,309	,191
Sosyal Yeterlilik	,006	,003	2,442	-,044	-1,563	,119
Sosyal Kaynaklar	,000	,002	,192	,014	,438	,662
Yapısal Stil	,002	-,001	,701	-,027	-,837	,403

Tabloda bağımlı değişken olan alkol kullanımının psikolojik dayanıklılık faktörlerinin hiçbirisi tarafından anlamlı bir şekilde yordanmadığı görülmüştür. Bu sonuca göre kurulan H₁, H₂, H₃, H₄ ve H₅ hipotezleri reddedilmiştir. Elde edilen çıktılar göstermektedir ki, psikolojik dayanıklılığın alkol kullanımı üzerinde herhangi bir etkisi bulunmamaktadır.

2.2. Alkol Kullanımının, Kişilik Özellikleri Tarafından Yordanmasına Yönelik Basit Doğrusal Regresyon Analizi

Alkol kullanımını yordama durumu test edilen bir diğer bağımsız değişken olan kişilik özelliklerinin her bir alt boyutu için ayrı ayrı basit doğrusal regresyon yapılmıştır. Regresyon analizlerinden elde edilen bulgular tek tabloda birleştirilmek sureti ile Tablo 18’de sunulmuştur.

Tablo 18. Alkol Kullanımının, Kişilik Özellikleri Tarafından Yordanmasına Yönelik Basit Doğrusal Regresyon Analizi Tablosu

Değişken	R ²	R ² _{adj}	F	β	T	p
Açıklık	,002	,000	,900	,036	,949	,343
Duygusal Dengesizlik	,027	,025	11,635	-,136	-3,411	,001
Dışa Dönüklük	,010	,007	4,024	-,060	-2,006	,046
Geçimlilik	,004	,002	1,666	-,042	-1,291	,197
Sorumluluk	,004	,001	1,502	-,048	-1,225	,221

Tabloda bağımsız değişkenlerden duygusal dengesizlik, bağımlı değişken olan alkol kullanımına ait varyansın %3’ünü açıklamaktadır. Bu sonuca göre, alkol kullanım düzeyinin %3’ü duygusal dengesizlik kişilik özelliğine bağlıdır. Duygusal dengesizliğin varyansa olan bu katkısının istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (F=11,635; p=0,001<0,05). Elde edilen bu bulguya göre H₇ hipotezi kabul edilmiştir.

Bir bağımsız değişken olan dışa dönüklük, bağımlı değişken olan alkol kullanımına ait varyansın %1’ini açıklamaktadır. Bu sonuca göre, alkol kullanım düzeyinin %1’i dışa dönüklük kişilik özelliğine bağlıdır. Dışa dönüklüğün varyansa

olan bu katkısının istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (F=4,024; p=0,046<0,05). Elde edilen bu bulguya göre H₈ hipotezi kabul edilmiştir.

Tabloda yer alan diğer bağımsız değişkenler açıklık, geçimlilik ve sorumluluğun bağımsız değişken olan alkol kullanımını üzerinde herhangi anlamlı bir etkisinin olmadığı saptanmıştır (p>0,05). Bu sonuca göre; H₆, H₉, H₁₀ hipotezleri reddedilmiştir.

3. FARK ANALİZLERİ

Bu bölümde katılımcıların kişisel özelliklerinin psikolojik dayanıklılık, kişilik özellikleri ve alkol kullanımını üzerindeki etkisine ilişkin sonuçlara yer verilmiştir.

3.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri ile Beş Faktör Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkilere yönelik Testler

Katılımcıların beş faktör kişilik özelliklerinin cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için t-test analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, kişilik özelliklerinden duygusal dengesizlik ve geçimliliğin katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Analiz sonucuna göre, her iki kişilik özelliğinde de kadın katılımcıların ortalama puanları erkek katılımcılardan daha yüksektir. Elde edilen bulgular tablo 19’da sunulmuştur.

Tablo 19. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Cinsiyet Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Açıklık	Kadın	292	4,6202	,74947	,934	,172
	Erkek	128	4,5018	,84152		
Duygusal Dengesizlik	Kadın	292	3,8319	,70897	4,022	,047
	Erkek	128	3,6765	,79347		
Dışa Dönüklük	Kadın	292	4,3953	,98803	,112	,196
	Erkek	128	4,2553	1,03245		
Geçimlilik	Kadın	292	4,5503	,80413	20,976	,031
	Erkek	128	4,3394	1,14390		
Sorumluluk	Kadın	292	4,8265	,73445	5,460	,917
	Erkek	128	4,8181	,82495		

Katılımcıların beş faktör kişilik özelliklerinin medeni duruma göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için t-test analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, tüm kişilik özelliklerinin katılımcıların medeni durumuna göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, açıklık, duygusal dengesizlik, dışa dönüklük, geçimlilik ve sorumluluk kişilik özelliklerinde evli katılımcıların ortalamalarının bekar katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durumun; evlilerin gerek toplumdaki gerekse iş hayatındaki bazı avantajlarından ve bekarların bazı dezavantajlarından kaynaklanmakta olduğu düşünülmektedir. Analize ilişkin detaylı bilgiler tablo 20’de sunulmuştur.

Tablo 20. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Medeni Durum Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Açıklık	Bekar	282	4,4954	,77850	,798	,001
	Evli	138	4,7655	,75251		
Duygusal Dengesizlik	Bekar	282	3,6353	,70450	,433	,000
	Evli	138	4,0895	,71375		
Dışa Dönüklük	Bekar	282	4,2500	,97387	,195	,003
	Evli	138	4,5623	1,03110		
Geçimlilik	Bekar	282	4,3695	,88829	,383	,000
	Evli	138	4,7243	,95488		
Sorumluluk	Bekar	282	4,7214	,74372	,041	,000
	Evli	138	5,0335	,75916		

Katılımcıların kişilik özelliklerinin yaşa göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için ANOVA analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, sorumluluk kişilik özelliği haricindeki bütün kişilik özelliklerinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, açıklık kişilik özelliğinde en yüksek ortalamanın 54 ve üstü yaş aralığında, en düşük ortalamanın 42-47 yaş aralığında; duygusal dengesizlik, dışa dönüklük ve geçimlilik kişilik özelliklerinde en yüksek ortalamanın 54 ve üzeri yaş grubunda, en düşük ortalamanın ise 18-23 yaş grubunda olduğu görülmektedir. Analize ilişkin detaylar Tablo 21’de sunulmuştur.

Tablo 21. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Yaş Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Açıklık	18-23	86	4,5804	,76762	2,331	,032
	24-29	174	4,4911	,79330		
	30-35	54	4,8580	,66305		
	36-41	34	4,5674	,76999		
	42-47	28	4,4204	,92084		
	48-53	20	4,5788	,74878		
	54 ve üzeri	24	4,8744	,68935		
	Duygusal Dengesizlik	18-23	86	3,5407		
24-29		174	3,7113	,69335		
30-35		54	3,9338	,94445		
36-41		34	3,8705	,56946		
42-47		28	4,0536	,76646		
48-53		20	3,9895	,45394		
54 ve üzeri		24	4,2468	,41918		
Dışa Dönüklük		18-23	86	4,2012	1,02761	2,710
	24-29	174	4,2184	1,01362		
	30-35	54	4,5046	1,14692		
	36-41	34	4,4811	,92973		
	42-47	28	4,5233	,87709		
	48-53	20	4,7653	,59577		
	54 ve üzeri	24	4,8006	,72175		
	Geçimlilik	18-23	86	4,2334	,99663	
24-29		174	4,3443	,87846		
30-35		54	4,8148	,75421		
36-41		34	4,8971	,84861		
42-47		28	4,4286	1,08623		
48-53		20	4,6500	,83666		
54 ve üzeri		24	5,0273	,75415		
Sorumluluk		18-23	86	4,8244	,67200	1,812
	24-29	174	4,7356	,76578		
	30-35	54	4,8116	,91704		
	36-41	34	4,7632	,61370		
	42-47	28	5,0317	,84179		
	48-53	20	5,0444	,63716		
	54 ve üzeri	24	5,1511	,76561		

Katılımcıların kişilik özelliklerinin eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için ANOVA analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, yalnızca sorumluluk kişilik özelliğinde anlamlı bir farklılık olduğu

görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, sorumluluk kişilik özelliğinde en yüksek ortalamanın ilk ve orta eğitim düzeyinde, en düşük ortalamanın ise doktora eğitim düzeyinde olduğu görülmektedir. Analize ilişkin detaylar Tablo 22’de sunulmuştur.

Tablo 22. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Eğitim Düzeyi Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Açıklık	İlk ve Orta	86	4,4241	,90355	,847	,496
	Lise	174	4,6665	,72777		
	Üniversite	54	4,6221	,79030		
	Yüksek Lisans	34	4,4891	,75803		
	Doktora	28	4,5000	,77778		
Duygusal Dengesizlik	İlk ve Orta	86	4,0889	,81498	1,263	,284
	Lise	174	3,6585	,96526		
	Üniversite	54	3,8130	,70858		
	Yüksek Lisans	34	3,7283	,63108		
	Doktora	28	3,7500	1,08012		
Dışa Dönüklük	İlk ve Orta	86	4,6786	,74561	1,299	,270
	Lise	174	4,5556	,92434		
	Üniversite	54	4,3388	1,01325		
	Yüksek Lisans	34	4,2728	,99535		
	Doktora	28	4,0500	1,39841		
Geçimlilik	İlk ve Orta	86	4,7500	,81650	,841	,499
	Lise	174	4,6229	,92265		
	Üniversite	54	4,4816	,93580		
	Yüksek Lisans	34	4,3922	,92042		
	Doktora	28	4,5000	,88192		
Sorumluluk	İlk ve Orta	86	5,1639	,73598	5,059	,001
	Lise	174	5,0123	,77133		
	Üniversite	54	4,8645	,72625		
	Yüksek Lisans	34	4,6535	,75302		
	Doktora	28	4,1556	1,09017		

Katılımcıların kişilik özelliklerinin ekonomik düzeylerine göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için ANOVA analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, sadece dışa dönüklük kişilik özelliğinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, dışa dönüklük kişilik özelliğinde en yüksek ortalamanın sıkılmadan harcama yapabilenlerde, en düşük ortalamanın ise

temel ihtiyaçlarını bile zor karşılayabilenlerde olduğu görülmektedir. Analize ilişkin detaylar Tablo 23'te sunulmuştur.

Tablo 23. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Ekonomik Düzey Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Açıklık	Hiç düşünmeden harcama yapabilirim	12	4,8056	1,08905	,522	,759
	Rahat harcama yapabilirim	78	4,6655	,81540		
	Sıklımadan harcama yapabilirim	90	4,5567	,70232		
	Düşünerek harcama yapabilirim	214	4,5459	,77057		
	Temel ihtiyaçlarım dışında oldukça zor harcama yapabilirim	20	4,6575	,98383		
	Temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum	6	4,6111	,08607		
	Duygusal Dengesizlik					
Dışa Dönüklük	Hiç düşünmeden harcama yapabilirim	12	3,7500	,89188	2,658	,022
	Rahat harcama yapabilirim	78	3,7976	,84944		
	Sıklımadan harcama yapabilirim	90	3,8310	,58633		
	Düşünerek harcama yapabilirim	214	3,7924	,72518		
	Temel ihtiyaçlarım dışında oldukça zor harcama yapabilirim	20	3,4961	,83938		
	Temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum	6	3,6667	1,10303		
	Geçimlilik					
Sorumluluk	Hiç düşünmeden harcama yapabilirim	12	4,8333	,94948	1,620	,153
	Rahat harcama yapabilirim	78	4,6410	1,05497		
	Sıklımadan harcama yapabilirim	90	4,3111	,91822		
	Düşünerek harcama yapabilirim	214	4,4656	,89341		
	Temel ihtiyaçlarım dışında oldukça zor harcama yapabilirim	20	4,6750	,68872		
	Temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum	6	4,5000	,59161		
	Hiç düşünmeden harcama yapabilirim	12	4,8889	,88636		
Rahat harcama yapabilirim	78	4,8768	,79458			
Sıklımadan harcama yapabilirim	90	4,7481	,75833			
Düşünerek harcama yapabilirim	214	4,8398	,73119			
Temel ihtiyaçlarım dışında oldukça zor harcama yapabilirim	20	4,9752	,88623			
Temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum	6	4,0741	,54735			

3.2. Katılımcıların Demografik Özellikleri ile Psikolojik Dayanıklılık Özellikleri Arasındaki İlişkilere yönelik Testler

Katılımcıların psikolojik dayanıklarının cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için t-test yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, psikolojik dayanıklılığın boyutları ile katılımcıların cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Analize ilişkin detaylar Tablo 24’te sunulmuştur.

Tablo 24. Psikolojik Dayanıklılık ve Cinsiyet Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Aile Uyumu					3,256	,685
	Kadın	292	4,3447	,97951		
	Erkek	128	4,3889	1,04734		
Kişisel Güç					1,054	,663
	Kadın	292	4,5415	,90647		
	Erkek	128	4,5805	,81386		
Sosyal Yeterlilik					,370	,902
	Kadın	292	4,5091	1,06539		
	Erkek	128	4,4955	1,01753		
Sosyal Kaynaklar					,004	,299
	Kadın	292	4,6385	,93503		
	Erkek	128	4,7435	,95976		
Yapısal Stil					1,965	,865
	Kadın	292	4,4715	,90863		
	Erkek	128	4,4542	,97916		

Katılımcıların psikolojik dayanıklarının medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için t-test yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda aile uyumu, sosyal yeterlilik ve yapısal stil boyutlarının katılımcıların medeni durumlarına göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, aile uyumu, sosyal yeterlilik ve yapısal stil boyutlarının her birinde evlilerin daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Analize ilişkin detaylar Tablo 25’te sunulmuştur.

Tablo 25. Psikolojik Dayanıklılık ve Medeni Durum Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Aile Uyumu	Bekar	282	4,2606	,97177	,233	,005
	Evli	138	4,5575	1,02933		
Kişisel Güç	Bekar	282	4,5694	,84944	,114	,607
	Evli	138	4,5207	,93744		
Sosyal Yeterlilik	Bekar	282	4,4025	1,01379	,611	,005
	Evli	138	4,7142	1,09413		
Sosyal Kaynaklar	Bekar	282	4,6085	,89983	1,833	,065
	Evli	138	4,7972	1,01651		
Yapısal Stil	Bekar	282	4,3907	,91140	0,40	,019
	Evli	138	4,6207	,95030		

Katılımcıların psikolojik dayanıklılarının yaşa göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için ANOVA analizi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda, yalnızca kişisel güç boyutunun yaşa göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, kişisel güç boyutunda en yüksek ortalamanın 18-23 yaş aralığında, en düşük ortalamanın ise 42-47 yaş aralığında olduğu görülmektedir. Analize ilişkin detaylar Tablo 26'da sunulmuştur.

Tablo 26. Psikolojik Dayanıklılık ve Yaş Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Aile Uyumu					1,708	,118
	18-23	86	4,2739	1,01234		
	24-29	174	4,3359	,94787		
	30-35	54	4,2989	1,22044		
	36-41	34	4,5206	,98466		
	42-47	28	4,2191	1,07690		
	48-53	20	4,3105	,83107		
	54 ve üzeri	24	4,9270	,67973		
Kişisel Güç					2,720	,013
	18-23	86	4,8752	,70737		
	24-29	174	4,4835	,88261		
	30-35	54	4,4762	1,05673		
	36-41	34	4,4202	,77287		
	42-47	28	4,3422	,88505		
	48-53	20	4,4362	,81219		
	54 ve üzeri	24	4,6128	,96003		
Sosyal Yeterlilik					,781	,585
	18-23	86	4,4326	1,08187		
	24-29	174	4,4305	1,09405		
	30-35	54	4,6186	1,07267		
	36-41	34	4,6569	,89418		
	42-47	28	4,4464	1,09789		
	48-53	20	4,6615	,78782		
	54 ve üzeri	24	4,7708	,89357		
Sosyal Kaynaklar					,852	,530
	18-23	86	4,6687	,90109		
	24-29	174	4,6111	,94448		
	30-35	54	4,8148	,94817		
	36-41	34	4,5394	,99616		
	42-47	28	4,6429	,93152		
	48-53	20	4,7050	1,05244		
	54 ve üzeri	24	4,9723	,92358		
Yapısal Stil					1,153	,331
	18-23	86	4,4717	,89501		
	24-29	174	4,3707	,92560		
	30-35	54	4,4630	1,13832		
	36-41	34	4,4398	,68817		
	42-47	28	4,6744	,83580		
	48-53	20	4,6548	,99407		
	54 ve üzeri	24	4,7841	,88044		

Katılımcıların psikolojik dayanıklılıklarının eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için ANOVA analizi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda, yalnızca sosyal yeterlilik boyutunun eğitim düzeyine göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, sosyal

yeterlilik boyutunda en yüksek ortalamanın ilk ve orta eğitim düzeyinde, en düşük ortalamanın ise doktora eğitim düzeyinde olduğu görülmektedir. Analize ilişkin detaylar Tablo 27’de sunulmuştur.

Tablo 27. Psikolojik Dayanıklılık ve Eğitim Düzeyi Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Aile Uyum	İlk ve Orta	86	4,2642	1,01170	2,301	,058
	Lise	174	4,5702	1,05363		
	Üniversite	54	4,3929	,91724		
	Yüksek Lisans	34	4,2680	1,12861		
	Doktora	28	3,6000	1,02800		
Kişisel Güç	İlk ve Orta	86	4,6607	,93877	,485	,747
	Lise	174	4,5056	,87772		
	Üniversite	54	4,5442	,86444		
	Yüksek Lisans	34	4,6092	,85530		
	Doktora	28	4,2571	1,37486		
Sosyal Yeterlilik	İlk ve Orta	86	5,1271	,92650	2,897	,022
	Lise	174	4,4181	,92932		
	Üniversite	54	4,5431	1,01700		
	Yüksek Lisans	34	4,4235	1,14656		
	Doktora	28	3,8000	1,12299		
Sosyal Kaynaklar	İlk ve Orta	86	4,7399	1,10315	1,877	,113
	Lise	174	4,9278	,89275		
	Üniversite	54	4,6393	,91532		
	Yüksek Lisans	34	4,6748	,95818		
	Doktora	28	4,1000	1,2353		
Yapısal Stil	İlk ve Orta	86	4,9034	,78624	1,508	,199
	Lise	174	4,3790	,97983		
	Üniversite	54	4,4626	,89303		
	Yüksek Lisans	34	4,4866	,94731		
	Doktora	28	4,0500	1,42790		

Katılımcıların psikolojik dayanıklılıklarının ekonomik düzeylerine göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için ANOVA analizi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda, aile uyumu ve sosyal yeterlilik boyutlarının ekonomik düzeye göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, aile uyumu boyutunda en yüksek ortalamanın rahat harcama yapabilenlerde, en düşük ortalamanın hiç düşünmeden harcama yapabilenlerde; sosyal yeterlilik boyutunda en yüksek ortalamanın sıklıktan harcama yapabilenlerde, en

düşük ortalamanın ise temel ihtiyaçlarını bile zor karşılayabilenlerde olduğu görülmektedir. Analize ilişkin detaylar Tablo 28’de görülmektedir.

Tablo 28. Psikolojik Dayanıklılık Ekonomik Düzey Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Aile					2,675	,021
Uyumu	Hiç düşünmeden harcama yapabilirim	12	4,3375	1,35673		
	Rahat harcama yapabilirim	78	4,5458	,84719		
	Sıkılmadan harcama yapabilirim	90	4,5087	,85026		
	Düşünerek harcama yapabilirim	214	4,2898	1,03444		
	Temel ihtiyaçlarım dışında oldukça zor harcama yapabilirim	20	3,9225	1,24888		
	Temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum	6	3,5926	1,27786		
Kişisel					1,927	,089
Güç	Hiç düşünmeden harcama yapabilirim	12	4,6036	,85163		
	Rahat harcama yapabilirim	78	4,6684	,87531		
	Sıkılmadan harcama yapabilirim	90	4,7288	,70046		
	Düşünerek harcama yapabilirim	214	4,4493	,93148		
	Temel ihtiyaçlarım dışında oldukça zor harcama yapabilirim	20	4,3362	,76314		
	Temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum	6	4,7619	1,37816		
Sosyal					2,995	,011
Yeterlilik	Hiç düşünmeden harcama yapabilirim	12	4,9342	1,00268		
	Rahat harcama yapabilirim	78	4,6474	1,11617		
	Sıkılmadan harcama yapabilirim	90	4,6637	,92211		
	Düşünerek harcama yapabilirim	214	4,3883	1,03974		
	Temel ihtiyaçlarım dışında oldukça zor harcama yapabilirim	20	4,5514	1,26016		
	Temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum	6	3,4167	,71880		
Sosyal					1,878	,097
Kaynaklar	Hiç düşünmeden harcama yapabilirim	12	4,7368	1,37380		
	Rahat harcama yapabilirim	78	4,8675	,91458		
	Sıkılmadan harcama yapabilirim	90	4,7204	,77335		
	Düşünerek harcama yapabilirim	214	4,5885	,99149		
	Temel ihtiyaçlarım dışında oldukça zor harcama yapabilirim	20	4,7419	,91060		
	Temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum	6	3,9167	,34157		
Yapısal					,473	,796
Stil	Hiç düşünmeden harcama yapabilirim	12	4,4944	1,24323		
	Rahat harcama yapabilirim	78	4,5746	1,05272		
	Sıkılmadan harcama yapabilirim	90	4,5111	,70503		
	Düşünerek harcama yapabilirim	214	4,4024	,93813		
	Temel ihtiyaçlarım dışında oldukça zor harcama yapabilirim	20	4,5227	1,06662		
	Temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum	6	4,4167	,93095		

3.3. Katılımcıların Demografik Özellikleri ile Alkol Kullanımları Arasındaki İlişkilere Yönelik Testler

Katılımcıların alkol kullanımlarının cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için t-test yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, alkol kullanımının katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, erkek katılımcıların alkol kullanımına ilişkin puan ortalamalarının kadın katılımcılara oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Analize ilişkin detaylar Tablo 29’da sunulmuştur.

Tablo 29. Alkol Kullanımı ve Cinsiyet Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Alkol Kullanımı					2,336	,003
	Kadın	292	1,3867	,60115		
	Erkek	128	1,5840	,61568		

Katılımcıların alkol kullanımlarının medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için t-test uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda, alkol kullanımının katılımcıların medeni durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Analize ilişkin detaylar Tablo 30’da sunulmuştur.

Tablo 30. Alkol Kullanımı ve Medeni Durum Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Alkol Kullanımı					,016	,174
	Bekar	282	1,4761	,59443		
	Evli	138	1,3872	,64357		

Katılımcıların alkol kullanımlarının yaş aralıklarına göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için ANOVA analizi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda, alkol kullanımının katılımcıların yaşına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Analize ilişkin detaylar Tablo 31’de sunulmuştur.

Tablo 31. Alkol Kullanımı ve Yaş Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Alkol Kullanımı					,868	,518
	18-23	86	1,4113	,63898		
	24-29	174	1,4662	,60067		
	30-35	54	1,4506	,64989		
	36-41	34	1,4622	,60615		
	42-47	28	1,2449	,33640		
	48-53	20	1,6143	,92245		
	54 ve üzeri	24	1,5000	,41490		

Katılımcıların alkol kullanımlarının eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için ANOVA analizi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda, alkol kullanımı boyutları ile katılımcıların eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Analize ilişkin detaylar Tablo 32’de sunulmuştur.

Tablo 32. Alkol Kullanımı ve Eğitim Düzeyi Arasındaki İlişkiler

		N	Ort.	SS	F	p
Alkol Kullanımı					,584	,674
	İlk ve Orta	86	1,4643	,80390		
	Lise	174	1,4793	,63616		
	Üniversite	54	1,4420	,62571		
	Yüksek Lisans	34	1,4150	,52020		
	Doktora	28	1,7143	,72531		

Katılımcıların alkol kullanımlarının ekonomik düzeylerine göre anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığının tespiti için ANOVA analizi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda, alkol kullanımının katılımcıların ekonomik düzeylerine göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, en yüksek ortalamanın sıkılmadan harcama yapabilenlerde, en düşük ortalamanın ise hiç düşünmeden harcama yapabilenlerde, en düşük ortalamanın ise hiç düşünmeden harcama yapabilenlerde olduğu görülmektedir. Analize ilişkin detaylar Tablo 33’te sunulmuştur.

Tablo 33. Alkol Kullanımı ve Ekonomik Düzey Arasındaki İlişkiler

	N	Ort.	SS	F	p
Alkol Kullanımı				6,991	,000
Hiç düşünmeden harcama yapabilirim	12	1,0238	,05561		
Rahat harcama yapabilirim	78	1,4072	,52309		
Sıklımadan harcama yapabilirim	90	1,7333	,82141		
Düşünerek harcama yapabilirim	214	1,3601	,49461		
Temel ihtiyaçlarım dışında oldukça zor harcama yapabilirim	20	1,5857	,76286		
Temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum	6	1,1429	,22131		

SONUÇ VE ÖNERİLER

Eski kaynaklardaki etimolojik deliller göz önünde bulundurulduğunda alkol ve alkol kullanımı ilk çağlara kadar dayanmaktadır. Alkol olarak söz konusu çağlarda; fermente arpa (bira), fermente bal (bal likörü) fermente meyve suyu (şarap), tüketilmekteydi. Damıtma (distilasyon) işlemi ilk defa M.S. 800'lü yıllarda keşfedilmiştir. Söz konusu distile alkol tedavi amacıyla tıp alanında yüzyıllarca kullanılmıştır. Ancak 17. yüzyıl ve sonrasında insanlarca kötü yönde kullanılmaya başlanmıştır (Kalyoncu, 2010).

18. yüzyıl sonrasında alkol kullanımında hızlı bir yükseliş gözlenmiştir. Özellikle de Sanayi Devrimi ile beraber batı toplumlarındaki alkol kullanımı ve alkole bağlı olan sorunlarda hızlı bir yükseliş olmuştur (Brown ve Yalom, 2008). İkinci Dünya Savaşı'ndan günümüze pek çok ülkede ve Türkiye' de, alkol tüketimi ve alkol bağımlılığı güncelliğini sürdürmüştür (Yüksel, 2006).

Alkol ve alkol tüketimine olan bakış açısı, tarih süresince toplumların inanışlarına ve çağlara göre de farklılıklar göstermiştir. İlk çağ inanışları dini törenlerdeki alkolü kutsal olan bir sembol niteliğinde görmüştür (Brown ve Yalom, 2008). Atina'da Dionysos, Eski Roma'da Bacchus şarap ve içki tanrısı olarak kabul görmüşlerdir.

Bunun tersine, Yahudiler, Yunanlar ve Eski Mısırlılar, alkol tüketimi hakkında çelişkilerde kalmış ve alkolü kontrolü kaybetmede etken olarak düşündüklerinden tüketilmesini kabul etmemişlerdir. Kabul edilmiş dinler arasında benzer olan değişiklikler görülmektedir. Musevilikte sarhoş duruma gelinmeyecek seviyede alkol kullanılması dini bir tören olarak kabul görmüştür. Hristiyanlıkta alkol alımına izin verilmiştir. Ancak sarhoş duruma gelinecek seviyede içki tüketmek yasaklanmıştır. İslamiyet'in ilk senelerinde ise; alkol tüketimine karışılmazken, sonrasında yasaklanmıştır. Özet olarak, her dönemde kontrollü alkol tüketiminin kabul görülebilir olduğu söylenebilirken; kontrol dışına çıkan seviyede alkol tüketiminin, uygun olmayan bir davranış olması sebebi ile kabul edilmediği görülmüştür (Borrow ve Yalom, 2008).

Dünya Sağlık Örgütü'nün (2010) yaptığı açıklama neticesinde; alkol tüketimi pek çok ülkede sosyal buluşmalardaki ortak bir yön olarak kabul görmüştür; ancak

alkolün sebep olabileceği sağlık sorunları ve bağımlılık oluşturabilme tehlikesinden ötürü önemli sorunlara yol açabileceği söylenmiştir.

Bireylerin alkol kullanımını tetikleyen ve onları bağımlılığa sürükleyen pek çok etken bulunabilmektedir. Bu etkenlerin başında bireylerin sahip olduğu kişilik özellikleri gelmektedir. Bireylerin kırılgan, güçlü, depresif ya da sorumluluk sahibi vb. gibi tanımlanabilecek kişilik özellikleri çerçevesinde olaylar karşısında tutumları şekillenmekte ve birey alkol bağımlılığına sürüklenebilmektedir. Bununla birlikte kişilerin günlük hayatta karşılaştıkları olaylar ve bu olaylar karşısında sahip oldukları psikolojik durum da bir diğer etmen olarak gösterilebilir. Yaşanan olaylar karşısında sahip olunan psikolojik dayanıklılık düzeyi bireyi alkol vb. uyarıcı maddelere sığınmaya sevk edebilmektedir.

Alkol kullanımını tetikleyen unsurları göz önünde bulundurularak hazırlanan bu çalışmanın amacı, psikolojik dayanıklılık ve 5 Büyük Faktör Envanteri çerçevesinde tanımlanan kişilik özelliklerinin alkol kullanımı üzerindeki etkisini araştırmaktır. Bu amaç çerçevesinde 420 kişilik örnekleme Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, 5 Büyük Faktör Kişilik Envanteri ve Alkol Kullanım Bozuklukları Tanıma Testi Uygulanmıştır. Katılımcıların büyük çoğunluğu %69,5'lik bir oran ile kadınlardan oluşmakta, erkeklerin oranı ise %30,5'te kalmaktadır.

Katılımcıların yaşı incelendiğinde, 24-29 yaş aralığındakiler %41,4'lük bir oran ile en büyük grubu oluşturmaktadır. İkinci büyük grubu %20,5'lik oran ile 18-23 yaş aralığındakiler ve en küçük grubu ise %4,8'lik oran ile 48-53 yaş aralığındakiler oluşturmaktadır. Katılımcıların %67,1'i bekâr iken, evli olan katılımcıların oranı ise %32,9'dur.

Katılımcıların, %3,8'i ilk ve orta öğretim, %11'i lise, %58,6'sı üniversite, %24,3'ü yüksek lisans ve %2,4'ü doktora eğitim düzeyine sahiptir. Katılımcıların ekonomik düzeyi incelendiğinde; katılımcıların %51'i düşünerek harcama yapabilirim cevabını vermiştir ve en büyük grubu oluşturmuştur. En küçük grup olan temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum cevabını verenlerin oranı ise %1,4'tür.

Araştırma sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılığın alkol kullanımı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı herhangi bir etkisi bulunmamaktadır. Bununla birlikte, duygusal dengesizlik ve dışa dönüklük kişilik özelliklerinin alkol kullanımını anlamlı şekilde yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların kişisel bilgilerinin alkol kullanımı, psikolojik dayanıklılık ve kişilik özellikleri üzerindeki etkisini belirlemek üzere t-test ve ANOVA testleri yapılmıştır. Elde edilen bulgular maddeler halinde sunulmuştur.

- Kişilik özelliklerinden duygusal dengesizlik ve geçimliliğin katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür

- Tüm kişilik özelliklerinin katılımcıların medeni durumuna göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, açıklık, duygusal dengesizlik, dışa dönüklük, geçimlilik ve sorumluluk kişilik özelliklerinde evli katılımcıların ortalamalarının bekar katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durumun; evlilerin gerek toplumdaki gerekse iş hayatındaki bazı avantajlarından ve bekarların bazı dezavantajlarından kaynaklanmakta olduğu düşünülmektedir.

- Yaşa göre, sorumluluk kişilik özelliği haricindeki bütün kişilik özelliklerinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, açıklık kişilik özelliğinde en yüksek ortalamanın 54 ve üstü yaş aralığında, en düşük ortalamanın 42-47 yaş aralığında; duygusal dengesizlik, dışa dönüklük ve geçimlilik kişilik özelliklerinde en yüksek ortalamanın 54 ve üzeri yaş grubunda, en düşük ortalamanın ise 18-23 yaş grubunda olduğu görülmektedir.

- Eğitim düzeyine göre, yalnızca sorumluluk kişilik özelliğinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, sorumluluk kişilik özelliğinde en yüksek ortalamanın ilk ve orta eğitim düzeyinde, en düşük ortalamanın ise doktora eğitim düzeyinde olduğu görülmektedir.

- Gelir düzeyine göre sadece dışa dönüklük kişilik özelliğinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, dışa dönüklük kişilik özelliğinde en yüksek ortalamanın sıkılmadan harcama yapabilenlerde, en düşük ortalamanın ise temel ihtiyaçlarını bile zor karşılayabilenlerde olduğu görülmektedir.

- Psikolojik dayanıklılığın boyutları ile katılımcıların cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

- Aile uyumu, sosyal yeterlilik ve yapısal stil boyutlarının katılımcıların medeni durumlarına göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, aile uyumu, sosyal yeterlilik ve yapısal stil boyutlarının her birinde evlilerin daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir.

- Yalnızca yalnızca kişisel güç boyutunun yaşa göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, kişisel güç boyutunda en yüksek ortalamanın 18-23 yaş aralığında, en düşük ortalamanın ise 42-47 yaş aralığında olduğu görülmektedir.

- Yalnızca sosyal yeterlilik boyutunun eğitim düzeyine göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, sosyal yeterlilik boyutunda en yüksek ortalamanın ilk ve orta eğitim düzeyinde, en düşük ortalamanın ise doktora eğitim düzeyinde olduğu görülmektedir.

- Aile uyumu ve sosyal yeterlilik boyutlarının ekonomik düzeye göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, aile uyumu boyutunda en yüksek ortalamanın rahat harcama yapabilenlerde, en düşük ortalamanın hiç düşünmeden harcama yapabilenlerde; sosyal yeterlilik boyutunda en yüksek ortalamanın sıklımadan harcama yapabilenlerde, en düşük ortalamanın ise temel ihtiyaçlarını bile zor karşılayabilenlerde olduğu görülmektedir.

- Alkol kullanımının katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, erkek katılımcıların alkol kullanımına ilişkin puan ortalamalarının kadın katılımcılara oranla daha yüksek olduğu görülmüştür.

- Alkol kullanımının katılımcıların medeni durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

- Alkol kullanımının katılımcıların yaşına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

- Alkol kullanımı ile katılımcıların eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

- Alkol kullanımının katılımcıların ekonomik düzeylerine göre anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmüştür. Analiz daha detaylı incelendiğinde, en yüksek ortalamanın sıklımadan harcama yapabilenlerde, en düşük ortalamanın ise hiç düşünmeden harcama yapabilenlerde, en düşük ortalamanın ise hiç düşünmeden harcama yapabilenlerde olduğu görülmektedir.

Elde edilen bu bulgulardan yola çıkarak alkol kullanım bozukluklarının önğne geçilmesi için çeşitli uygulamalar hayata geçirilebilir. Bu noktada en büyük sorumluluk alkol kullanım bozukluğu yaşayan bireylere düşmektedir. Söz konusu

bireyler, gündelik hayatın yorgunluğundan kurtulmak adına spor gibi çeşitli aktivitelere yönelebilirler. Özellikle düşük psikolojik dayanıklılığa sahip bireylerin alkol kullanım bozukluğu açısından görece yüksek risk altında bulunmasından sebep, bu kişilerin kendilerini psikolojik açıdan yıpratıcı konulardan uzak durması oldukça önemlidir.

Bireylerin sahip oldukları kişilik özellikleri de alkol kullanımını üzerinde etkili olabilmektedir. Depresyona meyilli kişilikler karşılaştıkları güçlük anlarında alkol gibi uyarıcı maddelerin arkasına sığınıp; kendilerini olaydan, toplumdan hatta hayattan soyutlamaya çalışmaktadır. Bu bireylerin kendilerini soyutlamak yerine daha çok topluma karışması ve sahip oldukları olumsuz kişilik özelliklerini olumlu yönde evirmek adına çeşitli sosyal aktivitelere katılması önerilmektedir.

Bu çalışmanın en büyük sınırlılığı araştırmanın yürütüldüğü örneklemdir. Katılımcıların verdikleri yanıtlarda dürüstlük ya da objektiflik gibi ilkeleri ihmal etmelerinden sebep bazı analiz sonuçları beklentilerin dışında çıkmıştır. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda daha geniş bir örneklem ile çalışılması önerilmektedir. Özellikle, alkol tedavisi görmekte olan bireyler ile alkol kullanmayan bireyler arasında yapılacak çalışmaların daha nitelikli bulgular doğuracağı düşünülmektedir. Yapılacak olan çalışmalarda anket ile birlikte klinik izlemlerin de eklenmesi, daha isabetli sonuçlara ulaşılmasını sağlayacak, elde edilecek verilerin genellenebilme oranını artıracaktır.

KAYNAKLAR

- Aktaş, H. ve Tekarslan, E. Uçuş Ekibi Kaynak Yönetimi: Pilotların Uçuş Ekibi Kaynak Yönetimi Tutumları ile Kişilik Yapıları Arasındaki İlişki. *Journal of the School of Business Administration*, 276-301, 2013.
- Akyıldız, H. Freud'çu, Liberal ve Marksist Kişilik Kuramlarının Türevi Olarak Toplum, İktisat ve Siyaset Teorileri. *Akdeniz Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 6(11), 2006.
- Alacatlı, E. Üniversite Öğrencilerinin Zaman Perspektifleri ile Beş Faktörlü Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Doctoral dissertation, İstanbul Arel Üniversitesi, 2013
- Arslan, G. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin (ÇGPSÖ) Psikometrik Özellikleri: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 2015: 1-12.
- Arslan, G. Ergenlerde Psikolojik Sağlamlık: Bireysel Koruyucu Faktörlerin Rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 2015: 149-158.
- Arslan, G. Psikolojik İstismar, Psikolojik Sağlamlık, Sosyal Bağlılık ve Aidiyet Duygusu Arasındaki İlişki. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(36), 2015: 47-58.
- Arslan, G. ve Balkıs, M. Ergenlerde Duygusal İstismar, Problem Davranışlar, Öz-Yeterlik ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişki. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 2016: 8-22.
- Aslan, S. Kişilik, Huy ve Psikopatoloji. *Rewiews, Cases and Hypotheses in Psychiatry RCHP*, 2(1-2), 2008: 7-18.
- Aydın, H. Ergenlerin Kişilik Özelliklerinin Stresle Başa Çıkma ve Bazı Özlük Niteliklerine Göre Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi. Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2008.

- Baduroğlu, E. ve Durak, D. Alkol ile İlgili Adli Tıp Sorunları. *Uludađ Üniversitesi Tıp Fakóltesi Dergisi*, 36(2), 2010: 65-71.
- Basım, H. N. ve Çetin, F., Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 2011: 104-114.
- Basım, H. N., Çetin, F. ve Tabak, A. Beş Faktör Kişilik özelliklerinin kişilerarası çatışma çözme yaklaşımlarıyla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 2009: 20-34.
- Batigün, A. D. ve Kiliç, N. İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 2011, 1.
- Batum, P. Kişilik Bozuklukları ve Yeme Bozuklukları: Etiolojik İlişkiler ve Cevaplanmamış Sorular. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(21), 2008: 65-76.
- Begenirbaş, M. ve Yalçın, R. C. Öğretmenlerin Kişilik Özelliklerinin Duygusal Emek Gösterimlerine Etkileri. *Çağ University Journal of Social Sciences*, 9(1), 2012: 47-66.
- Bilici, R., Uğurlu, G. K., Tufan, E., Güven, T. ve Uğurlu, M. Bir Bağımlılık Merkezinde Yatarak Tedavi Gören Hastaların Sosyodemografik Özellikleri. *Fırat Tıp Dergisi*, 17(4), 2012: 223-227.
- Boztaş, M. H. ve Arısoy, Ö. Uçucu Madde Bağımlılığı ve Tıbbi Sonuçları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2(4), 2010.
- Ceylan, M. Stresle Başağıkmda Bilişsel Stratejilerin Kullanılmasında Cinsiyet ve Kişilik Değişkeninin Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, 2005.
- Curun, F. ve Çapkın, M. Romantik Kıskançlığın Bağlanma Stilleri, Benlik Saygısı, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Doyumu Açısından Yordanması. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 34(1), 2014: 1-22.

- Çapan, B. E. ve Arıcıoğlu, A. Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcısı Olarak Affedicilik/Forgiveness as Predictor of Psychological Resiliency. *e-International Journal of Educational Research*, 2014: 5(4).
- Çataloğlu, B. Madde Kullanan ve Kullanmayan Ergenlerin Psikolojik Sağlamlık ve Aile İşlevleri Açısından Karşılaştırılması, Doctoral dissertation, DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2011.
- Çöpür, M., Eryılmaz, A. ve Çakmak, D. Alkol, Madde Kullanımı ve Yasal Sorunlar. *Okmeydanı Tıp Dergisi*, 30(2), 2014: 84-88.
- Çörüş, G. ve Ekberzade, H. Ender Bir Olgu Tanısı Nedeni ile Çoğul Kişilik Bozukluğunun Gözden Geçirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 22, 2001: 97-109.
- Dalmış, A., Koçuk, N. ve Akvardar, Y. Alkol Bağımlılığında Biyomedikal Görüşler, Genetik, Görüntüleme, Marker Belirleme Çalışmaları. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 3(3), 2010: 48-53.
- Dede, B., *Kişilik Özelliklerinin Örgütsel Vatandaşlık Davranışı Üzerindeki Etkileri: Bankalar Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon, 2009.
- Demirbaş, H., İlhan, İ. Ö., Yıldırım, F. ve Doğan, Y. B. Düzenli Alkol Kullanımı Olan Üniversite Öğrencileri Arasında Madde Kullanımı İle İlişkili Psikolojik Faktörler. *Eğitim Ve Bilim*, 41(183), 2016.
- Develioğlu, K. ve Tekin, Ö. A. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Yabancılaşma Arasındaki İlişki: Beş Yıldızlı Otel Çalışanları Üzerine Bir Uygulama. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 18(2), 2013
- Doğan, T. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Öznel İyi Oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 2012: 56-64.

- Doğan, T. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3 (1), 2015: 93-102.
- Dönmez, K. H., Dönmez, B. ve Çolak, H. Giresun İlinde Lise Öğrencilerinin Sigara, Alkol ve Uyuşturucu Alışkanlıklarının Araştırılması. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3), 2010: 35-42.
- Eminağaoğlu, N., *Güç Koşullarda Yaşayan Sokak Çocuklarında Dayanıklılık*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2006.
- Engin, E. ve Savaşan, A. Alkol Bağımlılarının Psikoterapi Süreçlerini Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi. *Journal of Psychiatric Nursing/Psikiyatri Hemşireleri Derneği*, 3(2), 2012.
- Erarslan, Ö. Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Sağlamlık ile Depresif Belirtiler ve Yaşam Memnuniyeti Arasındaki İlişkide Benlik Saygısı, Pozitif Dünya Görüşü ve Umudun Aracı Rolünün İncelenmesi, 2014.
- Ergin, C. A., *Organizasyonlarda Disiplinsiz Davranışlar ve Disiplinsiz Davranışlar ile Kişilik Arasındaki İlişkinin Belirlenmesine Yönelik Kayseri'de Bir Araştırma*, Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri, 2006.
- Erkuş, A. ve Tabak, A., Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Çalışanların Çatışma Yönetim Tarzlarına Etkisi: Savunma Sanayiinde Bir Araştırma, *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 23, 2, 2009.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. Öznel İyi Oluşun Cinsiyet, Yaş Grupları ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 2011: 139-149.
- Eryılmaz, A. ve Öğölmüş, S. Ergenlikte Öznel İyi Oluş ve Beş Faktörlü Kişilik Modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 2010.

- Esin, Ö. ve Deniz, M. E. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık Düzeylerinin Duyusal Zeka Açısından İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 13(4), 2014.
- Evren, C. Sosyal Anksiyete Bozukluğu ve Alkol Kullanım Bozuklukları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2(4), 2010.
- Evren, C., Durkaya, M., Çelik, R., Dalbudak, E., Çakmak, D. ve Flannery, B. Yatarak Tedavi Gören Erkek Alkol Bağımlısı Hastalarda Alkol Aşermesinin Aleksitimi ve Dissosiyasyon ile İlişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10, 2009: 165-173.
- Evren, C., Durkaya, M., Dalbudak, E., Çelik, S., Çetin, R., ve Çakmak, D. Erkek Alkol Bağımlılarında Depreşme İle İlişkili Etkenler: 12 Aylık Takip Çalışması. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 23, 2010: 92-99.
- Gizir, C. A. Psikolojik Sağlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler Üzerine Bir Derleme Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 2007: 113-128.
- Gizir, C. A. ve Aydın, G. Psikolojik Sağlık ve Ergen Gelişim Ölçeği'nin Uyarlanması: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 2016.
- Güleç, G., Köşger, F. ve Eşsizoglu, ADSM-5'te Alkol ve Madde Kullanım Bozuklukları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(4), 2015: 448-460.
- Güloğlu, B. ve Kararımak, Ö. Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı Ve Psikolojik Sağlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 2010.
- Gümüş, Özlem. *Kültür, Değerler, Kişilik Ve Siyasal İdeoloji Arasındaki İlişkiler: Kültürlerarası Bir Karşılaştırma (Türkiye-ABD)*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, 2009.

- Güngörmüş, K., Okanlı, A. ve Kocabeyoğlu, T. Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Etkileyen Faktörler. *Journal of Psychiatric Nursing*, 6(1), 2015: 9-14.
- Gürel, Ş. C., Berna, U. L. U. Ğ. ve Demir, B. Alkol Bağımlılığında Tanı ve Alt Tipler. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 3(3), 2010: 7-14.
- Gürġan, U., *Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeylerine Etkisi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara, 2006.
- İnce, A., Doğruer, Z. ve Türkçapar, M.H., Erken ve Geç Başlangıçlı Erkek Alkol Bağımlılarında Sosyodemografik, Klinik ve Psikopatolojik Özelliklerin Karşılaştırılması, *Klinik Psikiyatri*, 5, 2, 2002, 82-91.
- Kararımak, Ö. ve Çetinkaya, R. S. Benlik Saygısının Ve Denetim Odağının Psikolojik Sağlamlık Üzerine Etkisi: Duyguların Aracı Rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 2011: 30-41.
- Kararımak, Ö. ve Güloğlu, B. Deprem Deneyimi Yaşamış Yetişkinlerde Bağlanma Modeline Göre Psikolojik Sağlamlığın Açıklanması. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43(2), 2014: 1-18.
- Kararımak, Ö. ve Siviş Çetinkaya, R., Benlik Saygısının ve Kontrol Odağının Psikolojik Sağlamlık Üzerine Etkisi: Bir Model Test Etme Çalışması, 18. *National Education Sciences Council*, 2009, 1-3.
- Kararımak, Ö., *Investigation of Personal Qualities Contributing to Psychological Resilience Among Earthquake Survivors: A Model Testing Study* Yayınlanmamış Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara, 2007.
- Kararımak, Ö. ve Siviş-Çetinkaya, R. Benlik Saygısının ve Denetim Odağının Psikolojik Sağlamlık Üzerine Etkisi: Duyguların Aracı Rolü. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(35), 2011.

- Karakuş, G., Evlice, Y. E. ve Tamam, L. Psikiyatri Kliniğinde Yatan Hastalarda Alkol ve Madde Kullanım Bozukluğu Sıklığı. *Cukurova Medical Journal (Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi)*, 37(1), 2012.
- Kaya, İ. *Ergenlerin Çocukluk Dönemi İstismar Yaşantıları İle Davranış Problemleri Ve Psikolojik Sağlamlıkları Arasında İlişkinin İncelenmesinde Otomatik Düşünceler Ve Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Aracı Rolü*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi, 2015.
- Kaya, N. ve Çilli, A.S., Üniversite Öğrencilerinde Nikotin, Alkol ve Madde Bağımlılığının 12 Aylık Yaygınlığı, *Bağımlılık Dergisi*, 3, 2, 2002, 91-97.
- Keser, S. ve Kocabaş, İ. İlköğretim Okulu Yöneticilerinin Otantik Liderlik ve Psikolojik Sermaye Özelliklerinin Karşılaştırılması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 1(1), 2014: 1-22.
- Keten, A., Kanburoğlu, Ç., Tümer, A. R. ve Odabaşı, A. B. Adli Bilimlerde Alkol Alımının Belirlenmesinde Kullanılan Belirteçler. *Türkiye Klinikleri Journal of Forensic Medicine*, 8(1), 2011: 37-45.
- Kilinc, A. C. İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Turkish Journal of Education*, 3(1), 2014.
- Korkmaz, M., Somer, O. ve Güngör, D. Ergen Örnekleme Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin Cinsiyetlere Göre Ortalama ve Kovaryans Yapılarıyla Ölçme Eşdeğerliği. *Eğitim ve Bilim*, 38(170), 2013.
- Kubat, U., ve Kuruüzüm, A., İş Değerleri ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Bir Yapısal Denklem Modelleme Yaklaşımı, *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 15, 3, 2010.
- Küçük, V. ve Acet, M. Bir Kişilik Özelliği Olarak Suçluluk ve Sporla İlişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(7), 2015.

- Kültür, E. Ç., ÜNAL, M. F. ve Özusta, Ş. Alkol Bağımlılığı Olan Babaların Çocuklarında Psikopatoloji. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 2006: 3-11.
- Mete, C., *İlköğretim Okullarında Çalışan Öğretmenlerin Kişilik Özellikleri ile İş Tatminleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2006.
- Mırsal, H. Alkol Bağımlılığı; Epidemiyoloji, Etyoloji ve Prognoz. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 3(3), 2010: 15-19.
- Oktan, V., Odacı, H. ve Çelik, Ç. B. Psikolojik Doğum Sırasının Psikolojik Sağlamlığın Yordanmasındaki Rolünün İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2014.
- Ögel, K., Evren, C., Karadağ, F. ve Gürol, T. Bağımlılık Profil İndeksi'nin (BAPİ) Geliştirilmesi, Geçerlik ve Güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 23(4), 2012: 264-273.
- Ögel, K., Sarp, N., Gürol, D. T. ve Ermağan, E. Bağımlı Olan ve Olmayan Bireylerde Farkındalık (Mindfulness) ve Farkındalığı Etkileyen Etkenlerin İncelenmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15(4), 2014.
- Ögel K, Tamar D, Özmen E, Aker T, Sağduyu A, Boratay C ve ark. İstanbul'da alkollü içki kullanım sıklığı. *3P Dergisi* 2003;11(2):123-8.
- Özer, E. *Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygusal Zeka Ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Özyer, K., Orhan, U. ve Orhan, D. D. Sağlık Sektöründe Çalışanların Demografik Özellikleri, Kişilik Özellikleri ve Kültürel Değerleri Üzerine Bir Çoklu Durum Çalışması. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(19), 2012.

- Reisoğlu, S. *Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarını Yordamada Beş Faktör Kişilik Özellikleri, Mizah Tarzları Ve Duygusal Zekânın Rolü*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, 2014.
- Sezgin, F., İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, Mayıs, 20, 2012: 489-502.
- Sığrı, Ü. ve Gürbüz, S. Akademik Başarı ve Kişilik İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Savunma Bilimleri Dergisi*, 10(1), 2011: 30-48.
- Skovholt, T. M. Psikolojik Danışmanın Psikolojik Sağlamlığı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(38), 2012: 137-146.
- Sürücü, M. ve Bacanlı, F. Üniversiteye Uyumun Psikolojik Dayanıklılık ve Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Gazi University Journal of Gazi Educational Faculty (GUJGEF)*, 30(2), 2010.
- Şengül, C. M., *Örgüt Çalışanlarının Kişilik, İş Tatmini ve Örgütsel Bağlılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Doktora Tezi, Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa, 2008.
- Taşçı, D., ve Eroğlu, E., Yöneticilerin Kişilik Özellikleri ile Kullandıkları İkna ve Etkileme Taktiklerinin Kullanım Sıklığı Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17, 2007.
- Terzi, Ş., *İyi Olmaya İlişkin Psikolojik Dayanıklılık Modeli*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2005.
- Terzi, Ş., Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3, 29, 2013, 1-11.

- Terzi, Ş., Üniversite Öğrencilerinde Kendini Toparlama Gücünün İçsel Koruyucu Faktörlerle İlişkisi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (HU Journal of Education)*, 35, 2008, 297-306.
- Tezer, N. ve Arkar, H. Sosyal İlişkilerde Kişilik Özellikleri Etkili Mi? Sosyal Ağ, Yalnızlık ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Etki Olarak İncelenmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 14, 2013: 46-52.
- Tosun, M., Çetin, A. ve Konuk, N. Alkol ve Madde Bağımlılığının Adli Psikiyatrik Yönleri. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 4(1), 2011: 81-90.
- Totan, T., Aysan, F. ve Bektaş, M. Öğretmen Adaylarının Mizaç Karakter ve Kimlik Özellikleri. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 2010.
- Turan, Ö. A. T. S. N. ve Kökçü, M. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Örgütsel Çatışma Yönetimi Arasındaki İlişkiler: Ankara'daki Beş Yıldızlı Otel İşletmeleri Üzerine Bir Uygulama. *Journal Of Yaşar University*, 7(27), 2012: 4611-4641.
- Tümlü, G. Ü. ve Receptoğlu, E. Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi/Journal of Higher Education and Science*, 3(3), 2013: 205-213.
- Uğurlu, G. K., Uğurlu, M., Turhan, L. ve Türkçapar, M. H. Alkol Bağımlılarında İşlevsel Olmayan İnançlar: Karşılaştırmalı Bir Çalışma. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1, 2012: 113-120.
- Uğurlu, T. T., Şengül, C. B. ve Şengül, C. Bağımlılık Psikofarmakolojisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(1), 2012
- Ülger, Z., Acar, C. ve Torun, P. Türkiye'de Okullarda Alkol Kullanımı Konusunda Yapılan Araştırmalar Yeterli mi. *Addicta: Turkish J Addictions*, 2, 2015: 85-112.

- WHO, http://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/msb_gsr_2014_1.pdf, Erişim Tarihi: 13.02.2016
- Yalım, D., *First Year College Adjustment: The Role of Coping, Ego-Resiliency, Optimism and Gender*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara, 2007.
- Yapıcı, A. *Alkol Bağımlılığında Depresyon Ve Anksiyetenin Yetiyitimi ve Yaşam Kalitesine Etkisi*. Uzmanlık Tezi. Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 11. Psikiyatri Kliniği, 2006.
- Yelboğa, A. Kişilik Özellikleri ve İş Performansı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *İş, Güç Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 8(2), 2006: 196-211.
- Yener, Ö. Değerlerin Kişilik ve Kimlik Kazanımındaki Rolü. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 1(4), 2012: 167-181.
- Yıldırım, E., Sokullu, D. A., Köknel, Ö. ve İn, I. S. Alkol Bağımlılığında İşselleştirilmiş Damgalanma: Depresif Belirtilerle İlişki. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 32(1), 2012: 1-12.
- Yıldız, S., Boz, İ. T. ve Yıldırım, B. F. Kişilik Tipi İle Olumlu Sosyal Davranış Arasındaki İlişki: Marmara Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 26(1), 2012.
- Yiğit, Ş. ve Khorshid, L., Ege Üniversitesi Fen Fakültesi Öğrencilerinde Alkol Kullanımı ve Bağımlılığı, *Bağımlılık Dergisi*. 7,1, 2006, 24-30.
- Yıldırım, B., Engin, E. ve Yıldırım, S. Alkol ve Madde Bağımlılarında Yalnızlık ve Etki Eden Faktörler. *Journal of Psychiatric Nursing*, 2(1), 2011: 25-30.
- Yürür, S., Yöneticilerin Çatışma Yönetim Tarzları ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Analizine Yönelik Bir Araştırma, *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 10, 1, 2009.

Zorlu, N., Türk, H., Manavgat, A. İ., Karadaş, B. ve Gülseren, Ş. Denetimli Serbestlik Uygulaması Kapsamında Başvuran Hastalarda Sosyodemografik, Klinik Özelliklerin ve Alkol Kullanım Bozukluğu Sıklığının Geriye Dönük Değerlendirilmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(4), 2011.



EKLER

Anket Formu

Sayın Katılımcı,

Bu anket Beykent Üniversitesi'nde yüksek lisans programı çerçevesinde yürütülmekte olan kişilik modellerine göre psikolojik dayanıklılık ve alkol kullanımı ilişkisini inceleyen bir araştırmaya veri toplamak amacıyla hazırlanmıştır.

- Bu bir test değildir. Ankette yer alan hiçbir sorunun doğru ya da yanlış yanıtı yoktur.
- Lütfen, **hiçbir soruyu yanıtı bırakmayınız.**
- Anket formlarına isim-soyadı yazılması gerekmektedir.
- Bu araştırmanın sağlıklı bir şekilde yürütülebilmesi, sizin sorulara vereceğiniz yanıtların samimiyetine bağlı olacaktır.
- Anket 4 bölümden oluşmaktadır ve cevaplamak yaklaşık 15 dakikanızı alacaktır.

Değerli katkı ve yardımlarınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Yrd. Doç. Dr. Selin Birgül Güneç Baran
Beykent Üniversitesi
Fen-Edebiyat Fakültesi
Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi

Tuba Dağlı
Beykent Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

BÖLÜM I.						
Lütfen her bir ifadeye ne derece katıldığınızı sağ tarafta bulunan derecelendirme üzerinde belirtiniz.						
	Hiç katılmıyorum	Pek katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Oldukça katılıyorum	Çok katılıyorum	Tamamen katılıyorum
01. Konuşkan biriyim	1	2	3	4	5	6
02. Başkalarının hatasını bulmaya yatkınım	1	2	3	4	5	6
03. Bir işi tam yaparım	1	2	3	4	5	6
04. Karamsar, hüzünlü biriyim	1	2	3	4	5	6
05. Orijinal biriyim, yeni fikirler üretirim	1	2	3	4	5	6
06. İçine kapanık biriyim	1	2	3	4	5	6
07. Yardımseverim	1	2	3	4	5	6
08. Bazen dikkatsiz davranabiliyorum	1	2	3	4	5	6
09. Rahatım, strese girmem	1	2	3	4	5	6
10. Pek çok şeyi merak ederim	1	2	3	4	5	6
11. Enerji doluyum	1	2	3	4	5	6
12. Başkaları ile ağız dalaşı (sözlü kavga) başlatırım	1	2	3	4	5	6
13. Bir görevin (çalışma, ödev, iş) verilmesi için güvenilir biriyim	1	2	3	4	5	6
14. Gergin olabilirim	1	2	3	4	5	6
15. Zeki, derin düşünebilen biriyim	1	2	3	4	5	6
16. Diğer insanları heveslendiririm	1	2	3	4	5	6
17. Bağışlayıcıyım	1	2	3	4	5	6
18. Dağınık biriyim, çok derli toplu biri değilim	1	2	3	4	5	6
19. Endişeli biriyim	1	2	3	4	5	6
20. Hayal gücüm kuvvetlidir	1	2	3	4	5	6
21. Sessizim	1	2	3	4	5	6
22. Başka insanların güvendiği biriyim	1	2	3	4	5	6
23. Tembel olmaya eğilimliyim	1	2	3	4	5	6
24. Duygusal olarak dengeliyim, kolay kolay mutsuz olmam	1	2	3	4	5	6
25. Yaratıcıyım	1	2	3	4	5	6
26. Çekingen değilim, girişkenim	1	2	3	4	5	6
27. Başka insanlara karşı soğuk ve ilgisizim	1	2	3	4	5	6
28. Bir işi bitirmeden yarım bırakmam	1	2	3	4	5	6
29. Duygu durumum değişkendir	1	2	3	4	5	6
30. Sanatsal ve estetik şeyler benim için önemlidir	1	2	3	4	5	6
31. Bazen utangaç ve çekingenim	1	2	3	4	5	6

	Hiç katılmıyorum	Pek katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Oldukça katılıyorum	Çok katılıyorum	Tamamen katılıyorum
32. Herkese karşı düşünceli ve saygılıyım	1	2	3	4	5	6
33. Yaptığım şeyleri etkin, hakkını vererek, iyi yaparım	1	2	3	4	5	6
34. Gergin durumlarda, ortamlarda sakin kalabilirim	1	2	3	4	5	6
35. Rutin, tek düze şeyleri yapmayı tercih ederim	1	2	3	4	5	6
36. Dışa dönük sosyal biriyim	1	2	3	4	5	6
37. Bazen diğer insanlara kaba davranırım	1	2	3	4	5	6
38. Plan yapar ve bu planları uygularım	1	2	3	4	5	6
39. Çabuk heyecanlanırım	1	2	3	4	5	6
40. Fikirlerle oynamayı, benim için ne anlama geldikleri üzerinde düşünmeyi severim	1	2	3	4	5	6
41. Sanata karşı pek ilgili değilim	1	2	3	4	5	6
42. Başkaları ile yardımlaşmayı severim	1	2	3	4	5	6
43. Dikkatim çabuk dağılır	1	2	3	4	5	6
44. Sanat, müzik ve edebiyatla ilgiliyimdir	1	2	3	4	5	6

BÖLÜM II.						
Lütfen her bir ifadeye <u>sizin düşüncelerinizi yansıtması bakımından</u> ne derece katıldığınızı sağ tarafta bulunan derecelendirme üzerinde belirtiniz.	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Genellikle	Çoğu zaman	Her zaman
	01. Beklenmedik bir olay olduğunda her zaman çözüm bulurum.	1	2	3	4	5
02. Gelecek için yaptığım planların başarılması mümkündür.	1	2	3	4	5	6
03. En iyi olduğu durum, ulaşmak istediğim açık bir hedefimin olduğu durumlardır.	1	2	3	4	5	6
04. Diğer kişiler ile birlikte olmaktan hoşlanıyorum.	1	2	3	4	5	6
05. Ailemin, hayatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı benimkiyle aynıdır.	1	2	3	4	5	6
06. Kişisel konuları arkadaşlarımla/aile üyeleri ile tartışabilirim	1	2	3	4	5	6
07. Kişisel problemlerimi nasıl çözeceğimi bilirim.	1	2	3	4	5	6
08. Gelecekteki hedeflerimi nasıl başaracağımı bilirim.	1	2	3	4	5	6
09. Yeni bir işe/projeye başladığımda ayrıntılı bir planlamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6
10. Benim için sosyal ortamlarda rahat/esnek olmak çok önemlidir.	1	2	3	4	5	6
11. Ailem ile birlikteyken kendimi çok mutlu hissederim.	1	2	3	4	5	6
12. Beni bazı yakın arkadaşlarımla/aile üyelerim cesaretlendirebilir.	1	2	3	4	5	6
13. Yeteneklerim olduğuna çok inanırım.	1	2	3	4	5	6
14. Geleceğimin ümit verici olduğunu hissediyorum.	1	2	3	4	5	6

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Genellikle	Çoğu zaman	Her zaman
15. Zamanımı planlama konusunda iyiyimdir.	1	2	3	4	5	6
16. Yeni arkadaşlık konusu kolayca yapabildiğim bir şeydir.	1	2	3	4	5	6
17. Ailem birbirine sıkı biçimde kenetlenmiş olarak tanımlanabilir.	1	2	3	4	5	6
18. Arkadaşlarımın arasındaki ilişkiler güçlüdür.	1	2	3	4	5	6
19. Yargıları ve kararlarına tamamen güvenirim.	1	2	3	4	5	6
20. Geleceğe dönük amaçlarım iyi düşünülmüştür.	1	2	3	4	5	6
21. Kurallar ve düzenli alışkanlıklar günlük yaşamımı kolaylaştırır.	1	2	3	4	5	6
22. Yeni insanlar ile tanışmak benim iyi olduğum bir konudur.	1	2	3	4	5	6
23. Zor zamanlarda ailem geleceğe pozitif bakar.	1	2	3	4	5	6
24. Ailemden birisi acil bir durumla karşılaştığında bana hemen haber verilir.	1	2	3	4	5	6
25. Diğerleriyle beraberken kolayca gülerim.	1	2	3	4	5	6
26. Başka kişiler söz konusu olduğunda ailem birbirlerine bağlı biçimde davranır.	1	2	3	4	5	6
27. Arkadaşlarımdan/aile üyelerinden destek alırım.	1	2	3	4	5	6
28. Zor zamanlarda beni başarıya götürecek iyi bir şey bulma eğilimim vardır.	1	2	3	4	5	6
29. Karşılıklı konuşma için güzel konuların düşünülmesi, benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6
30. İhtiyacım olduğunda her zaman bana yardım edebilen birisi vardır.	1	2	3	4	5	6
31. Hayatımdaki kontrol edemediğim olaylar ile başa çıkmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6
32. Ailemde işleri hep beraber yapmayı severiz.	1	2	3	4	5	6
33. Yakın arkadaşlarım/aile üyeleri yeteneklerimi beğenirler.	1	2	3	4	5	6

BÖLÜM III.

Lütfen her bir ifadeye <u>sizin düşüncelerinizi yansıtması bakımından</u> ne derece katıldığınızı sağ tarafta bulunan derecelendirme üzerinde belirtiniz.	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Genellikle	Çoğu zaman	Her zaman
01. Alkollü içecekleri ne sıklıkta kullanırsınız?	1	2	3	4	5	6
02. Bir seferde 6 veya daha fazla standart içki içme sıklığımız?	1	2	3	4	5	6
03. Geçtiğimiz yıl içinde kaç kez içmeye başladıktan sonra alkol alımını durduramadınız?	1	2	3	4	5	6
04. Geçen yıl içinde alkollü içki içmeniz nedeniyle normalde sizden bekleneni yapmakta kaç kez başarısız oldunuz?	1	2	3	4	5	6
05. Geçen yıl fazla alkollü içki içtiğiniz bir gecenin sabahında kendinize gelebilmek için alkollü bir içki almanız kaç kez gerekti?	1	2	3	4	5	6
06. Geçen yıl kaç kez alkollü bir içki içtikten sonra suçluluk veya pişmanlık duyduğunuz oldu?	1	2	3	4	5	6
07. Geçen yıl içinde ne sıklıkta alkollü içki içtiğiniz için ertesi sabah bir önceki gece olanları hatırlayamadınız?	1	2	3	4	5	6

BÖLÜM IV.

Lütfen son olarak aşağıdaki soruları yanıtlayınız.

1. Yaşınız :

2. Cinsiyet : Kadın Erkek

3. Medeni durumunuz : Bekar Evli

4. **Eğitiminiz** *Okulunuzun eğitim dili ve bulunduğu şehri sadece lise ve üzeri için belirtiniz!

<input type="checkbox"/> İlk ve orta	Okulun Eğitim Dili	Bulunduğu Şehir
<input type="checkbox"/> Lise	_____	_____
<input type="checkbox"/> Üniversite	_____	_____
<input type="checkbox"/> Yüksek Lisans	_____	_____
<input type="checkbox"/> Doktora	_____	_____

5. Lütfen ekonomik durumunuzu en iyi tarif eden ifadeyi işaretleyin.

- Hiç düşünmeden harcama yapabilirim.
 Rahat harcama yapabilirim
 Sıkılmadan harcama yapabilirim
 Düşünerek harcama yapabilirim
 Temel ihtiyaçlarım dışında oldukça zor harcama yapabilirim
 Temel ihtiyaçlarımı bile zor karşılıyorum.

BİTTİ - teşekkür ederiz.

ÖZGEÇMİŞ

1987 yılında Urfa’da doğdu. İlk ve orta öğrenimini Aydın ve Bingöl’de tamamladı. Lise eğitimini yabancı dil ağırlıklı lisede tamamlayan Tuba Dağlı Çırak, 2010 senesinde Beykent Üniversitesi Psikoloji Bölümü’ne başladı. Lisans eğitiminin ardından 2014 senesinde Beykent Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisansına başlayan Tuba Dağlı Çırak, evlidir.

Tuba Dağlı ÇIRAK

