



T.C.  
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ABD/ KLİNİK PSİKOLOJİ BD

**DEPRESYON ve KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ  
ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

DOKTORA TEZİ  
ERCAN SÜT  
115601105

TEZ DANIŞMANI : PROF. DR. SEFA SAYGILI

İSTANBUL / 2020

T.C.  
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ABD/ KLİNİK PSİKOLOJİ BD

**DEPRESYON ve KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ  
ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

DOKTORA TEZİ  
ERCAN SÜT  
115601105

TEZ DANIŞMANI : PROF. DR. SEFA SAYGILI

İSTANBUL / 2020

## YEMİN METNİ

Doktora Tezi olarak sunduğum “Depresyon ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullandıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

24.07.2020

Ercan SÜT



**ÖZET**  
**DEPRESYON VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN**  
**İNCELENMESİ**

**Ercan SÜT**

**Doktora Tezi, Psikoloji ABD/Klinik Psikoloji BD**

**Danışman: Prof. Dr. Sefa SAYGILI**

**Temmuz 2020- 222 Sayfa**

Bu çalışmayla, toplumsal yapıda ve işgücünde oldukça önemli kayıplara yol açabilen majör depresyon olgusunun kişilik özellikleriyle ilişkisi olduğu hipotezini sorgulamak ve bu sorgulama sonrasında, hipotez doğrultusunda majör depresyona neden olabilecek kişilik özelliklerinin belirlenebilmesi amacıyla 16 PF Kişilik Envanterinde yer alan kişilik özellikleri ile majör depresyon arasında bir bağıntı olup olmadığı araştırılmak istenilmiştir. Çalışma kapsamında Beck Depresyon Ölçeği skorları bağımlı değişken ve 16 PF Kişilik Envanterinde yer alan 16 kişilik özelliği ise bağımsız değişkenleri tanımlamak üzere aralarındaki ilişkiler sorgulanarak bulunabilecek bağıntıların saptanması amaçlanmıştır.

5 Ocak - 9 Nisan 2015 tarihleri arasında yürütülen veri, toplama çalışması için, Bağcılar Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği'ne ayaktan başvurmuş, herhangi bir anti depresan tedavisi görmeyen, bedensel bir hastalığı bulunmayan bireylerden, Klinikte görevli Psikiyatri Uzmanlarınca Psikotik Bozukluklar ve Bipolar Bozukluk dışlanmak koşuluyla DSM-5'e göre Majör Depresyon tanısı verilmiş ve çalışmaya yönlendirilmiş bulunan ve gönüllük esası çerçevesinde çalışmaya katılmayı kabul etmiş bulunan, en az okur-yazar olma ve 18-65 yaş arasında bulunma koşullarını taşıyan 114 kişiye ve bağımsız bir sağlık kuruluşuna ayaktan başvuruda bulunmuş ve çalışmaya yönlendirilmiş olup, zihinsel ve bedensel sağlık sorunu bulunmayan, en az okur-yazar olma ve 18-65 yaş arasında bulunma koşullarını taşıyan ve çalışmaya katılmayı kabul etmiş bulunan katılımcılardan SA-45 Semptom Değerlendirme Ölçeği uygulanması sonrasında Klinik Psikoloji

Uzmanlarınca herhangi bir ruh sağlığı sorunu olmadığı belirlenmiş olan 60 kişiye, rastgele olarak Beck Depresyon leği ve 16 PF Kişilik Envanteri uygulanmıştır. Majör depresyon tanısı almış ve almamış olan grupların Beck Depresyon leğinden elde edilen skorlarının karşılaştırılması sonucunda majör depresyon tanısı almış olan katılımcıların oluşturduğu grubun ortalamalarının tanı almamış olan gruba oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Normal dağılıma uyan ve uymayan bağımsız değişkenler açısından, Beck Depresyon leği skorları yüksek olan katılımcıların bağımsız değişkenlerle aralarında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Ulaşılan sonuçların belirli kişilik yapılanmalarını ne çıkardığı değerlendirilerek yapılan Faktör Analizi sonucunda 16 PF Kişilik Envanterinde yer alan kişilik özelliklerinden 15 tanesinin kendi aralarında faktrleşerek dört alt küme oluşturduğu, bu bağımsız değişkenlerin depresyona neden olduğu düşünülen kişilik özellikleri olarak belirli ortak tanımlamalar çerçevesinde gruplaştıkları dört alt küme içinde değerlendirilebilecekleri ve bu değerlendirmeye ilişkin olarak oluşturulan regresyon modelinin kişilik özellikleri ile depresyon arasındaki ilişkiyi açıklayabilecek bir yapıda olduğu görülmüştür. Belirlenmiş olan ve dört alt küme içinde gruplaşmış bulunan kişilik özelliklerinin n yargılara dayalı bir bilgi işleme süreciyle biçimlendiği ve depresyonda psikopatoloji oluşumunda bu bilgi işleme sürecinin belirleyici olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Depresyon, 16 PF, kişilik zellikleri.

**ABSTRACT**  
**ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN DEPRESSION AND**  
**PERSONALITY TRAITS**

**Ercan SÜT**

**Doctorate Thesis, Psychology Department**

**Supervisor: Prof. Dr. Sefa SAYGILI**

**July 2020- 222 Pages**

The purpose of this study is to interrogate the relationship between the personality traits and the fact of major depression which can cause significant detrimental effects on social structure and labor force and after this interrogation, to investigate whether there is a connection between major depression and personality traits sited in 16 PF Personality Inventory in order to identify the personality traits which can cause major depression according to the hypothesis. To intend to determine the correlation between, dependent variables via Beck Depression Inventory scores and independent variables via 16 PF Personality Inventory were used.

To generate this study, 114 outpatient literate individuals between 18 and 65 year-old, physically fit and taking no psychopharmacological treatment who were diagnosed with major depression excluding Psychotic Disorders and Depressive Episode of Bipolar Disorder in terms of DSM-5 by psychiatry specialists of Bağcılar Training and Research Hospital were included in a voluntarily base after being referred to study and 60 other outpatient individuals of an independent health facility covering the same requirements but without a major depression diagnosis who accepted to be a participant were also included and were randomly performed both Beck Depression Inventory and 16 PF Personality Inventory. Comparison of the results of Beck Depression Inventory showed that the participants with the diagnosis of major depression had higher average scores than the the participants without a major depression diagnosis. In terms of variables compatible of normal distribution or not, there has been a statistically significant correlation between the independent variables and participants with high Beck Depression Inventory scores. As a result of Factor Analysing reviewing the results that certain personality traits which are highlighted, it is observed that 15 of the personality traits out of 16 PF Personality

Inventory forming four subsets inbetween and these independent variables can be defined in certain identification as the personality traits causing major depression. The regression model evaluating this situation is seen to state the relationship between the personality traits and major depression. It is come to the conclusion that personality traits which are specified and grouped in four subsets are seen to be confirmed via prejudice processing and this processing is the determining factor in phsycopatological formation of depression.

Key words: Depression, 16 PF, personality traits.



## TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Cattell'in 16 Kişilik Faktörü

Tablo 2. Araştırma Örneğine İlişkin Tanımlayıcı Bulgular

Tablo 3. Depresyon Tanısı Bulunan Katılımcılar İçin Tanımlayıcı İstatistikler

Tablo 4. Depresyon Tanısı Bulunmayan Katılımcılar İçin Tanımlayıcı İstatistikler

Tablo 5. Tüm Katılımcılar İçin Tanımlayıcı İstatistikler

Tablo 6. Tüm Değişkenlerin Normal Dağılıma Uygunlukları

Tablo 7. Normal Dağılım Gösteren Değişkenlerin Karşılaştırılması İçin Bağımsız Örneklem Testi

Tablo 8. Normal Dağılım Göstermeyen Değişkenlerin Karşılaştırılması

Tablo 9. Normal Dağılıma Uyan Değişkenler İçin Korelasyon Analizi

Tablo 10. Normal Dağılıma Uymayan Değişkenler İçin Korelasyon Analizi

Tablo 11. Bağımsız Değişkenler Arasındaki Etkileşimler Korelasyon Analizi

Tablo 12. Bağımsız Değişkenlerin Faktör Yükleri ve Yüklü Buldukları Faktörler

Tablo 13. BDE Puanı Bağımlı Değişken, 5 Faktör Bağımsız Değişken Olmak Üzere Regresyon Modeli



*Olmak istediğim her Şey için emek veren anneme ve babama*

*Fatma SÜT ve Mehmet SÜT'e*

## İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
ABSTRACT.....	iii
TABLolar LİSTESİ.....	v

### BÖLÜM I

Giriş.....	1
1.1 Problem .....	1
1.2 Problem Cümlesi.....	4
1.3 Araştırmanın Hipotezi.....	5
1.4 Araştırmanın Önemi.....	5
1.5 Araştırmanın Sınırlılıkları.....	6

### BÖLÜM II

Alanyazın.....	7
2.1. Majör Depresyon Tanı Kriterleri.....	8
2.2. Epidemiyoloji.....	10
2.3. Etiyoloji.....	17
2.3.1. Etiyolojide Kişilik Özellikleri Yaklaşımı.....	21
2.4. Kişilik.....	22
2.4.1. Kavramsal Olarak Kişilik.....	23
2.4.2. Kişilik Oluşumunda Yaklaşımlar.....	24
2.4.3. Kişilik Kuramları.....	27
2.4.3.1. Psikodinamik ve İnsancıl/Varoluşçu Kuramlar.....	27
2.4.3.2. Davranışçı ve Bilişsel Kuramlar.....	28
2.4.3.2.1. Davranışçı Kuramlar.....	28
2.4.3.2.2. Bilişsel Kuramlar.....	29
2.5. Depresyon ve Bilişsel Kuramlar.....	32
2.5.1. Yükleme Kuramı.....	33
2.5.2. Antropolojik Bakış açısı Kuramı.....	34
2.5.3. Bilişsel Davranışçı Sistem Analizi Kuramı.....	34
2.5.4. Umutsuzluk Kuramı.....	34
2.5.5. Ruminasyon Kuramı.....	35
2.5.6. Bilişsel Kuram.....	35

2.6. Kişilik Özelliklerini Belirlemede Araştırma Yaklaşımları.....	50
2.6.1. Psikobiyolojik Kişilik Kuramı.....	50
2.6.2. Ayırıcı Özellikler Kuramı.....	54
2.6.2.1. Biyoloji Temelli Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı.....	56
2.6.2.2. Beş Faktör Kuramı.....	57
2.6.2.3. Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı.....	58
2.6.2.3.1. 16 Kişilik Faktörünün Açıklama ve Tanımlamaları.....	64

### **BÖLÜM III**

Yöntem.....	80
3.1. Araştırmanın Modeli.....	80
3.2. Evren ve Örneklem.....	80
3.3. Veri Toplama Araçları.....	82
3.3.1. Beck Depresyon Envanteri.....	82
3.3.2. 16 PF Faktör Analizi.....	83
3.3.3. SA-45 Semptom Değerlendirme Ölçeği.....	84
3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi.....	85
3.4.1 Verilerin Toplanması.....	85
3.4.2. Verilerin Analizi.....	85

### **BÖLÜM IV**

Bulgular.....	87
4.1. Depresyonu Olan ve Olmayan Kişilerin Karşılaştırılması.....	93
4.2. BDE Puanı ile Bağımsız Değişkenler Arasındaki İlişki.....	99
4.3. Faktör Analizi.....	111

### **BÖLÜM V**

Tartışma ve Yorum.....	115
5.1. Bilgi İşleme Süreçleri.....	117
5.2. Depresyonda Bilgi İşleme Yaklaşımı.....	124
5.3. Konuya İlişkin Araştırmalar.....	129
5.4. BDE Puanıyla İstatistiksel İlişkide Olan Değişkenlerin Değerlendirilmesi ..	137
5.5. Bağımsız Değişkenlerin Birbirleriyle Etkileşimlerinin Değerlendirilmesi...	140
5.6. Faktör Analizi Sonuçlarının Değerlendirilmesi.....	149

## BÖLÜM VI

Sonuç ve Yorum.....	168
6.1. Sonuçlar ve Yorumlar.....	168
6.2. Sonsöz ve Öneriler.....	176
KAYNAKÇA.....	180
DİĞER KAYNAKLAR.....	192
EKLER.....	194
Özgeçmiş.....	210



# BÖLÜM I

## Giriş

### 1.1. Problem

“Depresyon, üzüntülü veya iritabl duygu durum ve bununla bağlantılı uyku ve iştah değişiklikleri, anhedoni (düzenli ve haz verici etkinliklere olan ilginin kaybı), psikomotor değişiklikler, yoğunlaşma kusuru, yorgunluk, ümitsizlik ve çaresizlik duyguları ve intihar düşünceleri gibi belirtilerle birlikte işlevsellikte bozulmanın olduğu bir dönemdir” (Kaplan ve Sadock, 1998, s.219). Dünyada en çok kabul görmüş sınıflandırma sistemi olan DSM- 5’e (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition) göre Depresyon Bozuklukları başlığı altında şu alt gruplar yer almaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2015, s.91-112);

1. Yıkıcı Duygudurum Düzensizliği Bozukluğu
2. Yeğın (Majör) Depresyon Bozukluğu
3. Süreğen Depresyon Bozukluğu (Distimi)
4. Adet Öncesi (Premenstrüel) Disfori Bozukluğu
5. Maddenin/İlacın Yol Açtığı Depresyon Bozukluğu
6. Başka Bir Sağlık Durumuna Bağlı Depresyon Bozukluğu
7. Tanımlanmış Diğer Bir Depresyon Bozukluğu
8. Tanımlanmamış Depresyon Bozukluğu

“Depresyon kelimesi, çökme, kendini kederli hissetme, işlevsel ve yaşamsal aktivitenin azalması gibi anlamlarda kullanılmaktadır” (Büyükışık, 2008, s.9). “Bugün kullanılan depresyon kelimesinin kökeni Latince “depressus”tan yani “alçakta olmak, bastırmaktan gelmektedir” (Işık ve Işık, 2013, s.6), ruhsal bir bozukluk olarak tanımlanması Kraepelin tarafından 1896 yılında yapılan depresyonun, unipolar ve bipolar sınıflanma ayrımı ise 1957 yılında Karl Leonhard tarafından gerçekleştirilmiştir (Akdeniz ve arkadaşları, 2012, s.3).

Depresyon denildiğinde ilk akla gelen majör depresyondur, bu çalışmada da başka türlü belirtilmedikçe depresyon deyimiyile majör depresyon kastedilecektir. Majör depresyon, oldukça yaygın ve yoğun yakınmalara yol açan, toplumsal işgücü ve sosyal kayıplar dahil olmak üzere ciddi sonuçları bulunan bir ruh sağlığı bozukluğu olmanın yanı sıra depresyondaki bireylerin intihar riski de bulunmaktadır (Davison, Neale, 2004, s.252). “Genç ölümlerinde intihar Amerika Birleşik Devletleri’ndeki ölüm sebepleri arasında üçüncü sıraya yükselmiştir” (Savrun, 1999, s.12), depresyon ayrıca, önemli ölçüde normal mortalite ve morbidite riski de taşımaktadır, depresyona maruz kalanlarda kalp hastalığı yaşayanlar kadar ya da başka fiziksel hastalığı olanlardan daha fazla yeti yitimi ortaya çıkmaktadır (Wells ve arkadaşları,1989,s.4), 1989 yılında ABD de birinci basamak sağlık hizmetine başvuran 11.242 hastada yapılan çalışmada, sadece depresif semptomlarla birlikte olan fonksiyon yetersizliğinin ileri derecede kalp hastalığı, diabet, gastrointestinal hastalıklar, artrit gibi sekiz kronik hastalıkla karşılaştırılabilir ya da onlardan daha kötü düzeyde fonksiyonel yetersizlik oluşturduğu bulunmuştur (Jacobson ve Jacobson, 2006, s.73). “Yatarak tedavi gören hastaların %30-65’inde belirgin psikiyatrik semptomatoloji vardır ve bu hastalarda en sık rastlanan ruhsal bozukluk olan depresif bozuklukların prevalansı %20-24 arasında olup, ciddi fiziksel hastalığı olanlarda bu oran %61’e kadar yükselir, bu hastaların %25’inde depresyon fiziksel bozukluk öncesi ortaya çıkmaktayken, %75’inde depresyon fiziksel hastalığa ve etkilerine bir tepki olarak ortaya çıkmaktadır” (Tezcan, 2013, s.81).

Bir diğer önemli nokta ise majör depresyonun sıklıkla tekrarlayan bir rahatsızlık oluşudur. “Depresyon, tüm dünyada yaygın olarak görülen, yüksek oranda yinleme, süregenleşme ve intihar riski taşıyan bir ruhsal bozukluktur” (Annagür ve Savaş, 2011, s.87). Bir çalışmada majör depresyonu olan bireylerin yaklaşık %50–60’ının ikinci bir depresif atak geçirdikleri bildirilmektedir (Ateşci, 2000, s.101), 12 aylık izlem sonucunda gerçekleştirilen bir araştırmada da tedavi edilen hastaların %33.5’inde majör depresyonun devam ettiği

gözenmiştir (Barkow ve arkadaşları, 2003, s.1), duygudurum bozukluklarının gidişi konusundaki naturalistik çalışmaların yer aldığı bir gözden geçirme çalışmasının aktarıldığı başka bir çalışmada da olguların %18-80 arasında olmak üzere oldukça yüksek oranlarda yaşam boyunca en az 3 ya da daha üzerinde depresyon atağı geçirdikleri aktarılmaktadır (Zis ve Godwin'den aktaran Örsel, 2004, s.17), yine iyileşmesine rağmen, hastaların birçoğunda ortaya çıkan relapslarla majör depresyonun hayat boyu devam ettiğini vurgulayan yayınlar da bulunmaktadır (Uğur ve arkadaşları,2008, s.60).

Bu denli yaygın ve relapslarla toplumsal sağlık ve işgücünde oldukça önemli kayıplara yol açan majör depresyonun sağaltımında çeşitli yaklaşımlarla çözüm için uğraş verilmektedir ve bu uğraşlardan bir kısmı, kişilerin majör depresyon hastası olmalarıyla kişilik özellikleri arasında bir bağlantı olup olmadığı yönünde devinmektedir.

Majör depresyon ile kişilik özellikleri ilişkisi ruh sağlığı alanında oldukça uzun zamandır dikkat çekici biçimde tartışılmakta ve bu doğrultuda, kişilikle duygulanım arasındaki ilişki, özellikle de depresyon gibi duygudurum bozukluklarının kişilik özellikleriyle ilişkisi giderek daha çok ilgi konusu olmaktadır.

Duygudurum bozukluklarıyla kişilik örüntüleri ve psikopatoloji arasındaki ilişkinin sorgulandığı bir çalışmada, kişilik özellikleri ile duygudurum bozuklukları arasındaki ilişki hakkındaki yorumların iki ana yaklaşım altında sınıflandırıldığı aktarılmaktadır; birinci yaklaşımda, doğuştan getirilen özellikler olarak tanımlanabilecek olan mizacın hastalığın bir tipi olarak kabul edildiği belirtilmekte ve depresyonun konjenital atıflarla bağlantılı kabul edildiği yaklaşımı öne çıkarılırken, aynı çalışmada ikinci yaklaşım olarak ise mizacın veya kişilik özelliklerinin duygudurum bozukluklarının gelişmesinde risk etkeni olduğunun belirtildiği görülmektedir (Maier'den aktaran Sütçü ve arkadaşları, 2005, s.230).

Majör depresyona yatkın olan bireylerin daha fazla hastalığa maruz kalıp kalmadığı ve dolayısıyla bu yatkınlığın önlenmesiyle hastalık oranlarının düşürülüp düşürülemeyeceği konusu oldukça dikkat çekmektedir.

Kişilik özelliklerinin, majör depresyona yatkın olan kişilerde oldukça belirgin biçimde ortaya çıktığını ileri süren (Öztürk, 2004, s.302) ve majör depresyona eşlik ederek tablonun tanınmasını ve tedaviyi zorlaştırarak prognozu olumsuz yönde etkilemesini ele alan, sık yinleme ve gelişen dirençten sorumlu tutan yayınlar da bulunmaktadır (Ülkeröğlü, Tezcan, Kuloğlu, Çulha, Karabulut, Ay, Doğan. 1997, s.15). Bu çerçeveden bakıldığında; majör depresyona yatkınlığı ya da dirençliliği sağlayan kişilik özellikleri öne çıkmakta, bu kişilik özelliklerinin neler olduğu ve nasıl önleyici bir işlev üstlendikleri soruları belirginleşmektedir. Bu araştırmada da temelde bu ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

## **1.2. Problem Cümlesi**

Majör depresyon tanısı almış bireylerin Beck Depresyon Envanteri'nden aldıkları puanlar ile 16 PF Kişilik Envanterinde yer alan Kişilik Faktörleri arasında ilişki var mıdır?

Yukarıda ifade edilen problem cümlesi doğrultusunda yürütülecek olan araştırmanın amacı, majör depresyon tanısı almış bireylerin kişilik özelliklerinin depresyon ile ilişkisinin olup olmadığını belirlemektir.

Araştırmanın bağımsız değişkenleri 16 PF Kişilik Envanteri'nde yer alan kişilik faktörleridir. Araştırmanın bağımlı değişkeni ise Beck Depresyon Envanteri (BDE) ile elde edilen puanlar olarak tanımlanmıştır.



### **1.2.2. Araştırmanın Hipotezi**

Beck Depresyon Envanteri'nden 17 ve üstü puan alan kişilerin bu puan değerleri ile 16 PF Kişilik Envanterindeki kişilik faktörleri arasında bağlantı vardır.

### **1.3. Araştırmanın Önemi**

Majör depresyon oldukça yaygın bir ruh sağlığı bozukluğudur. Nüfusun büyük kısmının maruz kalabildiği majör depresyon, tedavisi uzun zaman alan, tekrarları sık ve tam sağaltıma zorlukla ulaşılabilen bir hastalıktır.

Majör depresyonun kısa sürede tam sağaltımı ve hastalığın tekrarlarının önlenmesi için çeşitli araştırmalar sürdürülmekte olup, hastalığın çeşitli boyutlarıyla farklı nedenler arasında sebep sonuç ilişkisine dayalı bağıntılar bulunmaya ve bulunabilecek bağıntılar üzerinden sağaltım odaklı çabalar planlanmaya çalışılmaktadır.

Bu araştırma, majör depresyonun oluş nedenlerine yönelik olarak daha önce farklı yöntemlerle sorgulanmış olan bir bağıntıyı ülkemizde ve bilim evreninde hiç sorgulanmamış bir açıdan ele almasıyla önemli görülmektedir. Araştırmanın, kişilik özelliklerinin depresyonla ilişkisinin farklı bir yöntemle saptanmaya çalışılmasının yanı sıra depresyonun oluşumunu erken dönemde önleyebilecek ve oluşmuş hastalığın sağaltımında farklı tedavi seçenekleri geliştirilmesine şimdiye kadar denenmemiş bir bakış açısıyla altyapı oluşturabilecek olmasıyla da önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın bilimsel bakış açısına sağlayacağı katkıların yanında klinik anlamda da şimdiye kadar hiç ele alınmamış sağaltım yöntemlerinin düşünülerek değerlendirilmesine ve klinik uygulamada farklılıklar oluşturarak yeni tedavi yaklaşımları oluşmasına öncülük edebilecek olmasına önem verilmektedir. Özellikle, depresyonun tekrar etmesinin önlenmesi açısından farklı bir bakış açısı getirmek üzere, temelde yer alan bir sorun düzleminin ele alınması ve buna yönelik olarak yeni tedavi protokolleri geliştirilmesi için bir altyapı olasılığının bulunması heyecan verici ve önemli görülmektedir.

#### 1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1) Araştırma verileri İstanbul İlinin iki ilçesinde ikamet eden bireylerle sınırlıdır.

2) Araştırma verileri Beck Depresyon Envanteri, 16 PF Kişilik Envanteri ve SA-45 Semptom Değerlendirme Ölçeği'nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

3) Araştırma bulguları İstanbul İline bağlı Bağcılar ve Şişli İlçelerinde ikamet etmekte olan bireylerden toplanan verilerle sınırlıdır.

4) Araştırma kapsamında depresyon ile kişilik özellikleri arasındaki doğrudan bağintıyı sorgulayan bir çalışma yapılmasından dolayı ve hedeflenen doğrultuya ağırlık verilmesi gerekçesiyle, araştırma sosyodemografik özellikler ile depresyon arasındaki ilişkinin dışlanmasıyla sınırlandırılmıştır.

5) Araştırma, kadın ve erkek katılımcı sayılarının eşit olarak belirlenmemiş olması, katılımcıların yaş gruplarına göre eşit sayılarda dağılmamış olması ve katılımcıların eğitim düzeylerinin eşit olarak dağılmamış olması ile sınırlıdır.

## BÖLÜM II

### Alanyazın

“Majör depresyon bir duygudurum bozukluğudur. Duygudurum içsel olarak yaşantılanan, kişinin davranışları ve dünyayı algılamasını değiştiren egemen ve sürekli duygu tonudur” (Karamustafalıoğlu ve Yumrukçal, 2011, s.65). “Depresif duygudurumu genel olarak mutsuzluk, çaresizlik, umutsuzluk ve karamsarlığın hissedildiği bir tablo olarak tanımlanmıştır” (Aslan ve arkadaşları, 2012, s.57). Bireylerin duygudurumları normal, taşkın, çökkün, sıkıntılı ve uygunsuz olmak üzere beş türdür (Ziyalar, 2006, s.271), majör depresyon duygudurumun çökkün olduğu bir dönemi tanımlar.

Duygular bireylerin kişilik yapılarıyla doğrudan bağlantılı oluşumlardır. Aynı duygunun bireylerde farklı şekillerde duyumsanabileceği noktasından hareketle, bireylerin yukarıda sıralanan farklı duygudurumları ve bu duygudurumlardan biri olan çökkünlüğü farklı yaşayabileceği sonucuna ulaşılabilir. Bu durumda, bireylerin duygudurumları farklı yaşamlarına neden olan yapıya, bireysel özelliklerine eğilmek gerekmektedir, bireysel özellikler depresyonun bireylerde farklı biçimlerde oluşabilmekte, gelişebilmekte ve farklı sonuçlara yol açabilmektedir.

Yukarıdaki satırlarda ifade edildiği üzere depresyonun her bireyde aynı biçimde oluşmama, aynı şekilde gelişmeme ve aynı sonuçlara yol açmama gibi nitelikleri bireylerin depresyona yatkınlıklarını belirleyen bazı özelliklerinin olabileceğini akla getirmektedir. Bireylerin depresyona maruz kalmasını kolaylaştıran bazı özelliklerinin söz konusu olabilmesi ve bu özelliklerin yaşam olaylarıyla baş edememe ve karşılaşılan uyarının zorluk derecesine bağlı olarak gelişebilmesinin, araştırmacıları, bireylere ve bireylerin depresyona yol açabilecek yaşam olaylarına karşı verdikleri tepkilere odaklandığı ileri sürülebilir. “Depresif insanların kendileri ve

çevreleri ile ilgili bilgileri değerlendirme biçimlerinin, olumlu olayların tanınmasını ya da özümsemesini engelleyen, benliği yenilgiye uğratan şemaların aktivasyonu ile çarpıtılmış olduğu varsayılır” (Oltmanns ve arkadaşları, 2003, s.123-124). Böylesi bir çarpıtma sonucunda, aynı olayın bir bireyde depresif belirtileri ortaya çıkarma olasılığı son derece yüksekken, bir başka bireyde geçici bir zorlanmaya neden olması, doğal olarak bireyler arasındaki farklılıklara ilişkin dikkat çekici bir soruyu gündeme getirmektedir. Bir kişinin yaşadığı bir olay sonucunda depresif olmasına yol açan ve bir diğeri için yalnızca kısa süreli bir sıkıntıyı yaşayarak aynı olayla baş etmesine neden olan yapılanma nedir, insanlar nasıl özelliklere sahip olmalıdır ki çökkün bir duygudurum oluşmadan yaşamlarını sürdürebilsinler?

Bu ve benzeri sorular depresyonla başa çıkabilen ve çıkamayan bireylerin kişilik özelliklerine odaklanılmasına yol açmış, hangi kişilik özelliklerinin hastalıktan koruyucu ve hangilerinin hastalığa yol açıcı nitelikte olduklarının sorgulanmasını gündeme getirmiştir. Bu sorgulamanın iki temelinden biri majör depresyon tanı kriterleri ve diğeri de kişilik özellikleridir. Bu doğrultuda öncelikle majör depresyon tanı kriterleri aktarılacaktır.

## **2.1. Majör Depresyon Tanı Kriterleri**

DSM-5 tanı ölçütleri uyarınca majör depresyon tanı kriterleri aşağıdaki gibi tanımlanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2015, s.92-94).

A. Aynı iki haftalık dönem boyunca, aşağıdaki belirtilerden beşi ( ya da daha çoğu) bulunmuştur ve önceki işlevsellik düzeyinde bir değişiklik olmuştur; bu belirtilerden en az biri ya (1) çökkün duygudurum ya da (2) ilgisini yitirme ya da zevk almamadır.

1. Çökkün duygudurum, neredeyse her gün, günün büyük bir bölümünde bulunur ve bu durumu ya kişinin kendisi bildirir (örn. üzüntülüdür, kendini boşlukta hisseder ya da

umutsuzdur) ya da bu durum başkalarınca gözlenir (örn. ağlamaklı görünür).

2. Bütün ya da neredeyse bütün etkinliklere karşı ilgide belirgin azalma ya da bunlardan zevk almama durumu, neredeyse her gün, günün büyük bir bölümünde bulunur (öznel anlatıma göre ya da gözlemlerle belirlenir).
3. Kilo vermeye çalışmıyorken (diyet yapmıyorken) çok kilo verme ya da kilo alma (örn. bir ay içinde ağırlığının %5'inden daha çok olan bir değişiklik) ya da neredeyse her gün, yeme isteğinde azalma ya da artma.
4. Neredeyse her gün, uykusuzluk çekme ya da aşırı uyuma.
5. Neredeyse her gün, psikodevinsel kışkırtma (ajitasyon) ya da yavaşlama (başkalarınca gözlenebilir; yalnızca, öznel, dinginlik sağlayamama ya da yavaşlama duygusu taşıma olarak değil).
6. Neredeyse her gün, bitkinlik ya da içsel gücün kalmaması (enerji düşüklüğü).
7. Neredeyse her gün, değersizlik ya da aşırı ya da uygunsuz suçluluk duyguları (sanrısız olabilir) (yalnızca hasta olduğundan ötürü kendini kınama ya da suçluluk duyma olarak değil).
8. Neredeyse her gün, düşünmekte ya da odaklanmakta güçlük çekme ya da kararsızlık yaşama (öznel anlatıma göre ya da başkalarınca gözlenir).
9. Yineleyici ölüm düşünceleri (yalnızca ölüm korkusu değil), özel eylem tasarlamaksızın yineleyici kendini

öldürme (intihar) düşünceleri ya da kendini öldürme girişimi ya da kendini öldürmek üzere özel bir eylem tasarlama.

- B. Bu belirtiler klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.
- C. Bu dönem, bir maddenin ya da başka bir sağlık durumunun fizyolojiyle ilgili etkilerine bağlanamaz.
- D. Yeğin depresyon döneminin ortaya çıkışı şizoduygulanımsal bozukluk, şizofreni, şizofrenimsi bozukluk, ya da şizofreni açılımı kapsamında ve psikozla giden tanımlanmış ya da tanımlanmamış diğer bozukluklarla daha iyi açıklanamaz.
- E. Hiçbir zaman bir mani dönemi ya da bir hipomani dönemi geçirilmemiştir.”

## 2.2. Epidemiyoloji

Majör depresyon tüm dünyada en sık karşılaşılan duygu durumu bozukluklarından, dünyada yaygınlığının %9-20 arasında olduğu, yaşam boyu depresyona yakalanma oranlarının erkekler için %8-12 ve kadınlar için ise %20-26 olarak bulunduğu bildirilmektedir (Öztürk, 2004, s.295), başka yazarlar bu konuda farklı rakamlar vermektedirler; ABD’de gerçekleştirilen büyük ölçekli bir epidemiyolojik çalışmada yaşam boyu depresyon kriterlerini karşılama oranını ortalama %16,2 olarak veren (Kessler ve arkadaşlarından aktaran Kring, Johnson Davison, Neale, 2014, s.133), 18 yaş üzerindeki genel nüfusun en az %5’inin yaşamlarının depresyondan belli oranda etkilendiğini ileri süren (Glick ve Yalom, 2006, s.18), yaklaşık olarak on erkekten birinin (%10) ve beş kadından birinin (%20) yaşamının bir döneminde klinik depresyon geçireceğini ileri süren (Köroğlu, 2006, s.15), tek

kutuplu depresyonun değişik alt gruplarının yaşam boyu prevalansının tüm popülasyon için %20 civarında bulunduğunu bildiren (Uğur ve arkadaşları,2008, s.60), hemen her toplumda yetişkinler arasında depresyon geçirme oranının %20-25 olduğunu belirten (Güleç, 2006, s.32), depresyonun yaşam boyu ortalama sıklığına kadınlarda %10-25 ve erkeklerde %5-12 olarak bildirildiğini ileri süren (Türkçapar, 2009, s.19), yaşam boyu riskin erkekler için %7-12 ve kadınlar için ise %20-25 olduğunu bildiren (Jacobson ve Jacobson, 2006, s.72), yaşam boyu depresyon geçirme riskinin %15 olduğunu ve kadınlarda bu oranın %25'e kadar çıktığına belirten (Çakmak ve Saatçioğlu, 2003, s.133), ve depresyonun daha çok orta yaş hastalığı olduğuna atıfta bulunarak, genel popülasyonu yaş gruplarına ayırmak suretiyle detaylı olarak inceleyen ve 18-29 yaşları arasında %12,02, 30-44 yaşları arasında %14,03, 45-64 yaşları arasında %15,91 ve 65 yaş üzerinde %8,19 oranlarına ulaşıldığına belirten (Işık ve Işık, 2013, s.19) çalışma ve yayınlar bulunmaktadır.

Türkiye'deki epidemiyolojik çalışmaları gözden geçiren Küey ve Güleç'in tespit ettiği sonuçlara göre:

“a) Toplum içinde klinik düzeyde depresyon prevalansı %10 dolaylarındadır, b) Depresyonun somatik belirtileri yaklaşık %20 oranında öte yandan suçluluk duyguları gibi ruhsal belirtileri ise %10 gibi daha düşük oranda nokta prevalans hızlarına sahiptir, c) Kronik fiziksel hastalığa sekonder depresyonlar dikkat çekici düzeydedir (%4-%8,8), d) Hastaların yaklaşık üçte birinde depresyon kronikleşmiştir” (Küey ve Güleç'ten aktaran Savrun, 1999, s.13).

Majör depresyonun epidemiyolojisine tarihsel bir bakış açısıyla yaklaşılan bir çalışmada da 2000 yılı sonrasında yapılan çalışmalar ele alınmakta, çalışmanın yayımlandığı 2007 yılına kadar olan süreçle ilgili olarak şu özet bilgiler sunulmaktadır: 2007 yılında Ohayon tarafından Amerika'da yapılan ve 18-96 yaş arasındaki 6.694 kişiyi kapsayan bir araştırmada depresyonun bir aylık yaygınlığının %5,2 olarak

bulunduğu, kadınlarda daha yüksek oranda görüldüğü, orta yaşlarda artış gösterdiği ve obeziteyle ilişkili olduğu belirtilmiştir.

Avrupa’da ise, Marneros tarafından 2006 yılında gerçekleştirilen ve altı Avrupa ülkesinde yaşayan 21.425 kişi üzerinde yapılmış olan ESEMED (The European Study on the Epidemiology of Mental Disorders) adlı araştırmada, yaşam boyu herhangi bir duygu durum bozukluğunun yaygınlığı %14 olarak bulunmuştur ifadesi yer almakta, en sık görülen ruhsal bozukluğun depresyon olduğu belirtilen çalışmada, depresyonun bir aylık yaygınlığının %3,6 - %8,5 arasında değıştiğı aktarılmaktadır.

Yine Avrupa’da da kadınlarda erkeklerden iki kat fazla olduğu ve özellikle anksiyete ile örtüştüğü ifade edilmektedir. Bir ada ülkesi olmasından dolayı çoğu zaman Avrupa ana kıta çalışmalarında dahi ayrı tutulan İngiltere’de 1999 yılında Ohayon ve arkadaşlarınca yapılan ve 54.972 kişiyi kapsayan bir araştırmada depresyonun bir aylık yaygınlığı kadınlarda %5,9 erkeklerde ise %4,2 bulunmuştur.

Asya’da Güney Kore’de Ohayon ve Hong tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada depresyonun bir aylık yaygınlığının %3,6 bulunduğu ifade edilmiştir. Öte yandan Asya’nın ve Dünya’nın en kalabalık ülkesi olan Çin’de 2004 yılında Demyttenare ve arkadaşlarınca yapılan bir araştırmada duygu durum bozukluklarının son bir yıllık yaygınlığının %1,7 ile %2,5 arasında değıştiğinin vurgulandığı aktarılmakta, Japonya’da yapılan bir araştırmaya atıfta bulunularak, 2004 yılında Kawakami ve arkadaşlarınca gerçekleştirilen bir araştırmada depresyonun altı aylık yaygınlığının %1,32 olarak saptandığı iletilmektedir.

Afrika’da Nijerya’da 2007 yılında yapılan Gureje ve arkadaşlarınca yapılan bir araştırmada ise depresyonun yaşam boyu yaygınlığı %26,2 bulunurken son bir yıllık yaygınlığı %7,1 olarak saptandığı belirtilmiş, boşanmış kadınlarda ve kentsel alanlarda yaşayanlarda depresyon gelişme riskinin daha yüksek olduğunun belirtildiğı ifade edilmiştir. Yine bir Afrika ülkesi olan Etiyopya’da 15-



49 yaş aralığındaki 68 bini aşkın kişi üzerinde Fekadu ve arkadaşlarınınca 2007 yılında yapılan bir araştırmada depresyonun bir aylık yaygınlığının %2,2 bulunduğu ve depresyonun işsizlik, boşanmış olma ve 35 yaş ve üstünde olmayla yaygın biçimde ilintili olduğu aktarılmış, yine aynı çalışmada ülkemizde yapılan epidemiyoloji araştırma ve çalışmalarından da söz edilmiş, 1993 yılında Dünya Sağlık Örgütü eşgüdümünde yürütülen ve Ankara’da yapılan bir araştırmaya atıfta bulunularak, bu araştırmada %11,6 oranında depresyon tanısı konulduğu belirtilmiş, depresyonun kadınlarda daha yaygın olduğu, depresyonu olanlarda kronik hastalıkların daha sık görüldüğünün belirlendiği aktarılmıştır (Ohayon, Hong, Marneros, Demyttenare, Kawakami, Gureje, Fekadu ve diğerlerinden aktaran Kaya ve Kaya, 2007, s.5-7).

Yine aynı yayında, Sağlık Bakanlığı adına 1998 yılında Erol ve arkadaşlarınınca gerçekleştirilen “Türkiye Ruh Sağlığı Profili” başlıklı önemli bir araştırmanın da yer aldığı aktarımla, ülkemiz özneline depresif nöbet yaygınlığının %4 olarak tespit edildiği, yaygınlık oranlarının kadınlarda %5,4 ve erkeklerde %2,3 olduğu belirtilmiş, ağrı bozukluğu dışta tutulmak üzere en sık rastlanılan ruhsal bozukluğun depresyon olduğunun belirtildiği aktarılmıştır (Erol ve arkadaşlarından aktaran Kaya ve Kaya, 2007, s.8)

Epidemiyolojik çalışmalarda, majör depresyonun epidemiyolojisi ile ilgili olası risk etkenlerine dönük olarak bazı alanlar tanımlanmış ve bu alanlarla majör depresyon epidemiyolojisi ilişkisi sorgulanmıştır.

Bu çalışmalardan birinde; biyolojik etkenlerin etkisi ele alınarak özellikle biyokimyasal ve genetik etkenlerin kişinin ruhsal-toplumsal etkenlere yanıtını etkileyebileceği aktarılmış (Kaplan ve arkadaşları ve Rotschild’den aktaran Doğan, 2000, s.32), yine ayrıca, genetik etkenlerin tek başına ele alındığı çalışmalardan söz edilerek aile öyküsünde depresyon olmasının depresyona yakalanma riskini artırdığından söz edilmekte (Tollefson, Gelder ve arkadaşları, Kaplan ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.32) ve depresif hastaların

birinci derece akrabalarında depresyon oranı %9,4 iken kontrol grubunda bu oranın %4,5 olduğu vurgulanmakta (Rotschild, Beardslee ve arkadaşları, Weissman ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.32),eş hastalanma oranlarının tek yumurta ikizlerinde %50 iken çift yumurta ikizlerinde %10-25 arasında olduğu aktarılmaktadır (Kaplan ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.32) .

Aynı yayında ele alınan yaş etkeni için gerçekleştirilen çalışmalara yapılan atıflardan birinde depresyon sıklığı ve yaygınlığının 20-50 yaşları arasında en yüksek noktasına ulaştığı ve ortalama başlangıç yaşının 40 olduğu belirtilmekte (Tollefson, Kaplan ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.33) diğer çalışmalardan birinde ise ortalama başlangıç yaşının 27 olduğundan söz edilmektedir (Boyd ve Weissman, Jefferson ve Greist, Rotschild'den aktaran Doğan, 2000, s.33), cinsiyet etkeni için gerçekleştirilen çalışmalardan yapılan aktarımlarda ise genel olarak depresyonun kadınlarda erkeklere oranla iki katı yüksek bulunduğunu belirten gözden geçirme ve çalışmalara yer verilmiş (Boyd ve Weissman, Kitamura, Rotschild, Tollefson, Goldberg ve arkadaşları, Kessler ve arkadaşları, Kaplan ve arkadaşları, Regier ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.33) oran verilmeden kadınlarda depresyon oranının erkelerden daha yüksek olduğunu belirten çalışmalara gönderme yapılmış (Anthony ve Petrovis, Jones-Webb ve snowden, Koenig ve Blazer, Goncalves Estella ve arkadaşları, Parker ve arkadaşları, Weissman ve arkadaşları, Wilhelm ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.33)

Öte yandan ülkemizdeki çalışmalarda da depresyon oranlarının kadınlarda daha yüksek bulunduğu çalışmalara atıfta bulunulmuştur (Güleç, Küey, Doğan ve arkadaşları, Erol ve arkadaşları, Üstün ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.33).

Stresli yaşam olayları ve kayıplar başlığı altında, kayıp yaşayanların %20'sinin depresyona yakalandığının (Rotschild'den aktaran Doğan, 2000, s.33), tehdit edici yaşam olaylarından 6 ay sonra depresyon riskinin 6 kat arttığının (Paykel'den aktaran Doğan, 2000,

s.33), 11 yaşından önce anne ya da baba kaybının (ve ayrılığının) depresyon riskini arttırdığının (Javed ve Mirza, Jefferson ve Greist, Patten, Gelder ve arkadaşları, Kaplan ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.33) aktarıldığı görülmekte, depresyonla en çok ilişkili olduğu kabul edilen stresli yaşam olaylarının eş ölümü ve 11 yaş öncesi anne kaybı olduğu belirtilmektedir (Doğan, 2000, s.34).

Medeni durum ve depresyon arasındaki ilişkiye yönelik gerçekleştirilen bazı çalışmaların aktarıldığı aynı yayında depresyonun, boşanmış, ayrılmış ya da dullarda daha yüksek oranda bulunduğu aktarılmaktadır (Anthony ve Petronis, Bruce ve Kim, Jones-Webb ve Snowden, Kiecolt-Glaser ve Glaser, Koenig ve Blazer, Altamura ve arkadaşları, Gelder ve arkadaşları, Coryell ve arkadaşları, Kaplan ve arkadaşları, Parker ve arkadaşları, Potter ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.34), aynı başlık altında ülkemizde yapılan bir çalışmada depresyon oranının dullarda (Güleç'ten aktaran Doğan, 2000, s.33), diğer çalışmalarda ise dul ve boşanmışlarda daha yüksek olduğu aktarılmaktadır (Doğan ve arkadaşları, Erol ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.34).

Sosyoekonomik düzeyin depresyonla ilişkisini araştıran çalışmalarda ise depresyon yaygınlığını düşük sosyoekonomik düzeyle ilişkilendiren çalışmalar olduğu gibi (Jefferson ve Greist, Koenig ve Blazer, Potter ve arkadaşları, Blazer ve arkadaşları, Brown ve arkadaşları, Gelder ve arkadaşları, Holzer ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s. 34), depresyon yaygınlığının sosyoekonomik düzeyle ilişkisi bulunmadığını belirten çalışmalara da atıf yapılmaktadır (Duncan-Jones ve Henderson, Rotschild, Kaplan ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.34).

Ülkemiz için ise en yüksek oranda depresyonun düşük gelir düzeyindekilerde bulunduğu aktarılmaktadır (Doğan ve arkadaşları, 2000, s.34, Güleç'ten aktaran Doğan, 2000, s.34), aynı başlıkta yer alan eğitim düzeyi ile depresyon arasındaki ilişkilerin sorgulandığı çalışmalardan yapılan aktarımlardan birinde iki değişken arasında bir

ilişki olmadığını (Rotschild'den aktaran Doğan, 2000, s.34), düşük eğitim düzeylilerin (La Gery ve arkadaşlarından aktaran Doğan,2000,s.34) ya da yüksek eğitim düzeylilerin (Coryell ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.34) daha yüksek risk taşıdıklarına ilişkin bulgular belirtilmekte, ülkemizdeki çalışmalarda ise öğrenim görmeyenlerin daha yüksek depresyon oranlarına sahip oldukları aktarılmaktadır (Güleç, Doğan ve arkadaşları, Erol ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.34).

Kişilik özellikleri ile majör depresyonun epidemiyolojisi arasında bir bağlantı olup olmadığına ilişkin çalışmalar sorgulanmış, yapılmış bulunan oldukça fazla sayıda çalışma ele alınarak, bazı kişilik özellikleriyle majör depresyon epidemiyolojisinin doğrusal bir bağlantı içinde olduğu ve anılan alanlardaki belli nedenlerin sıklık ve yaygınlığı etkilediği aktarılmıştır.

Bu çalışmalardan bazılarında obsesif, oral bağımlı, histriyonik kişilik özellikleriyle içedönüklük ve nörotisizmin majör depresyon epidemiyolojisi ile ilişkili bulunduğu (Boyd ve Weissman, Gelder ve arkadaşları, Hecht ve arkadaşları, Kaplan ve arkadaşları, Maier ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.34), kadınlarda nörotisizm ile depresyon yaygınlığının koşutluk gösterdiği aktarılmaktadır (Shrout ve arkadaşları, Wilhelm ve arkadaşlarından aktaran Doğan, 2000, s.34)

Aynı gözden geçirme çalışmasında, depresyona eğilimli kişilerin özgüvenlerinin düşük, üst benliklerinin güçlü, kişilerarası ilişkilerinde bağımlı, sürekli ve sağlıklı nesne ilişkilerinde yetersiz olduklarına ilişkin bir çalışmaya da atıfta bulunulmuştur (Rotschild'den aktaran Doğan, 2000, s.34).

Yine aynı gözden geçirme çalışmasında, 73 depresif hastanın kişilik özelliklerinin araştırılması sonucunda güvensizlik, strese dayanıksızlık, içe dönüklük, girişkenlik kaybı, bağımlılık, obsesiflik ve sosyal beceri yetersizliği ile depresyon epidemiyolojisi arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu belirtilmiştir (Boyd ve Weissman'dan aktaran Doğan, 2000, s.34).

### 2.3. Etiyoloji

Majör depresyonun etiyojisine dönük yaklaşımların hemen tamamında nedenin tanımlanmasına yönelik bir bulanıklık olduğu görülmektedir, hemen tüm yayınlarda depresyon etiyojisinin halen tam olarak aydınlatılmadığı, çeşitli başlıklar altında sınıflandırmalar yapılarak belirliliğin artırılmaya çalışıldığı görülmektedir. Bunun temel nedeninin, majör depresyonun bir hastalık olmaktan çok bir sendrom olması, bir semptomlar topluluğu olarak tanımlanması ve oluşumunda çok farklı etkenlerin rol alması olarak düşünülebilir. Etiyojinin halen netleştirilememesi bu alanda yeni yaklaşımlara gereksinim olduğunu ve, semptomları oluşturan nedenlere ağırlık verilmesinin gerekeceği düşüncesini oluşturmaktadır.

Majör depresyonun oluş sebepleri çeşitli yayın ve araştırmalarda ele alınmakta ve genellikle 4 ana başlık etrafında şekillenmektedir, bu başlıkları; biyolojik, genetik, psikolojik ve sosyal (çevresel) nedenler olarak sıralamak olası görülmektedir. Bu çerçevede ele alındığında yukarıdaki sıralamaya bağlı kalınarak dört ana yaklaşıma ilişkin değerlendirmeler aşağıdaki satırlarda sunulmaya çalışılmıştır.

Biyolojik nedenler genellikle, nörotransmitter ve nörohormonlardaki düzensizliklerle majör depresyon arasındaki bağıntıyı açıklamaya çalışıyor görünümündedir. Bu konuda yazılmış geniş kapsamlı bir yayında depresyonun nörotransmitter patolojisinden kaynaklandığı ileri sürülmekte, depresyon oluşumunda serotonin, noradrenalin, dopamin, glutamat, gaba, histamin ve asetilkolin gibi nörotransmitterler arasındaki denge durumunun bozulmasının ve nörotransmitterlerin salınımını düzenleyen önemli bir reseptör olan sigma reseptörlerindeki, özellikle de sigma 1 reseptöründeki antagonistlerin SSRI'ların (Serotonin Seçici Gerilim İnhibitörü) salınımını engellemesinin, ayrıca, nöronlardan salınan sinyal molekülleri olarak tanımlanabilecek nöropeptid salınımındaki

düzensizliklerin depresyon oluşumunda rol oynayabileceği ileri sürülmektedir (Işık ve Işık, 2013, s.71-84).

Aynı yayında, genetik yaklaşım başlığı altında genetik geçişliliğe atıfta bulunularak, toplumsal prevalans %2-19 arasında iken ikiz çalışmalarından özellikle monozigot ikizlerde oldukça yüksek bir oran olarak %40 düzeyinde depresyon morbiditesi saptandığına dikkat çekilmekte, dizigot ikizlerde bu oranın %11 düzeyinde gerçekleştiği belirtilmekte, birinci derece akrabalarda depresyon oranının %5-25 arasında değiştiği ve birinci derece akrabalıkta depresyon gelişme riskinin 3 kat arttığı ifade edilmektedir.

Gen çalışmaları kapsamında bugüne kadar yapılan aile çalışmalarında birbirini doğrulayan tek bir genetik lokus belirleyici çalışmaya rastlanamadığına da vurgu yapılan yayında 1p, 3p, 4q, 7p, 12q, 8p, 15q, 13q, 18q ve 21q alanlarının majör depresyona yatkınlaştırıcı etkisi olduğunun ileri sürüldüğü lokuslar olduğuna dikkat çekilmekte, sosyal ya da çevresel etkenler ise genetik geçişlilikle birlikte değerlendirilerek; majör depresyon etiyojisinde gen-çevre etkileşimine dair anlamlı sonuçları olan çok sayıda çalışma bulunduğu vurgulanmakta, aynı çevreyi paylaşan monozigot ve dizigot ikizlerden monozigotlarda daha yüksek konkordans görülmesinin genetiğin etkisini vurguladığı ancak biyolojik ebeveyninde depresyon bulunmayan evlat edinilmiş çocuklarda majör depresyon görülmesinin ise çevresel koşulların etkisini öne çıkardığı belirtilmektedir (Işık ve Işık, 2013, s.96-97).

Bir başka etyopatogenez çalışmasında ise depresyon oranlarının monozigotlarda %50-100 arasında değiştiği ve dizigotlarda %25 olarak görüldüğü bildirilmekte, ebeveyninde depresyon bulunan evlat edinilmiş bireylerde daha fazla depresyon görüldüğü belirtilmekte, serotonin, dopamin gibi daha önce de sayılan nörotransmitterlerin yanısıra somatostatin adlı bir nörohormonun ve sodyum elektrolit düşüklüğünün önemine vurgu yapılmaktadır. Çalışmada ayrıca

nöroendokrin sistem de ele alınmakta, hipotalamus, pituiter bez, tiroid bezi ve adrenal deşarj arasındaki ilişkiye dikkat çekilerek depresyonlu bireylerde kortizol düzeyi yüksekliğine ve deksametazon supresyon testi pozitifliğine gönderme yapılarak immun sistemdeki olası işlev bozukluklarının depresyonu tetikleyebileceği belirtilmektedir. Aynı çalışmada melatonin düzeyiyle depresyon arasındaki ilişki de ele alınarak, bazı hastalarda noktürnal melatonin düzeyi düşüklüğü saptandığı ifade edilmiştir (Balcıoğlu, 1999, s.19-24).

Psikanalitik görüşe atıfta bulunan bir yayında ruh sağlığı için, “kişinin zihinsel güçlerinin kendi aralarında ve çevre ile bir denge durumunda bulunması olduğu” belirtilmekte, bir başka ifade ile “optimum uyum” deymi kullanılmaktadır, aynı yayında psikopatoloji için ise “içsel güçler arasında ve/veya çevre arasında bir dengesizlik ya da çatışma durumu olduğu” tanımlaması yapılmaktadır (Wallace, 2008, s.18-19).

Bu tanımlamalardan yola çıkılarak depresyonun, bireyin kendi iç yaşantılarını şekillendiren özellikleriyle çevresi arasındaki bir uyumsuzluk olarak değerlendirilmesi olası görülmektedir.

Yine, depresyona neden olan faktörler arasında özellikle psikolojik ve sosyal etkenleri öne çıkaran çalışma ve yayınlardan bir diğerinde Klasik Psikanalitik görüşe dayanılarak Freud ve Abraham’a atıfta bulunulmuş, depresyonun “kişinin kendine yönelttiği agresyon” sonucunda meydana geldiği ifadesine dikkat çekilmiştir.

Aynı yayında nesne ilişkileri bağlamında “nesne kaybı”, benlik psikolojisi bağlamında narsisistik zedelenme sonucunda “benlik saygısı düşüşü”, Horney ve Rado gibi Psikanalitik Bakış’ın önde gelenlerince dile getirilen reddedilme kaygılarının depresyona yol açtığı görüşü ve Bowlby’nin bağlanma kuramındaki anne-bebek ilişkisindeki kopmanın depresyona yol açtığı savı ile Sullivan’ın kişilerarası ilişkilerdeki yetersizliklere vurgu yapılan yaklaşımı öne çıkarılmaktadır.

Yine aynı yayında, Davranışsal-Bilişsel Görüşler başlığı altında bireyin çevresi ve kendisi hakkındaki algılamaları ve değerlendirmelerindeki yanlışlık ve yanlışlıkların yol açtığı yorumsal çarpıklıklara gönderme yapılmakta, Seligman'ın “öğrenilmiş çaresizlik” kavramı çerçevesinde yaşanan çaresizlik, pekiştirme modeli çerçevesinde ise “uygun ödüllendirme olmayışı ve uygunsuz tepkilerle karşılaşma” kavramlarıyla açıklanmaya çalışılmakta, yaşam olayları ve çevresel etkenlere atıfta bulunularak “stresli yaşam olayları” öne çıkarılmakta, ve “Premorbid Kişilik Özellikleri” başlığı altında belirli bir predispozisyon oluşturacak yapı saptanamadığını ancak histriyonik, obsesif ve bağımlı kişilerin depresyona yatkın oldukları vurgulanmaktadır (Yemez ve Alptekin, 1998, s.21-22).

Bu konuda yayımlanmış olan temel başvuru yayınlarından birinde “Ruhsal-Toplumsal Etkenler” başlığıyla depresyon oluşumunda etkili olan psikolojik ve çevresel etkenler ele alınmıştır, duygulanım bozukluklarında ruhsal-toplumsal etkenlerin yerinin önemsenmesi gerektiği belirtilen yayında ekonomik sorunlar, aile bunalımları, iş yaşamı çatışmaları, emeklilik, iş kaybı, sevgi nesnesi yitimi, beden sağlığında bozulma, benliği örseleyen durumlarla karşılaşmak gibi belli başlı alanlardaki etkileşimlerin depresyonun oluşumu ve süregelenleşmesinde önemli rolü bulunduğu vurgulanmakta, ancak bu yaşam olaylarının özgül olmadığı, her bireyde depresyon başlatmayacağı belirtilmekte ve depresyon oluşumunda biyolojik ve ruhsal yatkınlığın önemli olduğuna atıfla premorbid kişilik özelliklerinin belirleyici olduğu bildirilmektedir (Öztürk, 2004, s.301).

Anılan yayında “Hastalık Öncesi Kişilik” başlığı altında “Tek uçlu (unipolar) çökkünlük nöbetleri geçirenlerde bazı ortak kişilik özellikleri tanımlanmışsa da özgül bir kişilik yapısının varlığı henüz tartışmalı bir konudur” çekincesi eşliğinde klasik yayınlarda en sık karşılaşılan kişilik özellikleri olarak aşırı sorumluluk duyma eğilimi, bağımlılık, özseverlik (narsisizm), titizlik, güvensizlik, kolayca suçlanma eğilimi özelliklerine atıfta bulunulmakta, yazarın kendi görüşü olarak ise kimseyi incitmemeye çalışan, iyiliksever eğilimli,



aşırı duyarlı, titiz, sorunluluk duygusu güçlü, yakınlarına aşırı bağlı ve bağımlı, kendisi ve yakınlarından yüksek beklentileri olan, mükemmeli arayan, onurlarına düşkün, öfke duygularını dışa vurmayan, çabuk etkilenen ve üzülen meraklı kişiler oldukları belirtilmektedir (Öztürk, 2004, s.302).

Yapılan çalışmalarda belirtilen yöndeki değerlendirmeleri doğrular nitelikte görülebilir; 1999 yılında, kronik depresyonu olan ve iyileşen majör depresyon olgularıyla toplamda 123 hasta üzerinde sürdürülen bir araştırmada, katılımcıların hastalık öncesi dönemde de kendilerini yetersiz, güvensiz ve başarısız olarak tanımladıklarının belirtilmesi dikkat çekici bir destekleyici kanıt olarak değerlendirilmektedir (Demirarslan ve arkadaşları, 1999, s.11).

### **2.3.1. Etiyolojide Kişilik Özellikleri Yaklaşımı**

Majör depresyon ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin depresyonun oluşumu üzerindeki etkisinin sorgulandığı çok sayıda yayın ve çalışma bulunmaktadır, bu alandaki çalışmaların son yıllarda giderek öne çıktığı ve depresyon etiyojisindeki biyolojik ve genetik nedenlere oranla daha çok ilgi çektiği düşünülmektedir. Doğal olarak, bu ilgi artışıyla birlikte kişiliğin tanımı ve özelliklerinin belirlenmesine dönük çalışmalarda yoğunlaşmış görünmektedir. 31 depresyon hastası üzerinde gerçekleştirilen bu çalışmalardan birinde, depresyon hastalarında zarardan kaçınmaya dönük, kendini yönetmede problem gösteren ve işbirliğinden kaçınan kişilik özellikleri belirlendiği ifade edilmektedir (Karaaslan ve arkadaşları, 2010, s.243).

Majör depresyona yatkın bireylerde belirgin bir kişilik özellikleri kümesi bulunduğunu ve kasvetli, keyifsiz, eğlenmekten aciz, meraklı, düşünceli, kötümser yapıda, içe dönük, pasif, uyuşuk, uzun süre uyuma alışkanlığı olan (9 saat ve üstü) ya da aralıklı uykusuzluk sıkıntısı yaşayan, başarısızlıkla, olumsuz olaylarla ve yetersizliği ile meşgul, aşırı eleştirel, şüpheli, şikayetçi, kendini eleştiren, kendine kızgın, suçluluk eğilimli, güvenilir ve sadık yapıda bireylerin depresif huy tanımlamasıyla belirlenebileceğini

öne süren (Akiskal, 1992, s. 53) ve içe dönük, kendine güvensiz, girişken olamayan, sosyal beceriklilikte yetersiz, bağımlı, yersiz kaygıya eğilimli, mükemmeliyetçi ve kötümser yapıdaki bireylerin depresyona eğilimli kişiler olduğunu ileri süren (Akiskal ve arkadaşları, Pilkonis ve arkadaşları, Newton-Howes ve arkadaşlarından aktaran Aslan ve Demir 2008, s.68) ve depresyonda hastalığın başlamasında kişilik örüntüsünün rolü olduğunu ifade ederek, emosyonel güçsüzlük, kişiler arası bağımlılıkta artma, aşırı düşünceli olma, içe dönüklük ve nörotiklik gibi kişilik özelliklerinin etkili olduğunu bildiren çalışmalar bulunmaktadır (Biederman ve arkadaşları ile Öztürk'ten aktaran Ülkeröğlü ve arkadaşları, 1999, s.15), “Depresif bozukluğu olan bireylerde normal kontrollere göre nörotisizm, kendini eleştirme, bağımlılık ve katılık gibi kişilik özellikleri daha sık görülmüştür” (Akdeniz ve arkadaşları, 2004, s.184).

Bir başka modelde; yatkınlık, kişilik etkenleri, komplikasyon ve altta yatan süreçlere dayanan olmak üzere dördü bir ana yapının depresyonla kişilik arasında bağlantısı olduğu ileri sürülmektedir (Akiskal ve arkadaşlarından aktaran Ünal, 2000, s.72). Öte yandan, depresif insanların çok yüksek oranlarda kendileriyle ve kendilerinin dünyayla nasıl bir ilişki kurduklarıyla ilgili olumsuz tanımlamalar yaptıkları da belirtilmektedir (Çakmak, Saatçioğlu, 2003, s.135). Bu çerçevede ele alındığında kişiliğin ne olduğu ve nasıl devindiği konularına eğilmek gerektiği düşünülmektedir.

#### **2.4. Kişilik**

Kişilik, bireyi diğer bireylerden ayıran ve onun birey olmasını sağlayan özel nitelikler bütünü olarak tanımlanabilir. “Bir insanın bütün ilgilerinin, tavırlarının, yeteneklerinin, konuşma tarzının, dış görünüşünün ve çevresine uyum özelliklerini içeren bir terimdir” (Çakmak ve Saatçioğlu, 2003, s. 23), “Kişilik (ya da karakter), bir insanın kendine özgü olan genel psikolojik özellikleri, onun yaşam

biçimini oluşturan ve huy haline getirmiş olduğu, bilinçli ya da bilinçdışı bütün düşünce ve davranış kalıplarıdır” (Sorias, 1998, s.723). Kişiliğe ilişkin kavramsallaştırmalar oldukça farklı değerlendirmelere sahiptir. Bu kavramsallaştırmalardan bazıları aşağıda sunulmaya çalışılmıştır.

#### **2.4.1. Kavramsal Olarak Kişilik**

Kavramsal yaklaşımlardan birinde, kişinin, içinde bulunduğu çevreyle ilişkisini ele alarak davranışlarının değerlendirilmesi gerektiği ileri sürülmektedir. “Kişilik, içsel ve dışsal etkenlerce kısıtlanan ve bulunulan durumun korunulmasına yönelik karmaşık bir adaptif sistem olarak kavramsallaştırılmaktadır” (Skravic ve arkadaşları, 2002, s.193), “Kişilik, süregelen davranış örüntüleri ve kişiler arası ilişki süreçlerindeki bireysellik kaynaklı yapılanmalar olarak tanımlanabilir” (Burger, 2010, s. 4), “Kişilik, bir kişinin fiziksel ve sosyal ortamıyla etkileşme tarzını tanımlayan, düşünce, duygu ve davranışın ayırt edici ve karakteristik örüntüleri olarak tanımlanabilir” (Atkinson ve arkadaşları, 2002, s.433).

Yukarıda sıralanan kişilik tanımlamalarının dışında olan kişilik tanımlamalarında ise uyaranlara ve içinde bulunulan ortama bağlı olmayan bir yapılanma öne sürülmektedir; “Kişilik, içinde bulunulan andaki sosyal ve biyolojik etkenlere bağlı olarak değişmeyecek biçimde, bireyin düşünce, duygu ve eylemler gibi zamana bağlı olarak değişmediği ve süreklilik gösterdiği, durağan karakteristik özellikleri ve eğilimlerinin bir toplamıdır” (Maddi’den aktaran Berens ve Nardi, 1999, s.1), “Kişilik psikolojisi, insanların kendilerine özgü davranış, düşünce ve duygu biçimleriyle ilgilenir. Günlük yaşam içinde kendisi ve çevresiyle her an etkileşimde bulunan birey bu etkileşimlerde bulunurken kendine özgü duygu, düşünce ve davranış özellikleri sergiler” (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.1).

Tüm bu aktarılanlar kişilik oluşumunda belirli parametrelerin öne çıkarıldığını göstermektedir, takip eden satırlarda anılan

parametreler ve dayanılan kişilik oluşumları ele alınmaya çalışılacaktır.

#### 2.4.2. Kişilik Oluşumunda Yaklaşımlar

Kişiliğin oluşumunda genel kabul gören yaklaşım doğuştan getirilen özellikleri tanımlayan mizaç ya da huy kavramı ile yaşanan süreçte edinilen özellikleri tanımlayan karakter kavramlarının bir bileşeni olduğu yolundadır. “Huy; kalıtımla geçen ve yaşam boyunca çok az oranda değişen yapısal özelliklerdir. Karakter ise; çevrenin ve yetiştirilmenin etkisi altında gelişmiş, öğrenilmiş tutumlardır, dolayısıyla zamanla değiştirilebilecek özellikleri içerir. Kişilik ise; genetik olarak gelen huyla, sonradan elde edilmiş karakterin birleşiminden oluşur” (Akiskal ve arkadaşlarından aktaranlar Sayın ve Aslan, 2005, s.277).

Bu açıdan değerlendirildiğinde, kişilik özelliklerinin bazı belirleyenleri bulunduğunu düşünmek olası görülmektedir. Kişiliği belirleyen bu özellikler, depresyon ve kişilik arasındaki ilişkiyi tanımlama amaçlı bir genel çalışmada dörtlü bir model ileri sürülerek açıklanmaya çalışılmaktadır (Akiskal ve arkadaşlarından aktaran Ünal, 2000, s.72);

“

- 1) Yatkınlık ya da incinebilirlik modeli (kişilik özellikleri depresyonun gelişimine zemin hazırlar),
- 2) Patoplastisite modeli (kişilik etkenleri depresyonun klinik görünümünü etkiler),
- 3) Komplikasyon ya da sekel modeli (depresyon kişilik işlevlerinde değişikliğe neden olur),
- 4) Süreklilik ya da spektrum modeli (altta yatan süreçler hem kişilik sorunlarına hem de depresyona neden olur).”

İleri sürülen dört model ayrı ayrı ele alındığında her biri için farklı etkenlerin öne çıktığı görülmektedir. Yatkınlık modeli uyarınca depresyona bazı özgün kişilik özellikleri neden olmaktadır. Bu özgün yapının oluşturanlarını, Kraepelin, “depresif mizaç” başlığıyla tanımlamakta ve ciddiyetlilik, baskın bir depresif ve umutsuz duygulanım, suçluluğa yatkınlık, süreğen ve yaygın bir kasvetlilik, kendini kınama, kendini inkar etme ve kendine güvenmeme olarak sıralamaktaydı (Shea ve arkadaşlarından aktaran, Ünal, 2000, s.72). Kraepelin, sayılan bu özgün niteliklerin kalıtımla geldiğini, ergenlik sonu ve erken yetişkinlikte aktifleşerek yaşam boyunca devam ettiğini ve depresif atakların oluşumuna zemin hazırladığını ileri sürmüştür.

Öte yandan Kretschmer de buna yakın bir görüş ileri sürerek belirli kişilik özellikleriyle depresyon arasında doğrusal bir bağıntı olduğunu ifade etmiş, Schneider ise “depresif psikopatolojik kişilik” olarak tanımladığı bir yapıyı öne sürerek ciddi, sıkıntılı, karamsar, şüpheli, içine kapanık ve sessiz, kaygılı, görevlerine odaklanmış, hipokondriyak bir özellikler kümesini tanımlamıştır (Shea ve arkadaşlarından aktaran Ünal, 2000, s.72). Yine bir başka çalışmada da, depresif bozukluğu olan bireylerde normal kontrollere oranla daha fazla nörotisizm, kendini eleştirme, bağımlılık ve katılık gibi kişilik özelliklerinin daha sık görüldüğü aktarılmaktadır (Sauer ve arkadaşlarından aktaranlar Akdeniz ve arkadaşları, 2004, s.183).

Yatkınlık modeli Psikanalitik görüş açısından incelendiğinde Freud’un bu konudaki “oral doyum yoksunluğu” kavramının öne çıktığı görülmektedir. Bu kavram üzerinden açıklamaları ele alan çeşitli yayınlarda oralite üzerinden hareketle çeşitli açıklamalar bulunduğu dikkat çekmektedir. Bunlardan birinde, bireyde oral dönem saplanması ve buna bağlı olarak güçlü bağımlılık duyguları ile sevgi isteği olduğu ve ayrılığa karşı aşırı duyarlılık bulunduğu belirtilmekte, bireyin karşıt duygulanımlar içinde olduğu, depresyonda içe atılmış bir sevgi nesnesi bulunduğu ve bu nesneye karşı yaşanan karşıt duygulanımların bireyin kendisine yönelmesi ile depresyon belirtilerinin ortaya çıktığı

ifade edilmektedir (Çevik'ten aktaran Balcıoğlu, 1999, s.25). Bir başka yayında ise depresyon için melankoli deyimini çerçevesinde bir açıklamaya gidilmekte, Freud tarafından belirtildiği biçimiyle, melankoli için üç koşul bulunduğu, bunların nesne kaybı, ambivalans (karşıt duygulanım) ve libidonun egoya gerilemesi olduklarını ve bu koşulların yerine gelmesiyle kişinin öfkesinin kendi benliğine yöneldiğini, bunun sonucunda da benlik değerinin düşerek suçluluk hissi ve cezalandırılma ihtiyacının ortaya çıkmasıyla depresyon oluştuğu vurgulanmaktadır (Özmen, 2001, s.284).

Bir diğer yayında da, Freud'un, melankolik bireylerdeki narsisistik ve simbiyotik nesne ilişkileri ile empati yoksunluğunu tanımladığı yapıyı öne çıkardığı aktarılmakta (Stanghellini ve Mundi'den aktaran Ünal, 2000, s.73) ve depresyon oluşumunda böylesi bir yatkınlığın etkin olabileceği savlanmakta, patoplastisite modeli uyarınca, kişilik özelliklerinin depresyonun klinik tablosunu ve prognozu etkilediği ileri sürülmekte, yine aynı yayında obsesif kadınların kontrol kaybı korkusu yaşamaları sonucunda ağır depresyon yaşadıklarına ilişkin atıfta bulunulmakta (Lazare ve Klerman'dan aktaran Ünal, 2000, s.74) ve sekel modeli açısından incelendiğinde yaşanan depresif ataklar sonrasında bireyin kişiliğinde oluşan bazı sekellerden dolayı kişilik özelliklerinde değişimler olabileceği ileri sürülmekte (Akiskal ve arkadaşları, Surtees ve Wainwright'tan aktaran Ünal, 2000, s.75), son olarak süreklilik ya da spektrum modeline göre ise bireyin kişilik özelliklerinin hastalığın daha hafif formunu temsil ettiği belirtilmektedir (Ünal, 2000, s.75).

Tüm bu yaklaşımlar oldukça uzun bir zamandır kişilik özelliklerinin araştırıldığı ve bu yönde çeşitli kuramların ortaya konulduğu bir yapının doğal olarak ortaya çıktığını göstermektedir. Kişiliği araştıran kuramların dört ana başlık altında incelenebileceği düşünülmektedir; psikodinamik kuramlar, davranışçı ve bilişsel kuramlar, araştırma odaklı kuramlar ve insancıl / varoluşçu kuramlar (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.vii-viii).

### **2.4.3. Kişilik Kuramları**

Bu kuramlar çerçevesinde, öncelikle insanın ruhsal yapısının tanımlanması ve temel parametrelerin belirlenmesini amaçlayan ilk çalışmalar yapılmış, daha sonra biyolojik kökenin etken olarak sorgulandığı bir dönem doğmuş ve son olarak sosyal yapının belirleyiciliği öne çıkmaya başlamış ve günümüz dünyasında bireyi farklılaştıran temel parametrelerin öne çıktığı; kişilerin biricik olduğu ve ruhsal yapının temel parametreleri sabit olmak kaydıyla hiçbir bireyin diğerine benzeşiminin olmadığı ve kişilik örüntüsünün birebir aynı olmadığı, genel ölçümlerinin detaylarla ayrıştırılabileceği bir konuma ulaşıldığı değerlendirilmektedir.

#### **2.4.3.1. Psikodinamik ve İnsancıl/Varoluşçu Kuramlar**

Yukarıda sıralanan kuramlar ele alındığında, Psikodinamik Kuramların; bireylere ilişkin parametrelerin belirlenmesiyle ve bireylerin eyleme vurduğu düşünce ve/veya davranış içeriklerinden hareketle belirlenmiş olan parametrelerin sınıflandırılarak çözümsel önermeler ileri sürülmesiyle, İnsancıl/Varoluşçu Kuramların ise bireyin öznelliğinin vurgulanması aracılığıyla ve/veya kendiliğe ilişkin parametrelerin temel alınmasını belirginleştirerek öne çıkmakta oldukları, her iki kuramın da dış uyaranların bireyin üzerindeki şekillendirici etkilerini yeterince öne çıkarmadıkları düşünülmektedir.

Psikodinamik ve İnsancıl/Varoluşçu Kuramlar, günümüzde yaşanan ani ve hızlı teknolojik değişim, anomikleşme, sosyalleşmede zayıflama, iletişim içerik değişikliği ve süratindeki artış ile engellenmeye bağlı çaresizlik algısı yükselişinin bu denli belirleyici olmadığı dönemseller koşulların bulunduğu zamanlara ilişkin teorik altyapılara sahip görünmektedirler ve bundan dolayı da günümüz koşullarındaki hızlı devinime koşut olabilecek, bireysel farklılıkların sosyal etkileşimle şekillenmesi temelinde ölçülenmesinde zorlanmakta oldukları değerlendirilmektedir.

### **2.4.3.2. Davranışçı ve Bilişsel Kuramlar**

Davranışçı ve Bilişsel Kuramlar, bireylerin gerek yaşamsal koşullanmaları ve gerekse öznel değerlendirmelerinin deneyimleme temelinde oluştuğu, öğrenmenin öne çıkarıldığı bir yapıyı sergilemektedirler. “Davranışçı ve bilişsel kişilik kuramları, kişiliği öğrenme perspektifi ile açıklayan kuramlardır” (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.179). “Davranışçı kurama göre öğrenme, deneyimler sonucu ortaya çıkan, gözlenebilir, kalıcı, davranış değişimleridir” (Eggen ve Kauchak’tan aktaran Gültekin ve arkadaşları, 2007, s.504). Bu yaklaşıma göre, kişiliğe ilişkin özelliklerin öğrenilerek meydana geldiği ileri sürülebilir.

Davranışçı ve Bilişsel Kuramlar’ın belli başlı akımları arasında Radikal Davranışçılık, Eklektik Davranışçı Yaklaşım, Sosyal Bilişsel Kuram ve Kişisel Yapılar Kuramı sayılabilir (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.vii).

#### **2.4.3.2.1. Davranışçı Kuramlar**

İlk iki akım, davranışçılık temelinde biçimlenmektedir ve çevresel ya da durumsal belirleyicilere önem vermektedir, buna göre davranış, kişisel ve çevresel değişkenler arasındaki sürekli bir etkileşimin sonucudur (Atkinson ve arkadaşları, 2002, s.467), Bu akımları kısaca ele almak gerekirse; F. Skinner’ın Radikal Davranışçılık kuramı uyarınca, insanın tüm davranışları daha önceki koşullanmalara bağlı olarak oluşmaktadır, burada sözü edilen, davranışın ardından ortaya çıkan sonuca bağlı olarak oluşan edimsel koşullanmadır (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.182,186).

İkinci olarak, Neal Miller ve John Dollard tarafından kuramsallaştırılan Eklektik Davranışçı Yaklaşım öğrenmenin ve buna bağlı olarak kişiliğin şekillenmesinin uyarıcı ve tepki arasındaki bağı oluşturan alışkanlıklığa dayalı olduğunu ileri sürmektedirler (Yazgan



ve Yerlikaya, 2008, s.201), öğrenmenin ilkelerini; dürtü (ya da güdülenme), istek (ya da uyaran), yanıt ve ödül olarak açıklamakta, öğrenme ve buna dayalı olarak kişilik özelliklerinin şekillenmesini sağlayan alışkanlıkların çalışma mekanizmasını anılan bu dörtlü yapıyla açıklamaktadırlar (Coons, 2008, s.7). Uyaran yanıt yaklaşımının çeşitli amaçlarla kullanılabileceği, anılan yazarlarca 1950’de yayımlanan Kişilik ve Psikoterapi adlı kitaplarında da, kişiliği anlamayı ve uyaran yanıt temelinde dönüştürerek psikoanalizin önemli kavramları çerçevesinde açıklamayı amaçladıkları belirtilmektedir (Bower, 2011, s.359).

#### **2.4.3.2.2. Bilişsel Kuramlar**

Son iki akım ise bilişsel temelde şekillenmektedir ve bireylerin kendi öznel değerlendirme süreçlerini öne çıkarmaktadırlar, bu kuramlardan birincisi karşılıklı determinizm olarak adlandırılan davranışın dışsal belirleyicileri (ödüllendirme ve cezalandırma gibi) ile içsel belirleyicilerinin (inançlar, düşünceler ve beklentiler gibi) davranışı ve sistemin diğer bileşenlerini etkilediğini (Atkinson ve arkadaşları, 2002, s.468), ikincisi ise kişisel farklılıkların belirleyiciliğini öne çıkarmaktadır (Atkinson ve arkadaşları, 2002, s.469).

Bilişsel temelde şekillenen akımlardan ilki olan Albert Bandura’nın Sosyal Bilişsel Kuramı, bireylerin kendi davranışları sonucunda gerçekleşen dolaysız öğrenme eyleminin yanısıra, başka insanların davranışlarını gözlemleyerek öğrenme anlamına gelen ve dolaylı öğrenme olarak tanımlanan kavrama daha çok yer vermektedir ve insan öğrenmelerinin büyük kısmının, gözlem sonucunda gerçekleşen model alma yoluyla dolaylı bir biçimde gerçekleştiğini ileri sürmektedir (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.209, 217). Kuram, bireylerin kendi yaşantıları üzerinde aktif olarak söz sahibi olmaları gereken bir yapıya işaret etmektedir. “Duyuşsal, motor ve beyin ile ilgili sistemler, insanların hayatlarına yön ve anlam veren amaçları başarabilmek için kullandıkları araçlardır” (Bayrakçı, 2007, s.200).

Bandura'nın gözlem sonucu gerçekleşen öğrenme modelinin dikkat, hatırd tutma, davranış oluşturma ve motivasyon olmak üzere dört süreci bulunmaktadır (Figen ve Mete, 2009, s.60). Bu süreçleri kısaca açıklamak gerekirse(Figen ve Mete, 2009, s.60,61) ;

“

- 1) Dikkat Etme Süreci: Gözlem yoluyla öğrenmede ilk adımdır
- 2) Hatırda Tutma Süreci: Gözlem yoluyla öğrenilen bilgilerin sembolleştirilip kodlandığı ve bellekte saklandığı aktif bir süreçtir.
- 3) Davranış Oluşturma Süreci: Bu aşama, dikkat edilen ve hatırd tutulan davranışın birey tarafından uygulanması sürecidir.
- 4) Motivasyon Süreci: Motivasyon süreci öğrenilenleri performansa dönüştürmeyi sağlayan bir süreçtir.”

Bandura'nın kuramı, kişilik özelliklerinin belirlenmesinde bilişsel değerlendirmelerin öne çıkmaya başladığına işaret etmektedir. “Bandura'nın, radikal davranışçılığın aksine öğrenmede bilişsel süreçleri dikkate alan yaklaşımı davranışçı psikolojiye önemli açılımlar sağlamıştır” (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.221). Bandura'nın, bu yaklaşımıyla, bilişsel-davranışçı kuramın öncülerinden olduğu ve kişiliği değerlendirmede yeni bir yaklaşımın gündeme gelmesine son derece önemli katkılar sağladığına inanılmaktadır.

Son olarak ele alınacak olan kuram George Alexander Kelly'nin Kişisel Yapılar Kuramıdır. Kelly, bireylerin olaylar ve oluşumlara ilişkin öznel değerlendirmelerinin davranışlarını şekillendirdiğini ileri sürmekte, insanların kişisel yapıları ya da olayları anlama ve açıklama şekillerinin onların davranışlarını yordamada ana belirleyici olduğunu belirtmektedir (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.225).

Kelly, olayları yorumlamak ve değerlendirmek için kişisel yapılar olarak adlandırdığı ve 11 önermeden oluşan bir yapı ileri sürmüş, kuramının başlangıç noktasını ise bir temel varsayıma

dayandırmıştır. Bu temel varsayım bireylerin beklentilerinin belirleyiciliğine göndermede bulunmaktadır. “Temel varsayım, bir kimsenin süreçlerinin, olaylar hakkındaki beklentileri yoluyla psikolojik olarak yönlendirildiğidir” (Kelly’den aktaranlar Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.228). Kelly, ayrıca, bireylerin geçmişlerindeki süreçlerini bugünle eşleştirme eğilimlerine değinerek, her ikisi de benzersiz olan iki ayrı yapının birbiriyle ne kadar benzeştirildiğine odaklanıldığını ifade etmektedir (Green, 2004, s.83). Bu tanımlamalar, bilişsel yapıların bireyi tanımlamada başat olduğu bir değerlendirmeye işaret etmektedir. “Kelly’nin kişisel yorum (construct) kuramı kişinin fenomenolojisine daha bilişsel bir yaklaşım sağlar” (Atkinson ve arkadaşları, 2002, s.480). Kelly, bu temel varsayıma dayanarak 11 önermede bulunmaktadır, bu önermeler geleceği tahmin etme tarzımız tarafından biçimlendirilen psikolojik süreçleri ve bunun sonucunda meydana gelen alışılmış örüntüleri detaylandırmayı amaçlamaktadır (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.228). Kişisel yapılara ilişkin anılan bu önermeler şunlardır;

“

- 1) Yapılandırma: Bir kişinin olaylara ilişkin beklentileri geçmişte bu olayların tekrarlarınınca yapılandırılır.
- 2) Bireysellik: Kişiler, olayları yapılandırmada birbirlerinden farklıdırlar.
- 3) Organizasyon: Her birey, kendine özgü biçimde olaylara ilişkin beklentileri ve özellikleri arasındaki sıralı ilişkilerle bir yapılandırma sistemi oluşturur.
- 4) İkilem: Bir kişinin yapılandırma sistemi sonlu sayıda ikilemli yapılardan oluşur.
- 5) Seçim: Bir kişi, ikili yapıdaki alternatifler arasından, kendi sisteminin ayrıntıları için en büyük olasılıkla beklentilerini karşılayacak olanı seçer.
- 6) Erişim: Bir yapı yalnızca sınırlı erişimdeki olayların beklentisine uygundur.
- 7) Deneyim: Kişinin yapılandırma sistemi değişir ve olayların tekrarlarını başarıyla yapılandırır.

- 8) Modülasyon: Bir kişinin yapılandırma sisteminin değişimi yapıların geçirgenliğince sınırlandırılır ve oluşturulmuş çeşitliliklerle genişletilir.
- 9) Parçalanma: Bir kişi, birbiriyle uyumsuz yapılandırma alt sistemlerini ardışık olarak başarıyla kullanabilir.
- 10) Ortaklık: Bir kişinin yapılandırma süreci deneyimi bir başkasınıninkine ne kadar benziyorsa psikolojik süreçleri de o denli benzerdir.
- 11) Toplumsallık: Bir kişinin bireysel yapıları bir diğerininkine ne denli benziyorsa, o kişi diğerinin sosyal süreçlerinde o denli rol oynayabilir.”

(<http://www.learningandteaching.info/learning/personal.htm>)

Ele alınan her iki kuram da bilişsel yapılanmanın temel belirleyenlerini öne çıkarmakta ve kişilik özelliklerinin belirlenmesinde bireylerin aktif olarak rol aldığı, düşünsel işlevlerin daha önemli olduğu bir sürece işaret etmektedir, bu süreç her birey için farklılaşmayı ve deneyim bazında aynılık olsa dahi niteliksel olarak farklılaşmayı gündeme getirmektedir. Bu doğrultuda ele alındığında, depresyonun bilişsel kuramlarının irdelenmesi gerektiği düşünülmektedir.

## **2.5. Depresyon ve Bilişsel Kuramlar**

Bu kuramlar genel başlıklarıyla Yükleme Kuramı, Antropolojik Bakış Açısı Kuramı, Bilişsel Davranışçı Sistem Analizi Psikoterapisi Kuramı ve Bilişsel Teoriler başlığı altında; Bilişsel Kuram, Umutsuzluk Kuramı, Ruminasyon Kuramı (Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2014, s.149-152) olarak sıralanabilir. Bilişsel kuramlar bireylerin öğrenme süreçlerinde etkin bir rolü olan bilişlerin (zihinsel faaliyetlerin) belirleyiciliği üzerine kurgulanmışlardır ve her bireyin farklı yaşamsal deneyimleri bulunmasından dolayı farklı algısal süreçlere sahip oldukları ve algılanan bilgileri kendi deneyimleri ve beklentileri doğrultusunda diğer bireylerden farklı biçimde

değerlendirecekleri temelinde şekillenmektedir. Bu doğrultuda ele alındığında depresyon oluşumu ve süreğenliğinde bilişlerin öne çıktığı görülmektedir. Yukarıda sıralanan ve bu çerçevede yapılandırılmış olan kuramlar aşağıda sunulmaya çalışılmıştır.

### 2.5.1. Yükleme Kuramı

Yükleme (atıf) kuramının temelinde, bir kişinin davranışının sonuçlarına göre içsel ya da dışsal nedenlere atıfta bulunması yer almaktadır. Bu durum, olayların açıklanmasında nedenselliklere başvurulmasını, nedensel çıkarımlarda bulunulmasını tanımlamaktadır (Hogg ve Vaughan, 2006, s.104). “Yükleme teorisi, sosyal algılayıcının (insan) olaylara yönelik nedensel açıklamalara varmak için bilgiyi nasıl kullandığı konusuyla ilgilenmektedir” (Taggar, Neubert’ten aktaran Yıldırım, 2012, s.28). Bireyler yükleme yaparken olayları içsel ya da dışsal nedenlere dayandırmakta ve bu yöntemle olaylarla gerçekleşme nedenleri arasında bir nedensellik bağı kurmaya çalışmaktadırlar. “Birey sonuçları içsel veya dışsal faktörlere dayandırabilir. İçsel odak, bireyin başarı veya başarısızlıkları kendi deneyim ve çabalarına atfetmesiyle ilgili iken; dışsal odak, sonuçların bireyin dışındaki koşullara yüklenmesini anlatmaktadır” (Weiner’den aktaran Yıldırım, 2012, s.29).

Burada öne çıkan nokta bireyin başarı ya da başarısız durumlarına göre yükleme yapıyor oluşudur. Yapılan yüklemelerin (atıfların) bireyin duygu, düşünce ve davranışları üzerinde belirleyici bir niteliğe sahip olduğu ileri sürülmektedir. “Watkins ve Astilla (1980: 443)”ya göre bu kuramın temel varsayımı, “bazı eylemlerde başarı ve başarısızlık nedenleri hakkındaki inançların, o eyleme yönelik müteakip duygu, beklenti ve davranışları etkilediğidir” (Aktaranlar Yapıcı ve Koçyiğit, 2012, s.351). Bu tanımlama, Beck tarafından oluşturulan bilişsel terapidaki otomatik düşünceleri işaret eder niteliktedir ve bilişlere ilişkin olumsuz atıfları gündeme getirmektedir. “Depresyonla alakalı bir biliş türü otomatik negatif düşünceler OND’ler) olarak adlandırılır. OND’ler duygusal sıkıntı anlarında aklın büyük çoğunluğunu işgal eden spontane, denetim altına alınamayan düşünceler ya da

imgelerdir” (Yalom ve Glick Editörlüğünde, Thase, 2006, s.60).

### **2.5.2. Antropolojik Bakış Açısı Kuramı**

Depresyonun bilişsel yaklaşımında “Antropolojik Bakış Açısı” olarak tanımlanan kuram Paul Gilbert’ce geliştirilmiştir ve insanın antropolojik olarak sosyal açıdan sevilme ve diğer insanlar için değer taşımak gereksinimi olduğunu ileri sürmektedir (Türkçapar, 2009, s.28,29). Bu amacına ulaşamayan bireylerde depresyon gelişme olasılığını ileri süren kuram fazla destek görmemiştir.

### **2.5.3. Bilişsel Davranışçı Sistem Analizi Psikoterapisi Kuramı**

“CBASP” (Cognitive-Behaviorial Analysis System of Psychotherapy) için ise kronik depresif hastalarda kullanılan ve Piaget’nin tanımlamış olduğu işlem öncesi döneme ilişkin düşünme biçiminin etken olduğu yeni bir bilişsel terapi yöntemine dayanan bir kuram olduğu bilgisi verilmektedir (Türkçapar, 2009, s.29). Buna göre, bireyin yaşadığı travma ve kötü muameleler sonucunda bu evrede takılması ve bu nedenle depresyon geliştiği ileri sürülmektedir (Türkçapar, 2009, s.30).

### **2.5.4. Umutsuzluk Kuramı**

Bireylerin geçmiş yaşam olaylarından edindikleri başaramayacaklarına ilişkin inançları umutsuzluk geliştirmelerine yol açabilmektedir. “Depresyonu tetikleyen en önemli şey umutsuzluktur ve umutsuzluk bir beklenti olarak tanımlanmıştır.” (Abramson, Metalsky ve Alloy’dan aktaran Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2014, s.151). Kuram uyarınca bireyler, olumsuz yaşam deneyimlerinden kesin negatif sonuçlara ulaşmakta ve bu sonuçlara dayanarak yorumlamada bulunarak umutsuzluk depresyonu denilen özel bir depresyon türünü deneyimlemektedir. Kuram, Beck’in bilişsel modelindeki bilişsel yanlılıkları işaret etmektedir. “Bilişsel yanlılıklar, kayıp veya engellenmenin abartılmış, kişiselleştirilmiş ve olumsuz bir tarzda

yorumlanmasıyla olumsuz yaşam olaylarına karşı duyarlılığı artırır” (Leahy, 2007, s.1).

### **2.5.5. Ruminasyon Kuramı**

Üzüntü verici yaşamsal deneyimlerin tekrarlanarak düşünülmesi olan ruminasyonun depresyon oluşumunda önemli bir yeri olduğu da ileri sürülmektedir. “Ruminasyonun en zararlı biçimi, kara kara düşünme eğilimi ya da üzücü bir olaya neden oldu diye kafa yormaktır” (Gonzalez ve Nolen-Hoeksema’dan aktaran Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2014, s.152). Kuram, tekrarlayıcı ve olumsuz yüklü düşüncelerin yoğun bir stres yaratarak depresyonu tetiklediğini ileri sürmektedir.

Tüm aktarılanlar ışığında, depresyonun kişilik özellikleriyle ilişkisinin saptanılmasında Beck’e ait bilişsel kuramın belirleyicilik ve açıklanabilirlik açılarından başat bir noktada bulunduğu ve bu nedenle depresyon ile kişilik özellikleri bağıntısında Beck’e ait depresyonun bilişsel kuramının öne çıkmakta olduğu değerlendirilmektedir.

### **2.5.6. Bilişsel Kuram**

Bilişsel kuram, her birey için öznel ve yine her birey için kendine özel bir yapıyı belirtmekle birlikte kuşkusuz belirli ortak noktalarda tanımlanabilen ve bu ortak tanımlamalardan hareketle değerlendirmeler yapılabilen, kanıta dayalı ve ayrıntılı olarak formüle edilebilen bir tanımlama sistemine dayanan, anılan kuram kaynaklı oldukça başarılı uygulamalar yapılabilen ve Bilişsel Terapi olarak tanımlanmış olan bir sağaltım yöntemine sahip olan bir kuramdır. “Kuramın ana belirleyicilerinden biri olan Beck tarafından yazılan ve tüm araştırmalarının özetlendiği “Depression: Cause and treatment” adlı kitabında, depresyonun bilişsel olarak kişinin kendisi, çevresi ve geleceğiyle ilgili olumsuz yargılara sahip olmasından kaynaklandığını öne sürerek bilişsel modeli oluşturmuş ve depresyonun bir düşünce

bozukluğu olduğunu savunmuş, depresyonun bilişsel modeline dayalı olarak kısa süreli, yapılandırılmış bir terapi modeli olan bilişsel terapiyi geliştirmiştir” (Türkçapar, 2009, s.24).

Temel ilkeleri Aaron T. Beck tarafından tanımlanmış olan kuram üç düzeydeki bilişsel faaliyete dayanmaktadır; bireyin kendisi, yaşadığı dünya ve geleceğine ilişkin olumsuz beklenti ve değerlendirmeler içinde olması temel altyapıyı oluşturmakta, bu temel altyapı olumsuz yaşam olayları ile tetiklenerek olumsuz şema ve inançların aktive olmasına yol açmakta ve şema ve inançlar bilişsel tutarsızlıklar ve çelişkileri meydana getirmektedirler.

Kuram uyarınca depresyondaki bireyler, olumsuz yaşam deneyimleri sonucunda belirli şemalar geliştirmektedir. şemalar, inançların altta yatan bir kümesidir, bir kişinin hislerini ve deneyimlerini biçimlendirir ve kişinin farkındalığının dışında çalışır (Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2014, s.149). Olumsuz nitelikteki şemalar kişinin yaşam sürecinde çok belirleyici olabilmektedir. Olumsuz şemalar bir kez etkinleşince bilişsel önyargılara neden olduğuna ya da bilgi işleme sürecinin belirli olumsuz eğilimler taşıdığına inanılır (Kendall ve Ingram’dan aktaran Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2014, s.151).

Depresyonu olumsuz şemalar ve bilgi işleme süreçleri çerçevesinde irdeleyen Bilişsel Terapi, gerek kuramsal yaklaşım ve gerekse değerlendirme yaklaşımında belirlenmiş bir ilkeler bütünü üzerinden hareket etmektedir, bu ilkeler şöyle sıralanabilir (Beck, 2001, s.6-10):

“

- 1) Bilişsel Terapi, hastanın kendisine ve sorunlarına yönelik olarak, bilişsel terimlerle oluşturulmuş, sürekli gelişen bir formülasyona dayandırılmaktadır.
- 2) Bilişsel Terapi çok sağlam bir terapötik ilişki gerektirir.
- 3) Bilişsel Terapi işbirliğini vurgular ve hastanın da aktif



katılımını gerektirir.

- 4) Bilişsel Terapi hedef yönelimli ve problem odaklıdır.
- 5) Bilişsel Terapi başlangıçta, “şimdiyi” vurgular.
- 6) Bilişsel Terapi eğitime dayalı bir terapidir. Hastaya bir yandan kendi kendisinin terapisti olması öğretilirken, diğer yandan da hastalığın tekrarlanması önlenmeye çalışılır.
- 7) Bilişsel Terapi sınırlı-sürelili olmayı hedefler.
- 8) Bilişsel Terapi seansları yapılandırılmıştır.
- 9) Bilişsel Terapi, hastaya işlevsel olmayan düşünce ve inançlarını belirlemeyi, değerlendirmeyi ve değiştirmeyi öğretir.
- 10) Bilişsel Terapide düşünce, duygu ve davranışları değiştirmek amacıyla çeşitli teknikler kullanılır.”

Yukarıda sıralanan temel ilkelerin, bireylerin gerek yaşamsal deneyimler ve gerekse bu deneyimler sonrasında oluşan bireysel öğrenmeleri olsun, her iki açıdan bakıldığında da karşılaşılan dönüşümlere, uyum gerektiren yeni durumlara, işbirliği ya da katılım gerektirecek davranış örüntülerine veya belirli bir stratejiyi oluşturmak için bilgi derlemeye dayalı tüm süreçlere uygulanabilecek doğrultuda oldukları değerlendirilebilir. Bu değerlendirme, ara inançlar ve temel inançların bir durumca harekete geçirilerek otomatik düşüncelerin öne çıktığı ve ön plandaki otomatik düşünceler sonucunda meydana gelen duygusal, davranışsal ve psikolojik tepkilerin gözlemlenebildiği bir modele dayanmaktadır, bu model bilişsel model olarak adlandırılmaktadır (Beck, 1995, s.18). Bu modelde, gözlemlenebilme ve belirlenebilme olasılığının yüksek oluşundan dolayı otomatik düşüncelere öncelik verildiği görülmektedir.

“Bilişsel modele göre, insanın duygularını ve bununla ilişkili fizyolojik ve davranışsal tepkilerini etkileyen şey, herhangi bir durumun kendisi değil, genellikle otomatik düşüncelerle kendisini belli eden, o duruma ilişkin yaptığı yorumlardır” (Beck, 2001, s.87). Belirlenen otomatik düşüncelerin rehberliğiyle ara inançların

saptanması ve ara inançların dayandığı temel inançların belirlenmesiyle bireylerin yaşamsal olayları ve kendileriyle diğerlerini nasıl algıladıkları ve değerlendirdikleri belirlenmiş olur. “Belirli bir durumda, altta yatan inançlar bir algının etkilediği ve duruma özgü otomatik düşünceler tarafından ifade edilirler” (Beck, 1995, s.17). “Bilişsel terapi bilişsel model üzerine temellendirilmiştir. Bu modele göre, insanların duygu ve davranışları, olayları nasıl yorumladıklarından etkilenmektedir” (Beck, 2001, s.16).

Bilişsel model uyarınca, işlevsel olmayan otomatik düşüncelerden başlayarak, bireyin yaşamsal anlamda zorluklar yaşamasına neden olan, uyumu bozan ve fayda yerine kayıpları gündeme getiren bir yapının dönüştürülmesi amaçlanmaktadır. “Tüm psikolojik bozuklukların altında yatan ortak mekanizma, hastanın ruhsal durumunu ve davranışlarını etkileyen çarpıtılmış ya da işlevsel olmayan düşünceleridir. Bu düşüncelerin gerçekçi bir şekilde yeniden değerlendirilip, değiştirilmesi, duygularda ve davranışlarda düzelmelere (iyileşmelere) yol açar” (Beck, 2001, s.1).

Aktarılan bilişsel model ve uygulayım sürecinin, depresyona kaynaklık ettiğine inanılan ve yukarıdaki satırlarda detaylı olarak ifade edilen kişilik özelliklerinin oluşumuna ilişkin süreçler için belirleyici olabileceği düşünülmektedir

Yukarıdaki satırlarda aktarılan çarpıtılmış ya da işlevsel olmayan düşüncelerin depresyondaki yansıması Beck tarafından, kişinin kendisi, çevresi ve geleceğiyle ilgili olumsuz önyargılara sahip olması ile açıklanmaktadır (Türkçapar, 2009, s.24), “Olumsuz bilişsel üçlü olarak adlandırılan bu üç olumsuz düşünme alanı, benlik, dünya ve gelecekle ilgili alanlardır” (Köroğlu, 2009, s.50) bu açıklamalar depresyonun, doğuştan getirilen özelliklerle değil bireylerin deneyimleri sonucunda oluşan öznel düşünsel değerlendirmelerine dayanılarak açıklamaya odaklanıldığını belirtmektedir (Editörler Savaşır, Soygüt, Kabakçı, 2003, s.20). Bilişsel terapi başlıca iki ilkeye dayanır (Köroğlu, 2009, s.49):

“

- (1) Bilişlerimiz (düşüncelerimiz), duygularımızı ve davranışlarımızı belirler,
- (2) Nasıl davrandığımız, düşüncelerimiz ve duygularımız üzerinde güçlü birtakım etkiler gösterir.”

Bilişsel terapinin depresyona ilişkin çalışmalarla ilgili olarak oldukça özel bir konumu bulunmaktadır, “Bilişsel terapinin yaygın olarak kullanıldığı ilk bozukluk depresyondur” (Editörler Savaşır, Soygüt, Kabakçı, 2003, s.19), “Bilişsel terapinin depresyonla ilgili çalışmalar sırasında ortaya çıkması nedeniyle depresyonun bilişsel terapi açısından ayrıcalıklı bir konumu vardır” (Türkçapar, 2009, s.21), depresyonun bilişsel modelde değerlendirilmesine dönük çabalar oldukça uzun bir zamandır devam ettiğinden dolayı, depresyonun bilişlerle bağıntısını ve bilgi işleme sürecini ele alabilmek için yeterince birikim oluştuğu düşünülebilir.

Bu doğrultuda, depresyonun bilişsel kuramının ögelerini ele almak ve bu ögeler üzerinden bilgi işleme sürecine değinmek gerektiğine inanılmaktadır. Beck’in bilişsel kuramında dört temel öge bulunmaktadır. Bunlar (Editörler Savaşır, Soygüt, Kabakçı, 2003, s.20):

“

- 1) Olumsuz üçlü: kendini, dünya ve yaşantıları, geleceği olumsuz algılama
- 2) Olumsuz düşüncelerin otomatik olarak ortaya çıkması
- 3) Bilgi işlemede ve algıda sistematik hataların ortaya çıkması
- 4) Temel işlevsel olmayan sayıltıların ortaya çıkması”

Kuramın ögeleri depresyonda bilgi işleme sürecine bağlantılandırılarak değerlendirildiğinde, ilk aşamada yer alan ve olumsuz üçlü olarak tanımlanan ögenin bireyin kendilik algısı, içinde bulunduğu dünya değerlendirmesi ve yaşayabileceği süreçlere dair yanlı ve ön bilgisel bir değerlendirmeye dayandığı görülebilecektir. Bu

durum, durumsal bilginin göz ardı edildiği ya da çarpıtılarak algılandığı bir süreci gündeme getirmektedir. Yaşanılan duruma ve olgulara ilişkin bilginin göz ardı edilmesinin, bireyin riski azaltmak ve gerçekliğe uygun kararlar vererek uyum sağlamak yönündeki uğraşından kaçınmasına yol açtığına inanılmaktadır. “Bireylerin karar alma süreçlerinde bilgiye atfettikleri değerin arttığı ve bireylerin belirsizlikten ve risk almaktan kaçındığı yeni bir dönem yaşanmaktadır” (Drucker’dan aktaranlar Dal ve Eroğlu, 2015, s.361), oysa ki tam tersine, depresyonun oluşmaması için yaşanılan ana ilişkin gerçekliğe dayalı bilgi değerlendirmesinin öne çıkması gerekmektedir. Gerçekliğin değerlendirilmesinde önemli rol oynayan yapılardan biri üst biliş’tir, “Üst biliş (metacognition), yani kişilerin bilmekle ilgili ne bildiği de sosyal sorun çözümünde uygulanır” (Davison ve Neale, 2004, s.558), sosyal sorun çözme yaklaşımı bir problem olduğunda bireyin o probleme dair koşulları kontrol etmek için uğraşı vermesi olarak ifade edilebilirse (Davison ve Neale, 2004, s.558), bu durumda bireylerin kendileri, içinde buldukları dünya ve yaşantıları ile gelecekleri hakkındaki olumsuz inanışlarının üst bilişin zayıflamış olduğu bir konumu işaret ettiği düşünülebilir.

Birey, bir sorunu nasıl çözümleneceğine dair belirli bir modele sahip değilse yani üst bilişi yeterince gelişmemişse olayları nasıl değerlendirmesi gerektiğine ilişkin bir yöntem karmaşası yaşamakta olduğu ve bunun sonucunda da üst bilişin değerlendirmede yetersizliği sonrasında olumsuz üçlünün devreye girmesi ve depresif duygudurum gelişmesiyle sürecin tamamlandığı ileri sürülebilir.

İkinci öge olan, olumsuz düşüncelerin otomatik olarak ortaya çıkmasında bir uyum çabasının söz konusu olduğuna inanılmakta ve bireyin kendine yönelik olumsuz otomatik düşüncelerinin ve değerlendirmelerinin, aslında gerçekliğe uygun davranmaya dönük uyum çabaları oldukları düşünülmektedir. “Bilişsel modele göre, insanın duygularını ve bununla ilişkili fizyolojik ve davranışsal tepkilerini etkileyen şey, herhangi bir durumun kendisi değil,

genellikle otomatik düşüncelerle kendini belli eden, o duruma ilişkin yaptığı yorumlardır” (Beck, 2001, s.87). Bireyler, yaşadıkları olumsuzluklarla baş edemediklerinde gerçeklikten kopmamak yani kendilerini gerçekliğe uyum sağlayarak koruyabilmek amacıyla kendilerine olumsuz atıflarda bulunmaktadır, “Otomatik düşünceler ve imgeler, belki de en kolay tanımlanabilecek olan belirginleşmiş durumlara dayalı biliş tipleridir” (White, 2000, s.72).

Bu belirginleşme olumsuz otomatik düşüncelerin tutarlı süreçler olduğuna işaret etmektedir ve bireylerin sistemli ve tutarlı bir biçimde kendilerine dönük olumsuz imgelemler geliştirmeleri bu sürecin bir uyum çabası olduğu görüşüne önemli bir destek sağlamaktadır. “Hastalar genellikle düşüncelerinde tutarlı biçimde bazı hatalar yaparlar. Psikiyatrik sorunları olan hastalarda bu hatalar genellikle, bilişsel süreçlerinde olumsuzluklar yönündeki sistematik bir yanlılıktan kaynaklanmaktadır” (Beck, 2001, s.133). “İnsanların ruhsal-zihinsel uyumsuzluğu azaltmak için başarılarıyla hedeflerini birbirine uydurması yönünde genel bir eğilim içinde yaşadıklarını biliyoruz. Çoğu insan, başarabileceği, gerçekleştirebileceği hedefleri seçerek muhtemel bir düş kırıklığı ve zihinsel çatışmadan kaçınmak ister ve bu yönde davranır” (Güleç, 2006, s.201). Bu yöndeki çabaların yine bilgi işleme sürecindeki bir aksamadan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Bu aksamanın bireylerin, uyumlarını engelleyen ve kaçınamadıkları ya da çatışmak istemedikleri ortamlara uyum sağlamak için normalliği öne çıkarma çabalarından kaynaklandığı değerlendirilmektedir (Çakmak ve Saatçioğlu, 2003, s.35). Bilgi işleme sürecindeki aksamanın temelinde önceden edinilmiş ve olumsuz değerlendirmeler sonucunda içselleştirilmiş bir yapı bulunmaktadır. Bu yapı basmakalıp ve katı davranışlar sergilenmesine yol açmaktadır ve kişinin nereden geldiğinin farkında olmadığı davranış biçimlerini yine farkında olmadan tekrarlamaktadır ve bunları koşulların gerektirdiği zamanda uygun olarak düzeltme yeteneğine sahip olmadığından, içsel güçler arasında veya içsel güçlerle çevre arasında bir dengesizlik ya da

çatışma bir diğer deyişle psikopatoloji oluşmaktadır (Wallace, 2008, s.91).

Kişilik özellikleriyle psikopatoloji arasındaki ilişkiye değinilen başka bir yayında da kişilik bozukluğu dışındaki mental bozukluklardaki çatışmaların bireylerin çevreye uyum çabasından kaynaklandığına, bu çatışmaların mental bozukluklar olarak belirlediğine işaret edilmekte ve çatışmalar sonucunda oluşan semptomların bireylerin çatışmalardan rahatsızlıklarını belirttiğine dikkat çekilmektedir (Editörler Güleç ve Köroğlu, 1998, s.725). Bu çatışmaların ön inanç olarak tanımlanan ve öğrenilen kavramları belirleyebilen bir etkenin (Atkinson ve arkadaşları, 2002, s.258), bireylerin zihninde bulunan bir ön tanımlama etkeni olarak durumsal değerlendirmelerde öne çıkarak yaşanılan durumun kavranılmasına ve uyumlu davranış gösterilmesine engel olduğu düşünülmektedir. Bu engelleme bilinçli seçimler yapılmasını aksatmakta ve düşüncelerin farkına varılarak davranışların gerçekliğe uygun olarak bilişsel düzlemde değerlendirilmesini önlemektedir. “Bilinç a) kendimizi ve çevremizi, algıların, anıların ve düşüncelerin farkına varacak şekilde gözlemeyi ve b) kendimizi ve ortamımızı, davranışsal ve bilişsel faaliyetleri başlatabilmemizi ve sona erdirebilmemizi sağlayacak şekilde denetlemeyi içerir” (Atkinson ve arkadaşları, 2002, s.192). “Bir eylem otomatikleştikçe daha az denetim gerektirir. Bunu yorumlamanın bir yolu, denetimin hala sürdüğünü (eğer istersek otomatik süreçler üzerinde yoğunlaşabiliriz), ancak denetimin bilinçten ayrıldığını söylemektir” (Atkinson ve arkadaşları, 2002, s.194).

Bilincin tam olarak işlevsel olmadığı durumlarda bir otomatik sürecin söz konusu olduğu düşünüldüğünde olumsuz otomatik düşüncelerin önceden öğrenilmiş ve olumsuz yaşam olayları sonucunda edinilmiş ön tanımlama etkeninin devrede olduğu, bilinçli denetimin oldukça azalmış bulunduğu ve bu nedenlerden dolayı aksamalar oluşmasına yol açarak, yaşamsal uyumu sağlamak için, var olan durumu değerlendirmede çarpıtmalar yaşanmasına neden olan, işlevsel

olmayan bir uyum çabası olarak değerlendirilebileceği düşünülmektedir.

Bilgi işlemede ve algıda sistematik hataların ortaya çıkması üçüncü öge olarak kuramda yer almaktadır. Bilişsel anlamda yanlılıklar, bilgi işlenmesinde tümdengelim dayalı ve düzenli şekilde gerçekleşen hatalar oluşmasına yol açmaktadır. “Hastalar, sıklıkla, zor durumların veya diğer insanların duygulanımlarının doğruca kendi tepkilerinden kaynaklandığına inanırlar” (Beck, 2005, s.209). Bu gerçeği yansıtmayan bir önermedir ve düşünülen yargının doğrulanması için nedenselliğe başvurmadır, bu nedenselliğin farkına varıldığında yaşanan durumu tanımlamaya yaklaşılmakta ve tepkiselliğin düşünce yaklaşımlarından kaynaklandığını anlaşılmaktadır, “Hastalar için önemli olan, düşüncelerinin tepkilerine dönüştüğünü anlamalarıdır” (Beck, 2005, s.209).

Bilgi işleme süreci büyük oranda algılara dayanmaktadır, algısal olarak edindiğimiz her şeyi kaydetme ya da değerlendirme olanağımız ise bilgi işleme kapasitemizin sonsuz olmayışından dolayı çok sınırlıdır. “Yaşamımızı sürdürmek ve çevremizi anlamlandırmak için, sadece dikkat edilecek en önemli bilgileri seçmeye ve bunlar dışında kalan her şeyi filtrenin dışında bırakmaya zorlanırlar” (Morris, 2013, s.152), bu durum aynı zamanda yapılan algı filtreleme eyleminin baskınlığından dolayı birey tarafından ikinci kez sınırlandırılmayı da doğurabilmektedir “Bazen, ne yaptığımızı öylesine yakından dikkat ederiz ki onun içerisinde kaybolur ve çevremizde olup bitenlerden habersiz kalırlar” (Morris, 2013, s.152), bu durumun algıda hatalar oluşmasına ve düzenli bir biçimde tekrar edilmesi halinde ise bu hataların sistematikleşmesine yol açabileceğine inanılmaktadır.

Algısal süreçler, dış dünyadan duyu organlarıyla elde ettiğimiz verilerin ilk olarak işlemlendiği yapılardır. “Algılama anında beyin, bireyin içinde bulunduğu durumdan beklentilerini, geçmiş

yaşantılarını, diğer duyu organlarından gelen başka duyuları, toplumsal ve kültürel etkenleri hesaba katar” (Cüceloğlu, 2003, s.118). Bu süreç, aynı zamanda bireyin beklenti ve duyarlılıkları doğrultusunda algıların sınıflandırıldığı bir yöne de sahiptir. “Gelen duyuları seçme, bazılarını ihmal etme, bazılarını kuvvetlendirme, arada olan boşlukları doldurma ve beklentilere göre anlam verme bu aşamada yapılır” (Cüceloğlu, 2003, s.118).

Algıların değerlendirilmesinde elde edilen verilerin doğru olarak değerlendirilememesinde ve yanlış sonuçlara ulaşılmasında rol oynayan bir diğer unsurun da duysal uyum olduğu düşünülebilir, “Bir süre sürekli olarak uyarılan duyu organı, uyarıcının şiddetinde ve özelliğinde bir değişiklik olmazsa duyarlılığını kaybeder, duysal eşikte yükselme olur” (Cüceloğlu, 2003, s.101). Duysal eşik yükselmesinin, bireyin değerlendirdiği ve sürengenlik kazanmış olan olumsuz yüklemeleri normalleştirmeye başladığına dair bir noktaya işaret ettiği düşünülmektedir.

Vurgulanmaya çalışılan her iki durumun, kendine dönük olumsuz bir değerlendirmeye sahip olan depresif bireylerin içinde buldukları döngüden neden çıkamadıklarını açıklayabilmek için oldukça önemli bir nokta olarak değerlendirilmesi gerektiği düşünülmektedir. Algılama süreçlerinde gelen verileri işleme ve duysal uyuma bağlı olarak değerlendirmede önemli bir nokta da, algısal verilerin seçiminde dikkatin belirli verilere yöneltilmesi olan seçici dikkattir. “Beyin, belirli değişkenlerin etkisi altında sürekli seçerek algılar. Algısal seçimi etkileyen değişkenleri iki temel grupta toplayabiliriz. Bunlardan ilkinin algılanan uyarıcıyla ilgili özellikler, ikincisini de algılayan bireyle ilgili özellikler oluşturur” (Cüceloğlu, 2003, s.122). Yukarıdaki satırlarda belirtilen algı tanımından hareket ederek ele alındığında; algılanan uyarıcıya ilişkin özelliklerin duysal uyumdan dolayı fazla değişkenlik göstermediği ve algılama anında bireyin içinde bulunduğu durumdan beklentisi kendisi, dış dünya ve geleceği hakkındaki olumsuzlukların tekrarlanması ise, geçmiş



yaşantılarının olumsuz etkisine açıksa, diğer duyu organlarından gelen verileri olumsuz düşüncelerini pekiştirerek filtreliyorsa, toplumsal ve kültürel etkenlere uyum sağlamada zorluk yaşıyorsa bir bilgi işleme sorunu yaşanacağı değerlendirilebilir.

Bilgi işleme sorununun temelinde yukarıda aktarılmaya çalışılan süreçlere dayanılarak, algısal beklentilerin olumsuzlaşarak durağanlaşması ve tümünden gelimci bir bakış açısıyla en başından itibaren algılanan verilerin filtrelenerek var olan duruma uyumu zorlaştırıcı bir niteliğe bürünmesinin olduğu değerlendirilmektedir. “Algılamalarımızım büyük bir çoğunluğu algısal beklentilerimizin etkisi altındadır. Deneyimlerimize dayanarak hem nesnel hem de sosyal çevremizle ilgili birçok beklentiler geliştiririz ve bu beklentiler daha sonraki algılamalarımızı sürekli etkiler” (Cüceloğlu, 2003, s.132).

Bu durum, algıların geliştirilmesi gerekliliğini gündeme getirmektedir, bilişsel modelin, bireylerin algılarının geliştirilmesiyle ön bilgisel değerlendirmelere dayalı, tümünden gelimci ve seçici olumsuz bilgi işlemeye dayalı algısal yapıyı değiştirmeye odaklandığına inanılmaktadır. “Birçok algısal yetenek doğuştan gelir, fakat çok sayıda başka algısal süreçler de öğrenmeye dayalıdır. Bazı tür algılama süreçlerinde doğuştan getirilen yetenekler, başka tür algılamalarda ise, sonradan öğrenilen beceriler daha büyük rol oynar” (Cüceloğlu, 2003, s.136). Bu açıklamanın, bilişsel dönüşümün önemini belirtmekte ve bilişsel yapılanmada öğrenmenin rolünü öne çıkarmakta olduğuna inanılmaktadır. Bilişsel kuram uyarınca, bireyin bilişsel farkındalığının artırılarak bilişsel dönüşümünün sağlanabileceği ve bu farkındalık artışına bağlı bilişsel dönüşümün yine bilişsel öğrenme kavramlarıyla sağlanabileceği düşünülebilir, çünkü bilgi işlemede ve algıda sistematik hatalar yapılmasının da bilişsel öğrenme süreçleriyle ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Depresyonun bilişsel kuramının son ögesi olarak, temel işlevsel olmayan sayıltıların ortaya çıkması ele alındığında, bu ögeye özel bir

önem atfedildiği görülmektedir, “Depresyonun bilişsel kuramıyla ilgili dördüncü ve en önemli kavram ise temel işlevsel olmayan sayılıtlardır. Bu sayıltı ya da inançlar genellikle başlangıcı çocukluk döneminde olan, yaşam boyu gelişen, oldukça değişmez ve kalıcı özelliklerdir” (Editörler Savaşır, Soygüt ve Kabakçı, 2003, s.21). İşlevsel olmayan sayılıtlar, bireyin kendini tanımladığı ve yaşam karşısında nasıl uyum sağlaması gerektiğine ilişkin bir temel yapıyı uygulamaya dönüştürmesi olarak değerlendirilebilir.

Bu temel yapı bireyin kendiyile ilgili değerlendirmeleri ve yaşam içinde konumlandırımlarının merkezinde yer almakta olan bir ana kaynak gibi düşünülebilir. İşlevsel olmayan sayılıtlar bilişsel şema olarak da adlandırılmaktadır ve yaşantıların ve depresif bireylerin kendilerini algılayarak değerlendirmelerinde başat bir etkiye sahip olduğu ifade edilmektedir. “Depresyonun karakteristikleri, depresif hastanın bilişsel yapılanmasındaki önemli değişikliğin bir ifadesi olarak görülebilir. Hastanın zihnindeki bilişsel şema çok etkilidir. Bu nedenle hasta, kendisini, tecrübelerini ve geleceğini olumsuz olarak değerlendirme eğilimindedir” (Beck, 2005, s.252).

“Bilişsel yapıda yer alan işlevsiz inançlar, bireyin düşüncesini biçimlerler ve psikopatolojiye özgü bilişsel hatalara yol açarlar. Bilişsel hataları bilgiyi işleme sürecindeki özgün yanlılıklar veya eğilimler olarak görebiliriz. Bilişsel hatalar, bilgiyi hatalı işleme sonucunda, duruma uygun olmayan ve duygusal sıkıntıya yol açan otomatik düşüncelere yol açarlar” (Editörler Köroğlu ve Türkçapar, 2009, s.102).

Görüldüğü üzere, işlevsel olmayan sayılıtların birer şema olarak görev yapmakta olduğu ve bu görevlenme sonucunda bilgi işleme süreçlerinde yanlılıklar oluştuğu, yanlılıkların bilişsel hataları doğurduğu ve bilişsel hataların da uyumu zorlaştırıcı sonuçlara yol açtığı ileri sürülmektedir. Bilişsel hatalar şöyle sıralanmaktadır (Editörler Köroğlu ve Türkçapar, 2009, s.103) ;

- 1) Keyfi çıkarsama: Sonuca atlama olarak da bilinen keyfi çıkarsama, destekleyici kanıtlar olmaksızın ya da gerçekte tersine kanıtlar olduğu durumda bile belli bir sonuca ulaşmayı anlatmaktadır.
- 2) Seçici soyutlama: Olayları bağlamından kopartarak bir ayrıntıya odaklanma, durumun daha belirgin diğer özelliklerini ihmal etme ve bu sınırlı özellik temelinde bütün yaşantıyı kavramlaştırmadır.
- 3) Aşırı genelleme: Aşırı genelleme, sınırlı sayıda örneği temel olarak oluşturulmuş bir genel kurala inanmak ve bunu izlemektir. Eşi tarafından terk edilen birisinin “Benimle hiç kimse ilgilenmeyecek ve sevmeyecek” sonucuna varması gibi.
- 4) Büyütme ve küçültme: Bireyler, bazen durumları yorumlamalarına öznel birtakım ağırlıklar yüklerler, örneğin olumsuz olayların daha büyük ağırlık taşıdığı ve buna kıyasla olumlu olayların daha az önemli olduğu şeklinde bir düşünme eğiliminde olabilir. Düşünce biçimindeki bu sistematik yanlılığı olan bir öğrenci, ders notları için de düşük olan tek notu aldığı dersi önemserken (büyütme), diğer derslerden aldığı yüksek notları önemsiz görerek, bu derslerin zaten kolay olduğunu düşünebilir (küçültme).
- 5) İkili (ya hep ya hiç biçiminde) düşünme: Bireyler bazen durumları hep ya da hiç algoritmasına veya siyah-beyaz biçimine indirgerler. Her türlü deneyim ve yaşantının iki uç bağlamında değerlendirilmesi söz konusudur. Bir şey ya tam olmuştur ya da yoktur; bu iki uç arasında yer alan noktalar görülmez. “Mükemmel değilsem başarısızım demektir”, “Beni eleştiriyorsa hiç sevmiyor demektir” gibi.
- 6) Kişiselleştirme: Sıkıntıda olan bireyler, sıklıkla kendi kendilerine ve kendi ruhsal acılarına aşırı odaklanırlar. Bu nedenle olumsuz bir olay veya durum ortaya çıktığında, bunun reddedildikleri veya suçlandıkları şeklinde

kendileriyle ilgili olduğunu düşünme eğilimindedirler. Örneğin çocuğu kötü not alan bir anne “ben kötü bir anneyim” sonucuna ulaşabilir.

- 7) Felaketleştirme: Olması muhtemel diğer sonuçları hesaba katmaksızın geleceği hep olumsuz olarak öngörme. Küçük bir kanıttan yola çıkarak o kanıtı da yeterince değerlendirmeden ve olması muhtemel diğer sonuçları hesaba katmaksızın durumu hep olumsuz olarak öngörme; “pireyi deve yapma” deyimi tam da bu durumu anlatır.
- 8) Olmalı ifadeleri: -meli, malı düşünce tarzı adı da verilen bu düşünce biçiminde, kişinin kendisinin, başkalarının nasıl davranması ve dünyanın nasıl olması gerektiği konusunda katı kuralları vardır. “İnsanlar haksızlık yapmamalıdır.” İfadeleri bu bilişsel hataya örnek olarak verilebilir.
- 9) Zihin okuma: Diğer insanların ne düşündüğünü bildiğimize ve onların da bizim ne düşündüğümüzü bildiklerine-bilmeleri gerektiğine inanmaktır. “sormaya gerek yok, ne söyleyeceğini biliyorum”.

Burada aktarılmaya çalışılan bilişsel hataların tamamı, algısal süreçler sonucunda elde edilen bilgileri bir aracı yöntemle dönüştürerek yanlış bir veri haline dönüştürmeye ilişkin bir süreci tanımlama çabasıdır. Bilişsel hatalardan dolayı olayların kendisinden çok algılanma ve yorumlanma tarzının öne çıkmakta olduğuna vurgu yapılmaktadır ve buna dayanılarak bilişsel kuramın; bireyin yaşantılarını yorumlama biçiminin, duyguları ve eylemleri üzerinde daha belirleyici bir etkisi olduğu ileri sürülmektedir (Editörler Köroğlu ve Türkçapar, 2009, s.96).

Bu sonucun bilgi işleme süreçlerinde önemli bir yanlışlığa ve hatalı değerlendirmeye işaret etmekte olduğu düşünülebilir. “Klinik bilişsel kuram bağlamında bilişsel süreçler, kişinin olayları algılaması, değerlendirmesi, ardından aralarındaki ilişkiyi saptayarak öngörmesiyle, bireyin değişen ve kişiye zaman zaman engeller çıkaran

çevresine uyum yapmasını sağlar” (Editörler Köroğlu ve Türkçapar, 2009, s.96). Bu durumda, kişinin olayları algılaması ile değerlendirmesi arasında bilişsel hataların devreye girerek ilişkiselliği öngörmeyi aksattığı düşünülebilir, bu aksamanın, elde edilen bilginin işleme sürecindeki hatalardan kaynaklandığını ve bu hataların bilişsel hataları gösterdiği değerlendirilmektedir. “Bilişsel kuramın temel ilkelerinden birisi, çevreden gelen uyarılarla ortaya çıkan sonuçlar arasında bir aracı olduğu, bunun da insanın bilişsel sistemi olduğudur” (Editörler Köroğlu ve Türkçapar, 2009, s.96).

Bilişsel hataların çevreden gelen uyarıların sağlıklı bilgi işleme süreçleriyle değerlendirilmesini engellediği, bunun sonucunda bilişsel süreçlerin sağlıklı kullanılmasının zorlaştığı ve ortaya çıkan sonuçların içinde bulunan duruma uyumu zorlaştırması sonucunda depresif bir tablonun oluşumuna zemin hazırlanmakta olduğu değerlendirilmektedir. “Bilişsel hatalar ise bilişsel süreçlerle ilgilidir. Bilişsel süreç bilginin işlenmesiyle ilgili süreçleri kapsar. Bu hataların gösterilip bilgi işleme sürecinde değişikliğe yol açma, depresif belirtilerin devamını önlemede kullanılmaktadır” (Editörler, Savaşır, Soygüt ve Kabakçı, 2003, s.22). Bu son derece önemli olduğuna inanılan “depresif belirtilerin devamını önleme” saptamasının çok belirgin bir çıkış noktası gösterdiği düşünülmektedir.

Depresif belirtilerin devamlılığını engellemek için kullanılan bu yapının kişilik özelliklerinin depresyona yol açan yönlerinin belirlenmesi ve değiştirilmesi için de kullanılabileceğine inanılmaktadır. Doğal olarak, depresyona yol açan kişilik özelliklerinin bilgi işlemedeki yanlılıklar ve değerlendirme yanlılıklarından kaynaklanarak bilişsel hatalar olarak belirginleşmesinin ve depresif kişilik özellikleri ile bilişsel hatalar arasındaki ilişkinin saptanmasının belirgin bir sonucu olacağı düşünülebilir. Bu saptamanın, depresyona yol açan kişilik özelliklerinin sağaltımında bilişsel hataların önceliğinde olmak üzere, depresyon oluşumunun belirli parametreler için kontrol altına alınabileceği bir yapılanmayı gündeme getirebilir.

Bilişsel kuram, bilgi işleme süreçlerinde olagelen sistematik hatalara ve algısal süreçlerdeki seçicilik sonrasında oluşan otomatikleşmiş düşünsel yapılara ve bilişteki normal dışılığa odaklanmakta ve kişiliğin değiştirilemez özelliklere değil tam tersine değiştirilebilir ve dönüştürebilir özelliklere dayandığı savını gütmektedir. Bu durum kişilikle ilgili diğer kuramların birçoğundan kişilik özelliklerinin sonradan edinilmiş olmasıyla ayrılmaktadır.

## **2.6. Kişilik Özelliklerini Belirlemede Araştırma Yaklaşımları**

Kişilik özelliklerinin belirlenmesinde oldukça farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Bunlardan bir kısmı biyolojik yapıyı öne çıkarırken diğer bazıları ise edinilmiş etkileşimlerin sonuçlarına odaklanmaktadır. İzleyen satırlarda bu yaklaşımlar ele alınmaya çalışılacaktır.

Kişilikle ilgili kuram ve modellerden araştırmalarda sıklıkla öne çıkmakta olduğu görülen ve daha çok biyolojik yaklaşım kökenli araştırmacılarca bir ölçümlene-değerlendirme kaynağı olarak kullanılan C. Robert Cloninger'in psikobiyolojik modeli öncelikle değerlendirilmeye çalışılacaktır.

### **2.6.1. Psikobiyolojik Kişilik Kuramı**

Cloninger'in Psikobiyolojik Kişilik Kuramına göre kişilik, mizaç ve karakter olarak tanımlanan iki boyutun birleşiminden meydana gelmektedir. “Mizaç; kalıtımla geçen ve yaşam boyunca çok az ortanda değişen yapısal özelliklerdir. Karakter, çevrenin ve yetiştirilmenin etkisi altında gelişmiş, öğrenilmiş tutumlardır, dolayısıyla zamanla değişebilecek özellikleri içerir. Kişilik ise; genetik olarak gelen mizaçla, sonradan elde edilmiş karakterin birleşiminden oluşur” (Akiskal ve arkadaşları, Svrakic ve arkadaşlarından aktaranlar Ak, Özmenler ve Özşahin, 2008, s.34) “Kişilik, kişinin çevresine biricik uyumunu belirleyen psikofiziksel sistemlerin, kişi içindeki dinamik organizasyonu” (Cloninger ve arkadaşlarından aktaran Arkar,

2005, s.82) ve öğrenme “bireysel deneyim sonucunda davranışların organizasyonu” (Cloninger ve arkadaşlarından aktaran Arkar, 2005, s.82) olarak aktarılmaktadır.

Bu tanımlar doğrultusunda yeni bir sonuç tanımına gidilmekte ve “Bu nedenle, bilgi alma, bilgi işleme ve bilgi saklamayı içeren bireyler arasındaki uyumsal sistemlerdeki farklılıklar genel olarak kişiliği belirler” (Cloninger ve arkadaşlarından aktaran Arkar, 2005, s.82) değerlendirilmesi yapılmaktadır. Bu değerlendirme, doğuştan getirilen bireye özgü dinamik organizasyonların bireysel deneyim sonucu edinilen bir yapılanmayla desteklendiğini ve bu doğrultuda bilgilenmeye ve edinilen bilgilenmenin kullanımına dayalı bir sonuca ulaşıldığı görülmektedir.

Bu sonuç uyarınca, Cloninger tarafından, doğuştan getirilenler ve sonradan edinilenler çerçevesinde bir model geliştirilmiştir. Cloninger, öncelikle mizaç boyutunda yer alan dört huy belirlemiş ve bunları yenilik arayışı, zarardan kaçınma, ödül bağımlılığı ve sebat etme olarak betimlemiş, ancak bu dört huy boyutundan oluşan özgün modelinin kişilik özelliklerini yeterince açıklamadığını gözlemleyerek, kendini yönetme, işbirliği yapma ve kendini aşma olarak adlandırdığı ve karakter boyutu olarak tanımladığı üç boyutu daha tanımlayarak modeline eklemiş (Sayın ve Aslan, 2005, s.279) ve böylece yedi boyutlu, mizaç ve karakter tanımlamalarına dayalı bir kişilik ölçümü yapılanması geliştirmiştir.

Cloninger’e göre kişilik özelliklerinin doğumsal kısmı olan mizaç ve sonradan oluşturulan karakter bölümlerinden oluşan kişilik özellikleri modelinden, bilişsel model uyarınca mizacın tamamen dışlandığını, bireyin yaşamsal deneyimleri ve bunları yorumlamasının ön plana çıktığını ve değiştirilemez kalıtsal yan yerine değiştirilebilir ve dolayısıyla sağaltılabilir hastalık yönünün ağırlık kazandığı görülebilir. Oluşan tanımlama doğal olarak yaklaşımı da belirleyeceğinden depresyon için bireyin öznel değerlendirmeleri ve bu

değerlendirmelerin meydana gelmesinde kişiye ait alt yapının sorgulanması gerektiği düşünülmektedir. Bu alt yapı Cloninger ve ardıllarının belirttiği gibi konjenital olarak edinilmiş ve değiştirilemez özellikleri tanımlayan bir yapıya sahip olmak yerine, kişinin doğuşundan itibaren yaşadıkları ve konumuna atıfta bulunularak tanımlanmaktadır.

Bu tanımlama çerçevesinde, bireyin doğum sırası, yetiştiği çevrenin sosyoekonomik koşulları, ebeveyninin eğitim düzeyi, yaşadığı coğrafyanın kültürel etkileri gibi yaşam biçimini etkileyerek nasıl bir birey olacağını belirleyen tüm bileşenlerin ortak platformu uyarınca yaşamsal deneyimlerinde etkiye ne derece açık olduğu öne çıkmaktadır. Burada Kraepelin tarafından belirtilen depresyona yatkın kişilik varsayımına göz atmanın ve karşılaştırmanın gerekliliği olduğu düşünülmektedir; Kraepelin, depresyona “depresif mizaç” olarak tanımladığı bazı özgün kişilik özelliklerinin neden olduğunu belirtmekte, bunları, ciddiyetlilik, baskın bir depresif ve umutsuz duygulanım, suçluluğa yatkınlık, süreğen ve yaygın bir kasvetlilik, kendini kınama, kendini inkar etme ve kendine güvenmeme olarak sıralamaktaydı (Shea ve Hirschfeld’den aktaran Ünal, 2000, s.72). Kraepelin, sayılan bu özgün niteliklerin kalıtımla geldiğini, ergenlik sonu ve erken yetişkinlikte aktifleşerek yaşam boyunca devam ettiğini, bu temel kişilik özelliklerinin üzerine şiddetli depresyon ataklarının geliştiğini de öne sürmekteydi (Shea ve Hirschfeld’den aktaran Ünal, 2000, s.72).

Bu kuram bilişsel yapılanmaya oldukça aykırı olarak değerlendirilmektedir, Kraepelin’e göre bireylerin içlerinde var olan potansiyel depresyon altyapısı depresyona yatkınlık sağlamakta ve depresyonun oluşumunu sağlayan yaşam olaylarıyla da aktive olmaktadır, oysaki bilişsel kuram böylesi bir temel morfolojik tanımlamayı kabul eder görünmemektedir, bilişsel yaklaşıma uyarınca, bireylerin sahip oldukları bazı özelliklerin yatkınlığa altyapı hazırlaması değil, kendileri, dış dünyaları ve beklentilerinin olumsuz



bir önyargıyla şekillenmiş olması depresyonun nedeni olarak tanımlanmaktadır. O halde, depresyonun doğuştan getirilen bir hastalığa ait, alellerden birinde pusuya yatmış bir genetik kodlama yazılımı ya da kişinin yaşadıklarından edindiği duygusal birikim değil düşünsel bir değerlendirme bozukluğu olduğu noktasından hareket etmek gerekmektedir. Bu aynı zamanda belirlenmiş standart bir prosedürün tüm bireylere birebir uygulanamayacağı anlamına da gelmektedir, kuşkusuz formülasyon ve kuram gereğince ana hatların tanımlanması ve çerçeve oluşturulmasında belirli kriterlere bağlılık gösterilmesi ve buna göre kabul gören bilimsel bir yapının oluşturulması kaçınılmaz olacaktır ancak bu bilimsel yapının kişilerin farklı bireyler olmasını sağlayan ve her birini diğerinden ayıran, yalnızca onlara ait olan özelliklerinden bağımsız olmayacağı da açıktır.

Bu farklılaşmış özelliklerin yukarıdaki satırlarda tanımlanmaya çalışılan birer kişilik alt küme özelliği olduğu noktasından yola çıkılırsa, bireylerin yaşamsal deneyimleri ve bilişsel üçlü uyarınca oluşturdukları değerlendirmeleri doğrultusunda bir yaklaşımın gündeme gelmesi gerekliliği de kaçınılmaz olarak ortaya çıkıyor görünmektedir. Bireyin kendisi hakkında, etrafını saran ve ona yaşamsal bir atmosfer sunan çevresi hakkında ve gelecekte nasıl bir dünyada nasıl bir birey olarak yaşayabileceğine ilişkin düşünsel saptamalarına atıfta bulunmadan daha ötesi bunları dikkate almadan nasıl bir sağaltım planlanabilecek veya planlanan bu sağaltım gelecekte ne denli koruyucu bir işlev üstelenecektir.

Bilişsel kuram uyarınca oluşturulacak olan değerlendirme ve formülasyonda bireye ilişkin alt küme özelliklerinin değerlendirilmesi ve bu göz önünde bulundurma sonrasında bu alt küme özelliklerinin bileşimi olarak ortaya çıkacak olan depresyon oluşumunu açıklayabilecek olan kişilik özelliklerinin de dikkate alınarak oluşturulacak, bilişsel modele uygun bir değerlendirmenin daha işlevsel ve daha amaca odaklanmış olabileceğine inanılmaktadır.

Yukarıdaki satırlarda gerçekleştirilmeye çalışılan değerlendirmeler çerçevesinde şu belirlemelere ulaşılabileceği düşünülmektedir. Cloninger'in kuramında da genetik geçişlilik çok fazla öne çıkmakta ve kişilik özelliklerinin tanımlanmasında daha çok kalıtsal öğelerin başat olduğu dolaylı olarak ileri sürülmektedir (Arkar, 2010, s.116), gerek kalıtımsal ağırlığın öne çıkması gerekse çevresel etkilerin fazla yer almamasının kişilik özelliklerini ölçümlemede daraltıcı etkilere sebep olabileceği düşünülebilir. Öte yandan, kuramın klinik uygulamada etkinliğinin arzu edilen düzeyde olamayacağı da ileri sürülmektedir, "Cloninger'in psikobiyojik kişilik modeli huy ve karakter özelliklerine boyutsal bir yaklaşım getirmekle birlikte, huy ve karakter özelliklerinin duygudurum bozukluğu hastalarında sağaltıma ve prognoza etkisi konusunda tutarlı bulgularının olmaması yaklaşımın etkinliğini sınırlandırmaktadır" (Sayın ve Aslan, 2005, s.280).

Bu durum, bireysel ayrışma noktalarını daha detaylı olarak ölçümleyebilen araştırma odaklı kuramsal oluşumları ön plana çıkarmaktadır, araştırma odaklı kuramlar arasında bir değerlendirme yapıldığında ise Ayırıcı Özellikler Kuramı'nın öne çıktığı göz önüne alınarak şu değerlendirmelere ulaşılmaktadır.

### **2.6.2. Ayırıcı Özellikler Kuramı**

"Ayırıcı özellik, bir bireyin belli bir kişilik özelliğini ne ölçüde sergilediğine bağlı olarak kişiyi sınıflandıran bir kişilik boyutudur" (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.250). Kişilik özelliklerinin araştırılarak kişilik yapısının belirlenmesini amaçlayan bu kuram, bireyin kişiliğinin, bireyin temel özelliklerinin bir sentezi olduğunu ve bireyin temel özellikleri bilinirse kişiliğinin saptanabileceğini savlamaktadır (Öztürk, 2003, s.416). Kuram uyarınca, kişilik özellikleri zaman içinde değişmezlik göstermekte ve durumsallığa uymamaktadır (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.250).

“Ayırıcı özellik yaklaşımını ilk ortaya atan kişi Allport olmasa da, kişilik psikolojisinde kullanmaya başlayan ilk kişidir” (Özyeşil, 2011, s.62), kuramla ilgili bilinen ilk çalışma 1921’de Gordon Allport tarafından kaleme alınmıştır (Burger’den aktaran Dal ve Eroğlu, 2015, s.363). Allport’un Ayırıcı Özellik Kuramı’nın temeli güdülenmenin dinamik etkileşimi üzerine oturtulmuştur ve bu temelde şekillenen işlevselliğın otonomik özellik kazanması sonucunda üç ayırıcı eğilimin başat olarak ortaya çıktığı varsayımına dayanmaktadır; birinci başat yapı kardinal eğilimler denilen ana güdüsel sürecin belirlediğı, kişinin tüm davranışlarında izi sürülebilen ve oldukça genellenmiş temel parametreleri soyut olarak tanımlamakta ve merkezi eğilimler olarak adlandırılan ikinci başat yapı ise daha az belirgin olarak ortaya çıkan, alt ayırimsal mekanizma işlevi gördüğü anlaşılan, belirginleşmiş, 5 ile 10 arasında daha sübjektif özellikleri soyut bir çerçevede vurgulanmakta ve son olarak ikincil eğilimler adı altında anılan üçüncü başat yapı, daha az belirginleşmiş durumdaki ve kişilik tanımıyla daha az ilgili olan durumsallıklara atıfta bulunmaktadır (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.246-254).

Allport, ayırıcı özelliklerin sinir sistemindeki fiziksel yapılardan kaynaklandığını ve yeterli teknolojiye ulaşıldığında bu yapının incelenmesiyle kişilik özelliklerinin belirlenebileceğini ileri sürmüştür (Burger’den aktaran Özyeşil, 2011, s.62 ve Dal ve Eroğlu, 2015, s.363). Kuramın deneysel çalışmalara ve bireysel verilerin değerlendirmesine dayanmamasından dolayı, tam olarak araştırma odaklı olarak değerlendirilmesinin sıkıntı yaratabileceğı ve daha çok araştırma odaklı yaklaşımların felsefi altyapısını oluşturan bir ilk varsayım olarak değerlendirilmesi gerektiğı ileri sürülebilir. Ayırıcı özellikler yaklaşımı uyarınca öncelikle H. Eysenck’in biyolojik temelde şekillendirmiş olduğı kuramı ele alınacaktır.

### 2.6.2.1. Biyoloji Temelli Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı

Eysenck'in geliştirmiş olduğu Biyoloji Temelli Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı kişiliğin üç temel boyutunu dışadönüklük, nevrozizm ve psikotizm olarak belirtmiş, anılan üç temel boyuttaki değişimin büyük kısmının (dörtte üçünün) kalıtımla açıklanması gerektiğini, çevresel etkilerin payının daha sınırlı olduğunu (dörtte biri) ileri sürmüştü, bu üç boyutun 9 alt alanla ilişkisini hiyerarşik yapı olarak tanımlayarak, ana boyut ve alt alanlar arasındaki korelasyonlar sonucunda da bir temel yapı belirlenmesi gerektiğini ileri sürmüştür (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.271,273).

Eysenck, kişiliği dört düzeyde ele almaktadır (Zel'den aktaran Özyeşil, 2011, s.65):

“

Birinci düzey; kişiliğin en alt düzeyidir. Bu düzey çok özel tepkiler içerir. Belirli uyarıcılara biyolojik olarak belirli tepkilerin gösterilmesi, kalıtımsal özelliklere göre bireyin belirli özellikler taşıması bu düzey ile ilgilidir.

İkinci düzey: bireyin bulunduğu ortamlardan elde ettiği, alışkanlıklara dayalı özellikleri ile ilgilidir. Bazı bilgi ve deneyimleri elde eden bireyin benzer durumlar karşısında benzer davranışları göstermesidir.

Üçüncü düzey; bu düzey eğilimler düzeyidir. Bireyin birçok alışılmış davranış arasından belirli eğilimleri kazanması aşamasıdır. Eğilimler düzeyinde kişiliğin süreklilik, değişmezlik, bireysel dengesizlik, doğruluk değişkenlik ve heyecanlılık özellikleri ortaya çıkar.

Dördüncü düzey; bu düzey tip aşamasıdır. Bu aşamada belirgin tipler ortaya çıkar. Eysenck'in yaklaşımına göre tipin ortaya çıkmasında her bir aşamanın etkisi vardır.”

Bu dört düzeyin hiyerarşik bir biçimde birbirini takip ederek ayırıcı özellikleri ve kişiliği oluşturduğunu ileri süren Eysenck'e göre hiyerarşinin en üstünde, dördüncü düzeyde yer alan, üstün ayırıcı özellikler olarak tanımlanan tiplerin açık davranış üzerinde son derece güçlü bir etkisi bulunmaktadır (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s. 271).

Araştırma odaklı kuramlar arasında önemli bir yeri bulunan bu kuramsal yaklaşımın, değerlendirme parametreleri sınırlılığı bulunmasından dolayı (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.282), daha geniş alansal parametre gereksinimine yanıt veremediği ve bu nedenle kişiliğin değerlendirilmesinde yeni bir perspektife ihtiyaç duyulduğu ileri sürülebilir.

#### **2.6.2.2. Beş Faktör Kuramı**

McCrea ve Costa tarafından geliştirilen bir başka araştırma odaklı kuram olan Beş Faktör Kuramı ise; dışadönüklük, nevrozizm, deneyime açıklık, uyumluluk ve öz disiplin olarak adlandırılan beş ana boyutta alınan skorları temel eğilimler (doğrudan gözlenemeyen ancak dolaylı olarak çıkarılabilen bireysel kapasite ve yatkınlıklar), karakteristik adaptasyonlar (bireyin çevresiyle uyumunu amaçlayan edinilmiş kişilik yapıları) ve kendilik kavramı (bireyin kendisiyle ilgili düşünce ve değerlendirmeleri) eksenlerinde ve her bir eksen temelinde yukarıda sıralanan beş ana boyut skorlarının karşılıklı etkileşimine dayanarak kişilik örüntüsünü açıklamaya çalışan, araştırma odaklı bir kuramdır (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.285-288). Buna göre, McCrea ve Costa'nın Beş Kişilik Faktörü'nde, yüksek puanlamada, aşağıda tanımlanan kişilik bağıntılarının belirginleşmesi söz konusu olmaktadır (öz disiplin boyutu sorumluluk olarak tanımlanmıştır) (Cooper'den aktaran Özyeşil, 2011, s.69):

“Nevrotizm; Kaygılı, sinirli, düşmanca, depresif, kırılgan, dürtüsel.

Dışadönüklük; İlmli, girişken, atılgan, aktif, heyecan

arayışında, olumlu duygular.

Açıklık (yeni deneyimlere); Duygusal duyarlılık, hayal kurucu, sanata yönelim, romantik, sabırlı.

Uyumluluk; Güvenilir, ileriye dönük, işbirlikçi, ılımlı, hassas, başkalarına duyarlı.

Sorumluluk; Yeterli, düzenli, prensip sahibi, görevine bağlı, başarmaya odaklı, düşünmeden hareket etmeyen.”

Beş Faktör Kuramı da yine biyolojik temelli bir yapı üzerinde yükselmektedir. Çevrenin temel eğilimler üzerinde biçimlendirici bir etkisinin bulunmadığı savlanmaktadır ve kurama göre kişilik özellikleri üzerindeki tek nedensel etkiye sahip faktör biyolojidir (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.289). “Temel eğilimleri etkileyen biyolojik mekanizmalar, genler, hormonlar ve beyin yapısıdır” (McCrea ve Costa’dan aktaranlar Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.289), bu sav uyarınca, genetik geçişlilik öne çıkmakta ve çevresel etkilerin oranı tepkisellik düzeyine düşürülmektedir. Öte yandan, McCrea ve Costa’ya kurama ilişkin yöneltilen eleştiriler arasında, kuramlarını geliştirirken belirli bir hipotetik yapıya dayanmamış olmaları ve kişiliğin olası farklı boyutlarına ilişkin veri toplanamamış olması ve bundan dolayı kişiliğin temel yapısının keşfedildiği ve bunun beş boyutlu olduğu iddiasına kuşkuyla yaklaşıması olarak özetlenebilir (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.290).

### **2.6.2.3. Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı**

Son olarak; Cattell’in öne sürdüğü Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı irdelendiğinde şu unsurlar öne çıkmaktadır; öncelikle, Cattell’in diğer kuramcılarının aksine tümevarımcı bir yöntem izlediği, deneysel çalışmalar sonucunda elde ettiği verilere dayanarak davranışa ilişkin bilimsel bir modeli oluşturmaya çalıştığı görülmektedir. Cattell, görünen yüzeyin altında çeşitli derinliklerde düzeyleri olduğunu ileri sürdüğü bir kişiliği tanımlamanın çok fazla olası aşaması olduğunu (Cattell, 1950, s.4) ve kişiliği tanımlamanın ayırıcı özelliklerin,

ölçümlenerek elde edilebileceğini ileri sürmekte, elde edilen özelliklerin ne ölçüde kalıtımsal olduğunu ve ne ölçüde çevreyle etkileşim sonucu oluştuğunu belirlemeye çalışmaktadır ve bu nedenlerle oldukça duyarlı ölçme araçlarına gereksinim duyulduğunu ve bu nedenle faktör analizinin gerekliliğini ileri sürmektedir (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.261).

Cattell, faktör analizi çalışmalarında üç farklı veri kaynağına başvurmuş; bireyin her günkü yaşamsal ortamındaki verilerden derlenen veya uzun dönemli kayıtlarından tanımlanan davranışsal verileri (L verisi), anket veya iç gözlemle elde edilen ya da bireyin öz değerlendirmelerinden oluşan veriler (Q verisi) ve bireyin, standart uyaran koşullarında objektif ölçümlere dayalı olarak tanımlanmış değerlendirmelerinden elde edilmiş verileri (T verisi) (Cattell ve Kleine'den aktaranlar Santacreu ve arkadaşları, 2006, s.55, Ryckman, 2012, s.232) olmak üzere toplanan bu üç kategorideki verileri Allport'un ayırıcı özellikler kuramından hareketle yüzeysel ayırıcı özellikler (birbirleriyle ilintili ve kümelenmiş gibi olan ancak aslında bir kaynak ayırıcı özellikce kontrol edilerek bütünsellik oluşturan gözlenebilir davranışlar) ve kaynak ayırıcı özellikler (yüzeysel ayırıcı özellikleri belirleyen ve kişiliğin temel yapısını meydana getiren ana bloklar) ayırımını oluşturmuştur (Hall, Lindzey ve Campbell'dan aktaranlar Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.261). Kaynak özelliklerin kökenlerine göre yapısal özellikler ve çevresel özellikler olarak ikiye ayrıldığı görülmektedir (Cattell'den aktaranlar Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.263).

Yapısal özellikler, bireyin biyolojik ve fizyolojik koşullarıyla belirlenen, genetik geçişliliğe de atıfta bulunan özellikleri iken çevresel özellikler ise sosyal ve fiziksel çevredeki etkileşimler sonucu elde edilen özelliklerdir (Hjelle ve Ziegler'den aktaranlar Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.263). “Kaynak özellikler ifade edilmiş tarzlarına göre de mizaç özellikleri, yetenek özellikleri ve dinamik özellikler olmak üzere üçe ayrılmaktadır” (Hjelle ve Ziegler'den aktaranlar Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.263).

Öte yandan, kaynak özelliklerin stabil kişilik özelliklerini karşıladığına ve 16 kişilik özelliğinin her birinin bir kaynak özelliği karşıladığına atıfta bulunan yayınlar da bulunmaktadır (Walter'den aktaranlar Primi ve arkadaşları, 2014, s.29). Mizaç özellikleri bireyin nasıl davrandığıyla ilgili olan; sakin ya da aceleci olma gibi özellikler, yetenek özellikleri bireyin becerileri ile ilgili olan; zeka, dil veya müzik yeteneği gibi özellikler ve dinamik özellikler ise bireyin davranışının güdülenmesi ve harekete geçmesiyle ilgili içsel dinamikleriyle belirgin olan; hırslı olma, güç eğilimli olma gibi özelliklerdir (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.263).

Cattell, genel ve bireysel özellikler arasında da bir temel ayırım yapmakta, ortak özellikleri aynı kültür üyelerince paylaşılan özellikler olarak betimlerken, bireysel özellikleri ise birkaç kişide ya da çoğunlukla olmak üzere yalnızca bir kişide bulunan özellikler olarak tanımlamaktadır (Yazgan, Yerlikaya, 2008, s.263).

Bu son tanımlamadan hareketle, Cattell'in, kişilik örüntülerini, bireysel değerlendirmeye olanak sağlayabilecek şekilde tekilleştirme amacını gütmekte olduğu ileri sürülebilir. Bu nedenle, 16 PF Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı kişilik örüntülerini ölçümlemede daha çok ayrıntı sunabilen ve birey öznelliği çerçevesinde bir değerlendirme gerçekleştirebilen yapısıyla daha tutarlı ve daha belirgin bilgiler sunabilen bir yapıda değerlendirilebilir.

Listede yer alan 16 faktörün her biri iki kutuplu özellik taşımaktadır ve değerlendirilen bireyin iki kutuptan hangisine daha yakın olduğuna bağlı olarak o kişilik özelliğindeki değerlendirmesinde başat rol oynamaktadır. Bu değerlendirmelerde; başkalarıyla ilişki, stresi yönetme, düşünme tarzı, etkileme ve işbirliği ile düzen ve esneklik başlıklarını taşıyan beş genel kişilik eğilimi (DBE, s. 22) ve grupta olma isteği, problem çözme, amaçlarını gerçekleştirme, baskınlık, spontanlık, kuralları sorgulama, sosyal girişkenlik, mantık veya duyguyu kullanım, başkalarına güven, soyuta odaklılık, kendini ifade etme tercihi, kendini sorgulama, yeniliğe açıklık, karar verme



tarzı, mükemmeliyetçilik ve gerginlik başlıklarını taşıyan 16 kişilik özelliği çerçevesinde (16 PF Kişilik Envanteri, Beşinci Versiyon ve 16 PF Test Künyesi) bir yordama yapılabilen, bu yordama ile bireyin var olan bir durum ya da konuma ilişkin davranış örüntüsü öngörülmeğe çalışılmaktadır.

[http://kurumsal.dbe.com.tr/trTR/Content/Urunlerimiz/Kisilik\\_ve\\_Tutum\\_Envanterleri/16PF\\_Kisilik\\_Envanteri\\_Besinci\\_Versiyon.aspx](http://kurumsal.dbe.com.tr/trTR/Content/Urunlerimiz/Kisilik_ve_Tutum_Envanterleri/16PF_Kisilik_Envanteri_Besinci_Versiyon.aspx)  
<http://www.dbe.com.tr/tr-TR/Content/Default.aspx?SectionID=339>

“16 PF Kişilik Envanteri, 16 Temel Kişilik Özelliğini ve 5 Genel Kişilik eğilimini ölçen, dünyadaki kişilik envanterleri arasında en çok kullanılan ve en güvenilir kişilik envanterlerinden biridir. Normal kişilik özelliklerinin geniş ve güvenilir bir ölçümünü veren 16 PF Kişilik Envanteri, günlük hayatta gösterdiğimiz çeşitli davranışların tahminine ilişkin detaylı bilgiler sağlayan bir ölçüm aracıdır” (DBE Kataloğu, s.22), (16 PF Kişilik Envanteri, Beşinci Versiyon ve 16 PF Test Künyesi)

[http://kurumsal.dbe.com.tr/trTR/Content/Urunlerimiz/Kisilik\\_ve\\_Tutum\\_Envanterleri/16PF\\_Kisilik\\_Envanteri\\_Besinci\\_Versiyon.aspx](http://kurumsal.dbe.com.tr/trTR/Content/Urunlerimiz/Kisilik_ve_Tutum_Envanterleri/16PF_Kisilik_Envanteri_Besinci_Versiyon.aspx)  
<http://www.dbe.com.tr/tr-TR/Content/Default.aspx?SectionID=339>

Envantere, Cattell, ilk 12 faktör için L ve T verilerini kullanmış, son dört faktör için ise Q verilerine başvurmuştur, anılan verilerle elde edilen 16 boyutun iki uçlu bir sürekliliği temsil ettiği ve değerlendirmeler sonucunda ortaya çıkan sonuçların, kişinin iki uçtan hangisine daha yakın olduğunu gösterdiği belirtilmektedir (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.264). Bu değerlendirmenin, bireyin kişilik özelliklerinin depresyonla nasıl bir bağlantı içinde olduğuna dair bir öngörünün gelişmesi için temel oluşturabileceği düşünülmektedir.

Bu öngörünün, depresyonla ilgili parametreler olan; çökkün duygudurum, istek azalması, psikomotor retardasyon veya ajitasyon, enerjisizlik, işlev kaybı, değersizlik ve suçluluk duyguları, konsantrasyon düşüklüğü, kilo ve iştah değişiklikleri, uyku sorunları ve

intihar eğilimi gibi depresyon semptomları ile ilişkilendirilerek sorgulandığında kişilik özelliklerine dair öngörünün somutlaşabileceği ve dolayısıyla hastalık yapıcı etiyolojik altyapının belirlenebileceğine inanılmaktadır. Aşağıda yer alan Tablo 1 incelendiğinde yukarıda sıralanan depresyon semptomları ile faktör adları ve yüksek ya da düşük puan adlandırmaları altında yer alan parametreler arasındaki bağlantının daha iyi görülebileceği düşünülmektedir.



**Tablo 1: Cattell'in 16 Kişilik Faktörü**

<b>Düşük Puan</b>	<b>Harf Sembolü ve Faktör Adı</b>	<b>Yüksek Puan</b>
İlgisiz	A- Grupta Olma İsteği	İstekli
Daha az zeki, Somut Düşünen	B- Problem Çözme Becerisi	Daha zeki, Soyut Düşünebilen
Olumsuzluklardan Etkilenen	C- Amaçlarını Gerçekleştirme	Olumsuzluklara Toleranslı
Alttan Alan	D- Baskınlık	Baskın
Sakıngan	E- Spontanlık	Spontan
Kuralları Sorgulayan	F- Kuralları Sorgulama	Kurallara Bağlı
Çekingen	G- Sosyal Girişkenlik	Girişken, Gözüpek
Nesnel, Geçekçi	H- Mantık veya Duyguyu Kullanım	Öznel, duyarlı
Davranışları İyiyeye Yorumlama	L- Başkalarına Güven	Davranışları Şüpheli Karşılama
Çözüm Yönelimli, Pratik	M- Soyuta Odaklılık	Düşünce Yönelimli
Tavrını Belli Eden	N- Kendini İfade Etme Tercihi	Tavrını Belli Etmeyen
Kendinden Emin	O- Kendini Sorgulama	Kendini Sorgulayan
Olanı Sürdüren	Q1- Yeniliğe Açıklık	Farklı Açılardan Bakabilen
Katılımcı	Q2- Karar Verme Tarzı	Bireysel
Esnek	Q3- Mükemmeliyetçilik	Organize, Özdisiplinli
Rahat, Sabırlı, Dayanımlı	Q4- Gerginlik	Gergin, Engellenmiş

Kaynak: 16 PF Test Künyesi

<http://www.dbe.com.tr/tr-TR/Content/Default.aspx?SectionID=339>

### 2.6.2.3.1. 16 Kişilik Faktörünün Açıklama ve Tanımlamaları

Tablo 1’de yer alan kişilik faktörlerine ilişkin açıklamalar ve faktörlerin yüksek ve düşük puanlamada niteliksel tanımlamaları ülkemiz özneline bu konuda başvuru niteliğinde olan bir yayından derleme yöntemiyle irdelenmeye çalışılacaktır (Coşkun, 1997, s.27-257);

**A Faktörü:** A faktörü insanlara yönelik ilgiyi ölçer. A faktörünün diğer faktörler üzerindeki etkisi, bütün faktörlerinkinden daha fazladır. A faktörünün gösterdiği nitelikler çok erken yaşlarda kazanıldığından dolayı neredeyse yaşam boyu değişmeden kalırlar. A faktöründen yüksek puan alan bireylerin ilgileri iç dünyalarından çok ilişkileri üzerine yoğunlaşmıştır, olaylara polyanna’cı (olumlu) bir tutumla yaklaşırlar, bu bireyler yalnız olmayı istemeyen, işbirliğine yatkın, gruba kolay uyum sağlayan ve duygularını kolayca ortaya koyabilen kimselerdir. A faktöründen düşük puan alan bireyler ise ilgileri ilişkiler yerine iç dünyalarına yönelmiştir. Bu bireylerin duygu ifadeleri yok gibidir, ilişkilerin hep olumsuz yanını görürler.

A (+)	A (-)
İnsanlarla ilgili, sıcak	Soğuk ve uzak
İşbirliğine hazır	Kendi düşüncesinde ısrarlı
Yumuşak huylu, teklifsiz	Kesin ve objektif
Uyumlu	Eleştirici
Güvenir	Güvenmez, kuşkucu
Esnek	Katı
Kolayca güler	Asık suratlı
Birlikte olmayı seçen	Yalnız kalmayı seçen
Paylaşmayı seven	Bireyci
Girişken	Çekingen

**B Faktörü:** Soyut kavramları kullanma ya da bu yolla öğrenme kabiliyetini ölçer. Diğer bütün faktörler huy ya da mizaç diyebileceğimiz şeyleri gösterirken yalnızca bu faktör bir yeti hakkında, zeka hakkında bilgi vermektedir. Cattell'e göre bu yetimizle ilişkileri görürüz, böylece olayları ve varlıkları sınıflandırırız, tipolojiler oluştururuz. Bu nedenle öğrenme hızını ve sınırını (genişliğini ya da darlığını) gösterir.

<b>B (+)</b>	<b>B (-)</b>
Soyut problemleri kavrayabilir	Soyut problemlerle baş edemez
Entelektüel, çabuk öğrenir	Somutla ilgilenir, öğrenmesi
kavramlarla öğrenir	yavaş
Organize olabilir	Organize olmakta güçlük çeker
Sebat eder	Çabuk vazgeçer
Moral düşünceleri tutarlı ve mantıkça sağlam	Moral düşünceleri basit, sorunlu

**C Faktörü:** İhtiyaçlarımızı karşılayan kognitif ve algı faaliyetleri olan Ego'nun ne kadar başarılı çalıştığını, bir başka deyişle gerçekçiliği ölçer. C faktöründen yüksek puan alan bireyler çoğunlukla, cezalandırmak yerine düşündürmeyi amaçlayan aile çevrelerinden, annenin değil babanın egemen olduğu ailelerden gelmektedirler. Sorunlarla karşılaştıklarında, ya bir yetişkinle iyi ilişkiler kurma şansına sahip olmuşlar, ya baş etme yollarını öğrenmek veya yetilerini sonuna kadar kullanmak zorunda bırakılmışlardır. C faktöründen yüksek puan alanlar şu yedi kişilik özelliğine sahip olmaktadır:

- 1) Stoacı tavrına sahiptirler: Çatışmanın, sürtüşmenin, kaybetmenin ve acı çekmenin yaşamın bir parçası olduğunu kabul ederler. Beklenmedik olaylara hazırlıklıdırlar.
- 2) Karşılaştıkları sorunları somut ve konusuna uygun kavramlarla formüle ederler: Sorunun ne olduğunu ve anlamını kavrayıp, çok uygun bir dille anlatabilirler.
- 3) Zamanlamayı iyi becermektedirler: Olayları önceliklerine göre sıralamaktadırlar ve her biri için makul zaman ayırmaktadırlar.

Bu nedenle ne koşuştururlar ne de boş ve sıkıcı zamanları vardır.

- 4) Sorunlarla uğraşma konusunda gecikmezler: Sorunlarla karşılaşmak ve onlarla uğraşmak tatsız bir yaşantıdır. Bu nedenle birçok kimse sorunlarla hesaplaşmayı durmadan geriye bırakırlar. C +’lar bu konuda geç kalmazlar.
- 5) Mükemmelci değillerdir: Ulaşılamayacak amaçları yoktur. Kendilerini değerlendirirken de gerçekleşemez ölçüleri kullanmazlar. Bu nedenle gereksiz yere kendileriyle çatışmaya girmezler. Kusursuzu değil, yaşamın sunduğu eksik seçeneklerden en iyisini seçerler.
- 6) Kendileriyle araları iyidir. Kendilerini seyrek suçlar ve kınarlar.
- 7) Stres yaratan olayları karşılamaya hazırdırlar: Yaşam sırasında, insanların zaman zaman kötü olaylarla karşılaşmalarının kaçınılmaz olduğunu bilirler ve bu tür olaylarla karşılaşmak onları şaşırtmaz.

Öte yandan, C faktöründen düşük puan alan bireylerin egolarının, ihtiyaçlarını karşılayamaması söz konusu olmaktadır. Bu faktörden düşük puan alanlar daha çok annenin egemen olduğu ailelerden gelmektedirler, ayrıca çocukluklarında C faktöründen yüksek puan alanlara kıyasla daha çok olumsuz olay yaşamışlardır. Aşağıdakilerin her birindeki aksama C faktöründen düşük puan almaya yol açmaktadır.

- 1) İhtiyaçlarını farkedememe: Bu kimseler duygularını tanıyamadıklarını, ne istediklerini bilemediklerini söylerler. Bu, ihtiyaçlarını anlatan duygu dilini bilememek demektir.
- 2) Katı, realist tutumları, duyguların inkarı temeli üzerine kurulmuştur ve ihtiyaçlarını tanıyamadıklarından ihtiyaçlarını karşılamayı beceremezler.
- 3) İhtiyaçları karşılayabilmek için, onların farkında olduktan ve uygun yolları bulduktan sonra, bulunan çözümleri zamanında uygulamak gerekmektedir. C faktöründen düşük puan alan bireylerin bir kısmı bunu başaramamaktadırlar.
- 4) Kararlarını uygulamaları sırasında aksadıkları için ihtiyaçlarını karşılayamazlar.

**D Faktörü:** D faktörü, hükmetme eğilimini ölçer. D faktöründen yüksek puan alan bireyler kendilerini farklı ve diğer insanlardan üstün algırlar. Bu nedenle, çevrelerindeki insanların isteklerini, amaçlarını, düşüncelerini önemsemezler. Buna karşın D faktöründen düşük puan alan bireyler kendilerini gerçekleştiremeyen kimselerdir. Duygularını, düşüncelerini, isteklerini, amaçlarını dile getirmezler. İlişkide oldukları insanların isteklerini yerine getirirler. D faktörünün yüksek ya da düşük puanlar alması olumlu nitelikler değildir. Normal D puanı almış kişilerse; kendilerini ifade ederler ve başkalarının da kendilerini ifade etmesine fırsat verirler. Normal D puanları sağlıklı bir tutumu gösterirler. Boyun eğmek ya da egemen olmaya çalışmak bir kişilik özelliğidir. D faktöründen yüksek ve alçak puan alanlar realiteye değil algıladıklarına tepkide bulunur. Algılarımız ise geçmiş tecrübelerimizle oluşmuştur ve birçok durumda realitenin baskısına direnir. D faktöründen yüksek puan alanlar acı yaşantılarının en basit ve doğallarıyla bile baş etmekte zorlanırlar ve çoğunlukla mutsuz ailelerden gelmektedirler, saldırganlık ve hakim tutumları aşağılık duygusunu gizliyor olabilir. D faktöründen düşük puan alanlar, yaşamlarını başkalarının istek ve ihtiyaçlarını karşılamaya adadıklarından doyumsuz kişilerdir, isteklerinin ve ihtiyaçlarının karşılanmaması onlarda intihara yatkınlık yaratır. Nefret duygularıyla baş edemedikleri ve bu duyguları inkar etmekte oldukları düşünülebilir, boyun eğmeleri ve karşısındakilerin hizmetine girmeleri bir kişilik özelliğidir. Durumlara ve kişilere bağlı değildir.

<b>D (+)</b>	<b>D (-)</b>
Kendi isteğine göre hareket edilmesini ister	Başkalarının isteğine göre hareket eder. İtaatkardır, uysaldır, hizmete hazırdır.
Saldırgandır, rekabetten hoşlanır, inatçıdır.	Saygılı ve diplomatiktir. Duygusaldır.
Yönetir, hakim olmak ister.	Gelenekçidir, yaygın düşünceleri tutar.
Açık ve serttir, otoriteye baş kaldırır.	Otorite karşısında kolayca bozular.
Ciddidir.	Alçakgönüllüdür.
Yeniden yanadır, başkaldırmayı sever.	
Dik başlıdır, meydan okur.	
Övünür, hayran olunmak ister.	

**E Faktörü:** E faktörü coşkunun durumunu ölçer. E faktöründe yüksek puanlar kendini göstermeyi, canlılığı, tasasızlığı, değişiklik aramayı içerir. Düşük puanlarsa itaati, tetikte olmayı, kendini silmeyi ifade eder. Bir başka deyişle E faktörü yaşamı ciddiye alış derecesini ölçmektedir. E faktöründen yüksek puan alan bireylerin ya aşırı hoşgörülü ya da yasakların çok az olduğu ailelerden geldikleri düşünülmektedir. E faktöründen düşük puan alanlarsa sert, ciddi, az konuşan, ciddiyetleriyle saygı uyandıran ama renksiz ve anlayışları kıt insanlardır. Bütün bu nitelikleri kazandıran iç yaşantılarına gelince; en temelde cezalandırmaların ve eleştirmelerin yarattığı bir korku vardır. Güçlükleri çok yoğun hissederler, yanlış yapmaktan korkarlar, kayıpları göze alamazlar. Düşünmeleri de yanlış yapmaktan sakınarak ilerler. Çocukluklarında, kimseyle konuşamadıkları sorun ve duyguları olduğunu bildirmişlerdir.

E (+)	E (-)
Konuşkandır	Sessizdir, kendini izler
Neşeli, coşkulu, rahat	Çok dikkatli, tutuk, renksiz
Şansına güvenir, kaygısız	Düşünceli, endişeli, kötümser
Dobra, duygularını ifade eder	İlişki kurmak güç
Aceleci, harekete geçmeye hazır	Yavaş, tedbirli, ciddi
Değişiklikten hoşlanır	Değişiklikten hoşlanmaz

**F Faktörü:** Toplumca kabul edilmiş ideal ve prensiplerin birey tarafından kabul edilip edilmediğini ve bu değerlerle uyuşmayan davranışları olan bireyin bundan ötürü suçluluk duyup duymayacağını ölçer. F faktöründen yüksek puan alan bireyler davranışları üzerinde güçlü bir kontrole sahiptirler ancak davranışlarının sonuçlarıyla ilgili değillerdir. F faktöründen düşük puan alan bireylerin ise, moralce olgunlaşmadıkları ve çocukken benimsemiş oldukları değer dünyalarını sürdürdükleri, ilişkilerinde itaat ve isyan etme duygularının birbirini izlediği, değerlerle ilgili yaşantılarının endişe ile yoğrulmuş olduğu, rahat olmadıkları ve nörotik yaşantılara yatkın oldukları görülmektedir.



F (+)	F (-)
Önemli olan değerlere uymaktır	Her şeyi araç olarak görür
Kararlı, iradelidir	Maymun iştahlıdır
Duyguca disiplinlidir	Kendi duygu ve güdüleriyle ilgilidir
Görev duygusuyla hareket eder	Bağımsızdır
Morale bağlıdır, güvenilir	Güvenilmez
Yardımsever	Donuk, ağır

**G Faktörü:** G faktörünün yüksek puanlar alması tehlikeyi seven ve maceracı bir yapıyı tanımlamakta iken düşük puanlar güvenin öne çıktığı ve ne olacağının belli olduğu durumları tercih eden bir yapıyı tanımlamaktadır. Bu faktör stres gereksiniminin ölçmektedir. Çocukken uzun süre stres yaşamış olanlar yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde stres yaratan bir durumla karşılaştıklarında dengelerinin bozulduğu ve bir daha eski durumlarına kolayca dönemedikleri görülmektedir.

G (+)	G (-)
Maceracı, insanlarla birlikte olmayı seven	Utangaç, ilişki dışında kalan
Karşı cinsle aşırı ilgili	Karşı cinsle karşılaşmaktan çekinen
Neşeli, kolay duygusal ilişkilere girer	Duygusal ilişkide çekingen
Dost, arkadaş	Kolay kırılır
İçinden geldiği gibi davranır	Kontrollü, kurallara uyar
Duygusal olan şeyler ve sanatla ilgili	İlgileri sınırlı, coşkusuz

**H Faktörü:** H faktörü bireyin duygulara ya da objektif düşüncelere göre hareket etmesini, mantık ya da duyguya önem verme düzeyini ölçmektedir. Bu faktörde orta düzeyde puan alanlar, gerçekliğin hem duygu hem de objektif yanlarını kavrayabildiklerinden olayları anlama bakımından daha şanslıdır. H faktöründen yüksek puan alanlar duyarlı, empatileri güçlü, acıma duyguları gelişmiş ve hayalperest bireylerdir. Sıkça yardım isterler ve dikkat çekme eğilimleri vardır. Gereksiz telaşa kapılırlar, kendilerini ve yaşadıklarını anlatmakta güçlük çekerler. Romantiktirler, fantezi ve istekleriyle düşünür ve hareket ederler. Çocukluklarında büyüklerin aşırı ilgili ve koruyucu tavırlarıyla korunmuşlardır. Acı veren duygularından kendilerini koparamazlar ve duygularıyla düşünürler. Duygularla düşünmek çocukluk döneminin bir özelliği olduğundan H faktöründen yüksek puanlar almak duyguca gelişmemişliğin işareti olarak görülebilir.

<b>H (+)</b>	<b>H (-)</b>
Sevgi ve ilgi ihtiyacı	Ciddi, duygusallığa karşı
Sevgi ve yardım ister, güvensiz	Kendine güvenir, sorumluluk alabilir
Müşfik, çevresindekilerle meşgul, nazik	Sinik olma derecesinde katı
Sanatkarca titizliğe sahip, duygulu, rol yapar	Sanata ilgisi az
Konuşma ve iç yaşantılarında hayal gücünün yeri büyük	Hayallerle ilgilenmez

**L Faktörü:** L faktörü, bireylerin kendilerini diğer insanlarla ne kadar aynı gördüğünü ve davranışları iyi ya da kötü niyetle yorumlamayı ölçmektedir. L faktöründen yüksek puan alanlar kendilerinin herkesten farklı olduğunu varsayarlar, kuşkucu ve kıskançtırlar ve projeksiyonlarıyla kendilerini korumaya çalışırlar. Buna karşın L faktöründen düşük puan alanlar davranışları kötü niyetle yorumlamadıkları için çevreleriyle uyum içindedirler. Yüksek puan alanlar, çocukluklarında, yetiştikleri aile içinde ilgi görmemiş kimselerdir. Kendi deyişleriyle “istenmeyen”, “o aileden olmayan” çocuklardır. L faktöründen yüksek puan alanların kıskançlıkları kendilerine saygıyı yeniden kazanmayı amaçlamaktadır. Gaylin (1979) kıskançlığın içinde dört unsur bulunduğunu söyler, bu unsurlar şunlardır:

- 1) Yaşamları için çok gerekli bir şeyin eksikliğini (sevgi, maddi bazı şeylere sahip olamama, ilgisizlik) yaşamak
- 2) Kişinin, kendini, eksikliğinin acısını çektiği şeylere sahip olanlarla karşılaştırması ve bu nedenle acı çekmesi
- 3) Acı veren eksikliğe ve karşılaştırmaya son veremeyen kişinin yaşadığı çaresizlik duygusu, bireyi çöküntü yaşamaya ve nefret etmeye götürür
- 4) Eksikliğini, bunlara sahip olanların tutumuyla açıklar. Onlar kötü niyetli olmasaydı, kendisiyle uğraşmasaydı, olayları kontrol etmeseydi bu durumda olmayacaklarını düşünürler.

L faktöründen yüksek puan alanların kuşkuculukları da kendine saygılarını kazanmak için kullandıkları bir mekanizmadır. Bu faktörden yüksek puan alan bireyler kesintisiz bir dikkatle düşmanlıkla yorumlanacak olayları araştırırlar ve hepsini kanıtlanmış düşmanlık olayları olarak ele alırlar. L faktöründen yüksek puan alanlar kuşkucu olduklarını çoğunlukla kabul etmezler. Kendi gözlerinde onlar, kötülükleri hemen fark eden, sezme gücü yüksek kimselerdir. Kötülükle ilgili kanıt bulma gayretleri, onları gizli anlamlarla ilgilenmeye iter. Söylenmemiş, ifade edilmemiş istekleri görme konusunda usta olduklarını düşünürler. Buna karşın L faktöründen düşük puan alanlar

ise insanlara güvenirlere, hoşgörülüdürler ve gerginlik yaşamazlar. L faktöründen düşük puan alanlar da, tıpkı yüksek puan alanlar gibi, çocukluklarında buldukları aile içinde kabul edilmeyen bireylerden oluşmaktadır. Bu durumda onların iyiliklerinin, bir savunma olduğunu kabul etmek gerekmektedir.

L (+)	L(-)
Kıskanır	Durumu kabul eder
Dogmatiktir	Değişebilir
Kuşkucudur, düşmanlık bekler	Düşmanlık beklemez
Sürtüşmeleri bitirmez	Sürtüşmeleri unutmaya yatkındır
Acımasızdır	Anlayışlıdır, hoş görülüdür
İnsanların yanlışlıklarının sorumluluklarını taşıması gerektiğini savunur	İnsanların yanlışlarını düzeltme konusunda gevşektir
Çabuk kızar	Barışiktır

**M Faktörü:** Bilgi edinme sırasında iki şey yaparız: Algılarız: görürüz, işitiriz, dokunuruz. Beş duyu organının doğrudan verdikleriyle çevremiz hakkında bilgiler ediniriz. Aynı zamanda; algıladıklarımızı düşüncelerimizle, varsayımlarımızla, bilinçli malzemelerimizle ilişkiye geçiririz ve bu yolla, algılarımızı aşan yeni bilgilere ulaşırız. M faktörü, bu iki bilgi edinme yolunu ne ölçüde kullandığımızı göstermektedir. M faktöründen yüksek puan alanlar daha çok olayların anlamıyla, değerlerle, teorilerle, bütünlüklerle, gelecekle, tasarılarıyla ilgilenmektedirler ve içinde buldukları anı, gerçekliği, onun ihtiyaçlarını ihmal edebilmektedirler. M faktöründen yüksek puan alanların intihar oranları yüksektir, mutsuzluğa yatkın kişilerdir ve bu grupta şizofrenlere diğer gruplardakinden daha çok rastlıyoruz, yine bu grup içinde depresyon yaşayanlara daha sık rastlanıyor. M faktöründen düşük puan alanlar ise yaşamakta oldukları zamanla (algılamakta oldukları çevreyle) çok daha fazla ilgilenmektedirler, bu bireylere göre içinde buldukları gerçekliğin ihtiyaçları karşılanmalı, o anın sorunları çözülmeye çalışılmalıdır, bu gruptakiler tutucudurlar,

denenmiş şeyleri, düşünceleri ve yolları seçmeye yatkındırlar. Bu iki bilgilenme yolunu hemen hemen eşit derecede kullananlar 16 PF Kişilik Envanterinde 4-7 arasında puanlar almaktadırlar. Bu grubun dışında kalanlar ise bu iki yoldan birini daha çok baskın biçimde kullanmakta ve diğerini ihmal etmektedirler.

M (+)	M (-)
Yenilikçi, dalgın, pratik değil, hayal gücü fazla	Geleneklere bağlıdırlar, onlar için yaşadıkları anın ihtiyaçlarının karşılanması en önemli şeydir, pratiktirler, mantıklıdırlar
Sanatla, teorilerle, inançlarla ilgilenirler	İçinde buldukları anın getirdikleriyle ilgilenirler
İçlerinde yarattıkları şeylerin büyümesini sürükler	Yaşamlarında şiir yoktur, gerçeklerin dışına çıkmaktan korkarlar
Pratik kanıtlara ve düşünmelere bozulurlar, ayrıntılarla ilgilenmezler, anlamlar ve bütünlüklerle ilgilenirler.	Onlar için gerçekler en önemli şeylerdir, onları pratik önermeler ve gerçekler yönetir
Genel olarak coşkuluadırlar, başladıkları işi yarıda bırakmalarına sık rastlanır	İşlerini ciddiye alırlar, başladıkları işi sürdürüp götürürler
Gerçekçi olmayan tutumları, anlayamadıkları başarısızlıklara ve duygu patlamalarına neden olabilir	Atılımdan kaçınmaları onları tehlikelerden korur ama sıkıntılara açıktırlar
Kendi kendilerini motive ederler	Beklenmedik yeniliklere yaşamlarında yer yoktur
	Onları çevre şartları yönetir

**N Faktörü:** N faktörü maske kullanma sıklığını ya da bir başka deyimle duygu ve düşüncelerin ne sıklıkla gösterildiğini ölçmektedir. Yüksek puan alanlar normalden daha çok, düşük puan alanlar ise normalden daha az olmak üzere kendilerini saklamaktadırlar ve olduklarından farklı göstermektedirler. N faktöründen yüksek puan alanlar toplumsal rollere değer verirler, bunları kusursuz uygulamayı isterler ve böyle yapılması gerektiğine inanırlar. Duygu ve düşüncelerini gizleyen davranışlar, onlara, küçükken öğretilmiştir. Kendilerini olduğu gibi gösterebilirler, insanlar tarafından sevilmeylececeklerini düşünürler. Bu kişiler, çoğunlukla, herkesin kendi için yaşadığı bencil ailelerden gelmektedirler. N faktöründen düşük puan alanlar istatistik verilere göre sağlıklıdırlar. Çoğunlukla ne istediklerini çok iyi bilirler ve isteklerini açıklıkla, direkt olarak dile getirirler. İnsanlara sıcak duygularla yaklaşır. İnsanları severler. İnsanlarla birlikte olmayı isterler. Normal insanlardan daha az kuşkucudurlar.

N (+)	N (-)
Olup bitenlerin farkında, kendini beğendirecek biçimde davranır	Samimi, toplumsal ilişkilerde beceriksiz, karşısındakini tanımakta güçlük çeker
Açık hesaplar yapar	Zihni karışık
Uzak durur, disiplinlidir	Birlikte olmaktan hoşlanır,
Kontrollüdür	yaklaşımı sıcaktır
Zevk konusunda titizdir	Doğaldır, içinden geldiği gibi davranır
Kendisine yönelik güçlü bir iç görüye sahiptir	Basit zevkleri vardır
Başkalarının niyetlerini anlayabilir	İç görü bakımından zayıftır
İhtiraslıdır, güvensizlik yaşıyor olabilir	Motivleri fark edemez
Kuşkucudur, kendisini garantiye almayı yeğler	Sahip olduklarıyla yetinir
	İnsan doğasına güvenir

**O Faktörü:** O faktörü kendine saygıyı ölçmektedir. Bu faktörden yüksek puan alan bireylerin bazıları karşılaştıkları bütün insanların da kendileri gibi değersiz olduğuna inanmaktadırlar. Eleştirileri kaldıramazlar, bu durumlarda kolayca kırılırlar ve çökerler. Arkadaşlarının kendilerine değer vermediklerini, bu nedenle yakınlık duymadıklarını düşünürler, kendileriyle ilgili konularda realist olmayan amaçlara sahiptirler ve bu amaçlar adına kendilerini baskı altında tutarlar. Güçlüklerle karşılaştıklarında endişeye kapılırlar, kendilerine çatar ve suçlarlar. Çocukluklarında anne baba desteği görmemiş, özellikle anne tarafından aşırı cezalandırılmış çocuklar olma olasılıkları fazladır.

O faktörü klinik çalışmalar bakımından en önemli faktörlerden biridir. Suçluluk duygusu, pişmanlıkla kaynaşmış bir endişe yaşantısı gibi, birçok klinik sendromla karşılaşılmaktadır. Eleştiri korkusu, eleştirilere ve cezalara aşırı tepki, kendine güven duymama en çok uğraşılan sorunlar arasındadır. Normalden sapmalar büyük bir çoğunlukla, çöküntü yaşayan biriyle karşılaşıldığını belirtir.

O faktöründen düşük puan alan bireyler ise güçlü savunma mekanizmaları olan kimselerdir. Cattell, bu kişilerin kendisine saygıyı sürdürüebilmek için realiteyi bozarak algılayan kimseler olabileceklerini düşünüyor. Endişe duyulan alanlardan kaçma ya da kendini çok güçlü bulduğu alanda büyük gayret gösterme gibi durumlara rastlanabilir.

O (+)	O (-)
Kendine saygısını yitirmiş	Kendine saygılı
Endişelidir, şikayetçidir	Kendine güven duyar
Çöküntüye yatkındır, kolayca ağlar	Neşelidir, normal durumuna (sarsıntılardan sonra) kolay döner
Rahat değildir	Sakindir
Pişmanlık sık yaşadığı duygudur	

Çevresindekilerin beğenisinin etkisi altında kalır, yoğun baskı yaşar	Pişmanlık duymaz
Vicdanlıdır, telaşlı ve titizdir	Çevresindekilerin beğenisi onu etkilemez, gerekeni yapar
Yetersizlik yaşar, yaptıkları konusunda endişe duyar	Titiz değildir
Fobik semptomları olabilir, çekingendir	Kaba denebilecek biçimde rahat ve kendine güvenlidir
Yalnızdır, uzun ve derin düşünür	Korkusuzdurlar
Kuşkucudur	Pratiktir
Zaman zaman yorgunluk ve bezginlik yaşar	Kolayca kabul edebilir
	Canlıdır, dayanıklıdır

**Q 1 Faktörü:** Q 1 faktörü değişmeyle ilgili psikolojik yönelişi göstermektedir. Bu faktörden yüksek puan alanlar değişime açık ve yeniliği arayan kişilerdir. Düşük puan alanlar ise tutucu ve değişime direnen bireylerdir. Bu bireyler yeniliğin getireceği gerginliği göze alamadıkları için alışılmış olanı yapmaya devam ederler, yaşam deneyimlerini önemsemezler. Çocukluklarında yaşadıkları sıkı aile bağları ve yetişkinlikten sonra da aile içinde kalmak düşük puan almada etkili görünmektedir. Birçok durumda, değişiklik yapmanın bir kurtuluş olduğu zamanlarda bile, kötü şartlar içinde kalmayı sürdürürler.

Q1 (+)	Q1 (-)
Yenilikçidirler, deneycidirler	Tutucudurlar
Analitik ve özgür düşüncelidirler	Geleneğin getirdiği düşünceleri olduğu gibi kabul ederler
Gelenek ve alışkanlığın neden olduğu sıkıntılara hassastırlar, katlanamazlar, kızgındırlar	Geleneğin ve alışkanlığın neden olduğu sıkıntılara hoşgörülüdürler



**Q 2 Faktörü:** Bu faktör bir insanın birine ya da bir gruba bağımlılık derecesini, bir başka deyişle kendine yeterliliği ölçer. Bu faktörden düşük puan alanlar yalnız kalmaktan korkan ve bu yüzden içinde yer aldığı gruba bağımlı olan kişilerdir. İçinde buldukları toplum tarafından beğenilmeye ve olumlanmaya büyük önem verirler. Kişisel çözüm üretmek gereken durumlarda zorlanabilirler. Çocukluklarında aşırı ilgi ve korumanın yanı sıra ihtiyaçlarının karşılanmamasının bağımlılığa yol açtığı düşünülmektedir.

Q2 (+)	Q2 (-)
Bağımsızdır, kendisine yeter	Gruba dayanır, bağımlıdır
Grubun kendisiyle ilgili görüşünden etkilenmez	Grubun kendisiyle ilgili görüşü kendisini çok etkiler
Grubun beğenisi onu etkilemez	Grubun beğenisine muhtaçtır
Dışadönüktürler	İçedönüktürler

**Q 3 Faktörü:** Bu faktör bireyin kendi üzerindeki kontrolünü ve ben imajının varlığını ölçer. Bu faktörden yüksek puan alanlar kendi ideallerini gerçekleştirmiş olmaktan gururludurlar. Bütün yaşamları kendilerini değerlendirme temeli üzerinde ilerlemektedir. Kusursuzluğu amaçlayan kişilerdir. Çocukluklarında ya yetiştirmede utandırmayı araç olarak kullanan ailelerden ya da utanılacak yaşantıları olanlardan gelmektedirler. Buna karşın, bu faktörden düşük puan alanlar ise diğer insanların kendilerini nasıl gördükleriyle ilgilenmeyen, genellikle hoşlarına giden şeyleri yapan ancak çok değişken bireylerdir. Çocukluklarında çok alay edilen, sıklıkla küçük düşürülen ya da kendisine çok karışılan veya çevrelerinde kendilerine model olabilecek birini bulamayan bireylerdir. Endişe yaşamaya yatkındırlar ve intihar eğilimi yüksek olan bir gruptur.

Q3 (+)	Q3 (-)
Ben imajına bağılı olmaktan doğan kontrole sahiptirler	Ben imajının olmayışından self-disiplini yok, kontrolsüz
Yapılması gerekeni yapmak zorundadırlar, iradelidirler	Rahat, kaygısız
Kendi imajına sahip, imajının gerektirdiği gibi davranır, itilerini kontrol eder	Kendi itilerine uyar, o doğrultuda hareket eder
Toplumun kurallarına önem verir ve uyar	Topluluğun kurallarına ilgisizdir
Dikkatli, özenli ve sabırlıdır	Tezcanlıdır

**Q 4 Faktörü:** Q 4 faktörü sinirliliği, gerginliği ölçer. Bu faktörden yüksek puan alanlar gergin, sinirli, dengesi bozulmaya hazır kimselerdir, sabırsızdırlar ve duygularını zor kontrol edebilirler. Kendilerine duydukları saygıyı yitirmekten, belli olaylarla karşılaşmaktan kaçındıkları için gergin olabilirler. Oldukça yoğun endişe yaşarlar. Çocukluklarında cinsel tecavüze uğramış olanlarla, duygusal ve fiziksel olarak incitilmiş olanlar bu faktörden yüksek puanlar almaktadırlar. Q 4 faktöründen düşük puan alanlar ise rahat, sakin, huzurlu kimselerdir.

Q4 (+)	Q4 (-)
Otonom sinir sistemi hep uyarılmış durumdadır	Otonom sinir sistemleri normalden daha az uyarılmıştır
Kasılmış, gergin ve kolay heyecanlanan bireylerdir	Rahat ve sakinlerdir
Çabucak sürtüşmeler içine girerler, ters davranırlar ve çabuk kızarlar, duyguları tarafından sürüklenirler	Sürtüşmesiz yaşarlar, hoşgörülü ve kontrollüdürler
Huzursuzdurlar	Doyumsuz değillerdir ve dingindirler
Yorgundurlar ama hareket etmekten kendilerini alamazlar	

Yukarıda gösterildiği üzere, 16 kişilik faktörü ve bunların bileşenleri aracılığıyla, kişilik özelliklerinin oldukça detaylı ve tekrarlanabilir olarak tanımlanabilmesi olasıdır (Coşkuner, 1997, s.22, 24), bu durumun, kişilik özellikleri ile başka bir değişkenin karşılaştırılabilmesi için de güvenli bir temel yapı sunabileceği düşünülmektedir.

Buradan hareketle, depresyonda bulunan bireylerin kişilik özelliklerinden dolayı depresyona yakalanıp yakalanmadığını ve eğer depresyonla kişilik örüntüsü arasında bir bağlantı varsa bu bağlantının tedavide belirleyici yeni yapılanmaların oluşmasına altyapı hazırlayabileceği değerlendirilmektedir.

Depresif duygu durum ve kişilik özellikleri arasındaki böylesi doğrudan bir bağlantının tanısal değerlendirme ve tedavi süreci ile tedavi bakış açılarından yeni yaklaşımları da beraberinde getireceği savı ileri sürülebilir görülmektedir.

## BÖLÜM III

### Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, evreni ve örnekleme, veri toplama araçları ve verilerin analizinde yararlanılan istatistiksel analizler yer almaktadır.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma ilişkisel tarama modelinde tanımlanmış bir araştırmadır. Majör depresyon tanısı almış bireylerin Beck Depresyon Envanteri Puanları ile 16 PF Kişilik Envanterinde yer alan kişilik faktörleri arasında istatistiksel olarak önemli düzeyde ilişki olup olmadığı ve kişilik faktörlerinin birlikte ve bağımsız olarak Beck Depresyon Envanteri Puanlarını etkileyip etkilemediğini belirlemek amacıyla araştırmaya ilişkin veriler toplanmış, bireylerin kişilik özelliklerinin majör depresyonla bağlantısını saptamak amaçlanmıştır.

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Araştırma evreni İstanbul'da yaşayan 18 yaş üstünde ve 65 yaş altında bulunan bireylerdir. Örneklem olarak, Bağcılar Araştırma ve Eğitim Hastanesi Psikiyatri Kliniği'ne ayaktan başvurarak depresyon tanısı almış ve çalışmaya yönlendirilmiş olan bireylerden 114 kişi ve Davranış Bilimleri Enstitüsü'ne başvuruda bulunmuş ve depresyon tanısı almamış 60 kişi başvuruculardan iki kişi atlanarak üçüncü kişiye uygulanma yöntemiyle rastgele seçilmiştir.

Araştırma kapsamında, Bağcılar Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde majör depresyon tanısı almış hastalar üzerinde ve Davranış Bilimleri Enstitüsünde majör depresyon tanısı almamış popülasyon üzerinde yapılacak olan çalışmalar için gerekli izinler alınmıştır.

Araştırma kapsamındaki katılımcılardan “Araştırma İçin Bilgilendirilmiş Onam Formu” ile katılım onamları alınmış, Form’un bir örneği ekler bölümünde sunulmuştur.

Araştırma örneklemini için bazı sınırlamalar getirilmiştir, buna göre; ayaktan başvuruda bulunmuş olma, 18-65 yaş arasında bulunma, okur-yazar olma, antidepresan tedavisi görmeme, psikotik bozukluk veya bipolar bozukluk tanısı almamış olma, majör depresyon tanısı almış bulunan katılımcılar için başka bir bedensel sağlık sorunu bulunmama, depresyon tanısı almamış katılımcılar için başka bir zihinsel ve bedensel sağlık sorunu bulunmama ve örneklemin tamamı için gönüllü katılım sağlama koşulları getirilmiştir. DBE’ye ruh sağlığı şikayetiyle başvurmayan ve aile ya da okul sorunları gibi şikayetlerle başvuranlardan 18-65 yaş arasında bulunma ve okur-yazar olma koşullarını sağlayanlardan SA-45 (Symptom Assessment-45 Questionnaire-Semptom Değerlendirme Ölçeği) değerlendirmesi ile ruh sağlığına ilişkin sıkıntı saptanamayan katılımcılara, SA-45 değerlendirmesi sonrasında Klinik Psikoloji Uzmanı görüşü ile ruh sağlığı problemi olmadığı belirlenen adaylardan başvuruçuların iki tanesi atlanmak koşuluyla üçüncüsüne Beck Depresyon Envanteri uygulanmış, Beck Depresyon Envanteri’ne göre 16 ve altında puan alanlara 16 PF uygulaması yapılmıştır.

Kaç birimlik örneklemin yeterli olacağıının öngörülebilmesi amacıyla Beck Depresyon Envanteri Puanı (BDE Puanı) tahmini göz önünde bulundurularak örneklem hacmine karar verilmeye çalışılmıştır (Çıngı, 2006, s.59-63). BDE Puanının tahmininde maksimum 2 birimlik sapmanın kabul edilebileceği düşünülerek, hoşgörü miktarı ( $d=2$ ) olarak belirlenmiş, dolayısıyla kabul edilebilecek maksimum varyans için 0,05 anlam seviyesinde (t tablo değeri yaklaşık 2 kabul edildiğinde);

$$V = d^2 / t^2 = 2^2 / 2^2 = 1$$

(Çıngı, 2006, s.61)

olarak hesaplanabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Varyansın 0,05 anlamlılık düzeyinde üzerine çıkılmayacak şekilde örneklem birim sayısı hesaplamak için aşağıdaki işlem yapılarak örneklem sayısı;

$$n_0 = s^2 / V = 9^2 / 1 = 81$$

(Çıngı, 2006, s.61)

şeklinde hesaplanmıştır. Burada  $s^2$  olarak pilot bir çalışmadan elde edilen varyans değeri yaklaşık olarak kullanılmıştır. Bu durumda örneklem birim sayısı minimum 81 olarak alındığında BDE Puanının tahmini 0,05 anlam düzeyinde maksimum 2 birimlik sapma ile gerçekleştirilebileceği düşünülmüştür. Araştırmada bu sayının üzerine çıkılarak toplam 174 kişilik örnekleme çalışılmıştır.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada SA-45 Semptom Değerlendirme Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri ve 16 PF Kişilik Faktörü Envanteri (Beşinci Versiyon) kullanılmıştır. Her üç ölçek de öz bildirim yöntemiyle bilgi toplamayı amaçlayan ölçeklerdir.

#### **3.3.1. Beck Depresyon Envanteri**

“Beck Depresyon Envanteri (BDE), Beck ve arkadaşları tarafından adolesan ve erişkinlerde depresyonun davranışsal bulgularını ölçmek amacıyla 1961 yılında geliştirilmiştir” (Kılınç ve Torun, 2011, s. 43), 1978 formu Türkçeye Şahin (Hisli) tarafından uyarlanmış olan (Savaşır ve Şahin, 1997, s. 3) ve katılımcıda depresyonun şiddetini ölçmek, tedavi ile olan değişimleri izleyebilmek ve hastalığı tanımlayabilmek amacıyla tasarlanmış olan (Kılınç ve Torun, 2011, s.43-44) bir öz bildirim ölçeğidir. Beck depresyon envanteri, depresyonda görülen vegetatif, duygusal, bilişsel ve

motivasyonel alanlarda ortaya çıkan belirtileri ölçmeye yarayan, 21 maddeden oluşmuş bir kendini değerlendirme ölçeğidir” (Hisli, 1988, s.119). “Duygudurum, kötümserlik, başarısızlık duygusu, doyumsuzluk, suçluluk duygusu, cezalandırılma duygusu, kendinden nefret etme, kendini suçlama, kendini cezalandırma arzusu, ağlama nöbetleri, sinirlilik, sosyal içedönüklük, kararsızlık, bedensel imge, çalışabilirliğin ketlenmesi, uyku bozuklukları, yorgunluk-bitkinlik, iştahın azalması, kilo kaybı, somatik yakınmalar, cinsel dürtü kaybı olmak üzere 21 belirti kategorisi içermektedir” (Erarslan, 2014, s.41), envanterin puanlaması her madde için 0 ile 3 puan arasında olmak üzere en yüksek 63 puan olarak tanımlanmakta, geçerlik ve güvenilirlik makalelerinde 17 puanın klinik depresyonu belirlemek için uygun bir kesme noktası olarak önerildiği aktarılmaktadır (Metcalf, Harrell, Schwab ve Nielsen’den aktaran Hisli, 1988, s.121).

Araştırmada, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları iki ayrı çalışmayla yapılmış olan (Hisli, 1988, s.121 ve Hisli 1989, s.12, Şahin ve arkadaşları, 2002, s.127,128) Beck Depresyon Envanteri’nin, ülkemizde klinik alanda kullanılan ölçek ve envanterlerin yer aldığı başvuru niteliğindeki iki ayrı yayında bulunan aynı örneği kullanılmıştır (Savaşır ve Şahin, 1997, s.36-38), (Aydemir ve Köroğlu, 2009, s.149-151). Katılımcıların yaşları ve eğitim durumlarına ilişkin tanımlayıcı bilgiler, Beck Depresyon Envanteri üzerindeki başlangıç bölümünde yer alan yaşa ve eğitim durumuna ilişkin bilgiler katılımcıların doğrudan bildirimleriyle elde edilmiştir.

### **3.3.2. 16 PF Faktör Analizi**

Raymond Cattell tarafından 1949 yılında geliştirilmiş olan (Russel ve Karol, 1994, s.3) ve 1973 yılında yine Cattell tarafından kaynak özelliklerin ölçümü için yeniden değerlendirilen 16 Faktörlü Kişilik Envanteri (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.264), 1979 yılında Cattell’in gerçekleştirdiği yoğun faktör analizi çalışmaları sonrasında 16 ayırıcı özellik saptamasıyla sonuçlanmış olup, Cattell’in, geliştirmiş olduğu kişilik ölçüm ölçeğinde de bu kaynak özelliklerin

asıl belirleyiciler olduğunu belirttiği aktarılmaktadır (Hall, Lindzey ve Campbell'den aktaranlar Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.263), söz edilen bu kaynak özellikleri ölçmek üzere Cattell tarafından geliştirilmiş olan 16 PF Kişilik Envanteri (Yazgan ve Yerlikaya, 2008, s.264), 16 kişilik özelliğini belirleyen bir ölçektir, güvenirlik (Cattel, Eber ve Tatsouka'dan aktaran Konuk, 1996, s.25), (Russel ve Karol, 1994, s.69-90) ve geçerlik çalışmalarının (Campbell ve Chun, Conn ve Rieke, Cattell, ile Cattel, Eber ve Tatsouka'dan aktaran Konuk, 1996, s.26-28), (Russel ve Karol, 1994, s.90-102) yapılmış olduğu belirtilmektedir. Dilimize çevirisi ile standardizasyonu ve adaptasyonu ilk olarak 1996 yılında yapılmış (Konuk, 1996, s. 34,85-96) olup, yine aynı çalışmada ölçeğin Türkçe versiyonunun güvenirlik (Konuk, 1996, s.35-45) ve geçerlik (Konuk, 1996, s.47-50) çalışmalarının gerçekleştirildiği belirtilmektedir.

Bireylerin insana ilgi düzeyleri, soyut düşünme kapasiteleri, strese dayanıklılıkları, başkalarını kontrol altında tutma, değişiklik arama ve kendini yansıtmaya istekleri, kurallara bağlılık düzeyleri ve otoriteye karşı tavırları gibi birçok kişilik özelliği hakkında bilgi vermekte olan 16 PF Envanterinin sürekli olarak yenilenmesiyle oluşturulan ve halen ülkemizde kullanılmakta olan 1993 yılında oluşturulan 5. Versiyonunun Türkçe standardizasyonunun psikometrik analizleri ve norm çalışmaları ile geçerlik ve güvenirlik analizleri DBE tarafından 2.230 kişilik bir örnekleme gerçekleştirilmiştir. (DBE KurumsalWeb Sayfası,16 PF Test Künyesi)

(<http://www.dbe.com.tr/tr-TR/Content/Default.aspx?SectionID=339>)

### **3.3.3. SA-45 Semptom Değerlendirme Ölçeği**

SA-45 Semptom Değerlendirme Ölçeği 9 ana başlıkta psikiyatrik belirtileri tanımlamayı amaçlayan bir öz bildirim ölçeğidir. Bu alanlar kaygı, depresyon, kişilerarası duyarlılık, düşmanlık, obsesif-kompulsif yapı, psikotizm, paranoid düşünce, somatizasyon, fobik kaygı olarak sıralanabilir. Ölçeğin Türkçe için geçerlik güvenirlik ve norm



çalışmasını içeren standardizasyon çalışması toplamda 3.101 kişilik bir örneklem üzerinden DBE tarafından yapılmıştır. (DBE Kurumsal Web sayfası, SA-45 Tanıtım Yazısı, Psychological Assessments Australia Kurumsal Web sayfası, SA-45 Tanıtım Yazısı)

([http://dbe.com.tr/Assets/Documents/yetiskin\\_sunumlar/SA\\_45\\_EFPA\\_kongre.pdf](http://dbe.com.tr/Assets/Documents/yetiskin_sunumlar/SA_45_EFPA_kongre.pdf))

([http://www.psychassessments.com.au/products/95/prod95\\_report1.pdf](http://www.psychassessments.com.au/products/95/prod95_report1.pdf))

### **3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi**

#### **3.4.1 Verilerin Toplanması**

Araştırma kapsamında; Bağcılar Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği'nde ve Davranış Bilimleri Enstitüsü'nde 5 Ocak- 9 Nisan 2015 tarihleri arasında yukarıdaki satırlarda açıklandığı yöntemle rastgele olarak veri toplama çalışması gerçekleştirilmiştir. Poliklinikte toplamda 167 ve Enstitü'de ise toplamda 95 katılımcıya Beck Depresyon Envanteri ayrıca DBE'de 60 katılımcıya SA-45 Semptom Değerlendirme Ölçeği uygulatılmış, katılımcılardan 88 tanesinin çalışmaya katılmaktan vazgeçmelerinden dolayı Bağcılar Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde 114 kişiyle, Davranış Bilimleri Enstitüsü'nde ise 60 kişiyle olmak üzere toplamda 174 kişilik bir örneklem grubuyla 16 PF faktör Analizi çalışılmıştır.

#### **3.4.2. Verilerin Analizi**

Bu araştırmanın bağımsız değişkenleri 16 PF Kişilik Envanteri'nin; Grupta Olma İsteği, Problem Çözme, Amaçlarını Gerçekleştirme, Baskınlık, Spontanlık, Kuralları Sorgulama, Sosyal Girişkenlik, Mantık veya Duyguyu Kullanım, Başkalarına Güven, Soyuta Odaklılık, Kendini İfade Etme Tercihi, Kendini Sorgulama, Yeniliğe Açıklık, Karar Verme Tarzı, Mükemmeliyetçilik, Gerginlik kişilik faktörleri, bağımlı değişkeni ise Beck Depresyon Envanteri

Puanıdır. Çalışmadan elde edilen sonuçlar bir tabloya dökülerek veriler işlem görmeye hazır hale getirilmiş, istatistik analizlerinin yapısı üzerinde yapılan değerlendirmeler sonucunda normal dağılıma uyan değişkenler üzerinde parametrik testlerin ve normal dağılıma uymayan değişkenler üzerinde de parametrik olmayan testlerin yapılmasına karar verilmiş, verilerin analizleri SPSS 21 paket programıyla gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda yapılan istatistik çalışmalarına ilişkin değerlendirmeler aşağıda sunulmuştur.



## BÖLÜM IV

### Bulgular

Bu çalışmaya katılan toplam 174 kişilik örneklemin sosyodemografik özelliklere göre dağılımı şöyledir: Araştırmaya katılan 120 kadın ve 54 erkekten 44 tanesi ilkokul mezunu, 17 tanesi ortaokul mezunu, 58 tanesi lise mezunu, 44 tanesi üniversite mezunu ve 11 tanesi yüksek lisans-doktora mezunudur. Katılımcıların yaşa göre dağılımları ise şöyledir; 18-25 yaş aralığında 53 kişi, 26-35 yaş aralığında 66 kişi, 36-45 yaş aralığında 37 kişi, 46-55 yaş aralığında 14 kişi ve 56 yaş ve üstü 4 kişi. Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı bulgular aşağıda Tablo 2 adıyla yer alan Araştırma Örneklemine İlişkin Tanımlayıcı Bulgular tablosunda sunulmuştur.

**Tablo 2: Araştırma Örneklemine İlişkin Tanımlayıcı Bulgular**

	n=174	%
<b>Cinsiyet</b>		
<b>Kadın</b>	120	% 68,9
<b>Erkek</b>	54	% 31
<b>Eğitim</b>		
<b>İlkokul</b>	44	% 25,2
<b>Ortaokul</b>	17	% 9,7
<b>Lise</b>	58	% 33,3
<b>Üniversite</b>	44	% 25,2
<b>Y.Lisans-Doktora</b>	11	% 6,3
<b>Yaş Aralıkları</b>		
<b>18-25</b>	53	% 30,4
<b>26-35</b>	66	% 37,9
<b>36-45</b>	37	% 21,2
<b>46-55</b>	14	% 8
<b>56 ve üstü</b>	4	% 2,2

Tüm değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistikler; depresyonu olanlar, depresyonu olmayanlar ve tüm katılımcılar açısından 3, 4 ve 5 numaralı tablolardan izlenebilir.

**Tablo 3: Depresyon Tanısı Bulunan Katılımcılar İçin Tanımlayıcı İstatistikler**

İNCELENEN DEĞİŞKENLER	Depresyon Tanısı alanlar (n=114)				
	Ortalama	Standart Sapma	Minimum	Maksimum	Ortalamanın Standart Hatası
Grupta Olma İsteği	4,13	1,577	1	8	,148
Problem Çözme Becerisi	3,51	1,647	1	8	,154
Amaçlarını Gerçekleştirme	1,86	1,233	1	5	,115
Baskınlık	3,75	2,279	1	9	,213
Spontanlık	3,74	1,494	1	6	,140
Kuralları Sorgulama	4,56	1,357	1	9	,127
Sosyal Girişkenlik	2,92	1,854	1	9	,174
Mantık/Duygu Kullanımı	5,69	1,915	1	10	,179
Başkalarına Güven	7,53	1,746	4	10	,164
Soyuta Odaklılık	8,25	1,450	5	10	,136
Kendini İfade Tercihi	6,81	1,867	2	10	,175
Kendini Sorgulama	8,52	1,465	4	10	,137
Yeniliğe Açıklık	4,20	2,187	1	10	,205
Karar Verme Tarzı	7,15	1,816	4	10	,170
Mükemmelliyetçilik	3,61	1,889	1	9	,177
Gerginlik	8,40	1,468	2	10	,137
BDE Puanı	26,46	8,634	17	53	,809

Tablo incelendiğinde ortalama ve standart sapmaların; Grupta Olma İsteği değişkeni için  $4,13 \pm 1,577$ , Problem Çözme Becerisi değişkeni için  $3,51 \pm 1,647$ ; Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni için  $1,86 \pm 1,233$ , Baskınlık değişkeni için  $3,75 \pm 2,279$ , Spontanlık değişkeni için  $3,74 \pm 1,494$ , Kuralları Sorgulama değişkeni için  $4,56 \pm 1,357$ , Sosyal Girişkenlik değişkeni için  $2,92 \pm 1,854$ , Mantık veya Duygu Kullanma değişkeni için  $5,69 \pm 1,915$ , Başkalarına Güven değişkeni için  $7,53 \pm 1,746$ , Soyuta Odaklılık değişkeni için  $8,25 \pm 1,450$ , Kendini İfade

Etme Tercihi değişkeni için  $6,81 \pm 1,867$ , Kendini Sorgulama değişkeni için  $8,52 \pm 1,465$ , Yeniliğe Açıklık değişkeni için  $4,20 \pm 2,187$ , Karar Verme Tarzı değişkeni için  $7,15 \pm 1,816$ , Mükemmeliyetçilik değişkeni için  $3,61 \pm 1,889$ , Gerginlik değişkeni için  $8,40 \pm 1,468$ , BDE Puanı için  $26,46 \pm 8,634$  olduğu görülmüştür.

**Tablo 4: Depresyon Tanısı Bulunmayan Katılımcılar İçin Tanımlayıcı İstatistikler**

İNCELENEN DEĞİŞKENLER	Depresyon Tanısı Almayanlar (n=60)				
	Ortalama	Standart Sapma	Minimum	Maksimum	Ortalamanın Standart Hatası
Grupta Olma İsteği	4,38	2,315	1	10	,299
Problem Çözme Becerisi	5,15	1,802	1	9	,233
Amaçlarını Gerçekleştirme	4,23	2,547	1	9	,329
Baskınlık	3,97	2,033	1	9	,263
Spontanlık	4,52	1,961	1	9	,253
Kuralları Sorgulama	4,77	1,500	1	9	,194
Sosyal Girişkenlik	4,17	2,241	1	9	,289
Mantık/Duygu Kullanımı	5,27	2,074	1	9	,268
Başkalarına Güven	7,15	1,981	3	10	,256
Soyuta Odaklılık	6,88	2,337	1	10	,302
Kendini İfade Tercihi	6,90	1,801	2	10	,233
Kendini Sorgulama	6,80	1,929	1	10	,249
Yeniliğe Açıklık	4,93	1,894	1	10	,245
Karar Verme Tarzı	8,04	1,929	2	10	,249
Mükemmeliyetçilik	4,78	2,001	1	9	,258
Gerginlik	7,20	1,839	2	10	,237
BDE Puanı	9,18	4,284	1	16	,553

Tablo incelendiğinde ortalama ve standart sapmaların; Grupta Olma İsteği değişkeni için  $4,38 \pm 2,315$ , Problem Çözme Becerisi değişkeni için  $5,15 \pm 1,802$ , Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni için  $4,23 \pm 2,547$ , Baskınlık değişkeni için  $3,97 \pm 2,033$ , Spontanlık değişkeni için  $4,52 \pm 1,961$ , Kuralları Sorgulama değişkeni için  $4,77 \pm 1,500$ , Sosyal Girişkenlik değişkeni için  $4,17 \pm 2,241$ , Mantık veya Duygu Kullanma değişkeni için  $5,27 \pm 2,074$ , Başkalarına Güven değişkeni için

7,15±1,981 Soyuta Odaklılık değişkeni için 6,88±2,337, Kendini İfade Etme Tercihi değişkeni için 6,90±1,801, Kendini Sorgulama değişkeni için 6,80±1,929, Yeniliğe Açıklık değişkeni için 4,93±1,894, Karar Verme Tarzı değişkeni için 8,04±1,929, Mükemmeliyetçilik değişkeni için 4,78±2,001, Gerginlik değişkeni için 7,20±1,839, BDE Puanı için 9,18±4,284 olduğu görülmüştür.

**Tablo 5: Tüm Katılımcılar İçin Tanımlayıcı İstatistikler**

İNCELENEN DEĞİŞKENLER	Tüm Katılımcılar (n=174)				
	Ortalama	Standart Sapma	Minimum	Maksimum	Ortalamanın Standart Hatası
Grupta Olma İsteği	4,22	1,862	1	10	,141
Problem Çözme Becerisi	4,07	1,869	1	9	,142
Amaçlarını Gerçekleştirme	2,68	2,118	1	9	,161
Baskınlık	3,83	2,194	1	9	,166
Spontanlık	4,01	1,705	1	9	,129
Kuralları Sorgulama	4,63	1,407	1	9	,107
Sosyal Girişkenlik	3,35	2,076	1	9	,157
Mantık/Duygu Kullanımı	5,55	1,975	1	10	,150
Başkalarına Güven	7,40	1,834	3	10	,139
Soyuta Odaklılık	7,78	1,914	1	10	,145
Kendini İfade Tercihi	6,84	1,840	2	10	,139
Kendini Sorgulama	7,93	1,828	1	10	,139
Yeniliğe Açıklık	4,45	2,114	1	10	,160
Karar Verme Tarzı	7,74	1,899	2	10	,144
Mükemmeliyetçilik	4,02	2,001	1	9	,152
Gerginlik	7,99	1,700	2	10	,129
BDE Puanı	20,50	11,079	1	53	,840

Tablo incelendiğinde ortalama ve standart sapmaların; Grupta Olma İsteği değişkeni için 4,22±1,862, Problem Çözme Becerisi değişkeni için 4,07±1,869, Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni için 2,68±2,118, Baskınlık değişkeni 3,83±2,194, Spontanlık değişkeni için 4,01±1,705 Kuralları Sorgulama değişkeni için 4,63±1,407, Sosyal Girişkenlik değişkeni için 3,35±2,076, Mantık veya Duyguyu Kullanma değişkeni için 5,55±1,975, Başkalarına Güven değişkeni için

7,40±1,834, Soyuta Odaklılık değişkeni için 7,78±1,914, Kendini İfade Etme Tercihi değişkeni için 6,84±1,840, Kendini Sorgulama değişkeni için 7,93±1,828, Yeniliğe Açıklık değişkeni için 4,45±2,114, Karar Verme Tarzı değişkeni için 7,74±1,899, Mükemmeliyetçilik değişkeni için 4,02±2,001, Gerginlik değişkeni için 7,99±1,700, BDE Puanı için 20,50±11,079 olduğu görülmüştür.

Tüm değişkenlerin normal dağılıma uyup uymadığına karar vermek için Tek Örneklem Kolmogorov-Smirnov Testi uygulanmış olup, sonuçlar aşağıda yer alan Tablo 6’da sunulmuştur:

**Tablo 6: Tüm Değişkenlerin Normal Dağılıma Uygunlukları**

Değişkenler			Kolmogorov-Smirnov Z Değeri	P Değeri
	Ortalama	Standart Sapma		
<b>BDE Puanı</b>	20,50	11,079	0,95	0,327
<b>Grupta Olma Tercihi</b>	4,22	1,862	1,53	0,019*
<b>Problem Çözme Becerisi</b>	4,07	1,869	1,88	0,002**
<b>Amaçlarını Gerçekleştirme</b>	2,68	2,118	3,17	0,000**
<b>Baskınlık</b>	3,83	2,194	1,88	0,002**
<b>Spontanlık</b>	4,01	1,705	2,30	0,000**
<b>Kuralları Sorgulama</b>	4,63	1,407	2,58	0,000**
<b>Sosyal Girişkenlik</b>	3,35	2,076	2,63	0,000**
<b>Mantık/Duyguyu Kullanım</b>	5,55	1,975	1,66	0,008**
<b>Başkalarına Güven</b>	7,40	1,834	1,85	0,002**
<b>Soyuta Odaklılık</b>	7,78	1,914	1,85	0,002**
<b>Kendini İfade Tercihi</b>	6,84	1,840	1,98	0,001**
<b>Kendini Sorgulama</b>	7,93	1,828	2,02	0,001**
<b>Yeniliğe Açıklık</b>	4,45	2,114	2,18	0,000**
<b>Karar Verme Tarzı</b>	7,74	1,899	2,05	0,000**
<b>Mükemmeliyetçilik</b>	4,02	2,001	2,79	0,000**
<b>Gerginlik</b>	7,99	1,700	2,03	0,000**

*Kolmogorov-Smirnov Testi*

\*\* $p < 0,01$

Tablo incelendiğinde ortalama ve standart sapmaların; Grupta Olma İsteği değişkeni için  $4,22\pm 1,862$ , Problem Çözme Becerisi değişkeni için  $4,07\pm 1,869$ , Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni için  $2,68\pm 2,118$ , Baskınlık değişkeni  $3,83\pm 2,194$ , Spontanlık değişkeni için  $4,01\pm 1,705$  Kuralları Sorgulama değişkeni için  $4,63\pm 1,407$ , Sosyal Girişkenlik değişkeni için  $3,35\pm 2,076$ , Mantık veya Duyguyu Kullanma değişkeni için  $5,55\pm 1,975$ , Başkalarına Güven değişkeni için  $7,40\pm 1,834$ , Soyuta Odaklılık değişkeni için  $7,78\pm 1,914$ , Kendini İfade Etme Tercihi değişkeni için  $6,84\pm 1,840$ , Kendini Sorgulama değişkeni için  $7,93\pm 1,828$ , Yeniliğe Açıklık değişkeni için  $4,45\pm 2,114$ , Karar Verme Tarzı değişkeni için  $7,74\pm 1,899$ , Mükemmeliyetçilik değişkeni için  $4,02\pm 2,001$ , Gerginlik değişkeni için  $7,99\pm 1,700$ , BDE Puanı için  $20,50\pm 11,079$  olduğu görülmüştür.

Kolmogorov-Smirnov Testinde söz konusu değişkenlerin normal dağılıma uygunluk gösterip göstermedikleri test edilmektedir. Burada normallik gösteren değişkenler için istatistiksel analizlerde parametrik testlerin seçilmesi, normallik göstermeyen değişkenler için de parametrik olmayan testlerin seçilmesi söz konusu olacaktır. Bu aşamada daha güvenilir oldukları için parametrik testlerin uygulanabilmesi amacıyla, Kolmogorov-Smirnov Testinde önem düzeyi 0,001 kabul edilmiştir.

Kolmogorov-Smirnov testi için; BDE Puanı, Grupta Olma, Problem Çözme, Baskınlık, Mantık/Duyguyu Kullanım, Başkalarına Güven, Soyuta Odaklılık, Kendini İfade Etme Tercihi ve Kendini Sorgulama değişkenlerinin istatistiksel olarak 0,001 önemlilik düzeyinde normal dağılıma uygun olduğu ( $p>0,001$ ), Amaçlarını Gerçekleştirme, Spontanlık, Kuralları Sorgulama, Sosyal Girişkenlik, Yeniliğe Açıklık, Karar Verme Tarzı ve Mükemmeliyetçilik değişkenlerinin dağılımının ise istatistiksel olarak 0,001 önemlilik düzeyinde normal dağılıma uymadığı Tüm Değişkenlerin Normal Dağılıma Uygunlukları Tablosu'nda (bkz Tablo 6) görülmektedir.



Tablo 6’da yer alan değişkenlerden normal dağılıma uyanlara parametrik testler, uymayan değişkenlere ise parametrik olmayan testler uygulanmak üzere karar verilmiştir.

#### **4.1. Depresyonu Olan ve Olmayan Kişilerin Karşılaştırılması**

Depresyon tanısı almış olan ve depresyon tanısı almış olmayan kişilerin ilgilenilen değişkenlerdeki dağılımları, normal dağılım gösterip göstermediklerine bağlı olarak Bağımsız Örneklem Testi ve Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılmıştır.

Normal dağılım gösteren değişkenlerin karşılaştırılması amacıyla Bağımsız Örneklem Testi ile depresyon tanısı almış olan katılımcılar ve depresyon tanısı almış olmayan katılımcıların ortalamaları arasındaki farklılıklar istatistiksel olarak test edilmiştir. Sonuçlar Tablo 7’de verildiği gibidir.

**Tablo 7: Normal Dağılım Gösteren Değişkenlerin Karşılaştırılması İçin Bağımsız Örneklem Testi**

		Kişi sayısı	Ortalama	Standart Sapma	Ortalamaların Eşitliği İçin t Testi		
					t	df	P
<b>BDE Puanı</b>	Depresyon (+)	114	26,46	8,63	17,630	171,550	0,000**
	Depresyon (-)	60	9,18	4,28			
<b>Grupta Olma İsteği</b>	Depresyon (+)	114	4,13	1,58	-,755	88,582	0,452
	Depresyon (-)	60	4,38	2,31			
<b>Problem Çözme Becerisi</b>	Depresyon (+)	114	3,51	1,65	-6,047	172	0,000**
	Depresyon (-)	60	5,15	1,80			
<b>Baskınlık</b>	Depresyon (+)	114	3,75	2,28	-,605	172	0,546
	Depresyon (-)	60	3,97	2,03			
<b>Mantık/Duygu Kullanımı</b>	Depresyon (+)	114	5,69	1,91	1,356	172	0,177
	Depresyon (-)	60	5,27	2,07			
<b>Başkalarına Güven</b>	Depresyon (+)	114	7,53	1,75	1,289	172	0,199
	Depresyon (-)	60	7,15	1,98			
<b>Soyuta Odaklılık</b>	Depresyon (+)	114	8,25	1,45	4,144	83,548	0,000**
	Depresyon (-)	60	6,88	2,34			
<b>Kendini İfade Etme Tercihi</b>	Depresyon (+)	114	6,81	1,87	-,316	172	0,752
	Depresyon (-)	60	6,90	1,80			
<b>Kendini Sorgulama</b>	Depresyon (+)	114	8,52	1,46	6,570	172	0,000**
	Depresyon (-)	60	6,80	1,93			
<b>Gerginlik</b>	Depresyon (+)	114	8,40	1,47	4,702	172	0,000**
	Depresyon (-)	60,00	7,20	1,84			

\*\* $p < 0,01$

Normal Dağılım gösteren değişkenler için bağımsız örneklem testi karşılaştırılması tablosuna göre; Beck Depresyon Envanteri (BDE) Puanı için: Majör depresyonu olan ve olmayan kişilerin BDE Puanlarının ortalamaları arasındaki fark ( $t=17,63$ ,  $p=0,000$ ) istatistiksel olarak 0.05 düzeyinde önemli bulunmuştur. Majör depresyonu olanların BDE Puanlarının ortalaması depresyonu olmayanlarıkinden yüksektir (bkz. Tablo 7).

Araştırılmak istenilen bağımsız değişkenlerle BDE Puanı arasındaki ilişkinin sorgulanması sonucunda, tüm bağımsız değişkenler açısından, depresyonu olanlarla olmayanlar arasında BDE Puanı ile ilişkili bir farklılık olup olmadığı iki bağımsız grubun karşılaştırılması testi ile test edilmiştir. Tabloda yer alan t testi sonuçları değişkenlerin ortalamalarının depresyonu olan ve depresyonu olmayan katılımcılar açısından karşılaştırılmasını sağlamaktadır, sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Grupta Olma İsteği değişkeni açısından; iki grubun ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak önemsiz bulunmuştur (bkz. Tablo 7).

Problem Çözme Becerisi değişkeni açısından; iki grubun ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak önemli olduğu görülmektedir ( $t=-6,047$ ,  $p=0,000$ ), majör depresyonu olmayanların ortalamaları majör depresyonu olanların ortalamalarından istatistiksel olarak önemli düzeyde yüksek bulunmuştur (bkz. Tablo 7).

Soyuta odaklılık değişkeni açısından; iki grubun ortalamaları ( $t=4,14$ ,  $p=0,000$ ) arasındaki farkın istatistiksel olarak önemli olduğu görülmüştür, majör depresyonu olanların ortalamaları majör depresyonu olmayanlardan yüksektir (bkz. Tablo 7).

Kendini Sorgulama değişkeni açısından; majör depresyonu olan ve olmayan katılımcıların ortalamaları arasındaki farklılık istatistiksel olarak önemli bulunmuş ( $t=6,57$ ,  $p=0,000$ ), majör depresyonu olan

katılımcıların ortalamalarının majör depresyonu olmayan katılımcıların ortalamalarından yüksek olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 7).

Gerginlik değişkeni açısından; majör depresyonu olan ve olmayan katılımcıların ortalamaları arasında fark açısından istatistiksel olarak bir önemlilik olduğu görülmektedir ( $t=4,70$ ,  $p=0,000$ ), majör depresyonu olan katılımcıların ortalamalarının majör depresyonu olmayan katılımcıların ortalamalarından yüksek olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 7).

Baskınlık, Mantık veya Duyguyu Kullanım, Başkalarına Güven ve Kendini İfade Etme Tercihi değişkenleri açısından majör depresyonu olan ve majör depresyonu olmayan katılımcıların ortalamaları arasındaki farklar önemsiz bulunmuş ve istatistiksel olarak her hangi bir önemlilik görülememiştir (bkz. Tablo 7).

Normal dağılım göstermeyen değişkenler için Mann-Whitney U testi ile depresyonu olanlar ve olmayanlar arasındaki farklılıklar istatistiksel olarak test edilmiştir. Sonuçlar Tablo 8'de verildiği gibidir.

**Tablo 8: Normal Dağılım Göstermeyen Değişkenlerin Karşılaştırılması**

		Kişi sayısı	Ortalama	Standart Sapma	Medyan	Mann-Whitney U	t	p
<b>Amaçlarını Gerçekleştirme</b>	Depresyon (+)	114	1,86	1,23	1,00	1455,0	-6,559	0,000**
	Depresyon (-)	60	4,23	2,55	4,00			
<b>Spontanlık</b>	Depresyon (+)	114	3,74	1,49	4,00	2606,0	-2,624	0,009**
	Depresyon (-)	60	4,52	1,96	5,00			
<b>Kuralları Sorgulama</b>	Depresyon (+)	114	4,56	1,36	5,00	3076,5	-1,130	0,258
	Depresyon (-)	60	4,77	1,50	5,00			
<b>Sosyal Girişkenlik</b>	Depresyon (+)	114	2,92	1,85	3,00	2181,0	-3,995	0,000**
	Depresyon (-)	60	4,17	2,24	4,00			
<b>Yeniliğe Açıklık</b>	Depresyon (+)	114	4,20	1,89	4,00	2597,5	-2,646	0,008**
	Depresyon (-)	60	4,93	2,19	5,00			
<b>Karar Verme Tarzı</b>	Depresyon (+)	114	7,15	1,25	7,00	2503,0	-2,948	0,003**
	Depresyon (-)	60	8,04	1,82	8,00			
<b>Mükemmeliyetçilik</b>	Depresyon (+)	114	3,61	1,89	3,00	2249,0	-3,789	0,000**
	Depresyon (-)	60	4,78	2,01	4,50			

*Mann-Whitney U Testi*

*\*\*p<0,01*

Normal dağılım göstermeyen değişkenlerin karşılaştırılması tablosundaki sonuçlar incelendiğinde, normal dağılıma uymayan değişkenlerden Kuralları Sorgulama dışında tüm değişkenlerde majör depresyonu olan ve majör depresyonu olmayanlar arasındaki farklılığın istatistiksel olarak 0.05 düzeyinde önemli olduğu görülmektedir (bkz. Tablo 8). Bu değişkenlerin kuralları sorgulama değişkeni dışında hepsinde, majör depresyonu olanların ortalamaları olmayanlara göre istatistiksel olarak önemli sayılacak düzeyde anlamlı çıkmıştır. Kuralları sorgulama değişkeninde ise ortalamalar arasındaki farklılık istatistiksel olarak önemli değildir (bkz. Tablo 8). Mann-Whitney U testinden elde edilen önemlilikler doğrultusunda ilişkili bulunan değişkenlerin tüm katılımcılar açısından BDE Puanları baz alınarak yapılan değerlendirme sonuçları aşağıda sunulmuştur.

Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni açısından; majör depresyonu olan katılımcıların ortalamaları 1,86 iken majör depresyonu olmayan katılımcıların ortalamaları 4,23 olarak belirlenmiştir, aradaki fark yaklaşık iki katından daha yüksektir ve Mann-Whitney U testinde de istatistiksel olarak önemli bulunmuştur, bu durum majör depresyonu olmayanların amaçlarını gerçekleştirme ortalamalarının yüksekliğini göstermektedir (bkz. Tablo 8).

Spontanlık değişkeni açısından incelendiğinde; majör depresyonu olan katılımcıların 3,74 ortalamaya sahip olduğu, majör depresyonu olmayan katılımcıların ise 4,52 ortalamaları bulunduğu görülmektedir. Aralarındaki fark Mann-Whitney U testine göre istatistiksel olarak önemli bulunmuştur, bu durum majör depresyonu olmayanların spontanlık ortalamalarının yüksekliğini göstermektedir (bkz. Tablo 8).

Sosyal Girişkenlik değişkeni açısından; majör depresyonu olan katılımcıların ortalamalarının 2,92 iken majör depresyonu olmayan katılımcıların ortalamalarının 4,17 olduğu görülmüş ve aralarındaki fark Mann-Whitney U testinde de istatistiksel olarak önemli bulunmuştur. Bu durum majör depresyonu olmayan katılımcıların sosyal girişkenlik ortalamalarının majör depresyonu olanlara kıyasla daha yüksek olduğunu göstermektedir (bkz. Tablo 8).

Yeniliğe Açıklık değişkeni açısından sorgulandığında; majör depresyonu olan katılımcıların ortalamaları 4,20 iken majör depresyonu olmayan katılımcıların ortalamalarının 4,93 olduğu görülmektedir. Aralarındaki fark Mann-Whitney U testinde de önemli bulunmuştur. Bu durum majör depresyonu olmayan katılımcıların yeniliğe açıklık ortalamalarının olanlara kıyasla daha yüksek olduğunu göstermektedir (bkz. Tablo 8).

Karar Verme Tarzı değişkeni açısından incelendiğinde; majör depresyonu olan katılımcıların ortalamalarının 7,15 olduğu ve majör depresyonu olmayan katılımcıların ortalamalarının ise 8,04 olduğu görölmektedir. Aralarındaki fark Mann-Whitney U testinde de önemli bulunmuştur. Bu durum majör depresyonu olan katılımcıların karar verme tarzı değişkeni ortalamalarının majör depresyonu olmayanlara oranla daha düşük olduğunu göstermektedir (bkz. Tablo 8).

Mükemmeliyetçilik değişkeni için; majör depresyonu olanların ortalamaları 3,61 iken olmayanların ortalamalarının 4,78 olduğu görölmüştür. Aralarındaki fark Mann-Whitney U testinde de önemli bulunmuştur, bu durum majör depresyonu olmayan katılımcıların ortalamalarının yüksekliğini göstermektedir (bkz. Tablo 8).

#### **4.2. BDE Puanı ile Bağımsız Değişkenler Arasındaki İlişki**

Depresyonu olanlar, depresyonu olmayanlar ve tüm katılımcılar açısından Bağımsız Değişkenlerle BDE Puanları arasındaki ilişkinin sorgulanması amacıyla normal dağılıma uyan değişkenler için Pearson arpım Moment Korelasyon Katsayısı ve normal dağılıma uymayan değişkenler için Spearman Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı analizleri yapılmış ve sonuçlar aşağıdaki tablolarda ardışık olarak sunulmuştur.

**Tablo 9: Normal Dağılıma Uyan Değişkenler İçin Korelasyon Analizi**

		Tüm Katılımcılar	Depresyonu Olanlar	Depresyonu Olmayanlar
		BDE PUANI	BDE PUANI	BDE PUANI
<b>GRUPTA OLMA İSTEĞİ</b>	r	-0,024	0,059	-0,011
	p	0,749	0,536	0,936
<b>PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ</b>	r	-0,382**	-0,121	-0,129
	p	0,000	0,200	0,327
<b>BASKINLIK</b>	r	-0,099	-0,095	-0,114
	p	0,195	0,313	0,385
<b>MANTIK/DUYGUYU KULLANIM</b>	r	0,122	0,102	-0,032
	p	0,108	0,279	0,806
<b>BAŞKALARINA GÜVEN</b>	r	0,196**	0,207*	0,162
	p	0,009	0,027	0,215
<b>SOYUTA ODAKLILIK</b>	r	0,388**	0,263**	0,204
	p	0,000	0,005	0,119
<b>KENDİNİ İFADE ETME TERCİHİ</b>	r	0,022	0,068	0,033
	p	0,778	0,472	0,801
<b>KENDİNİ SORGULAMA</b>	r	0,406**	0,131	0,144
	p	0,000	0,165	0,273
<b>GERGİNLİK</b>	r	0,387**	0,244**	0,200
	p	0,000	0,009	0,126

*r: Pearson Korelasyon Katsayısı Analizi*



Normal dağılıma uyan değişkenler için yapılan Pearson Korelasyon Analizi Tablosu incelendiğinde, tüm katılımcılar açısından; Problem Çözme Becerisi, Başkalarına Güven, Soyuta Odaklılık, Kendini Sorgulama ve Gerginlik değişkenleriyle BDE Puanı arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak önemli bulunmuştur (bkz. Tablo 9). Majör depresyonu olan katılımcılar açısından; Başkalarına Güven, Soyuta Odaklılık ve Gerginlik değişkenleri ile BDE Puanı arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak önemli bulunmuştur (bkz. Tablo 9). Majör depresyonu olmayan katılımcılar açısından; değişkenlerin hiçbirinde BDE Puanıyla aralarındaki ilişkilerde her hangi bir istatistiksel önemlilik bulunmamıştır (bkz. Tablo 9). Pearson Korelasyon Analizi'nde sorgulanan değişkenlerin BDE Puanları ile arasındaki ilişkilerin; majör depresyonu olanlar, majör depresyonu olmayanlar ve tüm katılımcılar açısından değerlendirmeleri aşağıda belirtilmeye çalışılmıştır.

Majör depresyonu olan katılımcılar açısından ele alındığında, Başkalarına Güven, Soyuta Odaklılık ve Gerginlik bağımsız değişkenlerinin BDE Puanları ile aralarında istatistiksel olarak önemli bir ilişki olduğu görülmüş ve ilişkilerinin analizi sonucunda aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır.

Başkalarına Güven değişkeni ile BDE Puanı arasında hem tüm katılımcılar ( $r= 0,196$ ,  $p=0,009$ ) hem majör depresyonu olan katılımcılar açısından ( $r= 0,207$ ,  $p= 0,027$ ) istatistiksel olarak önemli ama zayıf bir ilişki bulunmuştur (bkz. Tablo 9).

Soyuta Odaklılık değişkeni ile BDE Puanı arasındaki ilişki açısından bakıldığında tüm katılımcılar için ( $r= 0,388$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde, majör depresyonu olan katılımcılar için ise ( $r= 0,263$ ,  $p= 0,005$ ) istatistiksel olarak önemli ancak zayıf bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 9).

Gerginlik değişkeni ile BDE puanı arasındaki ilişkiye odaklanıldığında hem tüm katılımcılar açısından ( $r= 0,387$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli fakat orta düzeyde ve majör depresyonu olan katılımcılar açısından ise ( $r= 0,244$ ,  $p= 0,009$ ) istatistiksel olarak önemli fakat zayıf bir ilişki bulunmuştur (bkz. Tablo 9).

Tüm katılımcılar açısından, yukarıdaki üç değişkene ek olarak Problem Çözme Becerisi ve Kendini Sorgulama Değişkenleri ile BDE Puanı arasındaki istatistiksel ilişki sorgulandığında şu sonuçlara ulaşıldığı düşünölmektedir:

Problem Çözme Becerisi Değişkeni ile BDE Puanı arasında tüm katılımcılar açısından ( $r= -0,382$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ters yönlü ve orta düzeyde bir ilişki görölmüştür, majör depresyonu olan ve olmayan katılımcılar açısından ayrı ayrı incelendiğinde ise istatistiksel olarak önemli bir ilişki görölememiştir (bkz. Tablo 9).

Kendini Sorgulama değişkeni ile BDE Puanı arasında tüm katılımcılar açısından ( $r= 0,406$ ,  $p=0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde bir ilişki görölmüştür, majör depresyonu olan katılımcılar açısından ise istatistiksel olarak önemli bir ilişki görölememiştir (bkz. Tablo 9).

**Tablo 10: Normal Dağılıma Uymayan Değişkenler İçin Korelasyon Analizi**

Korelasyonlar			Tüm	Depresyonu	Depresyonu
			Katılımcılar	Olanlar	Olmayanlar
			BECKPUANI	BECKPUANI	BECKPUANI
Spearman's rho	Amaçlarını Gerçekleştirme	r	-0,520**	-0,159	-0,485**
		p	0,000	0,091	0,000
	Spontanlık	r	-0,154*	-0,019	0,103
		p	0,042	0,837	0,433
	Kuralları Sorgulama	r	-0,083	-0,046	0,060
		p	0,276	0,626	0,649
	Sosyal Girişkenlik	r	-0,308**	-0,109	-0,116
		p	0,000	0,250	0,377
	Yeniliğe Açıklık	r	-0,199**	0,017	-0,360**
		p	0,008	0,859	0,005
	Karar Verme Tarzı	r	0,231**	0,127	-0,063
		p	0,002	0,179	0,635
	Mükemmeliyetçilik	r	-0,306**	-0,133	-0,075
		p	0,000	0,158	0,570

*r: Spearman Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı Analizi*

Normal dağılıma uymayan değişkenler için yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı Analizi Tablosu incelendiğinde, Spearman Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı Analizi'nde sorgulanan değişkenlerin BDE Puanları ile arasındaki ilişkilerin; majör depresyonu olanlar, majör depresyonu olmayanlar ve tüm katılımcılar açısından değerlendirmeleri aşağıda belirtilmeye çalışılmıştır.

Tüm katılımcılar açısından tablo incelendiğinde; Spontanlık değişkeni ile BDE Puanı arasında 0.05 önemlilik düzeyinde, Amaçlarını Gerçekleştirme, Sosyal Girişkenlik, Yeniliğe Açıklık, Karar Verme Tarzı ve Mükemmeliyetçilik değişkenleri ile BDE Puanı arasında ise 0.01 düzeyinde istatistiksel olarak önemli bir ilişki gözlenmektedir (bkz. Tablo 10). Bu değişkenler ile BDE Puanı arasındaki ilişkilerin analizi sonucunda aşağıda sunulan bilgilere ulaşılmıştır.

Spontanlık değişkeni ve BDE Puanı arasındaki ilişki de tüm katılımcılar açısından ( $r = -0,154$ ,  $p = 0,042$ ) ) istatistiksel olarak önemli ters yönlü ve oldukça zayıf bir ilişki görülmüştür, majör depresyonu olan ve olmayan katılımcılar açısından ayrı ayrı incelendiğinde ise istatistiksel olarak önemli bir ilişki görülememiştir (bkz. Tablo 10).

Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni ile BDE Puanı arasında tüm katılımcılar açısından ( $r = -0,520$ ,  $p = 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ters yönlü ve kuvvetli, majör depresyonu olmayan katılımcılar açısından ( $r = -0,485$ ,  $p = 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ters yönlü ve orta düzeyde bir ilişki görülmüştür, majör depresyonu olan katılımcılar açısından incelendiğinde ise 0,05 anlam düzeyinde istatistiksel olarak önemli bir ilişki görülememiştir (bkz. Tablo 10).

Sosyal Girişkenlik değişkeni ile BDE Puanı arasında tüm katılımcılar açısından ( $r = -0,308$ ,  $p = 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ters yönlü ve orta düzeyde bir ilişki görülmüştür, majör depresyonu olan ve olmayan katılımcılar açısından ayrı ayrı incelendiğinde ise istatistiksel olarak önemli bir ilişki görülememiştir (bkz. Tablo 10).

Yeniliğe Açıklık değişkeni ile BDE Puanı arasında tüm katılımcılar açısından ( $r = -0,199$ ,  $p = 0,008$ ) ) istatistiksel olarak önemli ters yönlü ve oldukça zayıf düzeyde, majör depresyonu olmayanlar açısından ise ( $r = -0,360$ ,  $p = 0,005$ ) istatistiksel olarak önemli ters yönlü ve orta düzeyde bir ilişki görülmüş, majör depresyonu olanlar açısından ise istatistiksel olarak önemli bir ilişki görülememiştir (bkz. Tablo 10).

Karar Verme Tarzı değişkeni ve BDE Puanı arasında tüm katılımcılar açısından ( $r = 0,231$ ,  $p = 0,002$ ) istatistiksel olarak önemli ve zayıf düzeyde bir ilişki görülmüştür, majör depresyonu olan ve olmayan katılımcılar açısından ayrı ayrı incelendiğinde ise istatistiksel olarak önemli bir ilişki görülememiştir (bkz. Tablo 10).

Mükemmeliyetçilik değişkeni ile BDE Puanı arasında ise tüm katılımcılar açısından ( $r = -0,306$ ,  $p = 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli, ters yönde ve orta düzeyde bir ilişki görülmüştür, majör depresyonu olan ve olmayan katılımcılar açısından ayrı ayrı incelendiğinde ise istatistiksel olarak önemli bir ilişki görülememiştir (bkz. Tablo 10).

Depresyonu olan katılımcılar açısından tablo incelendiğinde; hiçbir bağımsız değişkenle BDE Puanı arasında istatistiksel olarak önemli bir ilişki görülemediği dikkat çekmektedir (bkz. Tablo 10).

Bağımsız değişkenlerin kendi aralarındaki etkileşimlerini görebilmek amacıyla Pearson Çarpım Moment Korelasyon Katsayısı Analizi yapılmış ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 11: Bağımsız Değişkenler Arasındaki Etkileşimler Korelasyon Analizi**

		Grupta Olma	Problem Çözme	Amaçlarını Gerçekleştirme	Baskınlık	Spontanlık	Kuralları Sorgulama	Sosyal Girişkenlik	Mantık/Duygu Kullanımı	Başkalarına Güven	Soyuta Odaklılık	Kendini İfade Etme Tercihini	Kendini Sorgulama	Yeniliğe Açıklık	Karar Verme Tarzı	Mükemmeliyetçilik	Gerginlik
Grupta Olma İsteği	r		,075	,093	,233**	,355**	,018	,264**	,139	-,071	-,171*	-,184*	-,087	,082	-,199**	,080	,014
	p		,325	,224	,002	,000	,818	,000	,068	,350	,024	,015	,254	,283	,008	,296	,859
Problem Çözme Becerisi	r	,075		,284**	,100	,082	,052	,168*	,062	,012	-,215**	,029	-,178*	,180*	-,061	,146	-,043
	p	,325		,000	,187	,285	,493	,027	,413	,880	,004	,707	,019	,017	,422	,054	,570
Amaçlarını Gerçekleştirme	r	,093	,284**		,043	,143	,043	,299**	-,146	-,180*	-,452**	-,053	-,521**	,122	-,087	,284**	-,590**
	p	,224	,000		,576	,060	,569	,000	,055	,018	,000	,484	,000	,109	,252	,000	,000
Baskınlık	r	,233**	,100	,043		,343**	-,045	,284**	-,053	,092	-,052	-,121	-,103	,437**	-,116	-,041	,144
	p	,002	,187	,576		,000	,555	,000	,489	,228	,498	,110	,178	,000	,126	,587	,059
Spontanlık	p	,355**	,082	,143	,343**		-,108	,517**	,040	,005	-,131	-,223**	-,245**	,256**	-,428**	,017	-,038
	r	,000	,285	,060	,000		,158	,000	,598	,950	,086	,003	,001	,001	,000	,825	,620
Kuralları Sorgulama	r	,018	,052	,043	-,045	-,108		-,243**	,060	,041	-,157*	,207**	-,184*	-,253**	,067	,386**	-,014
	p	,818	,493	,569	,555	,158		,001	,430	,590	,039	,006	,015	,001	,378	,000	,856
Sosyal Girişkenlik	r	,264**	,168*	,299**	,284**	,517**	-,243**		,005	-,234**	-,292**	-,360**	-,340**	,356**	-,324**	,010	-,130
	p	,000	,027	,000	,000	,000	,001		,946	,002	,000	,000	,000	,000	,000	,899	,088
Mantık/ Duygu Kullanımı	r	,139	,062	-,146	-,053	,040	,060	,005		,042	-,081	-,146	,120	-,058	-,026	,006	,220**
	p	,068	,413	,055	,489	,598	,430	,946		,582	,286	,055	,114	,445	,733	,933	,003
Başkalarına Güven	r	-,071	,012	-,180*	,092	,005	,041	-,234**	,042		,305**	,206**	,145	-,018	,052	,058	,287**

	p	,350	,880	,018	,228	,950	,590	,002	,582		,000	,006	,056	,810	,497	,447	,000
<b>Soyuta Odaklılık</b>	r	-,171*	-,215**	-,452**	-,052	-,131	-,157*	-,292**	-,081	,305**		,121	,443**	-,018	,091	-,266**	,395**
	p	,024	,004	,000	,498	,086	,039	,000	,286	,000		,111	,000	,811	,235	,000	,000
<b>Kendini İfade Etme Tercihi</b>	r	-,184*	,029	-,053	-,121	-,223**	,207**	-,360**	-,146	,206**	,121		-,040	-,210**	,125	,137	,044
	p	,015	,707	,484	,110	,003	,006	,000	,055	,006	,111		,603	,005	,100	,071	,566
<b>Kendini Sorgulama</b>	r	-,087	-,178*	-,521**	-,103	-,245**	-,184*	-,340**	,120	,145	,443**	-,040		-,118	,066	-,197**	,442**
	p	,254	,019	,000	,178	,001	,015	,000	,114	,056	,000	,603		,120	,388	,009	,000
<b>Yeniliğe Açıklık</b>	r	,082	,180*	,122	,437**	,256**	-,253**	,356**	-,058	-,018	-,018	-,210**	-,118		-,133	-,129	-,052
	p	,283	,017	,109	,000	,001	,001	,000	,445	,810	,811	,005	,120		,081	,090	,499
<b>Karar Verme Tarzı</b>	r	-,199**	-,061	-,087	-,116	-,428**	,067	-,324**	-,026	,052	,091	,125	,066	-,133		,056	,076
	p	,008	,422	,252	,126	,000	,378	,000	,733	,497	,235	,100	,388	,081		,463	,319
<b>Mükemmeliyetçilik</b>	r	,080	,146	,284**	-,041	,017	,386**	,010	,006	,058	-,266**	,137	-,197**	-,129	,056		-,195**
	p	,296	,054	,000	,587	,825	,000	,899	,933	,447	,000	,071	,009	,090	,463		,010
<b>Gerginlik</b>	r	,014	-,043	-,590**	,144	-,038	-,014	-,130	,220**	,287**	,395**	,044	,442**	-,052	,076	-,195**	
	p	,859	,570	,000	,059	,620	,856	,088	,003	,000	,000	,566	,000	,499	,319	,010	

r:Pearson Çarpım Moment Korelasyon Katsayısı Analizi

Tablo incelendiğinde, Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni ile Problem Çözme değişkeni arasında ( $r= 0,284$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ancak düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 11).

Baskınlık değişkeni ile Grupta Olma değişkeni arasında ( $r= 0,233$ ,  $p= 0,002$ ) istatistiksel olarak önemli ancak düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo11).

Spontanlık değişkeni ile Grupta Olma değişkeni arasında ( $r= 0,356$ ,  $p= 0,000$ ) ve Baskınlık değişkeni ile arasında ise ( $r= 0,343$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 11).

Sosyal Girişkenlik değişkeni ile Grupta Olma İsteği değişkeni arasında ( $r= 0,264$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde, Problem Çözme Becerisi değişkeni ile arasında ( $r= 0,168$ ,  $p= 0,027$ ) istatistiksel olarak önemli ve zayıf, Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni ile arasında ( $r= 0,299$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde, Baskınlık değişkeni ile arasında ( $r= 0,284$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde, Spontanlık değişkeni ile arasında ( $r= 0,517$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve kuvvetli, Kuralları Sorgulama değişkeni ile arasında ise ( $r= -0,243$ ,  $p= 0,001$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 11).

Mantık ya da Duyguyu Kullanım değişkeni ile hiçbir değişken arasında bir korelasyon olmadığı görülmüştür. Başkalarına Güven değişkeni ile Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni arasında ise ( $r= 0,180$ ,  $p= 0,018$ ) istatistiksel olarak önemli ve zayıf, Sosyal Girişkenlik değişkeni ile arasında ise ( $r=-0,234$ ,  $p= 0,002$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve zayıf bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 11).



Soyuta Odaklılık değişkeni için Grupta Olma İsteği değişkeni ile arasında ( $r=-0,171, p= 0,024$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve zayıf, Problem Çözme Becerisi değişkeni ile arasında ( $r= 0,215, p= 0,004$ ) istatistiksel olarak önemli ve zayıf, Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni ile arasında ( $r= -0,452, p= 0,004$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde, Kuralları Sorgulama değişkeni ile arasında ( $r= -0,157, p= 0,039$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve oldukça zayıf, Sosyal Girişkenlik değişkeni ile arasında ( $r=-0,292, p= 0,000$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve zayıf, Başkalarına Güven değişkeni ile arasında ise ( $r= 0,305, p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 11).

Kendini İfade Etme Tercihi değişkeni ile Grupta Olma İsteği değişkeni arasında ( $r= -0,184, p= 0,015$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve oldukça zayıf, Spontanlık değişkeni ile arasında ( $r=-0,223, p= 0,003$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve zayıf, Kuralları Sorgulama değişkeni ile arasında ( $r= 0,207, p= 0,006$ ) istatistiksel olarak önemli ve zayıf, Sosyal Girişkenlik değişkeni ile arasında ( $r= -0,360, p= 0,000$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde ve Başkalarına güven değişkeni ile arasında ise ( $r= 0,206, p= 0,0069$ ) istatistiksel olarak önemli ve zayıf bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 11).

Kendini Sorgulama değişkeni ile Problem Çözme değişkeni arasında ( $r= -0,178, p= 0,019$ ) istatistiksel olarak önemli ve oldukça zayıf, Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni ile arasında ( $r= -0,521, p= 0,000$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve kuvvetli, Spontanlık değişkeni ile arasında ( $r= -0,245, p= 0,001$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde, Kuralları Sorgulama değişkeni ile arasında ( $r= -0,184, p= 0,015$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve oldukça zayıf, Sosyal Girişkenlik değişkeni ile arasında ( $r= -0,340, p= 0,000$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde ve Soyuta odaklılık değişkeni ile arasında ise ( $r= 0,443, p= 0,000$ ) istatistiksel

olarak önemli ve orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 11).

Yeniliğe Açıklık değişkeni ile Problem Çözme değişkeni arasında ( $r= 0,180$ ,  $p= 0,017$ ) istatistiksel olarak önemli ve oldukça zayıf, Baskınlık değişkeni ile arasında ( $r= 0,437$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde, Spontanlık değişkeni ile arasında ( $r= 0,256$ ,  $p= 0,001$ ) istatistiksel olarak önemli ve zayıf, Kuralları Sorgulama değişkeni ile arasında ( $r= -0,253$ ,  $p= 0,001$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve zayıf ve Sosyal Girişkenlik değişkeni ile arasında ( $r= 0,356$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde ve kendini İfade Etme Tercihi Değişkeni ile arasında ise ( $r= -0,210$ ,  $p= 0,005$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve zayıf düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 11).

Karar Verme değişkeni ile Grupta olma İsteği değişkeni arasında ( $r= -0,196$ ,  $p= 0,008$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve oldukça zayıf, Spontanlık değişkeni ile arasında ( $r= -0,428$ ,  $p= 0,000$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde, Sosyal Girişkenlik değişkeni ile arasında ise ( $r= -0,324$ ,  $p= 0,000$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 11).

Mükemmeliyetçilik değişkeni ile Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni arasında ( $r= 0,284$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve zayıf, Kuralları Sorgulama değişkeni ile arasında ( $r= 0,386$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde, Soyuta Odaklılık değişkeni ile arasında ( $r= -0,266$ ,  $p= 0,000$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve zayıf, Kendini Sorgulama değişkeni ile arasında ise ( $r= -0,197$ ,  $p= 0,009$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve oldukça zayıf bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 11).

Gerginlik değişkeni ile Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni arasında ( $r= -0,590$ ,  $p= 0,000$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve kuvvetli, Mantık veya Duyguyu Kullanım değişkeni ile arasında ( $r=$

0,220,  $p= 0,003$ ) istatistiksel olarak önemli ve zayıf, Başkalarına Güven değişkeni ile arasında ( $r= 0,287$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve zayıf, Soyuta Odaklılık değişkeni ile arasında ( $r= 0,395$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde, Kendini İfade Etme Tercihi değişkeni ile arasında ( $r= 0,442$ ,  $p= 0,000$ ) istatistiksel olarak önemli ve orta düzeyde, Mükemmeliyetçilik değişkeni ile arasında ise ( $r= -0,195$ ,  $p= 0,010$ ) ters yönde istatistiksel olarak önemli ve oldukça zayıf bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 11).

### 4.3. Faktör Analizi

16 bağımsız değişkenin BDE Puanını açıklayabileceği bir model kurulmak istenilmiştir. 16 bağımsız değişkenin aralarındaki ilişki yapısı göz önüne alınarak, kurulacak olan bir regresyon modelinde çoklu bağlantı sorununu ortadan kaldırmak amacıyla, Faktör Analizi ile bağımsız değişkenlerin kendi aralarındaki faktörleşmelerine bakılmıştır. 0,50'nin üzerinde çıkması beklenen Kaiser-Meyer-Olkin istatistiği 0,72 olarak hesaplanmış ve dolayısıyla söz konusu değişkenler için faktörleşmenin uygun olacağı sonucuna varılmıştır. 16 adet birbiri ile ilişkili değişkenden, 5 adet bağımsız faktör elde edilmiştir. Faktörleşme sonucu ortaya çıkan söz konusu 5 faktör 16 orijinal değişkenin açıkladığı değişimin 0,60'ını açıklayabilmektedir. Bu oran faktör analizi için kabul edilebilir bir orandır. Uygun faktörleşme Varimaks Döndürme Yöntemi ile elde edilebilmiştir. Bu yöntemle bulunan faktör yükleri ve değişkenlerin hangi faktörlerde toplandığı Tablo 12'de gösterilmiştir.

**Tablo 12:Bağımsız Değişkenlerin Faktör Yükleri ve Yüklü Buldukları Faktörler**

	Component				
	1	2	3	4	5
Gerginlik	0,790				
Amaçlarını Gerçekleştirme	-0,786				
Soyuta Odaklılık	0,698				
Kendini Sorgulama	0,670				
Başkalarına Güven	0,520				
Spontanlık		0,802			
Karar Verme Tarzı		-0,715			
Grupta Olma İsteği		0,583			
Sosyal Girişkenlik		0,542			
Kuralları Sorgulama			0,747		
Mükemmeliyetçilik			0,666		
Kendini İfade Etme Tercihi			0,522		
Yeniliğe Açıklık				0,701	
Baskınlık				0,658	
Problem Çözme Becerisi				0,604	
Mantık/Duygu Kullanımı					0,793

Varimaks Döndürme Yöntemi

Gerginlik, Amaçlarını Gerçekleştirme, Soyuta Odaklılık, Kendini Sorgulama ve Başkalarına Güven değişkenlerinin birinci faktörde toplandıkları görülmüştür (bkz. Tablo 12). Bu faktör “**Uyum Zorluğu Özellikleri**” başlığı altında tanımlanmıştır. Bu faktör içinde Amaçlarını gerçekleştirme değişkeni diğer değişkenler ile ters ilişkili olarak yüklenmiştir. Yani faktör yükünün (Uyum Zorluğu Özellikleri puanının) oluşumunda kişinin diğer değişkenlerdeki puanının artması faktör yükünü artırırken, amaçlarını gerçekleştirme puanının artması faktör yükünü azaltmaktadır (bkz. Tablo 12).

İkinci olarak; Spontanlık, Karar Verme Tarzı, Grupta Olma İsteği ve Sosyal Girişkenlik değişkenleri ikinci faktörde yüklenmiştir (bkz. Tablo 12). Bu faktör “**Katılımcılık Özellikleri**” olarak adlandırılmıştır. Bu faktörde yüklü olan değişkenlerden karar verme

değişkeni diğerlerine göre ters işaretli yüklenmiştir. Dolayısıyla diğer değişkenlerin puanlarındaki artış “Katılımcılık Özellikleri” puanında artışa sebep olurken, Karar Verme Tarzı değişkeninin puanındaki artış azalmaya sebep olmaktadır (bkz. Tablo 12).

Üçüncü olarak; Kuralları Sorgulama, Kendini İfade Etme Tercihi ve Mükemmeliyetçilik bağımsız değişkenlerinin üçüncü faktör üzerinde yüklenmiş olduğu görülmektedir (bkz. Tablo 12). Değişkenlerin hepsi söz konusu faktörde pozitif yüklü bulunmaktadır. Bu faktör “**Dönüşüm Özellikleri**” olarak adlandırılmıştır.

Dördüncü faktörde ise Yeniliğe Açıklık, Baskınlık ve Problem Çözme Becerisi değişkenleri yer almaktadır (bkz. Tablo 12). Bu faktör “**Stratejik Özellikler**” olarak tanımlanmıştır ve içinde yer alan değişkenlerin hepsi pozitif yüklüdür.

Son olarak Mantık veya Duyguyu kullanım değişkeni tek başına bir faktör oluşturmuştur (bkz. Tablo 12).

Oluşturulan bu yeni 5 faktör bağımsız değişken olarak kabul edilerek, Beck Depresyon Puanını, birlikte ne derecede etkilediklerini ortaya çıkarmak amacıyla kurulan regresyon modelinde R katsayısı 0,61 olarak hesaplanmıştır. Modelin önemliliği F testi ile test edilmiş ve 0,05 önemlilik düzeyinde önemli bir model olduğu sonucuna varılmıştır (  $F= 20,416$ ;  $p=0,000$  ) . Katsayıların önemlilik testleri ise Tablo 13’de verildiği gibidir. Tablodan da görüldüğü gibi, Beşinci faktör (Mantık veya Duyguyu Kullanım) hariç diğer faktörler 0,010 önemlilik düzeyinde istatistiksel olarak önemli bulunmuşlardır.

**Tablo 13: BDE Puanı Bağımlı Değişken, 5 Faktör Bağımsız Değişken Olmak Üzere Regresyon Modeli**

		Katsayılar		t	p
		B	St. Hata		
1	Sabit Katsayısı	20,500	0,672	30,496	0,000**
	Uyum Zorluğu Özellikleri	6,082	0,674	9,022	0,000**
	Katılımcılık Özellikleri	-1,131	0,674	-1,677	0,095
	Dönüşüm Özellikleri	-1,290	0,674	-1,913	0,057
	Stratejik Özellikler	-2,502	0,674	-3,711	0,000**
	Mantık/Duyguyu Kullanım	0,446	0,674	0,661	0,509

**Modeli matematiksel olarak ifade etmek gerekirse;**

Regresyon Modeli= 20,500 (BDE Puanı) +6,082 (Uyum Zorluğu Özellikleri) -1,131 (Katılımcılık Özellikleri) -1,290 (Dönüşüm Özellikleri) -2,502 (Stratejik Özellikler) + 0,446 Mantık/ Duyguyu Kullanım olarak ifade edilebilir. Modeldeki mantık ya da duyguyu kullanım haricinde tüm değişkenler ve sabit katsayı yukarıda yer alan Tabloda görüldüğü gibi istatistiksel olarak önemli çıkmıştır (bkz. Tablo 13). Diğer taraftan katsayıların işaretleri açısından değerlendirildiğinde, Uyum Zorluğu Özellikleri puanının 1 puan artması BDE Puanında 6,082 puanlık artışa sebep olurken, Katılımcılık puanının 1 puan artması BDE Puanında 1,131 puanlık düşmeye, Dönüşüm Özellikleri puanının 1 puan artması BDE Puanında 1,290 puanlık düşmeye, Stratejik Özellikler puanının 1 puan artması BDE Puanında 2,502 puanlık düşüşe sebep olmaktadır. En önemli etkiyi Uyum Zorluğu Özellikleri ve Stratejik Özellikler faktörlerinin gösterdiği gözlemlenmiştir.

Modelin sabit katsayısının istatistiksel olarak önemli çıkması ise (bkz. Tablo 13) söz konusu faktörlerin 0 puan alması durumunda Tahmini Beck Depresyon Envanteri puanının 20,5 puan olacağı şeklinde yorumlanabilmektedir.

## BÖLÜM V

### Tartışma ve Yorum

Kişilik özelliklerinin depresyon oluşumuna etkileri ve tekrarlara yol açıp açmadığı konusu uzun bir süredir bilim dünyasının yanıtını aradığı ana klinik sorunlardan biridir. Bu konu oldukça değişik yaklaşımlarla ele alınarak çözüm oluşturulmaya çalışılmış ve bilimsel gelişmelere paralel olarak da çözüm amaçlı yaklaşımların giderek farklılaştığı görülmüştür. Konuya ilişkin en yeni yaklaşımlardan biri depresyon ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin bilişsel kuram çerçevesinde ele alınmasıdır. “Bilişsel terapinin temeli olumsuz hislerin hatalı bilişsel işleme sonucu olduğu gözlemdir. Bilgiler, alguların olumsuz sonuçlara yorumlanacağı şekilde seçici olarak filtre edilir” (Jacobson ve Jacobson, 2006, s.210).

Bilişsel kuram insanların düşünsel süreçlerine ve bu süreçlerdeki aksamalara odaklanmaktadır. “Psikopatolojinin bilişsel modeli, duygusal rahatsızlıkların çıkışındaki ve bakımındaki düşünce içeriği ile düşünce sürecinin karışıklıklarının rolü üzerine odaklanır” (Yalom ve Glick Editörlüğünde Thase, s. 59).

İnsanlar çevreleri üzerinde etkide bulunmak ve bu sayede yaşadıkları ortamla uyumlu olmak amacıyla sürekli bir bilgilenme gereksinimi içindedirler. “İnsan düşüncesi kendi yaşantılarımıza ilişkin açıklamalar bulma, inşa etme ve sınaama arayışındadır. Dünyamızı uyumlayıcı eylemler açısından yeterince düzenli ve anlamlı bir yere dönüştürmek için anlamaya çalışırız. Böyle bir anlayışa sahip değilsek kendimizi rahatsız hissederiz” (Hogg ve Vaughan, 2006, s.104).

Dış dünyayı uyumlayıcı ve anlamlı bir yere dönüştürme çabasında bireyin ilk gereksinimi çevreden bilgi toplanması ve bu bilgilerden elde edilen verilerin işlenmesidir, bu durumda biliş kavramı öne çıkmaktadır. “Bilişsel görüşte birey çevreden aldığı uyarıcıları aktif bir şekilde düzenler. Bizler bazı olaylara bilerek katılmak ve bu olayları hafızaya işlemeyi seçerek bilginin elde

edilmesi ve uygulanması sürecine katılma yeteneğine sahibizdir” (Schultz ve Schultz, 2002, s.624).

“Bilişler, duyum ve algılardan gelen veriler üzerinde plan ve stratejiler uygulayarak elde edilen problem çözme ve düşünme gibi karmaşık süreçler olarak tanımlanmaktadır” (Editörler Köroğlu ve Türkçapar, 2009, s.133), “Biliş (cognition) bilinç akışını ouşturan sözel veya imgesel parçalara verilen addır” (Türkçapar, 2007, s.22) ,“İnsanın zihin dünyasına malumat dış dünyada gelir ama olduğu gibi gelmez; insan dışardan gelen bu malumatı eskiden gelmiş olanlarla birlikte işler ve yeniden inşa eder. Bütün bu malumatın işlendiği faaliyet takımına kognisyon (biliş) adı veriyoruz” (Arkonaç, 2005, s.92).

Bireylerin çeşitli duyu organları aracılığıyla dış dünyadan toplamış olduğu verilerin işlenmesi sonucunda elde edilen bilişler bir sonuç elde ederek bir problem durumunu çözmek amacıyla yaşamsal olay ve döngülere uygulandığında ulaşılan sonuç problem çözmeye hizmet etmiyorsa burada bir bilgi işleme hatası ya da yanlışlıktan söz edilebilir. Bilişsel kuram bilgi işlemedeki yanlışlık ve yanlışlıkların ele alınmasına yönelik bir kuramdır. “Bu kuramın özü bilişsel işlemdir, çünkü insanlar dış ve iç çevrelerindeki olayları sürekli olarak değerlendirirler ve bu değerlendirmelerinin yanı sıra çoğu zaman duygusal birtakım tepkiler verirler” Kuramın en güçlü belirleyicisi Aaron T. Beck’dir. “Beck, ilk çalışmalarında, depresyonda ve anksiyete bozukluklarında işlevsel olmayan bilgi işlem sürecinin üzerinde durmuştur” (Köroğlu, 2009, s.50). Bilişsel kuramın klinik görünümü ise işlevsel olmayan bilgi işlem süreçlerinin hastalıklara uyarlanması olarak değerlendirilebilir, “Bilişsel kuramın psikopatolojiye ve o psikopatolojinin tedavisine yaklaşımına kısaca bilişsel ilkelerin psikopatoloji ve psikoterapiye uyarlanması ve uygulanması olarak özetleyebiliriz” (Türkçapar, 2009, s.24).

Bilişlerin dış dünyadan nasıl elde edildiği ve hangi aşamalardan geçerek bilgi işleme süreçlerinde kullanıldığı bir yayında şöyle tanımlanmaktadır (Arkonaç, 2005, s.110-118):



“Uyaran olay bir algıya yol açmakta, algısal veri kategorileştirmeyle eski bilgilerle karşılaştırılmakta, kategorize edilen bilgi eski bilgilerle karşılıklı etkileşimden sonra düzenlenmekte, düzenlenen bilgi kendisini çağrıştıran bir olay ya da durumda bellekten geri getirilmekte ve çıkarımlarda bulunulmasına yol açmakta ve son olarak durum ya da konuma ilişkin yargılar ve kararlara ulaşılmaktadır.” Depresyonun karakteristikleri, depresif hastanın bilişsel yapılanmasındaki önemli değişikliğin bir ifadesi olarak görülebilir. Hasta kendisini, tecrübelerini ve geleceğini olumsuz olarak değerlendirme eğilimindedir. Bu olumsuz fikirler, hasta tarafından sistematik olarak yorumlanan tecrübe ve düşünce içeriğinden kaynaklanmaktadır. Bu süreçte, hasta, kendisini özellikle ‘kaybeden’ olarak algılamaktadır” (Beck, 2005, s.252). Bunun bir bilgi işleme yanlılığı olduğu ileri sürülebilir. Bir psikopatoloji ve psikoterapi kuramı olarak bilişsel kuram, psikolojik sorunlarda bilişsel işlevlere ve bilgi işleme süreçlerine vurguda bulunur.

### **5.1. Bilgi İşleme Süreçleri**

“Bilişsel psikolojinin ele aldığı bilgi işleme süreçleri duyu, algı ve bilişten oluşur. Ruhsal sıkıntılara ve davranış sorunlarına yol açan düşünceler, bilgi işleme sürecindeki yanlılıkların, kör noktaların veya bilişsel eksikliklerin sonucu olabilir” (Köroğlu ve Türkçapar, 2009, s. 97). “Biliş, bilinç akışını oluşturan sözel veya imgesel parçalara verilen addır” (Köroğlu ve Türkçapar, 2009, s. 97). Bilişin sağlıklı işlemlenmemesi işlevsel olmayan yapıların oluşmasına yol açmakta ve bilişsel hataların meydana çıkmasına neden olmaktadır. “Bilişsel yapıda yer alan işlevsiz inançlar, bireyin düşüncesini biçimlerler ve psikopatolojiye özgü bilişsel hatalara yol açarlar. Bilişsel hatalar, bilgiyi hatalı işleme sonucunda, duruma uygun olmayan ve duygusal sıkıntıya yol açan otomatik düşüncelere yol açarlar” (Köroğlu ve Türkçapar, 2009, s.102). Bilişsel hataların nasıl oluştuğuna ilişkin olarak bir yayında şu sıralamalar yapılmaktadır (Jacobson ve Jacobson, 2006, s.211).

Genelde bilişsel hatalar şunları içerir:

Yeterli veri olmadan gelecek hakkında ve diğer kişilerin nasıl davranacağı hakkında tahminler yapmak

Kendi beklentileri ile uyumlu olan bilgiye seçici olarak odaklanıp beklentileri aksine olan bilgileri ihmal etmek

Olumsuz olaylar hakkında diğer kişilerin ve durumun katkılarını görmeyip çok fazla sorumluluk almak

Durumu ya hep ya hiç biçiminde görmek ve kısmi başarı veya ilerlemeyi algılamamak.

Yukarıda aktarılan bilişsel hata oluşum süreci sonunda belirli bilişsel çarpıtmalar oluşmaktadır, bunlar şöyle sıralanmaktadır (Beck, 2001, s.134):

- Ya hep ya hiç tarzı düşünme
- Felaketleştirme
- Olumluyu geçersiz kılma
- Duygulara göre mantık yürütme
- Etiketleme
- Aşırı büyütme/küçültme
- Zihinsel süzgeç kullanma
- Karşıdakinin zihnini okumak
- Aşırı genelleme
- Kişiselleştirme
- “Meli-Malı” cümleler
- Tünel bakışı

Sıralanan bilişsel çarpıtmalar, bireylerin yaşadıkları olaylara ve diğer bireylere yaklaşımını belirlemede, onlara ilişkin tanımlamasını şekillendirmektedir. “Bilişsel modele göre, insanların duygu ve davranışları, olayları nasıl yorumladıklarından etkilenmektedir. İnsanların neler hissettiğini belirleyen şey, olayın kendisi değil, o olaya ilişkin olarak kişinin kendi zihninde verdiği anlamlardır” (Beck, 2001, s.16).

Ele alınan bilişsel çarpıtma ve kendiliğe dönük olumsuz algının depresyona eğilimi sağlayan kişilik özellikleri olarak hastalık öncesi kişilik yapısında bulunduğu da ileri sürülmektedir “Analitik ve özellikle Beck gibi bilişsel akım temsilcilerine göre de depresyonlu hastaların bir kısmının başarı ve bağımsızlık gereksinimleri olduğu (otonomous) ya da kendini eleştirici özellikler gösterdiği, bir kısmının da yoğun yakın ilişki kurma (sosyotropik) ya da bağımlı kişilik özellikleri taşıdıkları, nihayet bir bölümünün de obsesyonelite gösterdikleri bildirilmiştir” (Işık ve Işık, 2013, s.29).

Depresif bireylerin gerek kendileri gerekse çevrelerindeki olan biteni kendilerini eleştirerek, yetersizliklerini öne çıkararak, diğer insanlara bağımlılık geliştirerek ya da saplantılı biçimde değerlendirmeleri sonucunda bilgi işlemede kendine dönük bir bakış açısının yer aldığı düşünülebilir. “Depresif insanların kendileri ve çevreleri ile ilgili bilgileri değerlendirme biçimlerinin, olumlu olayların tanınmasını ya da özümsemesini engelleyen, benliği yenilgiye uğratan şemaların aktivasyonu ile çarpıtılmış olduğu varsayılır” (Oltmanns, Neale ve Davison, 2003, s.123,124). “Depresyondaki kişi pasif olma eğilimi gösterir ve yeni etkinliklere başlamakta zorluk çeker” (Atkinson ve arkadaşları, 2002, s.540).

Depresyon bireyi geri çekilmeye zorlayan bir tabloyu tanımlamaktadır, bireyin kendi yaşamı üzerindeki etkinliğinin giderek sınırlanmakta olduğu ve bir içsel değerlendirmelere dayalı bir kısır döngünün oluştuğu düşünülebilir. Depresyondaki bireyin kendine ve yaşantısına yönelik içsel değerlendirmelerinin belirlenmesinde duyguların rolü de son derece önemlidir. (Öztürk, 2004, s. 695):

“Beck’e göre insanın duygusal tepkileri karşılaştığı olayları algılama, tanıma ve yorumlama biçimine bağlıdır. İnsanda dört temel duygu vardır:

a) *Üzüntü (keder, elem)* bir yitimin, yenilginin, yoksunluğun algılanması ile ortaya çıkar. Kişinin olumlu beklentilerinin yerine gelmemesi, karşılanamaması bir yitim, yenilgi, yoksunluk türüdür. Kişi yitim ve yoksunluktan kaçınmak ister.

- b) *Sevinç ve coşku* bir kazanç ve yenginin algılanması ile belirir. Kişi kazanç ve yengiye yönelmek ister.
- c) *Bunaltı* kişinin incinme, yok edilme tehlikesinin algılanması ile ortaya çıkar ve kaçınmaya yöneltir.
- d) *Öfke* ise gene böyle bir tehlike algılanışı ile bu tehlikenin ortadan kaldırılmasına yönelten duygusal tepkidir.
- Beck'e göre psikopatolojik sendromlar bu temel duygusal tepkileri doğuran algıların abartılmış ve süreklileşmiş türleridir.”

Psikopatolojik yapının başlangıcını oluşturan şey algının abartılmış ve süreklileşmiş hali olduğu varsayımından hareketle algıyı nelerin etkilediğine göz atmak gerektiği düşünülmektedir. Algıda, insanın duygusal kişiliği ve toplumsal etkenlerin de önemli rol oynadığı öne sürülen bir yayında algının kişilikle bağıntısı da sorgulanmaktadır (Koptagel İlal, 2001, s.27-29):

“1) Duygusal kişilik ve algı

a. Algı ve Kişilik: Her algı süreci bir yandan duygusal niteliklerimizle sıkı sıkıya bağıntıda olurken, beri yandan algılarımızın her biri de bizim tüm kişiliğimizde etkilenir. Algı ile duygusal nesnelere arasındaki sıkı bağıntı ilkin temel ve yaşamla ilgili işlevlerden doğar. İnsanın yaşantısına bağlı olarak, karşılaştığı nesneye karşı hoş olan veya olmayan duyguları da olabilir. Ve bununla ilişkin olarak o nesnenin algısı olumlu ya da olumsuz yöndedir. İnsanın kişilik yapısı da algının niteliğini etkiler. Algı yapısı ile kişilik dinamikleri arasında bir bütünlük bulunur. Buna göre herhangi bir algı sürecinde üç dönem vardır:

- 1) Algı öncesi dönemi: Her hangi bir şeyi algılamak için hazırlık (beklenti, varsayım).
- 2) Algılanacak nesne ile ilgili şeyler hakkında (çevre hakkında) bilgi toplanması.
- 3) Kontrol ve doğrulama: Algılanan şeyin beklentilere uyup uymadığına göre kabul veya red.

Böylesine bir algı süreci iç etkenlerle (kişilik yapısı ve daha önceki kişisel deneyimler) dış etkenler (beklenti ve bilgi arasındaki ayrıcalıklar) birbiriyle uyum sağlamasına bağlıdır. Algılamada algının durumu şu özelliklerle karşılaştırılır:

- 1) Önceki kişisel deneyimler. Yeni uyaranlar karşısında, algılamaya alışkın olduğumuz şeyleri algılamaya daha fazla bir eğilimimiz vardır.
- 2) Tekel: Belirli bir zaman içinde varsayımlar ne kadar az ise onların algı yaratma gücü o kadar çoktur.
- 3) Bilişsel (kognitif) Sonuçlar: Varsayımlar kanıtlanmış bir sistem içinde olup, öteki varsayımlardan ne kadar yalıtlanmışsa, güçleri o kadar fazladır.
- 4) Amaçlama: Görmek istediğimiz ya da o sırada çok gereksinim duyduğumuz bir şeyi daha kolay görürüz.

## 2) Sosyal etkenler ve Algı:

İnsanın içinde yaşadığı ve geliştiği sosyal çevre onun algı sistemi ve tipi üzerinde de belirgin bir etkide bulunur. Bulunduğu sosyal ortam içinde başkaları tarafından daha önceden kurulmuş algı niteliklerinin bilinmesi onun da algısını önemli bir ölçüde etkiler.”

Burada aktarılan bilgiler ışığında algının kişiselleşmiş bir yönü bulunduğu ve bireylerin kendi kişiliklerine bağlı olarak farklı algılamalar içinde bulunabileceği saptamasıdır. “Herkesin kişilik yapısına göre algı tipi bireysel bir özellik gösterir. Dolayısıyla aynı algı alanı, değişik kişiler tarafından az çok değişik biçimlerde algılanır” (Koptagel İlal, 2001, s.36).

“Birçok algısal yetenek doğuştan gelir; fakat çok sayıda başka algısal süreçler de öğrenmeye dayalıdır. Doğuştan gelen yetenekler ve sonradan öğrenilen beceriler birbirlerini sürekli etkiler. Bazı tür algılama süreçlerinde doğuştan getirilen yetenekler, başka tür algılamalarda ise, sonradan öğrenilen beceriler daha büyük rol oynar” (Cüceloğlu, 2003, s.136).

Algıların farklılığının, aynı olayı farklı algılamaya yol açan etkenin sorgulanmasını zorunlu kıldığı değerlendirilmektedir. İnsanın içinde bulunduğu dünyayı ve çevresinin koşullarını öğrenme yoluyla keşfettiği düşüncesinden hareketle bu etkenin öğrenme kavramı olduğu düşünülmektedir ve bu çerçevede algı ve öğrenme arasındaki ilişkinin ele alınması gerektiğine inanılmaktadır. “Yaşamak için tüm canlılar ortamlarındaki değişikliklere uyum sağlamak zorundadırlar. Bu uyum da durum değişikliklerinin bir fonksiyonu olan davranış biçimlerini öğrenmekle olur. Her yeni durum, yeni bir davranış biçimini gerektirmektedir. Dolayısıyla öğrenme, organizmanın doğuştan var olan davranış örnekleri (yani içgüdüleri) ile olgunlaşma süreci içinde oluşan davranış örneklerine yeni davranış örneklerinin katılmasıdır” (Koptagel İlal, 2001, s.101).

Bu durumda yeni davranış örüntülerinin sürekli kullanımını akla getirmektedir, öğrenme, edinilen bilgiyi içinde bulunulan her duruma aktarılan bilgilenme deneyimi olarak düşünülürse, davranışın doğuştan getirilen özelliklerinden daha farklı bir yapıya sahip olması gerektiği sonucunun ortaya çıkacağı düşünülebilir. “Öğrenmeyi diğer davranışsal süreçlerden ayıran en önemli özellik, öğrenmenin görece olarak uzun süreli olmasıdır” (Domjan, 2004, s.2). Uzun süreli dayanan öğrenmelerin belirli kavramların işlenmesine dayanacağı açıktır, bu nokta öğrenmenin zihinsel işlemlerin devreye girmesiyle gerçekleşebileceğine dair önemli bir belirteç olarak görülmektedir. Bu belirteç zihinsel faaliyetlerin yoğunlaştığı öğrenme biçimi olan bilişsel öğrenmeyi göstermektedir.

“Öğrenmeyi çağrışımlı öğrenme ve bilişsel (zihinsel) öğrenme olarak iki temel gruba ayırabiliriz” (Cüceloğlu, 2003, s.139). Bilişsel öğrenme yaklaşımı bireyin öğrenmesinde bilişsel süreçlere ağırlık verilmesine dayanmaktadır, bu süreçler algılama, hatırlama ve düşünme olarak belirtilmektedir (Cüceloğlu, 2003, s.162). İfade edilen süreçler bilişsel yapının ana aktarıcıları olarak düşünüldüğünde bilişsel öğrenmenin nasıl gerçekleştiğini irdelemenin bir zorunluluk olarak belirttiğinden hareketle bilgi işleme süreçlerinin ele alınması gerektiği düşünülmektedir. Bir yayında bilgi işleme evreleri şöyle belirtilmektedir (Domjan, 2004, s.172):

“Bellek yaşantının gecikmeli etkilerine ilişkindir. Öncelikle, uyarıcı ve tepkiler hakkındaki bilgi alınmalı ve bir şekilde sinir sisteminde kodlanmalıdır. Bu bilgi işleme sürecinin edinme evresidir. Kodlandıktan sonra bilgi, sonra kullanılmak üzere depolanmalıdır. Bu bilgi işleme sürecinin saklama evresidir. Son olarak saklama aralığının sonunda, gereksinim duyulduğunda bilgi depodan geri getirilebilmelidir.”

Ulaşılan noktada bilgi işlemede algı, dikkat ve belleğin öne çıkmakta olduğu ve bu doğrultuda fizyolojik süreçlere de değinilmesi gerektiğine inanılmaktadır. Bilgi işleme süreçlerinde tüm bireyler için ortak olan ve temel yapıyı belirleyen işlevselliğin aktarılmasının bilişsel yaklaşım uyarınca bilgi işlemede oluşan farklılıkları aktarabilmek için bir alt yapı oluşturabileceği düşünülebilir. Bu doğrultuda ele alındığında, bilinen bilgiler ışığında bilgi işleminin, insan anatomisindeki evrimsel süreçte ulaşılan son işleyişinin kısaca ele alınmasının gerektiği değerlendirilmektedir. Bu nedenle, ilerleyen satırlarda, bilgi işleme süreçlerinde nörobilim bakış açısıyla, derlenerek aktarılmaya çalışılacak bazı betimlemelere yer verilecektir.

## 5.2. Depresyonda Bilgi İşleme Yaklaşımı

Bilgi işleme süreçlerindeki aksamaların genel olarak psikopatolojide ve özel olarak da depresyondaki etkilerinin, öncelikle, geçmiş yaşam deneyimlerinin devreye girmesiyle tetiklenmekte olduğu düşünülebilir.

“Çocukluk çağındaki deneyimler, öğrenme yoluyla bazı temel düşünce, varsayım ve inanç sistemlerinin oluşmasına yol açar. Bu temel düşünce, inanç ve varsayımlar yapısal düzeyde kişinin şemalarını oluşturur. Bu şemalar, yaşamda bireyin kendine, diğerlerine ve dünyaya anlam vermesini sağlar” (Bozkurt, 2005, s.95). “Erken yaşam deneyimleri sonucu oluşan şemalar, katı, değişime dirençlidir” (Sungur’dan aktaran Bozkurt, 2005, s.95).

Çocuklukta yaşanan travmatik yaşam deneyimleri sonucunda oluşan şemaların depresyona yatkınlığı sağladığını ileri süren bazı çalışmalar bulunmaktadır (Guidano ve Liotti, ile Taylor ve Ingram’dan aktaran Bozkurt, 2005, s.96). “Bilişsel kurama göre şemalar bilgi işlemeyi etkilerler. Ancak, ileri sürülen bu etkinin nasıl olduğunu açıklayamazlar” (Bozkurt, 2005, s.96).

Bilgi işleme yaklaşımı uyarınca, edinilen bilginin bireyce değerlendirmeye alınmasıyla anlamlandırma süreci başlamaktadır. Bu süreç duyuşsal uyarının ön değerlendirmeye tabi tutulduğu, daha sonra dikkati çeken olayların algılandığı bir sürecin devreye girdiği ve sonunda dikkatin yöneltildiği eylemliliğin çalışma belleğince işlendiği bir döngüyü tanımlamaktadır.

“Bilgi işlemedeki ilk basamak olan *duyuşsal süreçler’in* (sensory processes) işlevi; uyarıcının sıklık, şiddet, süre ve karmaşıklık gibi fiziksel özelliklerini kodlamaktır. Duyuşsal kayıt sisteminin ilk işlevi, özel *duyuşsal kodları açmak* (decode) ve uyarıcıların fiziksel özellikleri konusunda bilgi sağlamaktır. Duyuşsal kayıt sisteminin ikinci işlevi, *duyuşsal iz’i depolamaktır*” (Karakaş Editörlüğünde, 2008, s.12).



Yukarıdaki satırlarda Duyusal Bellek olarak tanımlanan işlemsel yapının, normalde olagelenden farklı niteliklere sahip duyusal verilerin fark edilip işleme hazırlanmaya hazır olmak üzere ön-işlem sürecinden geçirilmesini betimlediği düşünülmektedir. Ön-işlem süreci, edinilen verilerin daha sonraya bilgiye dönüştürülmek üzere tanımlandığı bir durumu belirtiyorsa, bunun bilişsel kuramın dört temel unsurundan birincisi olan kendini, dünyayı ve yaşantıları, geleceği olumsuz algılamaya temel olmak üzere bilginin ön işleme sürecine alınması olduğu düşünülebilir.

“Örüntü tanıma veya nesne tanıma olarak da adlandırılan algılamaya ilişkin işlemler bağlamın analizi ile başlamakta; beklentiler için içine girmekte; uyarıcının fiziksel özellikleri, bağlam ve beklentiler altında analize tabi tutulmakta, bu bütünlük USB’deki bilgilerle karşılaştırılmakta ve bir karara varılmaktadır. Bu işlemler çoğunlukla bilinç-öncesidir; bu nedenle birey nesneyi “otomatik” biçimde algılamış olur” (Karakas Editörlüğünde, 2008, s.13).

Davranışsal Psikolojide Algı başlığı altında tanımlanan bu sürecin, bilişsel kuramın ilk unsuru olan ve bir üst paragrafta da ele alınmış bulunan bireyin olumsuz belirtilere odaklanması ve olumsuz düşüncelerin otomatik olarak ortaya çıkması unsurlarını tanımladığı düşünülmektedir.

Son olarak, Davranışsal Psikolojide Dikkat başlığı altında ele alınan kısımda ise canlılara yönelik bir bilgi bombardımanı olduğu ve bunun çok azının farkına varıldığı belirtilmekte ve bunun nedeninin bilgi işlemede bir seçim gerçekleştirmek üzere duyusal kayıt sistemi ile kısa süreli bellek arasında bir darboğaz olduğundan söz edilmektedir (Karakas Editörlüğünde, 2008, s.16).

Anılan darboğazın, gereksinim duyulan algı verilerinin dikkat süreciyle işlemsel yapıya aktarılmasını tanımladığından hareketle, bu aktarım sırasında gerçeğe uygun olmayan ve bireyin içinde bulunduğu durumla uyumunu sağlamaya hizmet etmeyen işlenmiş algısal verilerin kısa süreli belleğe (çalışma belleği) aktarıldığını ve bunun bilişsel kuramın üçüncü unsuru olan, bilgi işleme ve algıda sistematik hataların ortaya çıkması unsurunu açıklamaya yakın olduğuna inanılmaktadır. “Uzaklık, renk, hareket ve şeklin kaydedilmesi belirgin bir türe özgü değişmezlik gösterir ve bireysel yaşantılamının kendine özgülüğünden etkilenmez. Oysaki zihinsel içeriğin büyük bölümü, algı parçacıkları ve olayların bağlamsal eklemleri ve kişisel anlamlılık ile bezeyen idyosinkratik asosiyasyonlara dayanır” (Mesulam, 2004, s.56).

Burada belirtilen, bireylerin algılarının seçilerek odaklanılmış kısımları ile bireysel duyarlılık temelinde kişisel anlam içeren olayların ortak bağlam içinde değerlendirilmesidir. Bu değerlendirmenin, kişilik özelliklerine dayanan bir algı ve işlem sürecine işaret eder nitelikte olduğu düşünülmektedir ve kişinin kendi bireysel geçmişinden kaynaklanan olaylar ve yaşanmışlıklarından kaynaklanan bilgi evreniyle oluşturduğu yargıları uyarınca belirli varsayımları ortaya çıkardığı değerlendirilmektedir. Ulaşılan bu değerlendirmenin, bilişsel kuramın dördüncü ve son unsuru olarak belirtilen temel işlevsel olmayan sayıtların ortaya çıkması sürecinin oluşumunu nitelediği düşünülmektedir.

Depresyonda bilgi işleme yaklaşımının kognitif nörobilim doğrultusunda ele alındığı bir başka yayında da özellikle seçici dikkat, kısa süreli bellek ve yönetici kontrol işlevlerine vurgu yapılmakta; seçici dikkatte oluşan yanlılıkların, kısa süreli bellek performansındaki bozulmanın ve yönetici kontrolde görel bir bozulmaya atıfta bulunularak depresyonla sayılan işlev bozuklukları arasında bağıntılar olduğu ileri sürülmektedir (Irak Editörlüğünde, Tosun, 2009, s.147-154).

Bilişsel sistemin bireyin yaşantısında etkili bir işlev görmesi gerektiği varsayımından hareketle bilişsel sistemin sağlıklı çalışmasının uyumu güçlendirici ve sorun çözücü, tersi durumda ise sorun oluşumuna altyapı hazırlayıcı yönleri işaret edebileceği düşünülmektedir.

“Etkili bir bilişsel sistemin kişinin bilgileri yeniden düzenlenip değiştirebilmesine, bozucu etkilere karşı koyabilmesine, planlar yapıp, stratejiler üretebilmesine ve beynin diğer yönetici işlevlerini yerine getirmesine olanak sağlaması gerekir. Daha açık ifade etmek gerekirse, bilişsel mekanizmanın öğrenme, akıl yürütme, problem çözme, planlama, bozucu etkiye karşı koyabilme, zihinsel esneklik ve karar verme işlevlerini yerine getirebilmesi gerekmektedir” (Köylü, 2012, s.28). Bilişsel sistemin sağlıklı işlememesi durumunda ortaya çıkabilecek aksamaların bilişsel kuramdaki değerlendirmeleri ise bilgi işleme yaklaşımı çerçevesinde kognitif kuramın temel varsayımları olarak şöyle belirlenmiştir (Beck, Clark ve Alford’dan aktaran Türkçapar, 2003, s. 14,15,16):

“

- 1) Bilgi işleme ve çevrenin kognitif tasarımını oluşturma kapasitesi insanın ortama uyumu ve var kalması için önem taşır.
- 2) İnsanın bilgi işleme süreci etkin ve uyumsal bir biçimde işleyebilmek için çeşitli bilinçlilik düzeylerinde çalışabilir.
- 3) Bilişlerin üç düzeyi vardır. a) bilinç öncesi, istemsiz, otomatik düzey b) bilinçli düzey; ve c) metakognitif düzey. Metakognitif düzey şemaları içerir ve diğer düzeyler üzerine biçimleyici bir etkisi vardır.
- 4) Ruhsal işlevselliği ya da uyumu sağlayan temel mekanizma, anlam verme ile ilgili temel yapı olan şemalara dayalıdır.
- 5) Bilgi işlemenin temel işlevi gerçekliğin kişisel biçimde inşasıdır.
- 6) Anlam gerçekliğin önceden var olan bir bileşeni olmayıp birey tarafından anlam verme süreciyle oluşturulmasına rağmen belli bir bağlam ya da amaç özelinde düşünüldüğünde verilen anlam doğru ya da yanlış olabilir.

- 7) Anlamın iki katmanı vardır. a) olayın nesnel ya da genel kabul gören toplumsal anlamı; b) özel ya da kişisel anlam. Kişisel anlam, genel anlamdan farklı olmak üzere yorumlamalar, durumun kişiye göre önemlilik düzeyi veya olayın oluşumundan çıkarılan genellemeleri içerir.
- 8) Bilgi işleme insan yaşantısının emosyonel, davranışsal, ve fizyolojik bileşenleri için rehber ilke olarak hizmet görür. Bu sistemler arasındaki ilişkide düzenleyici görev bilgi işlemedir.
- 9) Bilgi işleme sisteminde iki tür amaç söz konusudur: ilki organizmanın varlığını sürdürebilmesine dönük primer hedef diğeri yaşam kaynaklarını artırmayı hedefleyen kazanca dönük ikincil hedefdir. İşlevi nedeniyle primal mod hız ve etkinliği artıracak biçimde gelişmiştir ve daha çok bilinç öncesi veya otomatik düzeyde işler. Bu mod etkin halde olduğunda ikincil sisteme baskın hale geçer, daha önceliklidir. Psikiyatrik rahatsızlıklar ve kişilik bozukluklarında primal düzey baskın hale geçmiştir.
- 10) Ruhsal bozukluklar bilgi işleme sistemindeki özgün anlamlandırma yapılarının yersiz ve/veya bozuk şekilde aktive olmasıyla karakterizedir.
- 11) İnsanlar özgün hatalı kognitif yapılanmalara (kognitif çarpıtmalar) eğilimlidir.
- 12) Anlamlandırma yapılarının dönüşümü insanın değişim sürecinde merkezi bir rol oynar.”

Aktarılan bilgi işleme aksamalarına yönelik değerlendirmelerin ışığında, depresyona eğilimi sağlayan kişilik özelliklerinin; öğrenilen bilgiler ve bu bilgilerin sağlıklı işlemlenememesi sonucunda edinildiğine yönelik bir öngörünün oluşabileceğine inanılmaktadır.

### 5.3. Konuya İlişkin Araştırmalar

Kişilik özellikleri ile depresyon arasındaki bağıntıyı araştırmak üzere gerçekleştirilen araştırmaların önemli kısmı Cloninger'in Psikobiyolojik Kişilik Kuramı çerçevesinde olup, çoğunlukla kişilik bozuklukları ile mizaç ve karakter arasındaki bağıntıyı araştırmaya dönük olarak tasarlanmış oldukları görülmüştür. Cloninger'in Psikobiyolojik Kişilik Kuramı'ndaki mizaç (yenilik arayışı, zarardan kaçınma, ödül bağımlılığı ve sebat etme) karakter özelliklerinden (kendi kendini yönetme, işbirliği yapma ve kendini aşma) oluşan yedi boyutlu kişilik modelinde mizaç ve karakter arasındaki etkileşimlerle oluşan alt boyutlar ise şöyle sıralanmaktadır (Arkar, 2005, s.85-94, Sayın ve Aslan, 2005, s.279):

- Beklenti Endişesi ve Kötümserlik-İyimserlik
- Belirsizlik Korkusu
- Yabancılardan Çekinme
- Çabuk Yorulma
- Keşfetmekten Heyecan Duyma
- Dürtüsellik-Düşüncelilik
- Savurganlık-Tutumluluk
- Düzensizlik-Düzenli Olma
- Duygusallık
- Bağlanma-Uzak Olma
- Bağımlılık-Bağımsızlık
- Sebat Etme
- Sorumluluk Alma
- Amaçlılık-Hedef Yönetim Eksikliği
- Beceriklilik-Eylemsizlik
- Kendini Kabul Etme-Kendiyle Çekişme
- Uyumlu İkincil Huylar-Uygunsuz Alışkanlıklar
- Sosyal Onaylama-Hoşgörüsüzlük
- Empati Duyma-Sosyal İlgisizlik

- Yardımseverlik-Yardımsever Olmama
- Acıma-Kincilik
- Erdemlilik-Menfaatçilik
- Kendilik Kaybı-Bilinçli Yaşantılar
- Kişiler Ötesi Özdeşim-Kendini ayırma
- Manevi kabullenme-Rasyonel Materyalizm

Yukarıda sıralanan kişilik boyutları ile 16 PF Kişilik Envanteri Kişilik Faktörleri arasındaki korelasyonlara dikkat çekilerek Psikobiyolojik Kişilik Kuramı uyarınca elde edilen sonuçların yorumlanmasına çalışılacaktır.

Ak, Özmenler ve Özşahin tarafından 70 kişilik bir popülasyonla yapılan kontrollü bir çalışmada depresyon tanısı ile zarardan kaçınma skorları arasındaki doğrusal ve yüksek korelasyona dikkat çekilmiş (Akiskal ve arkadaşlarından aktaranlar, Ak, Özmenler, Özşahin, 2008, s.37) ve kendini koruma amacıyla geri çekilmeye dayalı bir yapı olduğu, ayrıca ödüle bağımlılık puanlarında düşüşle depresyon arasındaki yakın ilişkiye atıfta bulunularak, kişinin başkalarının ödülleneceği koşullanmış olmasının bağımlılığını artırdığına ve depresyonu tetiklediğine dikkat çekilmiştir (Ak, Özmenler, Özşahin, 2008, s.33). Burada belirtilen zarardan kaçınma puanındaki düşüklüğün Cattell'in Envanteri'ndeki Amaçlarını Gerçekleştirme ve Problem Çözme Becerisi faktörlerindeki düşük puanları işaret ettiği değerlendirilmektedir. Ödüle bağımlılık puanlarındaki düşüklüğün Sosyal Girişkenlikteki çekingen yapıyı, Baskınlıktaki alttan alan ve Spontanlıktaki sakıngan yapıları işaret ettiği düşünülmektedir. Her iki modeldeki benzeşen değişkenlerin bulgularının örtüştüğü düşünülebilir.

Yine psikosomatik hastalıklarla kişilik özellikleri arasındaki bağlantının sorgulandığı ve 1991-2009 yılları arasındaki çalışmaların büyük çoğunluğunun incelenmesine dönük bir derleme çalışmasında da zarardan kaçınma puanlarındaki yüksekliğe vurgu yapılarak bu bireylerin sosyal ketlenme, çabuk yorulma, yabancılardan kaçınma,

sürekli endişeli olma hali gösteren; sakınan, pasif, kendine güveni olmayan, kötümser bireyler oldukları belirtilmektedir (Güleç, 2009). Bu çalışmada da zarardan kaçınma ile Problem Çözme ve Amaçlarını Gerçekleştirme değişkenleri arasında bir korelasyon olduğu, Sosyal Girişkenlik ve Grupta Olma isteği değişkenlerinde düşük puanları ve Gerginlik değişkeninde ise yüksek puanları işaret etmekte oldukları düşünülmektedir.

2002 yılında Fransa'da, Paris Salpetriere Hastanesi Psikiyatri Kliniği'nde yatan hastalar üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmada da zarardan kaçınma ve ödüle bağımlılık skorlarıyla depresyon arasında güçlü bir korelasyon olduğu, çalışma örnekleminin %25'nin kişilik özelliklerinin depresyona yatkın olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Pelissolo, Corruble, 2002). Burada da Zarardan kaçınma ile Amaçlarını Gerçekleştirme ve Problem Çözme değişkenleri arasında, ödüle bağımlılık ile Sosyal Girişkenlik, Baskınlık ve Spontanlık değişkenlerindeki düşük puanları işaret ettiği düşünülmektedir.

Arkar tarafından yürütülen bir çalışmada ise yine zarardan kaçınma puanlarının yüksek oluşuyla, kendini yönetme ve işbirliği yapma skorlarının düşüklüğü ve depresif duygu durum arasında güçlü bir korelatif bağ olduğu bulunmuş, çalışma Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniği'nde 147 hasta üzerinde gerçekleştirilmiş ve sonuç olarak; kendini yönetme başlığı altında tanımlanan olgunluk, güçlülük, kendine yetebilme, sorumluluk sahibi olma, güvenilir ve yapıcı olma, etkin olma alt alanlarıyla yüksek benlik saygısı ve kendine güven ana alanları arasındaki doğrusal bağıntının depresyona karşı koruyucu bir yapıyı geliştirdiği ileri sürülmüş, diğer araştırmacılardan farklı olarak bir başka alanda da, işbirliği yapma skorlarının yüksekliği ile depresyon arasında ters yönde güçlü bir ilişki olduğu saptanmıştır; başkalarının hizmetinde olmaktan hoşlanma, olabildiğince işbirliğine girmeye çabalama, empatik ve hoşgörülü olma, destekleyici, adil ve ilkeli olma gibi alt başlıkları içeren bu ana alandaki puanların yüksekliğinin yine depresif duygu durumu önleyici bir işleve sahip olduğu ileri sürülmüştür (Arkar, 2010). Bu çalışma

kapsamında zarardan kaçınma ile Amaçlarını Gerçekleştirme ve Problem Çözme Becerisi arasında ve işbirliği yapma ile Kendini İfade Etme Tercihi değişkenlerindeki düşük puanların kendini yönetme ile Kendini Sorgulama ve Karar Verme Tarzı değişkenleri arasındaki yüksek puanların korelasyon içinde oldukları değerlendirilmektedir.

Gökdağ ve Arkar tarafından yapılan bir araştırmada ise 127 majör depresif bozukluk tanısı almış katılımcı ile 128 sağlıklı bireyin katılımcı olduğu bir araştırma gerçekleştirilerek, katılımcılara Mizaç ve Karakter Envanteri, Fonksiyonel Olmayan Tutumlar ölçeği, Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Beck Depresyon Envanteri uygulanmış, psikobiyojik kişilik modeli ve bilişsel model arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma çerçevesinde, hasta grubunun kontrol grubuna oranla daha fazla zarardan kaçınma ve daha düşük kendini yönetme, işbirliği yapma ve sebat etme puanı aldıkları sonuçlarına ulaşılmıştır (Gökdağ ve Arkar, 2015). Bu çalışma için de zarardan kaçınma ile Amaçlarını Gerçekleştirme ve Problem Çözme Becerisi ve işbirliği yapma ile değişkenlerindeki düşük puanların, Kendini İfade Etme Tercihi değişkenlerindeki düşük puanların kendini yönetme ile Kendini Sorgulama ve Karar Verme Tarzı değişkenleri arasındaki yüksek puanların korelasyon içinde oldukları, son olarak sebat etme ile Mükemmeliyetçilik değişkenindeki düşük puanların korele oldukları değerlendirilmektedir.

Bu çalışmaların hemen tamamında Cloninger'in Psikobiyojik Modeli'nin kişilik bozukluklarını ölçmeye ve siklotimik huy veya distimik huy gibi genel alanları tanımlamaya çalışan bir ölçüm aracı olmasından dolayı, kişiliğin mizaç (doğumsal olarak edinilmiş ve duygulara dayalı beceriler ve alışkanlıkların bütünleşmesine dayanan temel davranış örüntüsü) ve karakterle (kendiliği tanımlayan temel parametreler) tanımlanmasının söz konusu olduğu ve dolayısıyla daha çok kişiliğin doğumsal olarak edinilmiş yönlerinin de içinde bulunduğu değerlendirmeler yapıldığı düşünülebilir. 16 PF Kişilik Faktörünün ise; doğuştan getirilen niteliklere hiç yer vermeyen, kişiliğin günlük



yaşamdaki etkileşimlerle ilgili çevresel etkenlerini ele alan ve uyumun, kendiliği salt öznel yapı olarak değil aynı zamanda diğer yaşamsal bileşenlerle etkileşimli olarak irdeleyen yönünü vurgulayan yapısından dolayı, depresyon ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi daha iyi ölçebileceği ve dolayısıyla daha sağlıklı sonuçlara ulaşılacağı ileri sürülebilir.

Sığrı ve Gürbüz tarafından yapılan bir araştırmada, Eysenck'in Beş Faktör kuramı uyarınca akademik başarı ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki sorgulanmıştır. Araştırma kapsamında toplamda 550 üniversite öğrencisiyle çalışılmış ve dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal denge ve gelişime açıklık faktörleriyle akademik başarı arasında şu sonuçlara ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin akademik başarılarının artmasında en önemli rolü dışadönüklük faktörünün oynadığı, en yüksek korelasyonun ise dışadönüklük faktörü ile sorumluluk faktörü arasında olduğu belirtilmektedir (Sığrı ve Gürbüz, 2011). Bu çalışma için Eysenck'in Modelindeki dışadönüklük ile 16 PF kişilik Envanteri'ndeki Sosyal Girişkenlik ve Kurallara bağlılık değişkenlerindeki yüksek puanları işaret ettiği düşünülmektedir.

Sarıcaoğlu ve Arslan tarafından yapılan bir çalışmada da üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin kişilik özellikleriyle bağıntısı sorgulanmış, 636 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilen araştırma sonucunda psikolojik iyi olma halinin diğerleriyle olumlu ilişkiler alt başlığıyla dışa dönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk bileşenleri arasında güçlü bir korelasyon olduğu görülmüştür (Sarıcaoğlu ve Arslan, 2013). Dışa dönüklüğün, Sosyal Girişkenlik, Yeniliğe Açıklık ve sorumluluk ile Mükemmeliyetçilik değişkenindeki yüksek, yumuşak başlılıkla Baskınlık değişkenindeki düşük puanların korelasyon içinde oldukları değerlendirilmektedir.

Öğretmenlerin kişilik özellikleri ile kişisel sağlık davranışları ve depresif belirtileri arasındaki ilişkilerin sorgulandığı bir başka çalışmada ise 433 kişilik örneklem üzerinde Beck Depresyon Envanteri, Eysenck Kişilik Envanteri ve Kişisel Sağlık Davranışları Formu kullanılarak aralarındaki bağlantılar sorgulanmıştır, araştırma sonucunda içedönük bireylerde depresyon riskinin daha fazla olduğu belirlenmiştir (Bektaş, Yazıcı ve Altun, 2013). Bu çalışma için, içedönük olma ile Spontanlık ve Sosyal Girişkenlik değişkenlerindeki düşük puanların bir korelasyon gösteriyor oldukları değerlendirilmektedir.

Majör depresif bozukluğu olan hastalarda kişilik özellikleri ve affektif mizaç özelliklerinin araştırıldığı bir çalışmada 83 kişilik bir örneklem üzerinden, Hamilton Depresyon Derecelendirme Ölçeği, mizaç özelliklerini ölçen TEMPS-A Ölçeği ve kişilik bozukluklarını ölçümleyen DSMIII-R SCID-II ile değerlendirme gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda 83 katılımcının 10 tanesi gibi çok düşük bir kısmının baskın kişilik özelliklerine sahip olduğu saptanmıştır (Aslan ve Demir, 2008). Bu çalışma için, katılımcıların büyük çoğunluğunun Baskınlık değişkenindeki düşük puanları işaret eden alttan alan bir yapıyı sergiledikleri düşünülebilir.

Ele alınan bu çalışmaların yanı sıra, 16 PF Kişilik Envanteri kullanılarak yapılan sınırlı sayıdaki çalışma da ele alınarak değerlendirilmek istenilmiş, ulaşılan sonuçlar izleyen satırlarda sunulmuştur.

Bu konuda ulusal ve uluslararası literatürde yayımlanmış fazla sayıda çalışma bulunmamaktadır, bulunabilen çalışmalardan biri üç ayrı ülkede gerçekleştirilmiş; Tayland, Chiang Mai Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniği, Kanada, Toronto Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniği ve yine Toronto Üniversitesi Medikal Bilimler Enstitüsünde 60 ile 93 yaş arasındaki 123 kişilik bir örneklem grubuyla yapılan çalışmalarda yaşlı

bireylerde depresyona yatkınlık kriterleri olarak; yaş faktörü, aile durumu (eşle yaşama ya da tek olma), ekonomik gelir, bilişsel fonksiyonları, kişilik özellikleri ve kişilerarası problemlerin varlığı ele alınmış, Kişilerarası Problemler Envanteri, Semptom Tarama-90 Check List ve 16 PF Kişilik Faktörü uygulanmış, gençlik döneminde entelektüel yetenek düşüklüğü olması, sosyal geri çekilme ve duygusal tutarlılık olmaması ile depresyon arasındaki ilişki sorgulanmıştır. Çalışmada, sosyal geri çekilmeye yüksek skorlarla, duygusal tutarlılıkta düşüklük ve gençlik döneminde entelektüel beceri düşüklüğü arasında güçlü bir ilişki saptanmıştır.

Buradan çıkan sonuçlar; 16 PF Kişilik Faktörü'nde yer alan duygusal kararlılık, sosyal girişkenlik ve akıl yürütme alanlarında düşük skorlara işaret edildiğini; kendine güven, özdeğer algısı, bağımsız olma ve empati kurabilme alt alanlarında zorlukların bulunduğunu gösterir niteliktedir. Anılan bu alanlar diğer metodolojik yapılarla da ölçülebilir görünse de 16 PF Kişilik faktörü ile daha geniş bir sorgulama yapılabildiği bu çalışmada ek olarak negatif duygulanımla (örneğin; anksiyete, utanç) depresif yapılanma ve öfke arasındaki bağıntılar da sorgulanabilmiş, anılan tüm bu alanlarda yüksek bağıntı saptanmış, ayrıca yüksek nörotisizm skorları ile duygusal tutarlılık dalgalanmasıyla bağımlılık ve itkisel davranış geliştirme, stresi yönetememe ve tepkisel davranma eğilimi arasında ayrıca çok güçlü bağlantılar olduğu da saptanmıştır (Wongparakan, Reekum, 2012). Bu durum, 16 PF Kişilik Faktörünün detaylı ve somut bağlantılar elde etmede daha efektif olduğu yönünde değerlendirilebilir.

16 PF Kişilik Faktörü kullanılarak yapılmış olan ve depresyonla kişilik özellikleri arasındaki bağıntıyı sorgulayan en özgül çalışma, Ocio Leon ve Fernandez Garcia tarafından İspanya Asturias'ta bulunan Centro de Salud Mental'de gerçekleştirilen ve depresyon türlerinden biri olan distimi ile kişilik özellikleri arasındaki doğrudan bağıntıyı sorgulayan, 1990'lı yılların sonlarında yapılan çalışmadır. Çalışmada,

randomize olarak seçilmiş bulunan ve ICD-10 kriterleri çerçevesinde distimi tanısı almış olan 40 hastaya 16 PF Kişilik Faktörü uygulanmış, çalışmaya bipolar bozukluğu, siklotimik bozukluğu, organik mental bozukluğu bulunan ve uzun süreli psikiyatrik ilaç kullananlarla psikotik özellik gösteren hastalar dahil edilmemiştir. Katılımcılara Hamilton Kaygı Ölçeği, Montgomery-Asberg Depresyon Değerlendirme Ölçeği ve 16 PF Kişilik Faktörü Ölçeği uygulanmıştır, çalışma verileri SPSS ile değerlendirilmiş, vakaların % 47.5 'unda distimi saptanmış, distimi saptanan bu popülasyonun ego gücü zayıf, suçluluk eğilimi, süperegosu, stres ve anksiyete düzeyleri yüksek ve enerjileri düşük olan bireylerden meydana geldiği, kişilik özellikleri açısından ise duygusal açıdan dengesiz, aşırı vicdanlı, katı ahlakçı bir görüşe sahip, ürkek, endişeli, kendine güvenmeyen, gergin, sinirli ve yüksek oranda kaygılı bireyler oldukları saptanmıştır. Çalışmada, kadınların depresyona yatkınlığı öne çıkaran kişilik özelliklerine daha çok sahip oldukları ve daha çok distimi tanısı aldıkları, yaşın ilerlemesi ile depresyon arasında doğrusal bir ilişki olduğu, düşük eğitim düzeyine sahip ve sürekli bir işi olmayanların daha çok depresyona yakalandıkları, değersizlik algısı yüksek, utangaç, aşırı duyarlı ve duygularını kontrol etmede zorluk çeken bireyler oldukları belirtilmektedir (Ocio, Garcia, 1994).

16 PF kullanılarak yapılan bir başka çalışmada da 103 kaygı bozukluğu hastasının ve 183 kişilik sağlıklı kontrol grubunun kişilik özellikleri karşılıklı olarak sorgulanmış, kontrol grubuna göre hastaların O ve Q4 faktörlerinden yüksek, C,E,F,H ve Q3 faktörlerinden ise düşük puan almakta oldukları görülmüştür (Samochowiec ve arkadaşları, 2005). Bu çalışmada, kaygı bozukluğu yaşayan katılımcıların Kendini Sorgulama (O) ve Gerginlik (Q4) değişkenlerinden yüksek puanlar aldıkları, Amaçlarını Gerçekleştirme (C), Baskınlık (D), Spontanlık (E) ve Sosyal Girişkenlik (G) değişkenlerinden ise düşük puanlar aldıklarına işaret etmektedir.

Tıp öğrencilerinin psikolojik iyi olma hallerinin 105 kişilik bir örnekleme belirlenmeye çalışıldığı, Psikolojik Durum Ölçeği ve 16 PF Kişilik Envanteri'nin kullanıldığı araştırmada, örneklemin büyük çoğunluğunun depresyon ve anksiyete bozukluğunun bulunmadığı, bu durumun Kişilik Envanterinde yer alan B ve M faktörlerindeki yüksek puanları, öte yandan akademik başarı düşüklüğüyle Q4 faktöründeki düşük puanlar arasındaki korelasyonu işaret etmekte olduğu belirtilmiştir (Srivastava ve arkadaşları, 2007). Bu çalışmada ise, Problem Çözme Becerisi (B) ve Soyuta Odaklılık (M) değişkenlerinden alınan yüksek puanlar ile ve Gerginlik (Q4) değişkenindeki yüksek puanların söz edilen değerlendirmelere işaret ettiği düşünülmektedir.

Yapılan çalışmalarda görüleceği üzere 16 PF kişilik faktörü diğer kişilik ölçme araçlarına oranla daha detaylı ve alt alanlarla daha bağlantılı sonuçlara ulaşılmasına olanak tanımaktadır ancak bu alanda yeterli çalışma olmaması ciddi bir dezavantaj olarak görülmekte ve depresyonla kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin daha çok sorgulanması gerektiğine inanılmaktadır.

#### **5.4. BDE Puanıyla İstatistiksel İlişkide Olan Değişkenlerin Değerlendirilmesi**

Literatürde yer alan bilgilerden aktarılanların ışığında ve araştırma kapsamında elde edilen bulguların değerlendirilmesi ile ulaşılan sonuçlar takip eden satırlarda aktarılmaya çalışılacaktır.

Normal Dağılıma Uyan Değişkenler İçin Değişkenlerin Korelasyon Analizi Tablosunda (Tablo 9) yer alan ve Bağımsız Değişkenlerle BDE Puanı arasındaki istatistiksel öneme sahip bir ilişki bulunması koşulu uyarınca bulgular incelendiğinde şu noktaların dikkat çektiği görülmektedir.

Tabloda yer alan değişkenlerden Başkalarına Güven, Soyuta Odaklılık ve Gerginlik değişkenleri ile depresyon tanısı almış bulunan katılımcılara ait BDE puanları arasında istatistiksel öneme sahip

ilişkiler bulunduğu, diğer değişkenlerle herhangi bir istatistiksel önemde ilişki olmadığı görülmüş, istatistiksel ilişki saptanabilen Başkalarına Güven, Soyuta Odaklılık ve Gerginlik değişkenleri için gerekli değerlendirmeler yapılarak aşağıda sunulmuştur:

Başkalarına Güven değişkeni açısından değerlendirildiğinde, depresyon tanısı almış bulunan katılımcıların BDE Puanıyla 0,05 önem düzeyinde istatistiksel bir ilişki içinde oldukları görülmüştür (bkz. Tablo 9). Başkalarına güven değişkeni için depresyon tanısı almış bulunan katılımcıların ortalamalarının karşılaştırılması sonucunda (bkz. Tablo 3 ve 4) depresyon tanısı almamış olan katılımcıların ortalamalarından daha yüksek olmasından (bkz. Tablo 3) hareketle Başkalarına Güven değişkeni ile depresyon arasında bir bağıntının bulunduğu ve değişkenin faktör alt özelliklerinin incelenmesiyle de değişken ortalamasında yüksek puanları işaret eden faktör alt özelliği olan davranışları şüpheyle karşılama (bkz. Tablo1) eğiliminin artmasının depresyon oluşumuna zemin hazırlayan bir yapıyı temsil ettiği düşünülebilir.

Soyuta Odaklılık değişkeni açısından, depresyonu olan katılımcılar ve BDE Puanı arasında 0,01 önem düzeyinde istatistiksel bir ilişki olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 9). Bu değişken için depresyonu olan katılımcıların ortalamalarının karşılaştırılması sonucunda depresyonu olan katılımcıların ortalamalarının daha yüksek olmasından dolayı (bkz. Tablo 3) Soyuta Odaklılık değişkeni ile depresyon arasında bir bağıntının bulunduğu ve değişkenin faktör alt özelliklerinin incelenmesiyle de değişken ortalamasında yüksek puanları işaret eden faktör alt özelliği olan düşünce yönelimli olma (bkz. Tablo1) eğiliminin artmasının depresyon oluşumuna zemin hazırlayan bir yapıyı temsil ettiği düşünülebilir.

Gerginlik değişkenine yönelik olarak yapılan incelemede, depresyonu olan katılımcıların BDE Puanıyla aralarında bu değişkenle ilgili olarak 0,01 önem düzeyinde istatistiksel bir ilişkiyi işaret ettiği görülmektedir (bkz. Tablo 9). Gerginlik değişkeni için depresyonu olan

ve olmayan katılımcıların ortalamalarının karşılaştırılması sonucunda (bkz. Tablo 3 ve 4) depresyonu olan katılımcıların ortalamalarının daha yüksek olmasından dolayı (bkz. Tablo 3) Gerginlik değişkeni ile depresyon arasında bir bağıntının bulunduğu ve değişkenin faktör alt özelliklerinin incelenmesiyle de değişken ortalamasında yüksek puanları işaret eden faktör alt özelliği olan gergin ve engellenmiş olma unsurlarındaki (bkz. Tablo1) artışın, depresyon oluşumuna zemin hazırlayan bir yapıyı temsil ettiği düşünülebilir.

Normal Dağılıma Uyan Değişkenler İçin Korelasyon Analizi Tablosu'nda yer alan ve tüm katılımcılar açısından BDE Puanıyla istatistiksel öneme sahip bir ilişki içinde buldukları görülen Problem Çözme Becerisi ve Kendini Sorgulama değişkenlerindeki ilişkiselliğin önemli olduğuna inanılmaktadır. Her iki değişken için toplum genelinde bir depresyona yatkınlık bulunup bulunmadığının araştırılması gerektiği düşünülmektedir.

Normal Dağılıma Uymayan Değişkenler İçin Korelasyon Analizi Tablosunda (Tablo 10) yer alan ve Bağımsız Değişkenlerle BDE Puanı arasındaki istatistiksel öneme sahip bir ilişki bulunması koşulu uyarınca bulgular incelendiğinde, tabloda yer alan değişkenlerle depresyon tanısı almış bulunan katılımcılar arasında istatistiksel öneme sahip herhangi bir ilişki gözlenememiştir. Bu nedenle, anılan tabloda yer alan değişkenlerle depresyon kavramı arasında bir bağıntının bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ancak, Tablo'da yer alan ve tüm katılımcılar açısından BDE Puanıyla istatistiksel bir ilişki içinde buldukları görülen; Amaçlarını Gerçekleştirme, Spontanlık, Sosyal Girişkenlik, Yeniliğe Açıklık, Karar Verme Tarzı ve Mükemmeliyetçilik değişkenlerindeki bağlantının toplum genelindeki sorun noktalarına işaret ediyor olabileceği ve genel bir sağlık sorunu olan depresyona toplumsal yatkınlığı işaret ediyor olabileceklerinden dolayı üzerinde dikkatle durulması gerektiği düşünülmektedir. Ayrıca, depresyonu olmayan katılımcılar açısından; Amaçlarını Gerçekleştirme ve Yeniliğe Açıklık değişkenleri ile BDE Puanı arasında istatistiksel

bir ilişki bulunmasının da aynı şekilde önem taşıdığı değerlendirilmektedir. Bu noktada, hem tüm katılımcılar hem de depresyonu olan katılımcılar açılarından BDE Puanıyla istatistiksel öneme sahip bir ilişki gösteren Amaçlarını Gerçekleştirme ve Yeniliğe Açıklık değişkenlerinin daha özel bir yaklaşımla ve öncelikle ele alınarak değerlendirilmesi gerektiğine inanılmaktadır.

### **5.5. Bağımsız Değişkenlerin Birbirleriyle Etkileşimlerinin Değerlendirilmesi**

Bağımsız değişkenlerin kendi aralarındaki etkileşimlerinin irdelendiği Bağımsız Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar Etkileşim Tablosu (Tablo 11) bulgularının değerlendirilmesi sonucunda aşağıda sunulan sonuçlara ulaşılmıştır:

Bağımsız değişkenlerin birbirleriyle karşılıklı etkileşimlerinde çok zayıf, zayıf, orta düzeyde ve kuvvetli olmak üzere dört ayrı kategoride ilişki saptanmış olup, bu ilişkilerden orta düzeyde olanları şöyle sıralamak olasıdır; Spontanlık değişkeni ile Grupta Olma İsteği ve Baskınlık değişkenleri arasında, Sosyal Girişkenlik değişkeni ile Grupta Olma İsteği, Amaçlarını Gerçekleştirme, Baskınlık ve Kuralları Sorgulama değişkenleri arasında, Soyuta Odaklılık değişkeni ile Amaçlarını Gerçekleştirme (ters yönlü olmak üzere) ve Başkalarına Güven değişkenleri arasında, Kendini İfade Etme Tercihi değişkeni ile Sosyal Girişkenlik (ters yönlü olmak üzere) değişkeni arasında, Kendini Sorgulama değişkeni ile Sosyal Girişkenlik ve Soyuta Odaklılık değişkenleri arasında, Yeniliğe Açıklık değişkeni ile Baskınlık ve Sosyal Girişkenlik değişkenleri arasında, Karar Verme Tarzı değişkeni ile Spontanlık ve Sosyal Girişkenlik (ters yönlü olmak üzere) değişkenleri arasında, Mükemmeliyetçilik değişkeni ile Kuralları Sorgulama değişkeni arasında ve son olarak Gerginlik değişkeni ile Soyuta Odaklılık ve Kendini İfade Etme Tercihi değişkenleri arasında orta düzeyde bir etkileşim olduğu görülmüştür.



Bağımsız değişkenlerin karşılıklı etkileşimlerinde kuvvetli düzeyde olanları ise şöyle sıralamak olasıdır; Sosyal Girişkenlik değişkeni ile Spontanlık değişkeni arasında, Kendini Sorgulama değişkeni ile Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni arasında ve son olarak Gerginlik değişkeni ile Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni arasında kuvvetli düzeyde bir etkileşim olduğu görülmüştür.

Kuvvetli düzeyde gerçekleşen bu etkileşimlerin değerlendirilmesi amacıyla anılan değişkenlerin BDE Puanıyla istatistiksel olarak önemli bir ilişki içinde olup olmadıkları; Depresyon Tanısı Bulunan Katılımcılar İçin Tanımlayıcı İstatistikler (Tablo 3) ve Depresyon Tanısı Bulunmayan Katılımcılar İçin Tanımlayıcı İstatistikler (Tablo 4) tablolarındaki ortalamalar, Normal Dağılıma Uyan Değişkenler İçin Korelasyon Analizi Tablosundaki (Tablo 9) ve Normal Dağılıma Uymayan Değişkenler İçin Korelasyon Analizi Tablosundaki (Tablo 10) önemliliklere dayanılarak, aralarındaki bağıntıların irdelenmesiyle aşağıda yer alan sonuçlara ulaşılmıştır;

Sosyal Girişkenlik değişkeni açısından; Sosyal Girişkenlik değişkeninin BDE Puanıyla tüm katılımcılar açısından 0,01 düzeyinde istatistiksel olarak önemli bir ilişkisi bulunmaktadır (bkz. Tablo 10), Spontanlık değişkeninin ise BDE Puanıyla yine tüm katılımcılar açısından 0,05 düzeyinde istatistiksel olarak önemli bir ilişkisi bulunmaktadır (bkz. Tablo 10). Ancak, her iki değişkenin de depresyon tanısı almış bulunan katılımcılarla istatistiksel olarak önemli bir ilişki içinde bulunmadıkları gözlenmiştir. Araştırma koşulları BDE Puanıyla bağımsız değişkenler arasında bir koşulluluğu gerektirdiğinden araştırma sınırları içinde kalınması zorunluluğundan dolayı anılan değişkenler arasındaki etkileşimin sorgulaması yapılamamıştır.

İkinci olarak Kendini Sorgulama değişkeni açısından; Kendini Sorgulama değişkeninin BDE Puanıyla tüm katılımcılar açısından 0,01 düzeyinde istatistiksel olarak önemli bir ilişkisi bulunmaktadır (bkz.

Tablo 9), Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeninin de BDE Puanıyla hem tüm katılımcılar hem de depresyon tanısı almış olmayan katılımcılar açısından 0,01 düzeyinde istatistiksel olarak önemli bir ilişkisi bulunmaktadır (bkz. Tablo 10). Ancak, burada da yine her iki değişkenin de depresyon tanısı almış bulunan katılımcılarla ilişkili olarak herhangi bir önemlilik düzeyinde istatistiksel ilişkisi bulunmadığı görülmüş ve araştırma sınırlarına uyma zorunluluğunca anılan değişkenler arasındaki etkileşim sorgulanamamıştır.

Üçüncü olarak ele alınan Gerginlik değişkeni açısından; Gerginlik değişkeninin BDE Puanıyla tüm katılımcılar ve depresyon tanısı almış bulunan katılımcılar açısından 0,01 düzeyinde istatistiksel olarak önemli bir ilişkisi bulunmaktadır (bkz. Tablo 9), ancak Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeninin BDE Puanıyla tüm katılımcılar ve depresyonu olmayan katılımcılar açısından 0,01 düzeyinde istatistiksel olarak önemli bir ilişkisi bulunmaktadır (bkz. Tablo 10). Bu nedenle, yine yukarıda ifade edildiği üzere, etkileşim içinde bulunan değişkenlerin her ikisi birden depresyon tanısı almış katılımcılar açısından BDE Puanıyla istatistiksel olarak önemli bir ilişki içinde bulunmadıklarından dolayı araştırma sınırları içinde kalma zorunluluğundan dolayı bu iki bağımsız değişken arasındaki etkileşim sorgulanmamıştır.

Orta düzeyde gerçekleşen etkileşimlerin değerlendirilmesi amacıyla yine anılan değişkenlerin BDE Puanıyla istatistiksel olarak önemli bir ilişki içinde olup olmadıkları; Depresyon Tanısı Bulunan Katılımcılar İçin Tanımlayıcı İstatistikler (Tablo 3) ve Depresyon Tanısı Bulunmayan Katılımcılar İçin Tanımlayıcı İstatistikler (Tablo 4) tablolarındaki ortalamalar, Normal Dağılıma Uyan Değişkenler İçin Korelasyon Analizi Tablosundaki (Tablo 9) ve Normal Dağılıma Uymayan Değişkenler İçin Korelasyon Analizi Tablosundaki (Tablo 10) önemliliklere dayanılarak, aralarındaki bağıntıların irdelenmesiyle aşağıda yer alan sonuçlara ulaşılmıştır;

Spontanlık değişkeni açısından Grupta Olma İsteği ve Baskınlık değişkenleriyle gerçekleşen etkileşimlerinin sorgulanması ile sunulan sonuçlara ulaşılmıştır; Spontanlık değişkeninin BDE Puanıyla tüm katılımcılar açısından 0,05 düzeyinde istatistiksel olarak önemli bir ilişkisi bulunmaktadır (bkz. Tablo 10), Grupta Olma İsteği değişkeninin BDE Puanıyla herhangi bir istatistiksel olarak önemli ilişkisi bulunmamaktadır (bkz. Tablo 9), öte yandan Baskınlık değişkeninin de BDE Puanıyla herhangi bir istatistiksel olarak önemli ilişkisi bulunmamaktadır (bkz. Tablo 9). Bu durumda, Grupta olma İsteği ve Baskınlık değişkenleriyle BDE Puanları arasında istatistiksel olarak önemli bir ilişki gözlenemediği için Spontanlık değişkeniyle birlikte sorgulanabileceği ve değerlendirilebileceği bir altyapı kurulamadığından araştırma sınırları içinde olma zorunluluğundan dolayı bir değerlendirme yapılamamış, değişkenler arasındaki ilişkilerin başka nedenselliklerle bağlantılı olduğu yordandırmıştır.

Sosyal Girişkenlik değişkeninin tüm katılımcılar açısından BDE Puanıyla 0,01 düzeyinde istatistiksel öneme sahip bir ilişkisi bulunmaktadır ancak etkileşim içinde bulunduğu Grupta olma isteği, Amaçlarını Gerçekleştirme, Baskınlık ve Kuralları Sorgulama değişkenlerinin hiç birinin depresyon tanısı almış katılımcılar açısından BDE Puanıyla aralarında herhangi bir istatistiksel önemliliğe sahip ilişki bulunmadığından anılan değişkenler arasındaki etkileşim sorgulanmamıştır.

Soyuta Odaklılık değişkeni için tüm katılımcılar ve depresyonu olan katılımcılar açısından 0,01 düzeyinde istatistiksel bir önemlilik ilişkisi gözlenmiş ancak etkileşim içinde bulunduğu Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeninin depresyon tanısı almış olan katılımcılar açısından BDE Puanıyla istatistiksel açıdan önemlilik gösteren bir ilişkisi olmadığı için herhangi bir sorgulama yapılamamış öte yandan yine etkileşim içinde bulunduğu Başkalarına Güven değişkeninin tüm katılımcılar açısından 0,01 düzeyinde ve depresyon tanısı almış bulunan katılımcılar açısından 0,05 düzeyinde (bkz. Tablo 9)

istatistiksel olarak önemli bir ilişki içinde olduğu görülmüş ve bu iki bağımsız değişken arasındaki etkileşim sorgulanmıştır. Soyuta Odaklılık değişkeninin depresyonu olan katılımcılar açısından ortalamasının 8,25 (bkz. Tablo 3) olduğu, depresyonu olmayan katılımcılar açısından ise ortalamasının 6,88 (bkz. Tablo4) olduğu görülmüştür. Başkalarına Güven değişkeninin depresyonu olan katılımcılar açısından ortalamasının 7,53 (bkz. Tablo 3) olduğu, depresyonu olmayan katılımcılar açısından ise ortalamasının 7,15 (bkz. Tablo 4) olduğu görülmüştür. Bu durumda, Soyuta Odaklılık değişkeni için yüksek puanı temsil eden faktör alt özelliği olan düşünce yönelimliliğin, Başkalarına Güven değişkeninin yüksek puanı temsil eden davranışları şüpheyile karşılama faktör alt özelliği üzerinde tetikleyici ya da yönlendirici bir etkisi olduğu, her iki bağımsız değişken arasında bu yönde bir etkileşim olduğu ileri sürülebilir.

Kendini İfade Etme Tercihi değişkeni açısından da ne anılan temel değişkenin ne de etkileşim içinde bulunduğu Sosyal Girişkenlik değişkeninin depresyon tanısı almış bulunan katılımcıların BDE Puanlarıyla herhangi bir istatistiksel öneme sahip ilişkileri görülemediği için anılan değişkenler arasındaki etkileşim araştırma kapsamı dışına çıkılmaması sınırlamasından dolayı sorgulanmamıştır.

Kendini Sorgulama değişkeninin depresyon tanısı almış bulunan katılımcıların BDE Puanlarıyla herhangi bir istatistiksel ilişki içinde bulunmadığı görülmüştür. Her ne kadar, etkileşim içinde bulunduğu değişkenlerden Soyuta Odaklılık değişkeninin depresyon tanısı almış bulunan katılımcılara ilişkin BDE Puanıyla 0,01 düzeyinde istatistiksel önemliliğe sahip bir ilişki saptanmış olsa da Kendini Sorgulama değişkeni için böyle bir tanımlama yapılamadığı için yine herhangi bir ortak payda üzerinden anlamlı ilişki kurulamamış ve araştırma sınırlarına uyma zorunluluğundan dolayı sorgulanamamıştır.

Yeniliğe Açıklık değişkeni için ne kendisinin ne de etkileşim içinde bulunduğu diğer iki değişken olan Baskınlık ve Sosyal Girişkenlik değişkenlerinin depresyon tanısı almış bulunan katılımcılar açısından BDE Puanıyla aralarında istatistiksel açıdan önemli bir ilişki görülemediği için araştırma kapsamında değerlendirilememiştir.

Karar Verme Tarzı değişkeni için de yine ne anılan değişken ne de etkileşim içinde bulunduğu Spontanlık ve Sosyal Girişkenlik değişkenlerinin depresyon tanısı almış bulunan katılımcılar açısından aralarında BDE Puanıyla ilgili istatistiksel öneme sahip bir ilişki bulunamadığından araştırma kapsamı dışında bırakılarak sorgulanamamıştır.

Mükemmeliyetçilik değişkeni için de ne kendisinin ne de etkileşim içinde bulunduğu Kuralları Sorgulama değişkeninin depresyon tanısı almış bulunan katılımcılar açısından BDE Puanıyla aralarında herhangi bir istatistiksel önem sahip ilişki görülemediği için araştırma kapsamı dışında olarak değerlendirilmiş ve sorgulanamamıştır.

Son olarak Gerginlik değişkeni için yapılan sorgulamada, Gerginlik değişkeninin tüm katılımcılar açısından 0,01 düzeyinde ve depresyon tanısı almış bulunan katılımcılar açısından 0,01 önem düzeyinde istatistiksel bir önemi olduğu görülmüştür (bkz. Tablo 9). Değişkenin etkileşimde bulunduğu değişkenlerden Kendini İfade Etme Tercihi değişkeninin depresyon tanısı almış bulunan katılımcılar açısından BDE Puanıyla arasında herhangi bir istatistiksel öneme sahip ilişki saptanamamış ancak etkileşimde bulunduğu diğer değişken olan Soyuta Odaklılık değişkeninin depresyon tanısı almış bulunan katılımcılar açısından BDE Puanıyla aralarında 0,01 düzeyinde istatistiksel öneme sahip bir ilişki olduğu görülmüştür.

Gerginlik değişkeninin depresyonu olan katılımcılar açısından ortalamasının 8,40 (bkz. Tablo 3), depresyon tanısı almamış

katılımcılar açısından ise ortalamasının 7,20 (bkz. Tablo 4) olduğu görülmüştür. Soyuta Odaklılık değişkeni için, depresyon tanısı almış katılımcılar açısından ortalamasının 8,25 (bkz. Tablo 3) ve depresyon tanısı almamış katılımcılar açısından ise ortalamasının 6,88 (bkz. Tablo 4) olduğu görülmüştür. Bu durumda, Soyuta Odaklılık değişkeninin depresyon tanısı almış bulunan katılımcıların yüksek puanlarla kümelendikleri alt faktör özelliğini tanımlayan düşünce yönelimli olmanın, Gerginlik değişkeni için depresyon tanısı almış bulunan bireylerin tanımlayıcı alt faktör özelliği olan gergin, sabırsız, enerjik unsurları üzerinde harekete geçirici bir etkileşimi olduğu ileri sürülebilir.

Bağımsız değişkenlerin kendi aralarındaki etkileşimlerinin incelenmesi sonucunda yalnızca üç bağımsız değişken arasında istatistiksel olarak önemlilik gösteren bir ilişki olduğu saptanabilmektedir. Soyuta Odaklılık değişkeni ile Başkalarına Güven değişkeni ve Gerginlik değişkeni ile Soyuta Odaklılık değişkeni arasında saptanmış olan bu etkileşimlerin her ikisinin de temelinde düşünsel süreçlerin yer almakta olduğu gözlenmiştir. Soyuta Odaklılık değişkenindeki depresif yapıyı tanımlayan düşünce yönelimli olmanın ve Başkalarına Güven değişkenindeki depresif yapıyı tanımlayan davranışları şüpheyle karşılamamanın (bkz. Tablo 1) her ikisinin de bilişsel süreçlerle ilişkili yapılar olduğu düşünülmektedir. Öte yandan, Gerginlik değişkenindeki depresif yapıyı tanımlayan unsurlar olan gergin ve engellenmiş olmanın (bkz. Tablo 1) Soyuta Odaklılık değişkenindeki depresif yapıyı tanımlayan düşünce yönelimli olma ile örtüşmesinin düşünsel süreçlerdeki karşılıklı etkileşimlerden kaynaklandığı düşünülebilir.

Ele alınan değişkenlerin içerdiği depresif yapıya işaret eden faktör alt özellikleri içinde odak noktada bulunan ve asıl belirleyici olanın düşünce yönelimli olma olduğu düşünülmektedir. Beck, düşünceler üzerinde yoğunlaşmanın ve düşünceler üzerinden oluşumlar gerçekleştirmenin sonuçlarına dikkat çekmekte ve bu durumu düşünce

bozukluklarının doğası olarak tanımladığı bir dönüşüm süreciyle açıklamaktadır. “Düşüncede meydana gelen bozukluk, organik bir patoloji olmadığı takdirde, genellikle şizofreniyi akla getirmektedir. Uzun süreli bir çalışmada her bir hastanın, özel yaşam tecrübelerini sistematik olarak yanlış yorumladıklarını görmüştüm. Hastaların kendine özgü tahlilleri gerçek ve mantıklı olandan sistemli bir şekilde hareket ederek, keyfi sonuçlar çıkarmaya, seçici bir soyutlamaya ve büyük genellemelere kadar gidebilmektedir” (Beck, 2005, s.91-92).

“Depresyon geliştikçe, olumsuz otomatik düşünceler daha sıklaşır ve şiddeti artar, rasyonel düşüncede azalma gözlenir. Bu süreç gittikçe artan ve devamlılık gösteren çökkün duygudurumla desteklenir. Bir yanda depresyonun artması depresif düşünceye yol açar ve bu düşüncelere inanma olasılığını artırır. Diğer yandan ise depresif düşüncelerin çokluğu ve bunlara daha fazla inanma depresyonun derecesini artırır” (Editörler Savaşır, Soygüt ve Kabakçı, 2003, s.23).

Bu durumun, Soyuta Odaklılık değişkenindeki düşünce yönelimli olmayı tanımladığı düşünülmektedir ve gerek düşünce yönelimli olma faktör alt özelliğinin ve gerekse bunun yarattığı gerginlik ve engellenmiş olma faktör alt özelliklerinin de birer semptom olarak tanımlanabileceği düşünülmektedir.

Özellikle düşünce yönelimli olma faktör alt özelliğinin bilişte oluşagelen bir yapıyı sürekli beslemesiyle giderek ana yapıya dönüşen bir genel değerlendirme hatasına temel oluşturabileceği düşünülebilir. “Bilişsel terapide ilgilendiğimiz otomatik düşünceler, zihin akışı içinde yer alan ve daha çok duygusal sıkıntı anlarına eşlik eden ortama, duruma özgü bilişlerdir” (Editörler Köroğlu ve Türkçapar, 2009, s.101).

Birey, yukarıdaki satırlarda aktarıldığı üzere otomatik düşüncelerin ardışık olarak devinmesi ve sonucunda depresif

düşüncelerin yoğunlaşmasıyla giderek ağırlaşan kısır bir döngüden kurtulamayacak ve bir süre sonra daha ağır bir depresyon tablosu oluşabilecektir, bu tablo depresif düşünceleri daha da sıklaştırabilecek ve giderek düşünce yönelimli bir yapı süreğeneleşebilecektir. Bu süreğen yapı yoğun bir gerginlik oluşturacak, gerginlikten kurtulma çabası engellenmişliği ve bu alanda yoğun enerji harcanan bir tabloyu gündeme getirebilecek, bu gerginlikten kurtulmaya çabalayan bireyin tekrar düşünce yönelimli bir çaba içine girmesi söz konusu olabilecektir, ulaşılan son noktanın bireyin yanlışlıklarla dolu bir düşünsel süreci yaşaması ve buna dayalı olarak düşünce odaklı bir yapıyı uyumsal çabalarının merkezine oturtması olacağına inanılmaktadır. “Ruhsal sıkıntılara ve davranış sorunlarına yol açan düşünceler bilgi işleme sürecindeki yanlışlıkların, kör noktaların veya bilişsel eksikliklerin sonucu olabilir” (Türkçapar, 2007, s.5).

Düşünce yönelimli olmanın ve gergin, engellenmiş olmanın hem bilişsel modelde yer alan olumsuz üçlüyle ve bunun getirdiği uyum amaçlı davranışsal çabalarla ve hem de DSM 5’te tanımlanmış olan depresyon tanı kriterlerinde yer alan mutsuz duygulanım ve psikomotor ajitasyonla oldukça yakın bir görünüm sergilediğine ve örtüşen noktalarının bulunduğu düşünülmektedir. Bu durum, kendi aralarında etkileşim içinde bulunan bağımsız değişkenlerin depresyona ilişkin oldukça önemli veriler sağladığını düşündürmektedir.

Buraya kadar yapılan değerlendirmelerde göze çarpan en önemli nokta gerek BDE Puanıyla istatistiksel ilişkide olan değişkenlerin değerlendirilmesinin yapıldığı ve gerekse bağımsız değişkenlerin birbirleriyle etkileşimlerinin ele alındığı bölümlerin her ikisinde de aynı değişkenlerin istatistiksel öneme gösteren ilişkiler içinde saptanmış olması son derece dikkat çekici olarak değerlendirilmektedir. Her iki incelenen bölümde de Başkalarına Güven, Soyuta Odaklılık ve Gerginlik değişkenlerine ilişkin puanların depresyon tanısı almış bulunan katılımcılar açısından BDE Puanlarıyla ilişkili bulunması her üç değişkenin de depresyona yatkınlığı



belirleyen kişilik özellikleri içinde olduğu ve depresyon ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin belirlenmesinde ana değerlendirme unsurları olabilecekleri düşünülmektedir.

### **5.6. Faktör Analizi Sonuçlarının Değerlendirilmesi**

Gerçekleştirilen Faktör Analizi çerçevesinde elde edilen bulgular değerlendirildiğinde ulaşılan sonuçlar yine aşağıda sunulmuştur:

Uyum Zorluğu Özellikleri faktöründe yer alan Gerginlik, Soyuta Odaklılık, Kendini Sorgulama ve Başkalarına Güven değişkenlerinin (bkz. Tablo 12) yüksek puanlar almalarının uyumu zorlaştıran niteliklerinden dolayı faktör yükünü artırdıkları, olumsuz kişilik özelliklerine atıfta bulunmak suretiyle depresyonu tetikleyici ve depresyonu sağaltmayı zorlaştıran bir yapıyı temsil ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeninin ise ters ilişkili olarak yüklenmiş olmasından dolayı bu değişkendeki artışın uyumu kolaylaştırıcı bir yapıyı temsil etmekte olduğunun söylenebileceği düşünülmektedir.

Amaçlarını gerçekleştirme dışındaki diğer değişkenlerin 16 PF Kişilik Envanterinde puanlamalarının ters olmasından dolayı faktör yüklerinin de buna bağlı olarak ters değerlendirilmesi söz konusu olmuştur. Gerginlik, Soyuta Odaklılık, Kendini Sorgulama ve Başkalarına Güven değişkenlerinin yüksek puanlar almaları olumsuz bir durumu, Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeninin yüksek puan alması ise tersine olumlu bir durumu tanımlayarak depresyonu önleyici ve sağaltımını kolaylaştırıcı etkileri öne çıkardığı düşünülebilir. Uyum Zorluğu Özellikleri faktöründe yer alan; Gerginlik, Soyuta Odaklılık, Kendini Sorgulama ve Başkalarına Güven değişkenlerinin, depresyon tanısı almış olan katılımcılar açısından ortalamalarının yüksekliği ve depresyon tanısı almamış olan katılımcılar açısından ortalamalarının düşüklüğü, öte yandan Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni için depresyonu olan katılımcıların ortalamalarının düşüklüğü ve depresyon tanısı almamış olan katılımcıların ortalamalarının yüksekliği yukarıdaki

savı destekler nitelikte değerlendirilmektedir. Regresyon modelinde de anılan ilk dört değişkenin BDE Puanını artırıcı bir etki yaparken Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeninin BDE Puanını azaltıcı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Uyum Zorluğu Özellikleri içinde yer alan değişkenlerin kendi aralarındaki ve BDE Puanı ile ilişkileri incelendiğinde Amaçlarını Gerçekleştirme dışındaki tüm değişkenlerdeki yüksek puanların olumsuz ve zorlanmaya yol açan bir tabloyu oluşturdukları düşünülmektedir, değişkenler ve aralarındaki ilişkiler tek tek ele alındığında şu sonuçlara ulaşılmaktadır:

Gerginlik değişkeninde yüksek puanlar gergin ve engellenmiş olmayı, düşük puanlar ise rahat, sabırlı ve dayanıklı olmayı temsil etmektedir (bkz. Tablo 1). Soyuta Odaklılık değişkeninde yüksek puanlar düşünce yönelimli olmayı ve çözümden uzaklaşmayı temsil etmekte iken düşük puanlar çözüm yönelimli ve pratik olmayı (bkz. Tablo 1) temsil etmektedir. Kendini Sorgulama değişkeni için yüksek puanlar kendini sorgulayan bir yapıyı ifade etmekte ve düşük puanlar ise kendinden emin olduğunu göstermektedir (bkz. Tablo 1). Başkalarına Güven değişkeni için yüksek puanlar davranışların şüpheyle karşılandığını ve güvenin sarsılabileceği bir tabloyu tanımlarken düşük puanlar davranışların iyi niyetle yorumlandığını (bkz. Tablo 1) ve dolayısıyla güvene dayalı ilişkilerin deviniyor olabileceğine işaret etmektedir.

Anılan değişkenlerin tamamının kendi aralarında bir birliktelik oluşturdukları ve bireylerin etkinlik düzeylerinin oldukça düşük olduğu bir tabloyu tanımladığı düşünülebilir. Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni ise bireylerin ulaşmak istedikleri amaçların gerçekleştirilme düzeylerini temsil ettiği için yüksek puanlar bu amaçlara ulaşılmış olmasını, dolayısıyla olumsuzluklara toleranslı olma durumunu ve olumsuzluklara rağmen amaçlarını gerçekleştiren bir yapıyı belirtirken, bu değişkendeki düşük puanlar ise olumsuzluklardan etkilenen ve dolayısıyla amaçların gerçekleştirilmesi için yeterince çaba

gösterilmeyen bir yapıyı işaret etmektedir.

Faktör içindeki ilişkiler açısından; Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni ile diğer dört değişken arasında ters yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Gerginlik, Soyuta Odaklılık, Kendini Sorgulama ve Başkalarına Güven değişkenlerindeki yüksek puanlar ve Amaçlarını Gerçekleştirme değişkenindeki düşük puanlar bireylerin olaylar ve olgulara uyum sağlamada zorlandıklarını ve dolayısıyla depresyona yatkın bir kişilik özellikleri yapısına sahip bulduklarını, tersine dört değişkendeki düşük puanlar ve Amaçlarını Gerçekleştirme değişkenindeki yüksek puanların ise depresyona yatkın olmayan bir kişilik özellikleri yapısını tanımlayabileceği, bu faktörde yer alan değişkenlerin uyumu zorlaştıran kişilik özellikleri alt kümesi olarak tanımlanabileceği düşünülmektedir. Uyumu zorlaştıran kişilik özellikleri alt kümesinde yer alan ilk dört unsur olan; Gerginlik, Soyuta Odaklılık, Kendini Sorgulama ve Başkalarına Güven değişkenlerinin ortak noktalarının dış dünyayı ve yaşanan gerçekliği bir tehdit ve savunma örüntüsü temelinde değerlendirme çabasına işaret ettiği düşünülmektedir.

Bireylerin, buldukları ortamda herhangi bir tehdit algılamadıkları sürece gerginlik yaşamayacakları, bir tehditten dolayı baş edip edemeyeceklerine ilişkin kendilerini sorgulamayacakları, eğer bir tehdit unsuru yani aksine bir durum yoksa başkalarına güven duyacakları ve tehdit içeren duruma çözüm bulma amacıyla yoğun düşünsel faaliyet sergilemeyerek daha az düşünce yönelimli olacakları noktasından hareketle dış dünya algısının değerlendirilmesinde bir çarpıklık olabileceği ve bu çarpık değerlendirmenin bilişsel süreçlerdeki aksamalardan kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir. “Depresyon eğilimli insanların çoğunlukla daha sert, talepkar ya da gerçek dışı inançları ve beklentileri vardır” (Editörler Yalom ve Glick, 2006, s.61).

Burada vurgulanan gerçek dışı inançlar ve beklentilerin başkalarına güvenin sorgulanması aracılığıyla düşünce yönelimli bir yapıyı gündeme getirdiği, düşünce yönelimli bu yapının kendini sorgulamaya yol açarak gerginlik oluşumuna yol açtığı ve içinde bulunulan durum ya da konuma uygun değerlendirmenin yapılamayarak uyumu zorlaştırıcı bir sonucu gündeme getirebileceği düşünülmektedir. “Depresyonla ilgili düşünceler, bilişsel konularına göre de ayrılabilir. Bunlar, zor durumlarda gösterilen tepkilere eşlik eden düşüncelerdir” (Köroğlu, 2009, s.366). Bireylerin uyum sağlamakta zorlandıkları durumlarda çözümsel çabalara girişmeleri son derece olağandır ancak bu çabaların işlevsel olmasında yani var olan durumun gerçekliğine uygun ve eğer varsa sorun durumun aşılmasına katkı sağlayan çabalar olması gerekmektedir. Uyum zorluğu özellikleri içinde yer alan ilk dört faktör sorunları çözen ve var olan duruma uyumu amaçlayan niteliklere sahip değildir, bunun nedeni zor durumlarda gösterilen tepkilere eşlik eden bazı düşüncelerdir. Depresyonla ilgili olarak zor durumlarda gösterilen tepkilere eşlik eden düşünceler şöyle sıralanmaktadır (Köroğlu, 2009, s.366):

“

- Çözümsüzlük, umarsızlık (çaresizlik)
- Umutsuzluk
- Değersizlik
- Suçlama”

Yukarıda aktarılan zor durumlarda gösterilen tepkilerin, bireyin gerçekliğe uygun davrandığı ve var olan sorunun çözümlenerek gerçekliğe uyumun sağlandığı bir tabloyu tanımlamadığı, tersine uyumu zorlaştıran nitelikte oldukları değerlendirilmektedir.

Bu değerlendirmenin, depresyonun oluşumunu açıklayabilmek için önemli bir altyapıyı, baş etme mekanizmalarındaki yetersizliği ve bunun oluşturduğu bilişsel sonucu gündeme getirdiği düşünülmektedir. “Albert Ellis’e göre, gerçekliğin kendi gereksinimlerimize uygun olmak zorunda olduğuna ilişkin dayatma ve kendini küçük, aşağı ve

değersiz görme, diğer bir deyişle kendini aşağılama, depresyonu ortaya çıkaran başlıca bakış açılarıdır” (Köroğlu, 2009, s. 366). Aktarılanlar ışığında, depresyonun oluşumu ve devam etmesinde baş edememeye ilişkin mekanizmaların önemli rol oynadığı, baş edememe sonucunda zor durumlarda gösterilen ve yanlı bilişsel değerlendirmeler olan çeşitli tepkilerin ortaya çıktığı ve bu tepkilerin kendini sorgulama, başkalarına güven, gerginlik ve soyuta odaklanarak düşünce yönelimli çabalarla uyumu zorlaştırabilecekleri değerlendirilmektedir.

Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni bazında bakıldığında ise bu değişkendeki yüksek puanlar alma ve buna bağlı olarak olumsuzluklara toleranslı bir yapı olmasının gerginliği azaltarak rahat, sabırlı ve dayanıklı olmayı, çözüm yönelimli olmayı, kendinden emin olmayı ve davranışları iyi niyetle yorumlamayı öne çıkardığı değerlendirilmektedir. Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeninin, bireyin belirli hedefler oluşturmaya ve bu hedefleri gerçekleştirme temelinde devindiği düşünülmektedir. Bu durum belirli tasarımlarda bulunmayı ve bunların gerçekleşmesi için bir beklenti içinde olmayı, bir başka deyişle umut içinde olmayı işaret etmektedir, oysa ki depresif bireylerin umutsuz dahası olumsuz bir bakış açısına sahip olmalarından dolayı bir tasarlama yapma ya da umut etme yerine kendileri, dünya ve gelecekleri hakkında umutsuz oldukları bilinmektedir “Depresif hastanın düşünce içeriğinin merkezinde önemli bir kayıp yer alır, kendisini önemli hedeflere ulaşabilmek için gerekli özelliklerden yoksun olarak görür. Bu tema kognitif üçlü terimiyle formüle edilebilir; olumsuz bir kendilik kavramı, yaşam deneyimlerinin olumsuz yorumlanması ve geleceğin nihilistik bir görünümü” (Türkçapar, 2009, s.24).

Depresyon ayrıca, bireylerin ellerinde bulunan çözüm kaynaklarını sağlıklı biçimde değerlendirmelerini de engellemektedir, “Leahy’e göre deprese birey içinde bulunduğu konumda ve gelecekte çok az kaynağa sahip olduğuna ve içinde bulunduğu ortamın kazanç getirmediğine ve giderek daha da fakirleşeceğine inanır” (Leahy’den

aktaran Türkçapar, 2009, s.29). Böylesi bir değerlendirme yanlılığı içindeki birey giderek sorunları ve çözümü için gerekli kaynakları değerlendirme yetisinde ciddi kayıplar yaşayabilecektir, “Kronik depresyonu olan yetişkin bir kişi algısal olarak çevreden o kadar kopmuştur ki davranışlarının sonuçlarının davranışlarına bir etkisi olmaz” (Türkçapar, 2009, s.30). Doğal olarak, bulunduğu çevreden kopuk olan ve sahip olduğu kaynakları ve dolayısıyla çözüm yollarını değerlendirmede sıkıntılar yaşayan bireyin kendisi, içinde bulunduğu durum ve gelecek hakkında yanlılıklar üreterek ulaşmak istediği amaçları gerçekleştirme hedefinden sapacağını öngörmek olasıdır. Bu öngörünün, depresyondaki kişilerin içinde bulunduğu durum ya da konuma ilişkin yanlı bakış açıları çerçevesinde değerlendirmeler yapmasının algı süreçlerindeki çarpıklıktan kaynaklandığını göstereceğine inanılmaktadır. “Depresif birey, yanlılayan kanıtların varlığını yadsıyarak, depresif duygunun olumsuzluğuna uyan bilgiye seçici olarak odaklanır” (Leahy, 2007, s.2) Bu seçim sonucunda, ulaşılacak istenilen amaçların gerçekleştirilmesi sürecinde aksamlar olması ise kaçınılmazdır.

Katılımcılık Özellikleri faktöründe yer alan Spontanlık, Grupta Olma İsteği ve Sosyal Girişkenlik değişkenlerinin yüksek puanlar almalarının katılımcılığı kolaylaştıran ve dolayısıyla yalnızlığı engelleyen niteliklerinden dolayı faktör yükünü artırdıkları olumlu kişilik özelliklerine atıfta bulunmak suretiyle depresyonu engelleyici ve depresyonu sağaltmayı kolaylaştırıcı bir yapıyı temsil ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Karar Verme Tarzı değişkeninin ise ters ilişkili olarak yüklenmiş olmasından dolayı bu değişkendeki azalışın katılımcılığı bağımlılık düzleminde artıran ve sorunlarla tek başına baş edebilmeyi azaltan bir yapıyı temsil ettiğine, bu yapının depresyon oluşumunu tetikleyici ve sağaltımı zorlaştırıcı bir durumu tanımladığına inanılmaktadır. Karar Verme Tarzı dışındaki diğer değişkenlerin 16 PF Kişilik Envanterinde puanlamalarının normal olmasından dolayı faktör yüklerinin de buna bağlı olarak normal değerlendirilmesi söz konusu olmuştur. Spontanlık, Grupta Olma İsteği

ve Sosyal Girişkenlik değişkenlerinin yüksek puanlar almaları olumlu bir durumu, Karar verme Tarzı değişkeninin düşük puan alması ise tersine olumsuz bir durumu belirtmektedir. Katılımcılık Özellikleri faktöründe yer alan Karar Verme Tarzı, Spontanlık, Grupta Olma İsteği ve Sosyal Girişkenlik değişkenleri için depresyonu olan katılımcıların ortalamalarının düşüklüğü ve depresyon tanısı almamış olan katılımcıların ortalamalarının yüksekliği yukarıdaki savı destekler nitelikte değerlendirilmektedir. Regresyon modelinde de Karar verme Tarzı değişkeni BDE Puanını artırıcı bir etki yaparken, Spontanlık, Grupta Olma İsteği ve Sosyal Girişkenlik değişkenlerinin ise BDE Puanını azaltıcı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Katılımcılık Özellikleri içinde yer alan değişkenlerin kendi aralarındaki ve BDE Puanıyla ilişkileri irdelendiğinde tüm değişkenlerdeki yüksek puanların olumlu bir tablonun oluşumuna katkı sunduğu düşünülmektedir, değişkenler ve aralarındaki ilişkiler tek tek ele alındığında şu sonuçlara ulaşılmaktadır:

Spontanlık değişkenindeki düşük puanlar sakıncan olmayı, yüksek puanlar ise spontan olmayı ve içten geldiği gibi davranıldığını, bireyin kendi davranışlarını sorgulamadan rahatlıkla sergileyebildiğini temsil etmektedir. Grupta Olma İsteği değişkenindeki düşük puanlar ilgisizliği ve bir grupta yer almaya ilişkin isteksizliği tanımlarken, yüksek puanlar ise istekliliği ve bir grup üyesi olmaya ilişkin eğilimi belirlemektedir. Sosyal Girişkenlik değişkenindeki düşük puanlar çekingenliği ve pasif davranışlar sergilemeyi belirtirken, yüksek puanlar ise girişken ve gözü pek olmayı dolayısıyla aktif davranışlar göstermeyi tanımlamaktadır. Ele alınan bu üç değişkenin kendi aralarında bir ortak niteliği tanımladıkları ve bireylerin katılımcılık düzeylerinin yüksek olduğu bir tabloyu ifade ettikleri düşünülebilir. Karar Verme Tarzı değişkeni ise bireylerin sosyal olaylar ve yapılara katılma niteliklerini, sorunları nasıl ele aldıklarını ve ne tür bir iletişimde bulduklarını tanımlamaktadır ve katılımcılık özellikleri üzerinde ters bir değerlendirmeye sahiptir.

Faktör içindeki ilişkiler açısından; Karar Verme Tarzı değişkeni ile diğer üç değişken arasında ters yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Spontanlık, Grupta Olma İsteği ve Sosyal Girişkenlik ve Karar Verme Tarzı değişkenlerindeki düşük puanlar bireylerin katılımcılık yönünden zayıf bir yapı sergilediklerini ve başkalarıyla birlikte olma, bir arada etkileşim içinde bulunma ve diğerleriyle birlikte çözümsel devinimlerde bulunma açılarından zorlandıklarını, tüm bunlardan dolayı depresyona yatkın bir kişilik özellikleri yapısına sahip olduklarının ileri sürülebileceği, tersine yüksek puanların ise depresyona yatkın olmayan bir kişilik özellikleri yapısını tanımlayabileceği ve bu faktörde yer alan değişkenlerin katılımcılığı sağlayan kişilik özellikleri alt kümesi olarak tanımlanabileceği düşünülmektedir.

Depresyon bireylerin yalnız olmaya zorlandıkları, ortak eylemler içinde bulunmadıkları bir durumu tanımlamaktadır, oysa ki insanın sosyal bir varlık oluşu, toplumsal yaşam ve iletişimin sosyallik temelinde şekillenmesi işbirliğini zorunlu kılmaktadır. Bu nedenle Katılımcılık Özellikleri Faktöründe yer alan ve tamamının bir yapı içinde olma, sosyal yapıya katılmayı tanımladığına inanılan değişkenlerin işbirliğinde bulunma ve toplumsal yapıya entegre olmayı temsil ettiği değerlendirilebilir. Bu yapı toplumsal kurallar bütünü ve buna dayalı beklenti ve kurallar olarak açıklanabilir.

“Toplum içinde yaşamlarını sürdürürken bireyler belirli kurallara ve toplumsal beklentilere uymak zorundadır. Bu kural ve beklentilere sosyal norm (social norm) adı verilir ve toplum üyeleri davranışlarını bu kurallara ve beklentilere uydurmaya özen gösterirler. Bir toplumun sosyal normları, diğer insanlarla etkileşimde kullanılacak davranışın sınırlarını önceden belirlediği için, davranışı önceden kestirme olanağı verir. Böylece karşıdaki kimsenin davranışının ne olacağını her an ‘tahmin etme’ zorunda kalmayız” (Cüceloğlu, 2003, s.546).



Depresyonda olan bireylerin ilgi ve istek kaybı yaşamalarından dolayı toplumsal yapıya fazla entegre olamayabilecekleri düşüncesinin yanı sıra bu yapıya katılmayı arzu etseler bile sosyal normlara uygun düşünce yapısı içinde olmakta duydukları zorluk ve bundan kaynaklanan düşünce akışındaki yanlılığın bu katılımı oldukça zorlayabileceği düşünülmektedir.

Daha önceki satırlarda ifade edildiği üzere, depresif bireylerin, diğer insanların davranışlarını her an tahmin etme ve buna uygun davranış geliştirebilmek için seçici algıları doğrultusunda düşünsel yanlılıklar içinde oldukları ve buna uygun davranışlar geliştirerek zorlu bir uyum süreci yürütmeye çalıştıkları değerlendirmesinden hareketle diğer bireylere ilişkin düşüncelerin nasıl edinildiğine odaklanmak gerektiği düşünülmektedir. “Yeni kişilerle karşılaşan bireylerde izlenimler oluşur. Bu izlenimlerin çoğu sözlü, sözsüz davranışlardan ve giyiniş tarzlarından kaynaklanır. Bu davranış ve görünümlere dayanarak bu bireylere özellikler yüklenir (atfedilir)” (Cüceloğlu, 2003, s.515). Bireyler, diğer bireylere yüklemeler yaparken kendi kişilik özelliklerinden bağımsız değillerdir ve kendi kişilik özelliklerinden kaynaklanan algısal seçicilik ve yanlı değerlendirmeler sonucunda bir dizi yükleme hatası oluşmasına yol açarak, giderek hızlanan ve karmaşıklaşan bir olaylar yığının ortaya çıkmasına neden olabilmektedirler. “Depresyon kişilikle etkileşim içindedir. Kimi insanlar depresyon karşısında cesaretli, kimileri ise güçsüzdür.” (Solomon, 2005, s.27), “Ne kadar olay yaşarsanız, daha fazlasını yaşayacak olma ihtimaliniz de artar ve genel olarak, tüm bir hayata yayılan bu olaylar gittikçe kötüleşir ve birbirine yaklaşır. Bu hızlanış, hastalığın nasıl işlediğine dair bir ipucudur.” (Solomon, 2005, s.65), depresif bireyler kendi kişilikleriyle etkileşim içinde diğer bireylere ilişkin izlenimlerini yüklemelerle belirlerler ve bu yüklemelerin bazı hatalı yönleri olması, yaşanan gerçeklikle uyumlu olmaması ve bireyin amaçlarına uygun biçimde devinmemesi sonucunda geri çekilme, mücadele etmeme eğilimi gösterirler. Burada temel nokta yüklemede yapılan hatalardır, ancak sözü edilen hatalar diğer bireylere ilişkin

yüklemelerin değil depresif bireyin kendine yönelik yüklemelerinin hatalı olması sonucunu doğurmaktadırlar, bir anlamda ters çalışan bir yükleme sürecinden söz etmek olası görünmektedir.

Kısaca açıklamak gerekirse; bireylerin diğer bireylere dair izlenimlerinin hatalı olmasının asıl sorumlusu Temel Yükleme Süreci'nin yanlış işlemesi sonucu oluşan Temel Yükleme Hatası olarak adlandırılan bir değerlendirme çarpıklığıdır. “Temel Yükleme Süreci: Kişisel Özelliğe ya da Duruma Dayalı Açıklamalar: Fritz Heider (1958), yükleme süreçlerinin temelinde, insanların davranışlarının altında yatan nedenleri anlama isteğinin yattığını söyler.” “Bir insanın davranışı, ya o kişiye ait özelliklerden ya da o kişinin içinde bulunduğu koşullardan kaynaklanır” (Cüceloğlu, 2003, s.515, 516), bu süreçte meydana gelen yanlışlık ise temel yüklemeye yanılgılara yol açmaktadır.

“Temel yükleme yanılgısı (bazen bundan uyuşma yanlışlığı diye de söz edilir) Ross (1977) tarafından tespit edilmiştir ve insanların başkalarının davranışlarını, ortada açık dış/çevresel nedenler olduğunda bile, kişisel özelliklere yükleme eğilimi içerisinde olduklarını anlatır” (Hogg ve Vaughan, 2005, s.115). Bu durumda, birey, bir başka bireye ilişkin izlenimlerinde; yaşanan duruma ilişkin bir değerlendirme yaparken, bu durumun sonuçlarını, içinde bulunulan koşullara değil, kendisi dışındaki diğer aktörlerin kişilik özelliklerine yüklemek durumunda olacak ve olayları belirli bir nedene dayalı olarak yorumlamaya çalışacaktır. Eğer bu süreç tersine işlerse, birey, içinde bulunulan durumu yorumlamak için kendi kişilik özelliklerini temel olarak almaya başlarsa, ters temel yükleme hatası denilebilecek bir durumun ortaya çıkmakta olduğu düşünülebilir.

Birey, yaşanan her durumu kendi kişisel özellikleriyle açıklamaya ve tüm olan biteni kendi üzerine yükleyerek açıklamaya, kendine atıfta bulunarak yorumlamaya çalışırsa tek yönlü, yaşanan andan kopuk ve gerçekçi olmayan, taraflı bir değerlendirmenin oluşacağı sonucuna ulaşılabilir. “Heider’e göre insanlar iki temel

ihtiyacı karşılamak için sebep atıflarında bulunurlar. Bunlardan birincisi, tutarlı ve dengeli bir dünya görüşüne sahip olabilmektir. İkincisi ise çevreleri üzerinde kontrol sahibi olabilmek” (Arkonaç, 2005, s.133,134), depresif bireyler temel yükleme süreçlerindeki ters yönlü ve kendilerine atıfta buldukları yapıyla ne çevreleri üzerinde kontrol sahibi olabilmekte ne de tutarlı ve dengeli bir dünya görüşüne sahip olamamaktadırlar. Bu sonucun, depresif bireylerin içinde buldukları ortama katılımlarında meydana gelen aksamaları açıklamakta ve kendisi, içinde yaşadığı dünya ve geleceğe ilişkin olumsuz değerlendirmelerinin önemli ve farklı bir yönünün ele alınmasında zorunlu bir öngörüü gündeme getirdiği düşünülebilir.

Gerek kişisel özelliklere ve gerekse durumsal koşullara atıfta bulunulması çevreyi ve çevre içinde bireyin kendisini konumlandırarak uygun davranış gösterme çabasının iki farklı yöntemle belirlenme çabası olarak değerlendirilebilir. İki yöntem de belirli durumlarda belirli uyaranlar ve uyaran yanıtlarıyla karşılaşmayla eşgüdümseldir, bireylerin yaşadıkları ya da tanık oldukları yaşam olayları sonrasında edinilen izlenimlerin belirlenmiş tepki kalıplarına yani yüklemelere dönüşmeleri sonrasında aynı veya benzeşen uyaranlarla ya da durumlarla karşılaşıldığında benzer davranış, duygu ya da düşünce kalıplarının devreye girmesi ve benzer yüklemelerin yapılması kaçınılmaz olarak gündeme geliyor görünmektedir.

Bu durum ve buna bağlı olarak daha sonra ortaya çıkan tablo bilişsel yapıdaki bilişsel değerlendirmeleri ve çeşitli kalıpları çağrıştırmaktadır. Bilişsel yapılanmadaki öngörme çabalarının bireyin korunmasına hizmet ettiği ve olagelen durumdan en fazla fayda ya da en az kayıpla çıkma çabasının ana yönlendirici olduğu varsayımından hareketle, temel yükleme süreçlerindeki hataların önceden belirlenmiş tepkisel yanıtları oluşturduğu, bu yanıtların otomatik olarak devreye girmekte olduğu düşünülebilir. Önceden belirlenmiş bu tepkisel otomatik yanıtlar bireyin esnek davranmasına engel olarak spontan davranışları sınırlamakta, zarar görmemek amacıyla grup içinde yer

almaktan kaçınmasına yol açmakta, sosyal yapıdaki belirli tutum ve kurallara uyumu azalttığı için sosyal girişkenliği sınırlamakta ve yalnız kalma sonucuna yol açmaktadır, bu yalnızlık bireyselliği öne çıkarmakta ve depresyona yatkınlığı sağlayan kişilik özellikleri faktörü olarak katılımcılık özellikleri başlığı altında tanımlanabileceğine inanılan yapıyı tamamlamaktadır.

Dönüşüm Özellikleri faktöründe tanımlanan Kuralları Sorgulama, Mükemmeliyetçilik ve Kendini İfade Etme Tercihi değişkenlerinin düşük puanlar almalarının bireylerin yaşamsal olaylar karşısında sorunlarla baş etmesini sağlayacak disiplinli ve dönüşümü sağlayacak organize davranışlar göstermesini engelleyen niteliklerinden dolayı faktör yükünü artırdıkları, olumsuz kişilik özelliklerini öne çıkarmak yoluyla depresyonu vurgulayan ve depresyonu sağaltmayı zorlaştırıcı bir yapıyı işaret ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Dönüşüm Özellikleri faktörü içinde yer alan değişkenlerin Beck Puanı ile aralarındaki ilişkiler incelendiğinde tüm değişkenlerdeki düşük puanların olumsuz ve zorlanmaya yol açan bir tabloyu oluşturduklarının ileri sürülebileceği düşünülmektedir, değişkenler ve aralarındaki ilişkiler tek tek ele alındığında şu sonuçlara ulaşılmaktadır.

Kuralları Sorgulama değişkeninde yüksek puanlar kurallara bağlı olmayı, düşük puanlar ise kuralları sorgulamayı belirtmektedir. Mükemmeliyetçilik değişkenindeki yüksek puanlar organize olmayı ve öz disiplinliliği tanımlamakta iken düşük puanlar esnek olmayı tanımlamaktadır. Kendini İfade Etme Tercihi değişkeni için yüksek puanlar tavrını belli etmeyen birey olgusunu ifade etmekte ve düşük puanlar ise bireylerin tavırlarının belli olduğu ve gösterildiği bir yapıyı işaret etmektedir. Bu faktörü oluşturan değişkenlerin, depresyona neden olan kişilik özellikleri yapısı içinde dönüşüm özellikleri alt kümesi olarak tanımlanabileceği düşünülmektedir. Dönüşüm Özellikleri faktöründe yer alan Kuralları Sorgulama ve Kendini İfade Etme Tercihi değişkenlerinin, depresyon tanısı almış olan katılımcılar açısından

ortalamalarının düşüklüğü ve depresyon tanısı almamış olan katılımcılar açısından ortalamalarının yüksekliği, öte yandan Mükemmeliyetçilik değişkeni için depresyon tanısı almış olan katılımcıların ortalamalarının düşüklüğü ve depresyon tanısı almamış olan katılımcıların ortalamalarının yüksekliği yukarıdaki savı destekler nitelikte değerlendirilmektedir. Regresyon modelinde de Mükemmeliyetçilik değişkeni BDE Puanını azaltıcı bir etki yaparken, Kuralları Sorgulama ve Kendini İfade Etme Tercihi değişkenlerinin ise BDE Puanını artırıcı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Dönüşüm Özellikleri alt kümesindeki değişkenler için bireylerin disiplinli bir davranış örüntüsü gösteremedikleri, bu nedenle yaşamsal olaylar ve diğer bireylerdeki dönüşümlere uygun çözümsel yaklaşımlar sergileyemedikleri ve bundan dolayı depresif bir duygudurum oluşmasının önüne geçemedikleri ileri sürülebilir. “Bilişsel kuram, anksiyete ve depresyonun bilgi işleme sürecindeki çarpıtmalar tarafından sürdürüldüğünü ve güçlendiğini öne sürer. Bilişsel modele göre bireyler daha önceden var olan inançları ile uyumlu bilgileri seçici olarak dikkat eder ve hatırlar” (Leahy, 2007, s.153). Depresyon oluşumunun, bireyin daha önceki öğrenmeleri ve bu öğrenmelerinin koşullandırdığı bir değerlendirme sistemine sahip olması, koşullu öğrenmelerinden hareketle çıkarsamalar yapması ve koşullu öğrenmelerini doğrulayacak kanıtlar aramasından kaynaklandığı düşünülebilir. “Depresif ve kaygılı düşüncenin temellerinden biri, olumsuz düşünceyi destekleyen bilgileri araştırmayı alışkanlık haline getirmek, bu düşünceyi desteklemeyen bilgileri ise görmezden gelmektir. Bu durum yalnızca bizim inançlarımızla uyumlu bilgileri aramak olarak tanımlanabilir” (Leahy, 2007, s.153).

Depresif bireylerin geçmiş yaşam deneyimleri ve bu deneyimler sonucunda edinilmiş öğrenmelere dayanarak koşullanmış yorumlara başvurmaları gerçekliğe uygunluğu tartışmalı bir durumu tanımlamaktadır. Böylesi yorumlar kendi bireysel geçmişlerinin tekrarını oluşturma çabalarına yol açabileceği gibi değişimin önünde

bir engel oluşması sonucunu da doğurabilecektir. Böylesi bir sonuç depresyon oluşumuna hizmet etmekte ve önceden saptanan varsayımlara göre değerlendirmeler yapılmasından kaynaklanmaktadır. Bilişsel varsayımlara dayanan bu yapının anlaşılması için öncelikle bilişsel varsayımlara değinilmesi zorunlu görülmektedir. (Türkçapar, 2007, s. 32,33);

“Beck’in sistemleştirdiği bilişsel terapinin temel varsayımlarını aşağıdaki şekilde sıralayabiliriz:

- 1) Ruhsal işlevselliği ya da uyumu sağlayan merkezi mekanizma bilme, anlam inşa etme ile ilgili temel yapı olan şemalardır. Şemalar kişinin çevreye uyumunu kolaylaştırmak için evrilmiş olan anlamsal yapılardır. Bağlama göre uyumsal ya da uyum bozucu olabilirler.
- 2) Anlam, verili olan bağlam ve bu bağlamın kendisiyle olan ilişkisini kişinin yorumlamasıdır. Anlam atfetme işlevi (farkında ya da otomatik olarak) davranış, duygu, dikkat, bellek gibi çeşitli psikolojik sistemlerin kontrolü altındadır. Anlamlandırma, kişinin uyarana, koşullara uyumu için bir yol/yöntem ortaya çıkarır. Her bir anlam kategorisi ona özel bir duygu, dikkat, anı ve davranışa dönüşür. Bu duruma “bilişsel içerik özgünlüğü” adı verilir.
- 3) Anlamın iki katmanı vardır. (a) Olayın nesnel ya da genelde kabul gören toplumsal anlamı, (b) özel ya da kişisel anlam. Kişisel anlam, genel anlamdan farklı olmak üzere yorumlamalar, durumun önemlilik düzeyi veya olayın oluşumundan çıkarılan genellemeleri içerir. Anlam, gerçekliğin önceden var olan bir bileşeni olmayıp birey tarafından kurulan/inşa edilen bir şey olmasına karşılık belli bir bağlam ya da amaç özelinde düşünüldüğünde verilen anlam doğru ya da yanlış olabilir. Bilişsel çarpıtma veya yanlılık

olduğunda, verilen anlamlar işlevsiz veya uyum bozucu olabilirler. Bilişsel çarpıtmalar bilişsel içerikteki (anlam vermedeki) hatalar ve/veya bilişsel süreçteki (anlamı yorumlamadaki) hatalar şeklindedir.

- 4) İnsanlar özgün hatalı bilişsel yapılanmalara (bilişsel çarpıtmalar) meyillidirler. Bu özgün çarpıtmalara olan eğilme bilişsel duyarlılık adı verilir. Özgün bilişsel duyarlılıklar kişiyi, bu bilişsel özgünlük ve duyarlılıkların ilişkili olduğu belli sendromlara yatkın hale getirir.”

Aktarılan temel varsayımların, dönüşümü zorlaştıran yapıyı açıklamakta iyi bir referans noktası olacağına inanılmaktadır. Temel varsayımları bulunan ve güçlü biçimde bunlara tutunan bireylerin değerlendirmelerinin koşullanmış öğrenmelere dayandığını ileri sürmek olası görülmektedir. Depresif bireyin, önceden edinilmiş koşullu öğrenmelerini doğrulayacak kanıtlar araması ve bu kanıtları sağlayacak bilgileri seçici algısıyla belirlerken koşullu öğrenmelerine uymayan bilgileri görmezden gelmesi ve değerlendirmeye almaması sonucunda elde edilen veriler eksik ve yanlış işlemlenebileceği ve doğal olarak içinde bulunulan durum ya da konuma uygun bir dönüşümün zorlaşabileceği düşünülebilir. Dönüşümün sağlanması ise geçmiş bilgi ve koşullu öğrenmelerin sorgulanmasıyla söz konusu olabilecektir; Depresif bireyin Kuralları Sorgulama değişkeni için tabi tutulduğu kurallara bağlı kalmak yoluyla içinde bulunduğu durum ya da ortamla çatışan, Kendini İfade Etme Tercihi değişkeni için tavrını belli ederek kendini belirgin hale getirmesi sonrasında diğer bireylerle ve toplumsal yapılarla ayrışan biri olmasının ve yeni durumlara uyum sağlamada belirli bir disiplinlik içinde olmadan esnek ve umursamaz davranmasının, kendi içinde oluşturduğu disiplinli bir yapıyla yeniliklere uyum sağlayacak organize davranışların geliştirememesinin sonucunda depresif yapıyı pekiştiren özelliklerin belirebileceği düşünülmektedir.

Stratejik Özellikler faktör başlığında tanımlanan Yeniliğe Açıklık, Baskınlık ve Problem Çözme değişkenlerinin düşük puanlar almalarının bireylerin yaşamsal olaylar karşısında sorunlarla baş etmesini sağlayacak duruma ya da konuma özel davranışlar gösterilmesini engelleyen niteliklerinden dolayı faktör yükünü artırdıkları, olumsuz kişilik özelliklerini öne çıkarmak yoluyla depresyonu vurgulayan ve depresyonu sağaltmayı zorlaştıracı bir yapıyı işaret ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Öte yandan, anılan değişkenlerdeki yüksek puanların ise depresyon oluşumunu önleyici ve sağaltımını kolaylaştıracı etkileri öne çıkardığı düşünülebilir.

Stratejik Özellikler faktöründeki değişkenler için BDE Puanı ile aralarındaki ilişkiler incelendiğinde tüm değişkenlerdeki yüksek puanların olumlu ve çözümsel bir tabloyu oluşturdukları ileri sürülebilir, değişkenler ve aralarındaki ilişkiler ele alındığında aşağıda sunulan sonuçlara ulaşılmaktadır:

Yeniliğe Açıklık değişkeninde yüksek puanlar olaylara ve olgulara farklı açılardan bakabilmeyi, düşük puanlar ise var olan bakış açısını veya kendisine öğretilmiş olan bakış açısını sürdürmeyi tanımlamaktadır. Baskınlık değişkenindeki yüksek puanlar kişiler arası ilişkilerde ve sosyal gruplaşmalarda baskın olmayı tanımlamakta iken düşük puanlar ise diğer bireyler karşısında ve sosyal gruplaşmalarda alttan almayı tanımlamaktadır. Problem Çözme değişkeni için yüksek puanlar problemleri soyut düzlemde tanımlayarak değişik açılardan görebilmeyi ve farklı bakış açılarını tanımlayabilmeyi belirlerken, düşük puanlar ise sorunların yalnızca var olan koşullarla ele alındığını, farklı bakış açılarıyla ele alınmadığını ve somut bir yaklaşımla problemlerin ele alındığı bir yapıyı göstermektedir. Doğal olarak, anılan tüm değişkenler var olan durum ya da konunun sorgulanmasını ve bir strateji geliştirerek problemlerin oluşturulan bu strateji çerçevesinde çözümlenmesini gerektirmektedir. Bu nedenle anılan faktörü oluşturan değişkenlerin, depresyona neden olan kişilik özellikleri yapısı içinde stratejik özellikler alt kümesi olarak



tanımlanabileceği düşünülmektedir. Stratejik Özellikler faktöründe yer alan; Yeniliğe Açıklık, Baskınlık ve Problem Çözme Becerisi değişkenlerinin, depresyon tanısı almış olan katılımcılar açısından ortalamalarının düşüklüğü ve depresyon tanısı almamış olan katılımcılar açısından ortalamalarının yüksekliği yukarıdaki savı destekler nitelikte değerlendirilmektedir. Regresyon modelinde de Stratejik Özellikler faktöründe yer alan tüm değişkenlerdeki düşük puanların BDE Puanını artırıcı bir etkiye sahip oldukları görülmüştür.

Stratejik Özellikler alt kümesindeki değişkenler için bireylerin çözüm odaklı ve farklı bir bakış açısı geliştiremedikleri, buna bağlı olarak ilişkilerde ve olaylar karşısında alttan alan bir tavır sergileyerek beliren değişik problemleri çözmekten uzaklaşıyor olabilecekleri ve çözülemeyen sorunlardan etkilenmeleri sonucunda depresyona maruz kalma oranlarının yükselebileceği düşünülebilir. Stratejik davranış, karşılaşılan sorun durumlarında uygun çözümleri bulabilmek ve en yüksek faydayı sağlayacak biçimde politikalar üretmek için tutumlar belirlemek olarak tanımlanabilir. Stratejik amaçlı politikalar üretebilmek için öncelikle bir karar alma sürecinin yaşanması, bireyin ulaşmak istediği hedef ya da hedefleri belirleyerek bir planlama yapması gerekmektedir. Bu durumda planlanmış bir beklentinin nasıl gerçekleşeceğine ilişkin unsurları ele almak gerektiği düşünülmektedir.

“Tutumların davranışları nasıl etkilediği ile ilgili son dönemlerin en etkili teorisi Ajzen’in Planlanmış Davranış Teorisidir. Buna göre, insanlar davranışlarının sonuçları hakkında önceden düşünürler, seçtikleri bir sonuca ulaşmak için bir karara varırlar ve bu kararı uygularlar. Davranış belli bir niyet sonucu ortaya çıkar. Niyet, önceden düşünülmüş olan sonuca ulaşmaktır. Dolayısıyla davranışı belirleyen tutum değil niyettir. Planlanmış davranış teorisine göre niyeti etkileyen üç değişken vardır. Kişinin davranışa yönelik tutumu, öznel kural (subjective norm) ve algılanan davranışsal kontrol” (Arkonaç, 2005, s.166,167).

Bu durumda önceden belirli bir durumun çözümlenmesi için niyetlenen bireyin, bu niyete dayalı olarak öncelikle kendine has nasıl davranacağına yönelik bir kural (öznel kural) oluşturması gerekecek, daha sonra bu öznel kurala göre davranış geliştirip geliştiremeyeceğine ilişkin bir tutum (yaklaşım) sergileyecek ve öznel kurala uygun olarak diğer bireylerin ve kendisinin davranışlarını kontrol etmeye ilişkin algısal süreçleri devreye sokarak yine öznel kurala dayanarak niyetini davranışa dönüştürecektir. Bu süreç, stratejik davranışın durumlara ve konumlara uyarlanmasıyla içinde bulunulan yapıda en yüksek fayda ve en düşük kayıpla uyum sağlamaya dönük yeni bir düşünsellik ve eylemlilik oluşturulmasını tanımlar nitelikte değerlendirilmektedir. Stratejik davranışın temelinde farklı gereksinimlerin giderilmesine yönelik olarak uyum sağlayıcı davranış farklılıkları bulunmaktadır. Bu farklılıklar, stratejik gereksinimleri harekete geçiren güdülerle bağlantılıdır, bu güdüler şöyle açıklanmaktadır (Jones ve Pittman'dan aktaranlar Hogg ve vaughan, 2006, s.164);

“

- 1) Kendini yükseltme, başkalarını kendi yeterliğiniz konusunda ikna etme girişimi
- 2) Sokulganlık; başkalarının sizden hoşlanmasını sağlamak için yaptığınız girişim
- 3) Gözdağı; başkalarının sizin hakkınızda tehlikeli biri olduğunuzu düşüncelerini sağlama girişimi
- 4) Örneklemeye; Başkalarının sizi saygın bir birey olarak görmelerini sağlama yönündeki girişim
- 5) Yalvarma; kendinizi çaresiz ve yardıma muhtaç gibi göstererek başkalarının size acımasını sağlama girişimi”

Stratejik güdülere ilişkin bu eylemliliğin, farklı açılardan bakabilmeyi, bulunduğu ortamda pasif değil tersine baskın davranmayı ve karşılaşılan problemlerin çözümü için yeni davranışlar geliştirebilmeyi, bu açılardan başarılı politikalar üreterek bulunulan durum veya konuma uygun çözümler geliştirebilmeyi ve stratejik özellikler faktörü uyarınca depresyon oluşumuna yol açan kişilik

özelliklerinin kontrol altında tutulduğunu, aksine durumların ise depresyona eğilimi sağlayan kişilik özelliklerinin oluşumunu gösterebileceğine inanılmaktadır.

Beşinci ve son küme kendi başına bir faktör oluşturan Mantık veya Duyguyu Kullanım değişkeninden meydana gelmektedir. Bu değişken 0,010 düzeyinde istatistiksel olarak anlamlılık gösteremediğinden dolayı değerlendirmeye alınmamıştır.

Elde edilen sonuçlar uyarınca şu ana değin sunulan bilgilerin yorumlanması gerektiğine inanılmaktadır, bu amaçla aşağıdaki bilgilendirmeler sunulmuştur.

## BÖLÜM VI

### Sonuç ve Yorum

Araştırmada elde edilen sonuçlar ve bunlara dayalı olarak gerçekleştirilmeye çalışılacak yorumlar izleyen satırlarda sunulmaktadır.

#### 6.1. Sonuçlar ve Yorumlar

Araştırma sonucunda depresyon ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkide kişilik oluşumunda belirleyici olan yeni bir değerlendirme yapılması gerekli olduğu düşünülmektedir. Kişilik özelliklerinin yaşamsal deneyimler ve bu deneyimlerin yorumlanarak bireyin yaşantılarına uyarlanması olarak tanımlanabilmesine odaklanmak gerekliliğine inanılmaktadır. Kişiliğin deneyimlenerek yorumlanan bölümü olarak da tanımlanabilecek olan bu kısmının oluşumunda bireyin öğrenmeleri, öznel deneyimleri ve bu deneyimler sonucunda oluşan uyum ya da uyumsuzluk tablolarının belirleyici olabileceğinden yola çıkarak öznel deneyimlerin anlamları ve yorumlanmaları noktalarının öne çıktığı düşünülmektedir. Bu noktada bireylerin öğrenmeleri ve öznel deneyimlerinde kognitif yapının ve buna bağlı olarak bilişlerin şekillendirdiği bir olgunun gündeme getirilmesi kaçınılmaz olarak ön plana gelmektedir, bilişsel kuram.

Depresyonla kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin bilişsel kurama dayalı bilişsel model uyarınca aktarılabilmesinin ve bilgi işleme yaklaşımıyla gündeme gelen aksamaların bilişsel yapıda oluşturduğu bağıntılar yukarıdaki satırlarda belirtilmeye çalışılmıştır. Bu aktarımlar doğrultusunda güçlü bir olasılığın belirdiğine inanılmaktadır. Bu güçlü olasılık otomatik düşüncelerin kendiliğinden devreye girmesi ve otomatik düşüncelerin ardışıklığını ve kendi aralarındaki çağrışımsal dizilimlerine bağlı olarak ana entegrasyon görevini yürütmek üzere bilişsel çarpıtmaların önelliğinde ego-sentrik

uyuşumu sağlamak üzere öznel bir yapının devinebileceği düşüncesidir. Bu doğrultuda öne çıkan noktanın ego-sentrik yapının dönüştürülerek yeni bir değerlendirmeye ulaşıması, birey dışındaki toplumsal ve nesnel etkilerin göz önünde bulundurulduğu çözüme yönelik bir oluşumun hedeflenmesi olduğu düşünölmektedir.

Bu hedefe odaklanmış yeni değerlendirmenin yönlendirdiği noktanın ise gerçekçi olabilme gereksinimi olduğu açıktır, istenilen bu gerçekçiliğe ulaşabilmenin birincil gerekirliği kişinin kendini nasıl tanımladığı, nasıl biri olduğudur. Bir bireyin nasıl biri olduğunu tanımlamanın en doğrusal yöntemi o bireyin diğerleriyle karşılaştırılması olduğu düşüncesini öne çıkararak diğerleriyle birlikteliğin sorgulanmasının oldukça önemli veriler sağlayabileceği düşünölebilir. Bu durumda bireyin sosyal yapıya entegre olup olmadığı sosyo-sentrik olup olmadığı ya da ne kadar ego-sentrik olduğu sorusuna yanıt aramak gerektiği ortaya çıkmaktadır.

Yukarıdaki satırlarda daha önce yer verilen ego-sentrisizm ve sosyo-sentrisizm kavramlarına tekrar dönölecek olursa ve bir toplumbilimci tarafından oldukça detaylı olarak tanımlanan her iki kavramı yeniden anımsamak gerekirse; sosyo-sentrik kişiliğin belirli bir sosyal ilişki ortamı ile zaman ve yere endeksli bir kişilik türü olarak belirten, duygu, düşünce ve davranış yapılanmalarının kendi dışındaki bireylerle etkileşimlerden kaynaklandığını belirten, sınırlandırılmamış ve ulaşılabilir bir kişilik olarak tanımlayan, öte yandan ego-sentrik kişiliği ise bireysel ve otonom olarak belirten, duygu, düşünce ve davranış örüntülerinin başlıca kaynağının ise bireyin kendisi olduğunu ve tüm psikolojik yapının içsel kaynaklı olduğunu belirten bir çalışmada, duygu, düşünce ve davranışların kesin sınırları olan üç boyutlu bir boşluktan kaynaklandığı ifade edilmektedir (Lakoff ve ark.,2003).

Bu tanımlamalarda öne çıkan noktaların, sosyo-sentrik kişiliğin dışı odaklı ve dış dünyadan edindiği deneyimleri yaşamsal oluşumunda kullanarak belirli bir iç-dış dengesini gözetken yapıda olduğu,

egosentrik kişiliğin ise yalnızca kendi içinden odaklanan yapısıyla yine yalnızca kendinden gelen uyaranlara uyum sağlamaya çalışan bir yapıda olduğu görülebilecektir. Bu durumun insan doğasına ne denli uygun olduğu tartışılmalı gerektir, insanoğlu doğası gereği diğerleriyle bir arada olmayı amaçlayan bir yapıda olarak değerlendirilmektedir.

İnsanların bir arada yaşama gereksinimlerinin türe ait bir ihtiyaçtan değil daha çok işlevsellikten kaynaklandığını ve yalnız başına hayatta kalması mümkün olmayan insanoğlunun diğerleriyle işbirliği yapmak yoluyla yaşamını sürdürebilmek için sosyalleştığını ileri süren bir yazına (Winston, 2002) gönderme yapmak gerektiğine inanılmaktadır.

Sosyal evrimin ilk zamanlarından bu yana diğer bireylerle işbirliğinin hayatta kalıp kalmamaya sunduğu katkı tartışılmayacak denli açık olduğuna göre, duygu, düşünce ve davranış optimizasyonuna dayalı olan insan zihinsel sağlığının diğerlerinden etkilenmeyerek tek başına devindiğini öne sürmek olasıdır, pek olası görülemeyeceğine inanılan bu önermenin tersine, insanın diğerleriyle birlikte devinen bir yapıya sahip olduğunu ileri sürmenin daha akılcı ve daha gerçekçi görüleceğine inanılmaktadır.

İnsanın duygudurumu olarak da tanımlanabilecek olan duygu, düşünce ve davranışın diğer bireylerle etkileşim sonucunda devinerek yaşamsal uyumu öne çıkararak hayatta kalma ve olabildiğince fazla ekonomik ve buna bağlı olarak sosyal fayda elde etmeye dönük bir yığın düzenlemeye göre oluştuğu düşünülebilir, bu oluşum bireyleri gerçeklik olgusuna yaklaştırmakta ve gerçekliğe uyumlu davranma sonucunda da bireyin toplumsal yaşamda zorlanmadan etkileşimlerde bulunma hali ortaya çıkmaktadır argümanı ileri sürülebilir. Anılan bu argüman sosyo-sentrik yapıyı tanımlamaktadır, tersine bu argümana aykırı hal ve durumlar için ise ego-sentrik kişilik yapısına yaklaşıldığı düşünülebilir.

Ego-sentrik kişilik yapısı ya da ego-sentrik yapının temel belirleyicileri bireyin kendi içinden bilgi derlemesi ve buna bağlı olarak kendi değerlendirmelerine göre dış dünyayı anlamaya çalışma çabasında bulunması olarak kabul edilirse, depresyonda yapılan kişinin kendisi, çevresi ve geleceğine yönelik değerlendirmelerin de çoğunlukla iç dünyadan gelen bilgilere dayalı olacağı ileri sürülebilir, bireyin kendi değerlendirmeleri ve yine kendi değerlendirmelerine dayalı olan uygulamaları ve bu uygulamalar sonucunda oluşacak yeni durumun tekrar kendince değerlendirilmesi bir iç döngüyü tanımlamaktadır. İç döngü sonucunda elde edilen tek yanlı değerlendirme sonucunda, bireyin, bu sistemin sürdürülemez oluşundan dolayı durumsal değişimlere uyum sağlayamadığı ve bu uyumsuzluk sonucunda da depresyona yakalandığı ileri sürülebilir.

Bireyin depresyona yatkın oluşunun yanıtlarını bu yaklaşımda aramak daha olası değerlendirilmektedir, bireylerin yaşadıkları dünyaya dolayısıyla sosyal yapıya ve sosyal yapıdaki değişimlere ancak bu sosyal yapıyı oluşturan unsurlardan elde ettikleri bilgiler ve bu bilgilere dayalı yorumlarla uyum sağlayabilecekleri ve böylece varlıklarını sürdürebilecekleri düşünüldüğünde ego-sentrik yapının depresyon oluşumuna katkısının daha iyi belireceğine inanılmaktadır.

Ego-sentrik kişiliğin temel belirleyicileri olan içsel kaynaklı bilgilenme ve yorumlamaların birçok kuram tarafından açıklanabileceği açıktır, ancak bilişsel kuram çerçevesinde yapılacak tanımlamaların daha belirgin ve kişinin temel inançlarına dayanmasından dolayı da daha stabil tanımlamalar olabileceği ve bu tanımlamaların detaylandırılarak spesifik hale getirilmesinin bireyin depresyonunu anlama, tedavi etme ve tekrar hasta olmaktan korumada oldukça yararlı ve önemli katkılar sunabileceği düşünülmektedir. Bu katkıların kişiliğe ilişkin alt küme özellikleri göz önüne alınarak standardize edilmesi ve 16 PF Kişilik Envanterinden elde edilecek verilerin değerlendirilmesiyle, belirlenmiş ve kanıtlanabilir bilimsel bir standardizasyona dayandırılabilmesi düşünülmektedir.

Depresyon ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin bilişsel kuram çerçevesinde değerlendirilebilmesi için bilişsel kuramın temelini oluşturan bilişle ilgili süreçlerin irdelenmesi gerektiği değerlendirilmektedir. Bu doğrultuda, bilgi işleme süreçleri ile depresyon arasındaki bağıntıya ilişkin yorumlar aktarılmaya çalışılmıştır.

Bilgi işleme süreçleri özellikle depresyon için son derece önemli bir ayırıcı niteliğe sahip olarak değerlendirilebilir, çünkü depresyon her ne kadar bir duygudurum bozukluğu olarak tanımlanıyor olsa da depresyonu belirleyen en önemli bileşenler düşünce ile tanımlanan bileşenlerdir, bu yüzden depresyonun oluşumunda da düşünel bilgilenmelerin ve bunlardaki uyumu engelleyen değerlendirme ve yorumların öne çıkarılması gerektiğine inanılmaktadır.

Psikopatolojilerde bilgi işleme süreçlerine ilişkin bir yayında, depresyon gibi duygudurum bozukluklarını, bilgi işleme sürecinin bir takım çarpıtma ve yanlılıkları sonucu oluşan yapılar olarak tanımlanmaktadır ve bu sürecin özellikle bilgi akışının yönündeki temel bir dönüşümden kaynaklandığı ileri sürülmektedir (Irak, 2009). Buna göre, normalde sağlıklı bireylerde aşağıdan yukarıya olarak tanımlanan ve örüntü tanıma, dikkat, algı, kısa süreli bellek, uzun süreli bellek akışına sahip olan bilgi işleme sürecinin depresyonda olan bireyler için tersine işlediği uzun süreli bellek, kısa süreli bellek, algı ve dikkat akış yönünü izlediği ifade edilmektedir (Irak, 2009).

Burada aktarılmaya çalışılan, depresyonun bilgi işlemedeki normalliği aksatması ve buna bağlı olarak uzun süreli bellekte depolanan bir sonuç bilgisini ilk başta devreye sokarak yaşamsal olaylara uyum sağlamaya çalışma çabasını öne çıkarması durumudur. Normal bilgi akışında elde edilen veriler değerlendirilerek uzun süreli bellekteki bilgilerle karşılaştırılarak bir sonuca ulaşmaya çalışılırken, depresyonda göz önünde olan veriler dikkate alınmamakta ve uzun süreli bellekte bulunan bir değerlendirme doğrudan devreye alınarak



tüm gerçeklik devre dışı bırakılmakta ve bu değerlendirmeye dayanılarak oluşturulan yorumla yaşamsal olaylara ve durumlara uyum sağlanmaya çalışılmaktadır.

Doğal olarak böylesi bir yorumun var olan verilere dayanmadığı ve gerçekliğe uyumlu olmadığı sürece de depresif durumu besleyen bir döngü olarak işlev görmeye başlayacağı ileri sürülebilir.

Bu yorum çoğu kez bir önyargıyı tanımlamaktadır ve önyargılar doğaları gereği kişinin daha önce deneyimlediği yaşam olayları sonucunda edinilmiş bireysel öngörüler olarak tanımlanabilirse bir öngörüler topluluğunun varlığından söz etmenin ve depresyonu oluşturan ya da tekrarlamasını sağlayan öngörülerin, her türden yaşamsal bilgi ve farklılaşmayı yok sayarak hemen her şeye belirli kalıplar çerçevesinde yaklaşılmasının bir sonucu olduğu düşünülebilir.

Anılan öngörülerin depresyonun oluşumu ve güçlenmesini sağlayan bir unsur olarak kişilik özellikleri şeklinde belirdiği öne sürülürse, öngörülerin kişilik özelliklerini oluşturan alt kümelerle eşgüdüm içinde olmaları gerektiği sonucuna ulaşılabilir. Alt kümeleri oluşturan Uyum Zorluğu Özellikleri, Katılımcılık Özellikleri, Dönüşüm Özellikleri ve Stratejik Özelliklerin her birinin bu öngörüler topluluğuna katkı sunan birer kaynak olduğu düşünülebilir, bu durumda faktörleşmeler sonucu meydana gelen yapıların ele alınmasında yarar görülmektedir.

Daha önce açıklanmaya çalışılan ve birbirleriyle faktörleşerek alt kümeler oluşturan bağımsız değişkenlerin tamamı uzun süreli bellekte depolanan bilgi ve değerlendirmelerin yoruma dönüşmüş birer sonucu olarak değerlendirilirse daha somut bir yapıya ulaşmanın mümkün olabileceği düşünülmektedir. Alt kümelerin yoruma dönüşmüş nitelikleri aşağıdaki satırlarda sorgulanmaya çalışılmıştır.

Uyum Zorluğu Özellikleri alt kümesinde yer alan Gerginlik, Amaçlarını Gerçekleştirme, Soyuta Odaklılık, Kendini Sorgulama ve Başkalarına Güven değişkenlerinin oluşturduğu faktörleşme grubunun Regresyon Modelinde pozitif puan alması göz önünde bulundurulduğunda; bu faktördeki pozitif puanlar Beck Puanının artışı ve dolayısıyla depresyon artışı gösterdiği için yüksek puanlar yani olumsuz niteliklerdeki artış depresyonun oluşumuna katkıyı vurgulamakta olduğundan yüksek puanlar alınmasına neden olan faktörlerin olumsuz niteliklerini ve faktör içinde ters işaretli olan ve bu nedenle negatif işaretli olmasından ötürü depresyonu azaltıcı özellik sergileyen Amaçlarını Gerçekleştirme değişkeni için ise düşük puanları yani bu değişken için olumsuz nitelikleri anımsayacak olursak Gerginlik için; rahat olmayan ve gergin, sabırsız, enerjik, Amaçlarını Gerçekleştirme için; olumsuzluklardan etkilenen, Soyuta Odaklılık için; çözüme yönelik olmayan, pratik olmayan ve düşünce yönelimli, Kendini Sorgulama için; kendinden emin olmayan ve kendini sorgulayan ve Başkalarına Güven için; davranışları şüpheyle karşılayan birinin bireysel değerlendirme ve yorumlarından kaynaklanan uzun süreli bellekteki yansımalarının, dış dünyadan elde edilecek verilerin yerine otomatik olarak devreye sokulduğu düşünüldüğünde; bireyin gergin, sabırsız, enerjik olmasının, olumsuzluklardan etkilenmesinin, çözüm yönelimli olmayışının, kendinden emin olmamasının ve başkalarının davranışlarını şüpheyle karşılayan bir yapıda olmasının olayları uyumu kolaylaştıracak yönde değil tersine uyumu zorlaştıracak yönde yorumlaması sonucunda dış dünyaya uyumu ne denli zorlaştırabileceği ve bu uyum zorlaştırıcı kişilik özelliklerinin yaşamsal tatmini ne denli azaltarak çökkünlük yaratabileceği öngörülebilir olarak değerlendirilmektedir.

Katılımcılık Özellikleri alt kümesinde yer alan Spontanlık, Karar Verme Tarzı, Grupta Olma İsteği ve Sosyal Girişkenlik değişkenlerinin oluşturduğu faktörleşme yapılanmasının Regresyon Modelinde negatif puanla tanımlanmasından dolayı bu faktörün düşük değerler alması BDE Puanını azaltan bir işlev görmekte olduğundan depresyonun artışı

anlamına gelmektedir ve bu yüzden faktörde yer alan değişkenlerin düşük puanlar alması depresyonun artışı anlamına geldiğinden ve faktörün düşük puanlar almasında olumsuz niteliklerin etkili olduğu, dolayısıyla olumsuz niteliklerin faktör değerini düşürerek BDE Puanını yani depresyonu artırıcı işlev gördüğünden faktördeki değişkenlerin Spontanlık için; sakıngan olmayı, Karar Verme Tarzı için; gruba bağımlılığı, Grupta Olma İsteği için; ilgisiz olan, Sosyal Girişkenlik için; çekingenlik nitelikleri öne çıkan bir bireyin uzun süreli bellekte bulunan değerlendirme ve yorumlarının diğer kişiler, gruplar ve yapılanmalara katılımında sorunlar yaşanmasına, birlikte devinme düzeyi düşük olduğu için de yaşamsal beklentilerini karşılama düzeyinin düşük olmasına, insanların toplumsal yapıda işbirliği ve birlikte karşılıklı etkileşim temelinde sosyal bir yapıyı sürdürdükleri düşünüldüğünde ise içinde bulunduğu düzleme yabancı ve yalnız olarak ifade edilebileceği bir konumda tanımlanabileceği düşünülebilir.

Dönüşüm Özellikleri alt kümesinde yer alan Kuralları Sorgulama, Mükemmeliyetçilik ve Kendini İfade Etme Tercihi değişkenlerince oluşturulan faktör yapısının yine Regresyon Modelinde negatif puanla tanımlanıyor olmasından dolayı faktörün düşük puanları depresyon artışını belirteceğinden düşük puanları tanımlayan olumsuz nitelikteki belirteçler incelenirse Kuralları Sorgulama için; kurallara bağlı olmayan ve kuralları sorgulayarak esnetilmesi olasılığına uzak bulunan, Mükemmeliyetçilik için; esnek olan ve bu nedenle organize ve öz disiplinli davranma ve değerlendirmeden uzak bulunan ve Kendini İfade Etme Tercihi için; tavrını belli ederek sosyal ilişkilerde güçlükler yaşayan bireylerin yaşamsal olaylar ve kişiler arası değişimlerde gerekli uyumu gösteremeyerek dönüşümler sağlayamayacakları ve bundan dolayı etkin davranışlarda bulunamayarak zorluklar yaşayacaklarına inanılmaktadır.

Son olarak Stratejik özellikler alt kümesindeki Yeniliğe Açıklık, Baskınlık ve Problem Çözme Becerisi değişkenlerinin Regresyon Modelinde negatif değer almasından ve değişkenlerin düşük puanlar

almaları olumsuz niteliklere atıfta bulunduğundan dolayı faktörde yer alan değişkenlerin olumsuz nitelikteki yönlerine odaklanırsak Yeniliğe Açıklık için; olanı sürdüren ve değişim için çabalamayan, Baskınlık için; alttan alan ve bu nedenle başkalarının düşünce, istek ve amaçlarını öne çıkararak, Problem Çözme Becerisi için; somut yaklaşımda bulunan ve bu nedenle farklı yöntemlerle problemleri çözmede başarılı olmakta sorun yaşayan bireylerin üst bellekte bulunan bilgi ve değerlendirmelerine dayalı yorumlarının karşılaştıkları yaşam olaylarını etkili biçimde ele almalarına yetecek düzeyde olmayabileceği ve bu nedenle genel bir çekilme durumu yaşayabilecekleri düşünülebilir.

Bu sonuçlar uyarınca, 16 PF Kişilik Envanteri'nde yer alan Kişilik Faktörlerinden Mantık veya Duyguyu Kullanım Faktörü dışındaki tüm faktörlerin depresyon oluşumuyla doğrudan bağlantılı olduğu ve depresyonla kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi net bir biçimde sorgulayarak belirleyebildikleri sonucuna varılmıştır.

## **6.2. Sonsöz ve Öneriler**

16 PF kişilik faktörü kullanılarak, depresyonla kişilik özellikleri arasındaki bağıntıyı belirlemeyi amaçlayan son derecede sınırlı sayıdaki çalışmalardan birinde doğrudan majör depresyonun sorgulanmamış olmasından ve örneklem grubunun son derece sınırlı olmasından dolayı, diğerindeyse yaş grubunun sınırlandırılmış olmasından dolayı daha geniş ve sınırlandırılmamış bir örneklem grubuyla yeni bir çalışma yapılması gerektiği düşünülmüş ve bu nedenle gerçekleştirilecek olası bir çalışmada yetişkin olma ve en az okur-yazar olma sınırlaması dışında herhangi bir koşul getirilmemiş ve 114 depresyon tanısı almış bireyle gönüllü katılım çerçevesinde rastgele görüşülerek, katılımcılara Beck Depresyon Ölçeği ve 16 PF Faktör Analizi Kişilik Envanteri (Beşinci Versiyon) öz bildirim ölçekleri uygulanmıştır.

Sonuçların yorumlanması için araştırmada DSM-5 depresyon değerlendirme kriterleri esas alınmış, alışma, Bağcılar Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniğinde depresyon tanısı almış katılımcılara öncelikle Beck Depresyon Envanteri uygulanmak suretiyle, 17 Puan olan kesme noktasını geçme koşulunu yerine getirmeleri şartını sağlayan 114 katılımcıya 16 PF Faktör Analizi uygulanarak ve Davranış Bilimleri Enstitüsü'ne başvurmuş olan ve depresyon tanısı almamış katılımcılardan ise yine öncelikle SA-45 Symptom Değerlendirme leği uygulanması sonrasında psikopatoloji saptanmamış olan katılımcılara Beck Depresyon Envanteri uygulanarak, kesme noktası olan 17 Puanın altında kalma koşulunu sağlayan 60 katılımcıya 16 PF Faktör Analizi uygulanarak gerçekleştirilmiş, Beck Depresyon Envanteri Puanları izlenen yönerge kapsamında araştırmacı tarafından saptanmış, kişilik faktörleri analizi çalışmaları ise değerlendirmeleri yapmaya ülkemizdeki tek yetkili kurum olan Davranış Bilimleri Enstitüsü tarafından gerçekleştirilmiştir.

Elde edilen sonuçlar betimleme açısından tanımlayıcı istatistikler, normal dağılıma uygunluk ölçüm testi olarak Kolmogorov-Smirnov, normal dağılıma uyan değişkenlerin ortalamaları ve varyansları arasındaki istatistiksel önemlilik düzeylerini belirlemek için Bağımsız rneklem Testi, normal dağılıma uymayan değişkenlerin istatistiksel önemlilik düzeylerini tespit etmek için Mann Whitney U testi, normal dağılıma uyduğu saptanan ve istatistiksel önemlilik düzeyleri belirlenen değişkenler için Pearson arpım Moment Korelasyon Katsayısı Analizi, normal dağılıma uymadığı saptanan ve istatistiksel önemlilik düzeyleri belirlenen değişkenler için Spearman Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı Analizi uygulanmıştır. Bağımsız değişkenlerin Beck Depresyon Envanteri Puanı ile aralarındaki ilişkiyi açıklayabilecek bir model kurabilmek ve kendi aralarındaki faktrleşmeyi belirlemek amacıyla Faktör Analizi yapılmıştır.

Elde edilen beş faktörün kendi aralarındaki ilişkilerini açıklayabilmek için Varimaks Döndürme Yöntemi ile uygun faktörleşme, faktör yükleri ve değişkenlerin toplandığı faktörler belirlenmiştir. Ulaşılan sonuçların incelenmesiyle, depresyon oluşumunu kolaylaştırabileceği ve tedavisini güçleştirebileceği düşünülen belirgin kişilik özelliklerinin saptanabildiği düşünülmektedir. Depresyon oluşumuna katkı sağlayabileceği ve depresyonun tedavisini güçleştirerek tekrarlanmasına yol açabileceği düşünülen kişilik özelliklerinin dört grupta kümelendiği görülmüştür.

Uyum Zorluğu Özellikleri, Katılımcılık Özellikleri, Dönüşüm Özellikleri ve Stratejik Özellikler olarak tanımlanan bu grupların kendi aralarında tam bir uyumluluk içinde olarak belirgin özellikler çerçevesinde etkileşim içinde oldukları değerlendirilmesine ulaşılmıştır. **Uyum Zorluğu Özellikleri** başlığı altında **Gerginlik, Amaçlarını Gerçekleştirme, Soyuta Odaklılık, Kendini Sorgulama ve Başkalarına Güven** değişkenlerinin, **Katılımcılık Özellikleri** başlığı altında **Spontanlık, Karar Verme Tarzı, Grupta Olma İsteği ve Sosyal Girişkenlik** değişkenlerinin, **Dönüşüm Özellikleri** başlığı altında **Kuralları Sorgulama, Mükemmeliyetçilik ve Kendini İfade Etme Tercihi** değişkenlerinin, **Stratejik Özellikler** başlığı altında ise **Yeniliğe Açıklık, Baskınlık ve Problem Çözme Becerisi** değişkenlerinin birlikte ve eşgüdüm içinde yer aldıkları görülmüş, özellikle Regresyon Modeli'nde **Uyum Zorluğu Özellikleri** ve **Stratejik Özellikler** faktörlerinin BDE Puanıyla 0,01 önemlilik düzeyinde istatistiksel bir ilişki içinde olmalarından dolayı diğer faktörlerden daha çok belirleyici oldukları, bu nedenle anılan faktörlerde tanımlanmış bulunan alt faktör özellikleri olan **Gerginlik, Amaçlarını Gerçekleştirme, Soyuta Odaklılık, Kendini Sorgulama ve Başkalarına Güven** değişkenleri ile **Yeniliğe Açıklık, Baskınlık ve Problem Çözme Becerisi** değişkenlerinin belirleyici olduğuna, saptanan bu kişilik örüntülerinin gerek kendi içlerinde ve gerekse birbirleriyle ilişki içinde olmak üzere depresyonun oluşumuna zemin hazırlayan ve süregiden depresyonun sağaltımında zorluklar yaratan,

uzun süreli bellekte yer alan, öğrenme ve yaşamsal deneyimlerin bir sonucu olarak belirmiş olan önbilgisel yapılanmalar oldukları sonucuna varılmıştır.

Yukarıdaki satırlarda detaylı olarak aktarılanlara ek olarak Regresyon Sabitinin 20.50 bulunmasının önemli olduğu, özellikle BDE Puanı kesme noktası 17 olarak belirlenmiş olduğu için bu değerin üstüne çıkmış olmasının özel bir anlamı olduğu düşünülmektedir, bulunan oran, ülkemiz genelinde daha detaylı araştırmalar yapılarak, depresyonun genel nüfusta yaygınlığı ve ülke popülasyonunun depresyona yatkınlığı konularında yeni değerlendirmeler yapılmasını gerekli gösterir nitelikte yüksek bir oran olarak değerlendirilmektedir.

Elde edilen sonuçların depresyon ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için 16 PF Kişilik Envanteri aracılığıyla ölçümler ve değerlendirmeler yapılmasını destekler nitelikte bulunduğunu ve bu durumun araştırma hipotezinin kabul edilir olduğunu gösterdiğini ancak araştırma kısıtlılıklarından hareketle, sosyodemografik özelliklerin ele alınarak 16 PF Kişilik Envanteri ve BDE ile karşılaştırılamamış olması, kadın ve erkek katılımcıların eşit sayılarda temsil edilmemiş olması, katılımcıların eğitim durumlarının eşit sayılarla temsil edilmemiş olması, yalnızca İstanbul İliyle ve iki bölgeyle sınırlı kalınması ve yüksek sayılarda olmayan örnekleme çalışılmış olmasından dolayı bu kısıtlamaların giderildiği çalışmalara gereksinim bulunduğu sonucuna ulaşıldığının bildirilmesi kararlaştırılmıştır.

## KAYNAKÇA

- Ak, M. Özmenler, N. Özşahin. A. (2008). İntihar Girişimi ile Mizaç ve Karakter Arasındaki İlişkinin Depresif Bozukluk Örnekleminde Ele Alınması. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 11, 33-41
- Akdeniz, F. Aydemir, Ö. Kora, K. Oral, T. Vahip, I. Vahip, S. Yazıcı, O. (2012). *Tanıdan Sağaltıma Bipolar Depresyon*. İstanbul: İstanbul Medikal Sağlık ve Yayıncılık
- Akdeniz, F. Kesebir, S., Vahip, S. Gönül, S. (2004). Duygudurum Bozuklukları ile Mizaç Arasında İlişki Var mı? *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15 (3), 183-190
- Akiskal, H. (1992). *American Psychiatric Press, Review of Psychiatry Volume 11*. Edited By Tasman, A. Riba, M.: American Psychiatric Press. Retrieved from <https://books.google.com.tr/books?id=J3o1k6hdOIwC&pg=PA59&dq>
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2015). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Besinci Baskı, (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabından*. çev. Köroğlu E. Ankara: Hekimler Yayın Birliği
- Arkar, H. (2005). Psikolojinin Alt Alanları. *Türk Psikoloji Bülteni*, 36, 82-94
- Arkar, H. (2008). Cloninger'in Mizaç ve Karakter Boyutları ile Kişilik Bozuklukları Arasındaki İlişki. *Klinik Psikiyatri*, 11, 115-124
- Arkar, H. (2010). Depresif Duygudurum ile Kişilik Arasındaki İlişki: Beck Depresyon Envanteri ile Mizaç ve Karakter Envanteri'nin Karşılaştırılması. *New Symposium Journal*, 48 (2), 116-121
- Arkonaç, S.A. (2005). *Sosyal Psikoloji*. İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım



Aslan, A. Sarı, B. Kuruoğlu, A. (2012). Depresif Duygudurumdan Major Depresyona Klinik Spektrum. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 15, 56-64

Aslan, S. Demir, E. (2008). Yineleyici ve Tek Dönem Majör Depresif Bozukluğu Olan Hastaların Kişilik ve Affektif Mizaç Özellikleri. *Klinik Psikiyatri*, 11, 61-71

Ateşçi, F. (2000). Depresyonun Seyri. *Duygudurum Dizisi*, 2, 99-103

Atkinson, R. Atkinson, R. Smith, E. Bem, D. (2002). *Psikolojiye Giriş*. Ankara: Arkadaş Yayınevi

Aydemir, Ö. Köroğlu, E. (Editörlüğünde) (2009). *Psikiyatride Sık Kullanılan Ölçekler*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği Yayını

Balcıoğlu, İ. (1999). Depresyonun Etiyopatogenezi. *İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri; Depresyon, Somatizasyon ve Psikiyatrik Aciller Sempozyum Kitapçığı*, 19-28

Barkow, K. Maier, W. Üstün, T. Gansicke, M. Wittchen, H. Heun, R. (2003). Risk Factors for Depression at 12 Month Follow-Up in adult Primary Healthcare Patients With Major depression: An International Prospective Study (Abstract). *Journal of Affect Disorder* 76 (1-3), 157-169. Retrieved September 2, 2015 from <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032702000812>

Bayrakçı, M. (2007). Sosyal Öğrenme Kuramı ve Eğitimde Uygulanması. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14, 198-210

Beck, J. (2001). *Bilişsel Terapi Temel İlkeler ve Ötesi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları No:22

Beck, J. (1995). *Cognitive Therapy: Basics and Beyond*. New York: Guilford Press

**Beck, J. (2005). *Cognitive Therapy for Challenging Problems*. New York: The Guilford Press**

**Beck, A.T. (2005). *Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar*. İstanbul: Litera Yayın**

Berens, L. Nardi, D. (1999). *The 16 Personality Types: Descriptions for Self-Discovery*, Huntington Beach, California: Telos Publications.  
Retrieved from <https://books.google.com.tr/books?id=DNZobAbectIC&printsec>

**Bower, G. (2011.) Neal E. Miller, Biographical Memoirs. *Proceedings of The American Philosophical Society* 155 (3), 358-365**

Burger, J. (2010). *Personality, Eight Edition*. Belmont, California: Wadsworth Cengage Learning. Retrieved from <http://www.amazon.com/Personality-8th-Edition-Jerry-Burger/dp/0495813966>

**Büyükişık, N.S. (2008). *Yeni Tanı Almış Majör Depresyonlu Hastalarda Serum Beyin Kaynaklı Nörotrofik Faktör (BDNF) İle Kortizol Seviyelerinin Tedavi Öncesi ve Tedavi Sonrası Değişimi*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. İstanbul: 2008**

Cattell, R. (1950). *Personality. A Systematic Theoretical and Factual Study*. New York: McGraw Hill. Retrieved from <https://www.questia.com/library/95127220/personality-a-systematic-theoretical-and-factual>

Coons, E. "Miller, Neal Elgar" (2008). *New Dictionary of Scientific Biography*. 145-154. Retrieved September 17, 2015, from <http://www.nasonline.org/publications/biographical-memoirs/memoir-pdfs/miller-neal.pdf>

- Coşkuner, E. (1997). *Cattell Kavramlarıyla Kişilik Tanımı*. İstanbul: Davranış Bilimleri Enstitüsü Yayınları
- Cüceloğlu, D. (2003). *İnsan ve Davranışı*. Ankara: Remzi Kitabevi
- Çakmak, D. Saatçioğlu, Ö. (2003). *Yüksek Lisans İçin Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. İstanbul: İstanbul Ticaret Üniversitesi Yayınları
- Çıngı, H. (2006). *Örnekleme Kuramı*. Ankara. Hacettepe Üniversitesi Fen Fakültesi Yayınları. Ders Kitapları Dizisi 20
- Dal, V. Eroğlu, A.H. (2015). Farklı Kişilik Özelliklerine Sahip Bireylerin Risk Algılarının Tüketici Davranışı Açısından İncelenmesi: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 20 (2), 361-365
- Davison, G. Neale, J. (2004). *Anormal Psikolojisi*. Ankara: TPD Yayınları
- Demirarslan, P. Gökalp, P. Ögel, K. Babaoğlu, A. (1999). Kronik Depresyon ve İyileşen Majör Depresyon Olgularında Kişilik Bozukluklarının Değerlendirilmesi. *Düşünen Adam Dergisi*, 12, 5-13
- Doğan O. (2000). Depresyonun Epidemiyolojisi. *Duygudurum Dizisi*, 1, 29-38
- Domjan, M. (2004). *Koşullama ve Öğrenmenin Temelleri*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları

- Figen, P. Mete, S. (2009) Uyum Modeli ve Sosyal Bilişsel Öğrenme Kuramının Doğum Öncesi Eğitimde Kullanımı. *DEUHHYO ED 1 (1)*, 57-68**
- Irak, M. (2009). *Psikopatolojilerde Bilgi İşleme Süreçleri*. Ankara: HYB Yayıncılık**
- Işık, E. Işık, U. (2013). *Depresif ve Bipolar Bozukluklar*. Ankara: Rotatıp Kitabevi**
- Glick, I. Yalom, I. (2006). *Depresyon Terapisi*. İstanbul: Global Yayın Dağıtım**
- Green, B. (2004). Personal Construct Psychology and Content Analysis. *Personal Construct Theory&Practice*, 1, 82-89**
- Güleç, C. (2006). *Psikiyatrinin ABC'si*. İstanbul: Say Yayınları**
- Güleç, M. (2009). Psikosomatik Hastalıklarda Mizaç ve Karakter. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 1, 201-214**
- Güleç, C. Koroğlu, E. (Editörlüğünde) (1998). *Psikiyatri Temel Kitabı*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği**
- Hisli, N. (1988). Beck Depresyon Envanterinin Geçerliliği Üzerine Bir Çalışma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 6 (22), 118-122**
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin Üniversite Öğrencileri İçin Geçerliliği Güvenirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7 (23), 3-13**
- Hogg, M.A. Vaughan, G.M. (2011). *Sosyal Psikoloji*. Ankara: Ütopya Yayınevi**

Jacobson, J. Jacobson A. (2006). *Psychiatric Secrets*. Hanley&Belfus, Inc. *Psikiyatrinin Sırları* kitabından çeviren Kayaalp, L. Doğangün, B. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri

Kaplan, H. Sadock, B. (1998). *Birinci Basamak Psikiyatri El Kitabı*. İstanbul: Turgut Yayıncılık

Karaaslan, F. Bağcıoğlu, E. Bahçeci, B. Orhan. Ö. Biter, E. Altunören, Ö. (2010). İlk Epizod Depresyon Hastalarında Mizaç ve Karakter Özelliklerinin Tedavi Öncesi ve Sonrası Karşılaştırılması. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 20 (3), 240-245

Karakaş, S. (Editörlüğünde) (Editörler: İrkeç. C. İşeri, E. Karakaş, H.M. Yüksel, N. Arıkan, O. Uzbay, İ.T. Özgören, M.) (2008). *Kognitif Nörobilimler*. Ankara: MN Medikal ve Nobel Yayını

Karamustafalıoğlu, O. Yumrukçal, H. Depresyon ve Anksiyete Bozuklukları (2011). *Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Tıp Bülteni*, 2011;45 (2), 65-74

Kaya, B. Kaya, M. (2007). 1960'lardan Günümüze Depresyonun Epidemiyolojisi, Tarihsel Bir Bakış. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 10 (Ek 6), 3-10

Kılınç, S. Torun, F. (2011). Türkiye'de Klinikte Kullanılan Depresyon Değerlendirme Ölçekleri. *Dirim Tıp Gazetesi*, 86 (1), 39-47

Konuk, E. (1996). "The Development of The Turkish Form, Test-Retest "Reliability and Validity Studies of The Sixteen Personality Factor Questionnaire (16 PF)". Master Thesis. Boğaziçi University. İstanbul: 1996

**Koptagel İlal, G. (2001). *Davranış Bilimleri Tıpsal Psikoloji*. İstanbul: Nobel Yayınevi**

**Köroğlu, E. (2006). *Depresyon*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği**

**Köroğlu, E. (2009). *Bilişsel-Davranışçı Psikoterapiler*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği**

**Köylü N.S. (2012). Nöropsikolojik Değerlendirme: Kısa Bir Gözden Geçirme Yazısı. *Nöropsikoloji 1 (1)*, 22-30**

**Lakoff, G. Johnsen, M. (2003). *Metaphors We Live By*. London: University of Chicago Press**

**Leahy, R.L. (2007). *Bilişsel Terapi Yöntemleri*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği**

**Mesulam, M.M. (2004). *Davranışsal ve Kognitif Nörolojinin İlkeleri*. İstanbul: Yelkovan Yayınevi (Pfizer İlaç Özel Baskısı)**

**Morris, C.G. (2013). *Psikolojiyi Anlamak*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları**

**Ocio, L. Garcia, F. (1994). Distimia: Estudio Descriptivo y Rasgos de Personalidad. *Review Asoccation Espanio Neuropsiquatr. 14 (49)*, 259-266**

**Oltmanns, F. Neale, J. Davison, G. (2003). *Anormal Davranışlar Psikolojisinde Vak'a Çalışmaları*. Ankara: TPD Yayınları**

**Örsel, S. (2004). Depresyonda Tedavi: Genel İlkeler ve Kullanılan Antidepresan İlaçlar. *Klinik Psikiyatri Dergisi, Ek 4*, 17-24**

- Özmen, M. (2001). Depresyonda Dinamik Nedenler. *Duygudurum Dizisi (6)*, 283-287
- Öztürk, O. (2004). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri
- Özyeşil, Z. (2011.) *Üniversite Öğrencilerinin öz-Anlayış Düzeylerinin Bilinçli Farkındalık Kişilik Özellikleri ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi. Konya: 2011
- Pelissolo, A. Corruble, E. (2002). Personality Factors in Depressive Disorder: Contribution of the Psychbiological Model Developed by Cloninger. *Encephale*, 28(4), 363-373
- Primi, R. Ferreira-Rodrigues, C. Carvalho, F. (2014). Cattell's Personality Factors Questionnaire (CPFQ): Development and Preliminary Study. *Paideia*, 24 (57), 29-37
- Russel, M.T. Karol, D.L. (1994). *16 PF Fifth Edition Administrator's Manual*, Illinois: Institute for Personality and Ability Testing Publishing
- Ryckman, R. (2012). *Theories of Personality, Tenth Edition*. Belmont, California: Wadsworth Cengage Learning. Retrieved from <https://books.google.com.tr/books?id=uckKAAAAQBAJ&pg>
- Samochowicz, J. Kucharska-Mazur, J. Hajduk, A. Wojciechowski, B. Samochowicz, A. (2005). Personality Profile of Patients with Anxiety Disorder The 16 PF Cattell's Questionnaire and Cloninger's TCI (Abstract). *Psychiatr Pol.* 39(3), 527-536

Santacreu, J. Rubio, V. Hernandez, J. (2006). The Objective Assessment of Personality: Cattell's T-data Revisited and More. *Psychology Science*, 48 (1), 53-68

Savaşır, I. Soygüt, G. Kabakçı, E. (Editörlüğünde) (2003). *Bilişsel-Davranışçı Terapiler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları

Savaşır, I. Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları

Savrun, M.B. (1999). *Depresyonun Tanımı ve Epidemiyolojisi. İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri; Depresyon, Somatizasyon ve Psikiyatrik Aciller Sempozyum Kitapçığı*, 11-17

Sayın, A. Aslan, S. (2005). Duygudurum Bozuklukları ile Huy, Karakter ve Kişilik İlişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16 (4), 276-283

Şahin, M. (Editörlüğünde) (2015). Kring, A.M. Johnson, S.L. Davison, G. Neale, J. *Anormal Psikolojisi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık

Shea, T. Hirschfeld, R. (1996). Chronic Mood Disorder and Depressive Personality. *Psychiatry Clinic North America*, 19, (1), 103-120

Schultz, D.P. Schultz, S.E. (2002). *Modern Psikoloji Tarihi*. İstanbul: Kaknüs Yayınları



- Skraovic, D.M. Draganic, S. Hill, K. Bayon, C. Pryzbeck, T.R.**  
**Cloninger, C.R. (2002). Temperament, Character and Personality Disorders: Etiologic, Diagnostic, Treatment Issues. Acta Psychiatr Scand, 106, 189-195**
- Srivastava, K. Raju, B. Saldanha, D.Chaudry, S. Basannar, D. Pawar, A.A. Ryali, V. Kundeyawala, S.M. (2007). Psychological Well-being of Medical Students. *MJAFI* 63, 137-140**
- Sütçü, A. Çelik, M. Kabakçı, E. Uluşahin, A. (2005). Bipolar Bozukluğu Olan Hastaların Birinci Derece Akrabalarında Psikopatoloji ve Kişilik Örüntüleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*,16 (4), 229-236**
- Şahin, N. Batıgün, A. Uğurtaş, S. (2002). Kısa Semptom Envanteri (KSE): Ergenler İçin Kullanımının Geçerlik, Güvenilirlik ve Faktör Yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13 (2), 125-135**
- Taymur, İ. Türkçapar, H. M. (2012). Kişilik: Tanımı, Sınıflaması ve Değerlendirilmesi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 4 (2), 154-177**
- Tezcan, A. E. (2013). *Depresyonu Anlamak*. İstanbul: Sigma Publishing**
- Türkçapar, H. (2009). *Klinik Uygulamada Bilişsel Davranışçı Terapi, Depresyon*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği**
- Uğur, M. Balcıoğlu, İ. Kocabaşoğlu, N. (2008). *Türkiye’de Sık Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar*. İstanbul: İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi 62**

Ülkeroğlu, F. Tezcan, E. Kuloğlu, M. Çulha, F. Karabulut, C. Ay, M. Doğan, İ. (1997). Distimi - Çifte Depresyon-Majör Depresyon Tanılı Hastaların Kişilik Yapıları Açısından Karşılaştırılması. Antalya: Ulusal Psikiyatri Kongresi Sunumu.

Ünal, S. (2000). Depresyon ve Kişilik. *Duygudurum Dizisi*, 2, 72-76

Yalom, I. Glick, I.D. (Editörlüğünde) (2006). *Depresyon Terapisi*. İstanbul: Prestij Yayınları

Yapıcı, Ş. Koçyiğit, M. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Nedensel Yüklemeleri. *International Journal of Social Science*, 5 (2), 349-368

Yazgan, B. Yerlikaya, E. (2008). *Kişilik Kuramları*, Ankara: Pegem Akademi Yayınları

Yemez, B. Alptekin, K. (1998). Depresyon Etiyolojisi. *Psikiyatri Dünyası*, 1, 21-25

Yıldırım, S. (2012). Hemşirelik Hizmetlerinde Nedensel Yükleme Teorisi: Bir Alan Araştırması. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, 15 (2), 27-36

Ziyalar, A. (2006). *Erişkin Psikopatolojisi*. İstanbul: Yüce Yayın

Wallace, E. ( 2008). *Dinamik Psikiyatri Kuramı ve Uygulaması*. İstanbul: Okuyan Us Yayınları

Watson, D. Clark, A. (1992). On Traits and Temperament: General and Specific Factors of Emotional Experience and Their Relation to The Five- Factor Model. *Journal of Personality*, 60, 441-476

**Wells K. B. ve ark. (1989). *The Functioning and Well-Being of Depressed Patients, Results From the Medical Outcomes Study.* Santa Monica. California: The Rand Corporation Publishing**

**Winston, R. (2002). *İnsan İçgüdüü.* Ankara: Say Yayınları**

**Wongparakan, N. Wongparakan, T. Reekurn, R. (2012). Social İnhibiton as A Mediator of Neuroticism and Depression in The Elderly. *BMC Geriatrics*, 12 (41), 1-7.**



## DİĞER KAYNAKLAR

16 PF Kişilik Envanteri, Beşinci Versiyon

DBE Kurumsal Gelişim Merkezi, Ölçme-Değerlendirme Araçları ve Hizmetleri Kataloğu

Davranış Bilimleri Enstitüsü Kurumsal Web Sayfası, 16 PF Künyesi  
(<http://www.dbe.com.tr/tr-TR/Content/Default.aspx?SectionID=339>).

Personal Construct Theory

<http://www.learningandteaching.info/learning/personal.htm>

Web sitesinden 19 Eylül 2015 günü alınmıştır.

Davranış Bilimleri Enstitüsü Kurumsal Web Sayfası

[http://kurumsal.dbe.com.tr/trTR/Content/Urunlerimiz/Kisilik\\_ve\\_Tutum\\_Envanterleri/16PF\\_Kisilik\\_Envanteri\\_Besinci\\_Versiyon.aspx](http://kurumsal.dbe.com.tr/trTR/Content/Urunlerimiz/Kisilik_ve_Tutum_Envanterleri/16PF_Kisilik_Envanteri_Besinci_Versiyon.aspx)

Web sitesinden 20 Eylül 2015 günü alınmıştır.

Davranış Bilimleri Enstitüsü Kurumsal Web Sayfası, 16 PF Test Künyesi

[http://kurumsal.dbe.com.tr/trTR/Content/Urunlerimiz/Kisilik\\_ve\\_Tutum\\_Envanterleri/16PF\\_Kisilik\\_Envanteri\\_Besinci\\_Versiyon.aspx](http://kurumsal.dbe.com.tr/trTR/Content/Urunlerimiz/Kisilik_ve_Tutum_Envanterleri/16PF_Kisilik_Envanteri_Besinci_Versiyon.aspx)

Web sitesinden 20 Eylül 2015 günü alınmıştır.

Davranış Bilimleri Enstitüsü Kurumsal Web Sayfası, 16 PF Test Künyesi

<http://www.dbe.com.tr/tr-TR/Content/Default.aspx?SectionID=339>

Web sitesinden 20 Eylül 2015 günü alınmıştır.

Davranış Bilimleri Enstitüsü Kurumsal Web Sayfası, SA-45  
Bilgilendirme Sayfası

[http://dbe.com.tr/Assets/Documents/yetiskin\\_sunumlar/SA\\_45\\_EFPA\\_kongre.pdf](http://dbe.com.tr/Assets/Documents/yetiskin_sunumlar/SA_45_EFPA_kongre.pdf)

Web sitesinden 20 Eylül 2015 günü alınmıştır.

Psychological Assessments Australia Kurumsal Web Sayfası

SA- 45 (Symptom Assessment Questionnaire) Tanıtım Sayfası

[http://www.psychassessments.com.au/products/95/prod95\\_report1.pdf](http://www.psychassessments.com.au/products/95/prod95_report1.pdf)

Web sitesinden 25 Eylül 2015 günü alınmıştır.



## EK 1. ONAM FORMU

### ARAŞTIRMA İÇİN BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Sayın Katılımcı,

“Depresyon ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı Doktora Tez Çalışması’na katılarak, Beck Depresyon Ölçeği ve 16 PF Kişilik Envanteri testlerini doldurmanız istenmektedir. Bu çalışma sizin ve başka bireylerin sağlığına katkı sunmak amacıyla yürütülmekte olup, çalışmaya katılımınız tamamen gönüllülük ilkesine dayanmaktadır.

Ben.....  
..... bu çalışmaya gönüllü olarak katılmak istiyorum.

İmza

## EK 2. SA-45 SORUN DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

### SORUN TARAMA ÖLÇEĞİ

Adı, Soyadı; Cinsiyeti: E K  
Doğum Tarihi: Tarih:  
Aşağıdaki sorunların sizde yarattığı rahatsızlığı en iyi tanımlayan seçeneği işaretleyiniz. İşaretleme sürecinde hiçbir seçeneği atlamamaya özen gösteriniz ve her soru için yalnızca bir işaretleme yapınız.

	Hiç	Az	Orta	Çok
1. Kendimi yalnız hissediyorum	1	2	3	4
2. Hüzünlüyüm	1	2	3	4
3. Hiçbirşey ilgimi çekmiyor	1	2	3	4
4. Korkuyorum	1	2	3	4
5. Düşüncelerimin kontrol edildiğini düşünüyorum	1	2	3	4
6. Sorunlarımın çoğu için başkalarını suçluyorum	1	2	3	4
7. Açık alanlarda veya sokakta korkuyorum	1	2	3	4
8. Başkalarının duyulmayan sesler duyuyorum	1	2	3	4
9. İnsanların çoğunu güvenilmez buluyorum	1	2	3	4
10. Sebepsiz yere korkuya kapılıyorum	1	2	3	4
11. Kontrolsüz öfke patlamaları yaşıyorum	1	2	3	4
12. Tek başıma evden çıkmaya korkuyorum	1	2	3	4
13. Kafamdaki düşüncelerin fark edildiğini düşünüyorum	1	2	3	4
14. Anlaşılmıyorum ve duygularım paylaşılmıyor	1	2	3	4
15. İnsanlar beni sevmiyor ve dostça yaklaşmıyorlar	1	2	3	4
16. Doğru olsun diye işleri çok yavaş yapıyorum	1	2	3	4
17. Kendimi başkalarından daha aşağıda hissediyorum	1	2	3	4
18. Adalete ağırlığım var	1	2	3	4
19. Gözetlendiğimi ve hakkımda konuşulduğunu düşünüyorum	1	2	3	4
20. Yaptıklarımı defalarca kontrol ediyorum	1	2	3	4
21. Karar vermekte zorlanıyorum	1	2	3	4
22. Otobüs, metro veya trenle yolculuktan korkuyorum	1	2	3	4
23. Sıcak basması veya soğuk soğuk terleme oluyor	1	2	3	4
24. Beni korkuttuğu için belli şeyler ya da yerlerden kaçıyorum	1	2	3	4
25. Zihnim birden boşalıyor	1	2	3	4
26. Vücudumun bazı kısımları uyuşuyor veya karnıcalanıyor	1	2	3	4
27. Gelecek hakkında umutsuzum	1	2	3	4
28. Konsantre olmakta güçlük çekiyorum	1	2	3	4
29. Vücudumun bazı kısımlarında güçsüzlük hissediyorum	1	2	3	4
30. Kendimi gergin ya da tedirgin hissediyorum	1	2	3	4
31. Kol ya da bacaklarımda ağırlık hissediyorum	1	2	3	4
32. Bana bakıldığında, hakkımda konuşulduğunda rahatsız oluyorum	1	2	3	4
33. Kendime ait olmayan düşüncelerim var	1	2	3	4
34. Birine vurma, incitme veya zarar verme isteği oluyor	1	2	3	4
35. Birşeyleri kırma veya ezme isteği oluyor	1	2	3	4
36. Başkalarının beni nasıl algılayacağından tedirgin oluyorum	1	2	3	4
37. Kalabalık yerlerde rahatsızlık hissediyorum	1	2	3	4
38. Korku veya panik nöbetleri yaşıyorum	1	2	3	4
39. İnsanlarla sık sık tartışıyorum	1	2	3	4
40. Başarılarım yeteri kadar takdir edilmiyor	1	2	3	4
41. O kadar huzursuzum ki yerimde duramıyorum	1	2	3	4
42. Kendimi değersiz hissediyorum	1	2	3	4
43. Bağırıyorum ya da birşeyler fırlatıyorum	1	2	3	4
44. İzin veririm benden yararlanılacağını düşünüyorum	1	2	3	4
45. İşlediğim günahlar için cezalandırılmam gerektiğini düşünüyorum	1	2	3	4



### EK 3. BECK DEPRESYON ENVANTERİ

#### BECK DEPRESYON ENVANTERİ

Adınız-Soyadınız:

Telefon Numaranız:

Yaşınız:

Eğitim Durumunuz: **Okur-Yazar** ( ) **İlkokul** ( ) **Ortaokul** ( ) **Lise** ( )  
**Üniversite** ( )

**Y. Lisans-Doktora** ( )

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

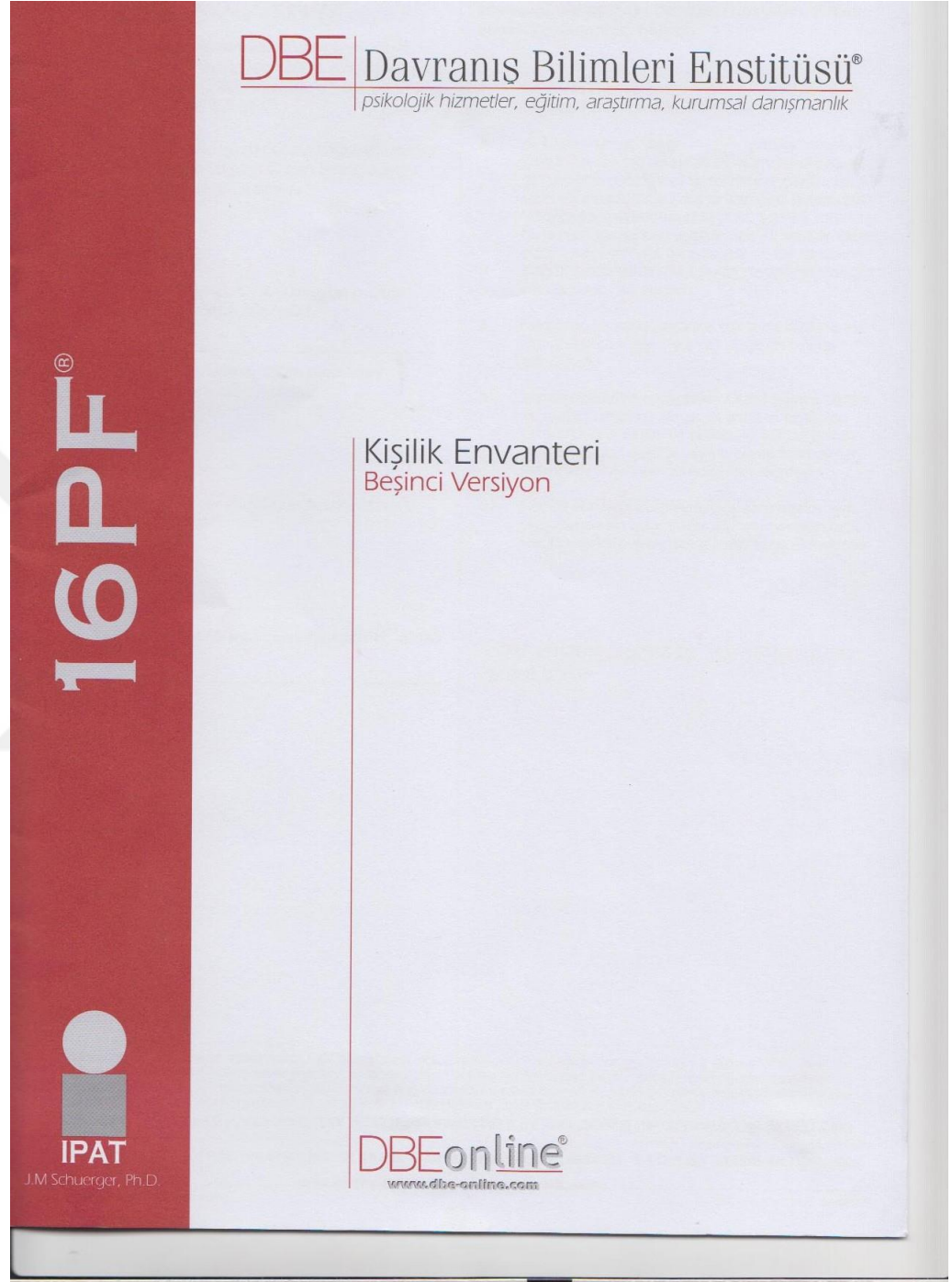
1. (a) Kendimi üzgün hissetmiyorum.  
(b) Kendimi üzgün hissediyorum.  
(c) Her zaman için üzgünüm ve kendimi bu duygudan kurtaramıyorum.  
(d) Öylesine üzgün ve mutsuzum ki dayanamıyorum.
2. (a) Gelecekte umutsuz değilim.  
(b) Geleceğe biraz umutsuz bakıyorum.  
(c) Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.  
(d) Benim için bir gelecek yok ve bu durum düzelmeyecek.
3. (a) Kendimi başarısız görmüyorum.  
(b) Çevremdeki birçok kişiden daha fazla başarısızlıklarım oldu sayılır.  
(c) Geriye dönüp baktığımda, çok fazla başarısızlığım olduğunu görüyorum.  
(d) Kendimi tümüyle başarısız bir insan olarak görüyorum.
4. (a) Her şeyden eskisi kadar zevk alabiliyorum.  
(b) Her şeyden eskisi kadar zevk alamıyorum.  
(c) Artık hiçbir şeyden gerçek bir zevk alamıyorum.  
(d) Bana zevk veren hiçbir şey yok, her şey çok sıkıcı.
5. (a) Kendimi suçlu hissetmiyorum.  
(b) Arada bir kendimi suçlu hissettiğim oluyor.  
(c) Kendimi çoğunlukla suçlu hissediyorum.  
(d) Kendimi her an için suçlu hissediyorum.

6. (a) Cezalandırıldığımı düşünmüyorum.  
(b) Bazı şeyler için cezalandırılabilceğimi hissediyorum.  
(c) Cezalandırılmayı bekliyorum.  
(d) Cezalandırıldığımı hissediyorum.
7. (a) Kendimden hoşnutum.  
(b) Kendimden pek hoşnut değilim.  
(c) Kendimden hiç hoşlanmıyorum.  
(d) Kendimden nefret ediyorum.
8. (a) Kendimi diğer insanlardan daha kötü görmüyorum.  
(b) Kendimi zayıflıklarım ve hatalarım için eleştiriyorum.  
(c) Kendimi hatalarım için çoğu zaman suçluyorum.  
(d) Her kötü olayda kendimi suçluyorum.
9. (a) Kendimi öldürmek gibi düşüncülerim yok.  
(b) Bazen kendimi öldürmeyi düşünüyorum, fakat bunu yapmam.  
(c) Kendimi öldürebilmeyi isterdim.  
(d) Bir fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm.
10. (a) Her zamankinden daha fazla ağladığımı sanmıyorum.  
(b) eskisine göre şu sıralarda daha fazla ağlıyorum.  
(c) Şu sıralarda her an ağlıyorum.  
(d) Eskiden ağlayabilirdim, ama şu sıralarda istesem de ağlayamıyorum.
11. (a) Her zamankinden daha sinirli değilim.  
(b) Her zamankinden daha kolayca sinirleniyor ve kızıyorum.  
(c) Çoğu zaman sinirliyim.  
(d) Eskiden sinirlendiğim şeylere bile artık sinirlenemiyorum.
12. (a) Diğer insanlara karşı ilgimi kaybetmedim.  
(b) Eskisine göre insanlarla daha az ilgiliyim.  
(c) Diğer insanlara karşı ilgimin çoğunu kaybettim.  
(d) Diğer insanlara karşı hiç ilgim kalmadı.
13. (a) Kararlarımı eskisi kadar kolay ve rahat verebiliyorum.  
(b) Şu sıralarda kararlarımı vermeyi erteliyorum.  
(c) Kararlarımı vermekte oldukça güçlük çekiyorum.  
(d) Artık hiç karar veremiyorum.
14. (a) Dış görünüşümün eskisinden daha kötü olduğunu sanmıyorum.  
(b) Yaşlandığımı ve çekiciliğimi kaybettiğimi düşünüyorum ve üzülüyorum.  
(c) Dış görünüşümde artık değiştirilmesi mümkün olmayan olumsuz değişiklikler olduğunu hissediyorum.  
(d) Çok çirkin olduğumu düşünüyorum.

15. (a) Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.  
(b) Bir işe başlayabilmek için eskisine göre kendimi daha fazla zorlamam gerekiyor.  
(c) Hangi iş olursa olsun yapabilmek için kendimi çok zorluyorum.  
(d) Hiçbir iş yapamıyorum.
16. (a) Eskisi kadar rahat uyuyabiliyorum.  
(b) Şu sıralarda eskisi kadar rahat uyuyamıyorum.  
(c) Eskisine göre 1 veya 2 saat erken uyanıyor ve tekrar uyumakta zorluk çekiyorum.  
(d) Eskisine göre erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum.
17. (a) Eskisine kıyasla daha çabuk yorulduğumu sanmıyorum.  
(b) Eskisinden daha çabuk yoruluyorum.  
(c) Şu sıralarda neredeyse her şey beni yoruyor.  
(d) Öyle yorgunum ki hiçbir şey yapamıyorum.
18. (a) İştahım eskisinden pek farklı değil.  
(b) İştahım eskisi kadar iyi değil.  
(c) Şu sıralarda iştahım epey kötü.  
(d) Artık hiç iştahım yok.
19. (a) Son zamanlarda pek fazla kilo kaybettiğimi sanmıyorum.  
(b) Son zamanlarda istemediğim halde üç kilodan fazla kaybettim.  
(c) Son zamanlarda istemediğim halde beş kilodan fazla kaybettim.  
(d) Son zamanlarda istemediğim halde yedi kilodan fazla kaybettim.
20. (a) Sağlığım beni pek endişelendirmiyor.  
(b) Son zamanlarda ağrı, sızı, mide bozukluğu, kabızlık gibi sorunlarım var.  
(c) Ağrı, sızı gibi bu sıkıntılarım beni epey endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zor geliyor.  
(d) Bu tür sıkıntılar beni öylesine endişelendiriyor ki, artık başka hiçbir şey düşünemiyorum.
21. (a) Son zamanlarda cinsel yaşantımda dikkatimi çeken bir şey yok.  
(b) Eskisine oranla cinsel konularla daha az ilgileniyorum.  
(c) Şu sıralarda cinsellikle pek ilgili değilim.  
(d) Artık, cinselliğe hiçbir ilgim kalmadı.

**Toplam BECK-D skoru:.....**

## EK 4. 16 PF KİŞİLİK ENVANTERİ (5. VERSİYON)



## NASIL CEVAPLAYACAKSINIZ?

Bu kitapçık sizin duygularınızı, düşüncelerinizi ve davranışlarınızı anlamaya çalışan 185 soru içermektedir. İlk 170 soru kişisel özellikleriniz, son 15 soru problem çözme becerilerinizle ilgilidir.

Bu kitapçıkla birlikte size aynı cevap kağıdı verilecektir. İsmi ve diğer tüm bilgileri sizden istenildiği gibi cevap kağıdının üzerinde belirtiniz.

### ÖRNEK SORULAR

Şimdi aşağıdaki örnek soruyu okuyup bunları nasıl cevaplandıracağınızı düşünün.

**Örnek Soru 1 :** Genellikle, takım oyunlarını seyretmeyi severim.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

**Örnek Soru 2 :** Şöyle arkadaşları tercih ederim:

- a. sessiz
- b. ?
- c. canlı

Bu envanterdeki ilk 170 soru cevapladığınız bu örnek soruların benzeridir.

söylediğinde aşağıda belirtilen noktaları dikkate alarak cevaplarınızı belirtin.

1. Her bir soru üç seçenekten oluşmaktadır. Her ifadeyi okuyup sizi en iyi anlatanı seçin.
2. İlk 170 sorunun "**doğru**" veya "**yanlış**" cevabı yoktur. Bu soruları cevaplarırken mümkün olduğunca "**a**" ve "**c**" seçeneklerini işaretlemeye çalışın. Bu iki seçenek arasında çok kararsız kalmanız durumunda "?" seçeneğini işaretleyebilirsiniz. Son 15 soru için bu durum söz konusu değildir. Son 15 soru problem çözme becerilerinizi ölçmektedir ve bu soruların doğru cevabı vardır. Bu soruları cevaplarırken doğru cevabı seçip, işaretleyin.
3. Herhangi bir soru üzerinde çok fazla düşünerek zaman harcamayın. Aklınıza ilk gelen cevabı işaretleyin.
4. Soruları içtenlikle cevaplayın. Olabildiğince dikkatli ve dürüst olmanız, sizi en iyi anlatan cevapları vermeniz önemlidir. Bir cevabı, o şekilde cevap vermek uygun geldiği veya o cevap sizin olmak istediğiniz kişiyi dile getirdiği için seçmeyin.
5. Her bir soruyu cevaplayın, boş soru bırakmayın. Uygulamanızın geçerli sonuçlar vermesi için bütün soruları eksiksiz olarak cevaplamamız gerekmektedir.

Eğer anlamadığınız bir şey varsa lütfen şimdi sorun.

## Başlayınız

1. Danışman olmak, mimar olmaktan daha çok hoşuma gider.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
2. Bir şey moralimi bozduğunda, genellikle, kısa sürede kendimi toparırım.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
3. İnsanlar beni rahatsız eden bir şey yaptıklarında, genellikle:  
a. buna aldırım  
b. ?  
c. bunu onlara söylerim
4. Çoğu kişiye göre daha az arkadaşım vardır.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
5. Herhangi bir şey hakkında karar verirken, doğru ve yanlışın temel kurallarını göz önünde bulundurmaya dikkat ederim.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
6. Genellikle, arkadaşlarımla sosyal etkinlikler veya partiler (davetler) hakkında konuşarak vakit geçirmekten hoşlanırım.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
7. Şöyle bir insanı daha çok beğenirim:  
a. ortalama yetenekleri olan ama kesin ahlaki değerlere sahip birini  
b. ?  
c. çok yetenekli ama pek sorumlu davranmayan birini
8. Şöyle metinleri okumayı tercih ederim:  
a. askeri ve politik mücadelelere dair gerçeğe uygun yazıları  
b. ?  
c. duyarlı bir hayal gücüne dayalı romanları
9. Genellikle, katıldığım yeni bir grupta hemen kaynaşırım.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
10. Şu tarz müzikten hoşlanırım:  
a. romantik ve içli  
b. ?  
c. hızlı ve tempolu
11. yaptıkları birbirini tutmaz.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
12. Genellikle, arkadaşlarım, düşüncelerle meşgul olduğumu ve pratiklikten uzak kaldığımı düşünürler.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
13. Birçok insan öne geçmek için "sizi arkadan vurur".  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
14. Bazen, fikirlerimi ilgili kişilerle enine boyuna konuşmadan uygulamaya geçirdiğim için başım derde girer.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
15. Hayatım hakkında, diğer kişilerin oldukça kişisel bulabilecekleri konular hakkında bile, kolaylıkla konuşurum.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
16. İnsanlara yardım etmeye istekliyimdir.  
a. her zaman  
b. ?  
c. bazen
17. Düşüncelerim birçok insanın anlayabileceğinden daha derin ve karmaşıktır.  
a. çok ender olarak  
b. ?  
c. çoğu kez
18. Sorunlarımı:  
a. arkadaşlarımla konuşmayı tercih ederim  
b. ?  
c. kendime saklamayı tercih ederim
19. Yapmış olduğum bir şey üzerinde çok durmaya ve çok fazla endişelenmeye eğilimliyim.  
a. çok ender olarak  
b. ?  
c. çoğu kez
20. Şu tarz insanlarla etkileşime girmeyi tercih ederim:  
a. geleneksel olan ve görüşlerini nazik bir şekilde belirten  
b. ?  
c. açık sözlü ve gördükleri sorunlar hakkında çekinmeden konuşan
21. İnsanlar benden hoşlanmadıklarını gösterirlerse:  
a. bu beni rahatsız etmez  
b. ?  
c. bundan incinirim
22. Çok denenmiş yöntemleri takip etmektense daha iyi yöntemler yaratmaktan hoşlanırım.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış

23. Diğer kişilerin duygularını incelemek için söylemişimdir.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
24. Bir şey pişirmem veya yapmam gerekse talimatlara harfiyen uyardım.
- a. doğru, şansa bırakmanın bir anlamı yok  
b. ?  
c. yanlış, muhtemelen bu girişimi daha ilginç bir hale getirmeye çalışırdım
25. En çok çevremde insanlar bulunduğunda keyifliyimdir.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
26. Bana göre:
- a. bazı işler diğerleri kadar özenle yapılmaya da olur  
b. ?  
c. bir iş yapılacaksa her zaman özenle yapılmalıdır
27. Bir konuyu en iyi şu şekilde öğrenirim:
- a. iyi yazılmış bir kitabı okuyarak  
b. ?  
c. grup tartışmalarına katılarak
28. İnsanlar beni eleştirdiğinde sabırlı olmak bana zor gelir.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
29. Genellikle, odamdaki eşyalar dağınık ve düzensiz olur.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
30. Önemsiz olduklarını bilsem bile bazen, küçük şeyler dayanılmaz derecede "sinirime dokunur".
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
31. Şunu tercih ederdim:
- a. bir işyerinde bulunmayı; insanları organize etmeyi ve onlarla görüşmeyi  
b. ?  
c. bir mimar olmayı; sessiz bir odada projeler çizmeyi
32. Küçük küçük aksilikler üst üste geldiğinde:
- a. başa çıkamıyordum gibi gelir  
b. ?  
c. her zamanki gibi devam ederim
33. Şu daha ilginç gelirdi:
- a. bir dernek veya kulübün etkinliklerini koordine etmek  
b. ?  
c. bir sanatkar (ressam, grafiker, vs.) olmak
34. Bazen, insanları yalnızca şaşırtmak için şakacıktan saçma şeyler söylerim.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
35. Neden olduğunu bilmiyorum ama bazı kişilerin beni dikkate almadığını ya da benimle birlikte olmaktan kaçındığını sanıyorum.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
36. Sorumlu olduğum bir durumda insanlara direktifler verirken rahatımdır.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
37. Bir akşamı şöyle geçirmeyi tercih ederim:
- a. sessiz sedasız bir hobimle ilgilenerek  
b. ?  
c. hareketli bir partiye giderek
38. Genellikle, tartışmalarda aittan alan biriyim.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
39. Çevremdeki kişilerin çoğu beni hoşsohbet biri olarak tanır.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
40. Kurallara saygı duyulmasını ve terbiyeyi rahat davranışlardan daha değerli bulurum.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
41. Partilerde, toplantılarda:
- a. sessizce arka planda kalmayı tercih ederim  
b. ?  
c. çekinmeden ön plana çıkarırım
42. Şunlardan biri olmak daha ilginç olurdu:
- a. gençlere iş bulmalarında yardım eden bir danışman  
b. ?  
c. verimliliği arttırmaktan sorumlu bir endüstri mühendisi
43. İnsanların niyetlerine karşı, her zaman dikkatli olmak gerekir.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
44. Müzikle ilgilenen biri olmak makinelerle ilgilenen biri olmaktan daha ilginç olurdu.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
45. İnsanlar benim hakkımda hemen ön yargı oluşturuyorlar.
- a. çok ender olarak  
b. ?  
c. çoğunlukla
46. Ben, şu tarz bir insanım:
- a. yapılması gereken pratik işleri her zaman yapan biri  
b. ?  
c. hayaller kuran ve kendi kendine düşünceler üreten biri

47. Bazı insanlar yakınlık kurulması zor biri olduğumu düşünürler.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
48. Hiç hoşlanmadığım insanları, dostça davranarak yanıltabilirim.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
49. Genellikle, düşüncelerim, teorik konulardan çok uygulamaya yönelik ve somut konularla ilgilidir.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
50. Genellikle mesafeliyimdir ve sorunlarımı kendime saklarım.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
51. Bir şeye karar verdikten sonra bile verdiğim kararın doğru olup olmadığını düşünürüm.  
a. genellikle doğru  
b. ?  
c. genellikle yanlış
52. "Farklı" ve "sıra dışı" olan kişilerden pek hoşlanmam.  
a. doğru, genellikle hoşlanmam  
b. ?  
c. yanlış, genellikle onları ilginç bulurum
53. Şöyle bir işi tercih ederim:  
a. kazancı daha yüksek olan ama her an başkalarını o kazancı hak ettiğine inandırmak zorunda olduğum bir iş  
b. ?  
c. sabit, belirli geliri olan bir iş
54. Yanlış bir şey yapmadığımı bilsem de bir ceza alabileceğimi hissederim.  
a. çoğu zaman  
b. ?  
c. hiçbir zaman
55. Bu dünyanın ihtiyacı:  
a. değişmeyen ve durumu koruyan daha çok sayıda insandır  
b. ?  
c. dünyayı ilerletmeye yönelik görüşleri olan daha çok sayıda reformcudur
56. Şu tarz oyunları tercih ederim:  
a. ekiplerin rakip olduğu  
b. ?  
c. bireylerin rakip olduğu
57. Genellikle, her ayrıntıya ilişkin karmaşık planlar yapmaktansa bazı şeyleri şansa bırakırım.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
58. Sık sık, kendime acıma duygusunun önüne geçemediğim dönemler yaşarım.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
59. Genellikle, günün en güzel saatleri kendi düşüncelerim ve projelerimle baş başa kaldığım saatlerdir.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
60. Küçük aksilikler beni sınırlendirmez.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
61. Her zaman, sahip olduğum şeyleri mükemmel durumda tutarım.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
62. Bazen, insanlar beni çok çabuk hayal kırıklığına uğratar.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
63. Şefkat ve sevecenlik duygularımı dile getirirken veya bu duygularımı gösterirken pek rahat değilimdir.  
a. doğru, pek rahat değilimdir  
b. ?  
c. yanlış, rahatımdır
64. Özel yaşamımda kendime koyduğum hedeflere hemen her zaman ulaşırım.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
65. Maaşı aynı olsaydı bir bilim adamı olmayı bir pazarlama müdürü olmaya tercih ederdim.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
66. İnsanlar yanlış bir şeyler yapıyorlarsa, genellikle, onlara ne düşündüğümü söylerim.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
67. Duygusal ihtiyaçlarımın:  
a. pek karşılanmadığını düşünüyorum  
b. ?  
c. oldukça iyi karşılandığını düşünüyorum
68. Genellikle, çok heyecanlı ve hareketli ortamlarda olmayı severim.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
69. İnsanlar, ahlaki değerlere daha sıkı bir şekilde uyma konusunda, şimdikinden daha ısrarlı olmalıdırlar.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
70. Şöyle bir giyim tarzını tercih ederim.  
a. düzgün ve dikkat çekmeyen  
b. ?  
c. dikkat çekici



71. Bir grup içinde bütün dikkatler birden bana yönelirse genellikle utanırım.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
72. İnsanlar tüm güvenlik kurallarını bütün ayrıntılarına kadar takip etmemde ısrar ettiklerinde sinirlenirim.
- a. doğru, bu her zaman gerekli değildir  
b. ?  
c. yanlış, her şeyi tam yapmak önemlidir
73. Tanımadığım kişilerle konuşma başlatmak:
- a. benim için hiç sorun olmaz  
b. ?  
c. benim için zordur
74. Bir şiirdeki güzelliğe, iyi yapılmış bir silahtan daha çok hayranlık duyarım.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
75. Küçük şeylerin beni gereğinden fazla üzmesine izin veriyorum.
- a. bazen  
b. ?  
c. ender olarak
76. İyi konuşan kişilere karşı dikkatli olmak gereklidir, çünkü sizden yararlanmaya çalışabilirler.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
77. Sokakta durup bir ressamın resim yapmasını izlemeyi bir binanın inşaatını izlemeye tercih ederim.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
78. İnsanlar fırsatını bulduklarında işlerinde tembel olma eğilimindedirler.
- a. çok ender olarak  
b. ?  
c. çoğunlukla
79. Birçok konuda aklıma pratiğe geçirilemeyecek sayıda yeni fikir gelir.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
80. Yeni tanıdığım biriyle konuşurken gereğinden daha fazla bilgi vermem.
- a. genellikle doğru  
b. ?  
c. genellikle yanlış
81. Dikkatim daha çok:
- a. çevremdeki uygulamaya dönük şeylere yöneliktir  
b. ?  
c. düşüncelere ve hayal dünyasına yöneliktir
82. Yapmadığım bir şey için yanlış yere suçlandığımda:
- a. hiç suçluluk duymam  
b. ?  
c. yine de biraz suçluluk duyarım
83. Ergenlik çağında, anne ve babamdan farklı düşündüğüm zaman, genellikle:
- a. fikrimi değiştirmedim  
b. ?  
c. onların otoritesini kabul ederdim
84. İnsanlarla ilişkilerde şöyle davranmak daha iyidir:
- a. "kartlarını açık oynamak"  
b. ?  
c. "kartlarını göstermemek"
85. Bazen, unutup affetmektense ödeşmeyi tercih ederim.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
86. Şu tarz kişileri severim:
- a. çok değişmeyen ve ilgi alanları alışılmış çerçevede olan kişileri  
b. ?  
c. yaşam hakkındaki görüşlerini tekrar tekrar gözden geçiren kişileri
87. Bazen, etrafımda olup bitenlerden kendimi sorumlu tutuyorum.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
88. Alışılmış ve tekdüze (rutin) bir işi yaparken:
- a. sıkılmış ve uykulu hissederim  
b. ?  
c. güvende ve rahat hissederim
89. Ekip halinde çalışmaktan çok kendi başıma çalıştığımda işleri daha iyi yaparım.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
90. Bir fikir ortaya atmadan önce, söyleyeceklerimin doğruluğundan emin oluncaya kadar beklemeyi tercih ederim.
- a. ender olarak  
b. ?  
c. genellikle
91. Biri, açıkladıklarımı anlamakta gecikse bile, oldukça sabırlıyım.
- a. doğru, oldukça sabırlıyım  
b. ?  
c. yanlış, sabırlı olmam zordur
92. Gezmek veya konsere gitmek gibi etkinlikleri:
- a. insanlarla birlikte yapmayı tercih ederim  
b. ?  
c. tek başıma yapmayı tercih ederim
93. Oldukça mükemmeliyetçi bir insanım ve işlerin tam gereği gibi yapılmasını isterim.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
94. Beni bekleyen ve yapılması gereken şeylerden dolayı gerginlik yaşamam.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış

95. İnsanlar gösterdiğim iyi niyete kıyasla, bana daha anlayışsız davranıyor.
- a. bazen  
b. ?  
c. hiçbir zaman
96. Duygularını açıkça gösteren insanlardan hoşlanırım.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
97. Küçük şeylerin moralimi bozmasına izin vermem.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
98. Yararlı bir buluşla ilgili bir çalışmaya katılmam söz konusu olsa, tercihim:
- a. o konuyla ilgili olarak laboratuvarında çalışmak olur  
b. ?  
c. insanlara bunu nasıl kullanacaklarını göstermek olur
99. Beni şu şekilde tanımlamak doğru olur:
- a. güçlü  
b. ?  
c. kibar ve sakin
100. Sık sık gösterilere ve eğlencelere gitmekten hoşlanırım.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
101. Kendimden memnun değilim.
- a. bazen  
b. ?  
c. ender olarak
102. Genellikle, vermem gereken sert tepkileri veremem.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
103. İnsanlar beni dertsiz tasasız biri olarak görür.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
104. Mümkün olduğu kadar her şeyin doğru yapılmasında ısrar eden, oldukça kuralcı biriyim.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
105. Oldum olası aşırı utangaçlığımla mücadele etmek zorunda kaldım.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
106. Öğretmenler, din adamları ve benzerleri istediğimizi yapmamızı engellemek için çok fazla zaman harcıyorlar.
- a. doğru  
b. ?
107. Çok sosyal olmayan, içe dönük biri olduğumu düşünürüm.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
108. Genellikle, bir şiirin güzelliğini ustaca planlanmış bir futbol stratejisinden daha çok beğenirim.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
109. İnsanlar açık ve içten olduklarında, diğer kişiler onlardan yararlanmaya çalışır.
- a. çok ender olarak  
b. ?  
c. çoğunlukla
110. Mekanik şeylere hep ilgi duyarım ve bu tür şeyleri tamir etmekte oldukça becerikliyimdir.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
111. Bazen, düşüncelerime öylesine dalar giderim ki, dikkat etmezsem, eşyalarımın yerlerini şaşırım, küçük talihsizlikler yaşar veya zamanı unuturum.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
112. Görünen o ki, karşılaştığım insanların yarısından çoğu gerçekten güvenilmez insanlar.
- a. doğru, güvenilmez  
b. ?  
c. yanlış, güvenilebilir
113. Genellikle, diğer kişileri onların beni tanıdıklarından daha çok tanırım.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
114. Genellikle, insanlar fikirlerimin teorik ve soyut olmaktan çok, gerçekçi ve uygulanabilir olduğunu söylerler.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
115. Hak ettiklerini düşündüğümde insanlara taşı geddiğine koyan, ıgneleyici sözler söylerim.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
116. Bazen, gerçekten yapmamış olsam bile, sanki yanlış bir şey yapmışım gibi hissedirim.
- a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
117. Duygularım hakkında:
- a. insanların ilgi duyduğunu görürsem kolaylıkla konuşurum  
b. ?  
c. sadece mecbur kaldığımda konuşurum
118. Dünyamızı daha iyiye götürecek şekilde değiştirecek yöntemler düşünmekten hoşlanırım.
- a. doğru  
b. ?

119. Bir toplulukta eleştiriyi uğramak keyfimi kaçırmaz.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

120. Bir grup çalışmasında, üyeler arasında hararetli bir tartışma gelişirse, birinin galip gelmesini isterim.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

121. Boş bir akşamı şöyle geçirmeyi tercih ederim:

- a. okuyarak veya tek başıma bir proje üzerinde çalışarak
- b. ?
- c. arkadaşlarla bir iş üzerinde çalışarak

122. Yapılması gereken bir iş varsa, muhtemelen:

- a. yapılmasının zorunlu olacağı zamana kadar ertelerim
- b. ?
- c. hemen yapmaya başlarım

123. Öğle yemeğini:

- a. bir grup insanla yemeyi tercih ederim
- b. ?
- c. kendi başıma yemeyi tercih ederim

124. Kibar davranmadıkları ve duygularıma saygı göstermedikleri durumlarda bile insanlara karşı sabırlıyım.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

125. Genellikle bir şey yapacağım zaman, ilk önce bu iş için ihtiyaç duyacağım şeyleri düşünmeye zaman ayırıyorum.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

126. Bazen, günün olaylarını düşününce gerginleşir, telaşa kapılıyorum.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

127. Muhtemelen, arkadaşlarım beni şöyle tanımlayacaklardır:

- a. sıcak ve huzur verici
- b. ?
- c. tarafsız ve resmi

128. Genellikle, gece yattığımda geçirdiğim günden memnun olduğumu hissedirim.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

129. Hoşa giden bir yan uğraş olarak şunu tercih ederim:

- a. araç-gereçlerle bir şeyler yapmayı veya meydana getirmeyi
- b. ?
- c. toplumsal hizmet veren bir toplulukta çalışmayı

130. Bulduğum grubun ne yapması gerektiğini çok iyi bilirim ve doğal olarak komutayı ele almaktan hoşlanırım.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

131. Müzik dinlerken insanlar yüksek sesle konuşurlarsa:

- a. keyfim kaçır ve kızırım
- b. ?
- c. zihnimi müziğe verebilirim ve rahatsız olmam

132. Diğer kişiler olayları benim gibi değerlendirmediklerinde, genellikle, onları kendi tarafıma çekebilirim.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

133. İçimden geldiği gibi davranmanın görgü ve kurallara bağlılıktan daha önemli olduğunu düşünüyorum.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

134. Şakalarımın insanları güldürmekten hoşlanırım.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

135. Yeni arkadaşlıklar kurarken, genellikle, ilk adımı atan ben olurum.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

136. Pasaklı ve dağınık insanlar gördüğümde onları:

- a. olduğu gibi kabul ederim
- b. ?
- c. iğrenç bulur, kızırım

137. Sosyal toplantılarda (parti, eğlence, vb.) insanlar arasına karışmak bana kolay gelir.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

138. Şunlardan biri olmak daha ilginç olurdu:

- a. inşaat mühendisi
- b. ?
- c. oyun yazarı

139. Bana dost gözükten insanların arkamdan ihanet edebileceklerinden kuşkuluyum.

- a. çok ender olarak
- b. ?
- c. sık sık

140. Okulda matematik dersini Türkçe dersine tercih ederdim (ederim).

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

141. Patronluk taslayan kişiler bana emir vermeye kalkıştığında, istediklerinin tam tersini yaparım.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

142. Fikirler üzerinde düşünmeye öyle ilgi duyuyorum ki, bazen, uygulamaya yönelik ayrıntıları gözden kaçıyorum.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

143. Biri bana çok kişisel bir soru sorduğunda tedbirli davranır, cevap vermekten kaçınmaya çalışırım.

- a. genellikle doğru
- b. ?
- c. genellikle yanlış

144. Gönüllü olarak bir iş yapmam istendiğinde, çok meşgul olduğumu söylerim.

- a. bazen
- b. ?
- c. nadiren

145. Bazen, fikirlerim geleneksel veya alışılmış olmadığı için çevremlerimle tam uyuşmam.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

146. Çoğu insana kıyasla daha az endişeli biri olduğumu düşünürüm.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

147. Görüşleri, çoğunluğun görüşlerinden farklı olan kişilerden hoşlanmam.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

148. Gerçekten kendimi "açacağı" kişiyi seçerken çok dikkatli davranırım.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

149. Toplumsal konularla ilgili görüşlerim başka bir kişinkinden farklı olduğunda:

- a. görüşlerimiz arasındaki temel farkların neler olduğunu anlamaya çalışırım
- b. ?
- c. o konuyu kapar, konuşmayı başka şeylere çekerim

150. Arada sırada anlamadığım nedenlerden dolayı belirsiz bir tehlike varmış hissine kapılır ya da aniden şiddetli bir korku duyarım.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

151. Bir yemek, yeni ve alışılmadık yiyeceklerin yerine, tanıdık ve gündelik yiyeceklerden oluşuyorsa daha çok hoşuma gider.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

152. Bütün bir sabah kimseyle görüşmek istemeden geçirebilirim.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

153. İnsanları kullanırım.

- a. bazen
- b. ?
- c. hiçbir zaman

154. İki iş arasında vakit kaybetmemek için önceden plan yaparım.

- a. ender olarak
- b. ?

155. Gergin olduğumda en küçük şeyler bile sinirime dokunur.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

156. Bir şey yaparken veya meydana getirirken:

- a. diğer kişilerle birlikte çalışmayı tercih ederim
- b. ?
- c. kendi başıma çalışmayı tercih ederim

157. Bir işi yürütürken, en küçük ayrıntılara bile iyice dikkat etmedikçe tam olarak memnun olmam.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

158. Kendimi her türlü insana karşı sabırlı olmak üzere eğittim.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

159. İnsanlarla duyguları hakkında konuşmayı, başka şeyler hakkında konuşmaya tercih ederim.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

160. Karşılaştığım güçlüklerin üstesinden gelecek kadar enerjiye sahibim.

- a. her zaman
- b. ?
- c. ender olarak

161. Bir işte sorumlulardan sorumlu olmak daha ilginç olabilir:

- a. makinelerle çalışmak veya kayıt tutmak
- b. ?
- c. yeni insanlarla konuşup onları işe almak

162. Günlük yaşamımda, çok ender olarak, başa çıkamayacağım sorunlarla karşılaşırım.

- a. doğru, sorunlarla kolayca başa çıkabilirim
- b. ?
- c. yanlış, sorunlarla başa çıkmakta zorlanırım

163. Bir diğer kişinin düşünce tarzının yanlış olduğunu fark edersem:

- a. dikkatini çekerim
- b. ?
- c. düzeltmeden bırakırım

164. Misafir çağırımdan ve onları eğlendirmekten büyük zevk alırım.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

165. Yaptığım işlerde bir miktar rekabetin olması hoşuma gider.

- a. doğru
- b. ?
- c. yanlış

166. Kurallar iyi nedenler bulunduğu çözümlenebilir.

- a. doğru
- b. ?

167. Büyük bir grup önünde konuşmak bana zor gelir.  
a. doğru, genellikle zor gelir  
b. ?  
c. yanlış, bir sıkıntı yaratmaz
168. Titizlik ve kusursuz beceri isteyen işlerde çalışmayı severim.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
169. Sosyal ortamlarda genellikle utangaç ve güvensizimdir.  
a. doğru  
b. ?  
c. yanlış
170. Çocukluğumda şunu yaparak daha çok vakit geçirirdim:  
a. araç-gereçlerle bir şeyler yapmak ya da meydana getirmek  
b. ?  
c. kitap okumak, hayal kurmak

**Aşağıdaki sorular problem çözme gerektiren sorulardır.**

**Her sorunun SADECE BİR doğru cevabı vardır.**

**Herhangi bir sorunun cevabından emin değilseniz, en iyi tahmininizi işaretleyin.**

**ÖRNEK SORU :**

"Yetişkin" ile "çocuk" arasındaki ilişki "kedi" ile aşağıdakilerden hangisi arasında vardır?

- a. kedi yavrusu  
b. köpek  
c. bebek

Anlaşılacağı gibi, "a. kedi yavrusu" en mantıklı cevaptır. Cevap kağıdınızda "a" seçeneğini işaretlemeniz gerekmektedir.

171. "Dakika" ile "saat" arasındaki ilişki "saniye" ile aşağıdakilerden hangisi arasında vardır?  
a. dakika  
b. milisaniye  
c. saat
172. Aşağıdaki kesirlerden hangisi diğer ikisinden farklıdır?  
a.  $\frac{3}{7}$   
b.  $\frac{3}{11}$   
c.  $\frac{3}{9}$
173. "Yorgun" ile "iş" arasındaki ilişki "gururlu" ile aşağıdakilerden hangisi arasında vardır?  
a. başarı  
b. tebessüm  
c. mutlu

174. "Sürpriz" ile "garip" arasındaki ilişki "korku" ile aşağıdakilerden hangisi arasında vardır?

- a. dehşetli  
b. endişeli  
c. cesur

175. Şu harf dizisinin sonuna aşağıdakilerden hangisi gelmelidir? **xooooxxooooxxx**

- a. oxxx  
b. xooo  
c. oxxx

176. "Yakın gelecek" ile "hiçbir zaman" arasındaki ilişki "yakın" ile aşağıdakilerden hangisi arasında vardır?

- a. hiçbir yerde  
b. uzak  
c. başka yerde

177. Aşağıdaki sözcüklerden hangisi diğer ikisinden farklıdır?

- a. kedi  
b. yakın  
c. ağaç

178. "Alev" ile "ısı" arasındaki ilişki "gül" ile aşağıdakilerden hangisi arasında vardır?

- a. diken  
b. kırmızı taç yaprak  
c. koku

179. "Daha iyi" ile "en kötü" arasındaki ilişki "daha yavaş" ile aşağıdakilerden hangisi arasında vardır?

- a. hızlı  
b. en iyi  
c. en çabuk

180. Aşağıdaki sözcüklerden hangisi diğer ikisinden farklıdır?

- a. düz  
b. zikzak  
c. geniş

181. Şu sayı dizisinin sonuna aşağıdakilerden hangisi getirilmelidir? **1, 4, 9, 16,**

- a. 20  
b. 25  
c. 32

182. Şu harf dizisinin sonuna aşağıdakilerden hangisi getirilmelidir? **A, B, Ç, F,**

- a. G  
b. I  
c. H

183. Şu harf dizisinin sonuna aşağıdakilerden hangisi getirilmelidir? **E, H, J,**

- a. K  
b. L  
c. N

184. Şu sayı dizisinin sonuna aşağıdakilerden hangisi getirilmelidir? **1/12, 1/6, 1/3, 2/3,**

- a.  $\frac{3}{4}$   
b.  $\frac{4}{3}$   
c.  $\frac{3}{2}$

185. Şu sayı dizisinin sonuna aşağıdakilerden hangisi getirilmelidir? **1, 2, 0, 3, -1,**

- a. 5  
b. 4  
c. 3