

TÜRKİYE CUMHURİYETİ ACIBADEM MEHMET ALİ AYDINLAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE AŞIRI GÜVENCE ARAYIŞI,
KİŞİLERARASI YAŞAM STRESİ, REDDEDİLME
DUYARLILIĞI VE DEPRESYON ARASINDAKİ
İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

ELİS HACİHASANOĞLU
YÜKSEK LİSANS TEZİ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

DANIŞMAN
Doç. Dr. Olga Selin Hünler Çıdam

İSTANBUL-2024

Anabilim Dalı : Klinik Psikoloji Anabilim Dalı
Program : Klinik Psikoloji Anabilim Dalı
Tez Başlığı : Üniversite Öğrencilerinde Aşırı Güvence Arayışı,
Kişilerarası Yaşam Stresi, Reddedilme Duyarlılığı ve
Depresyon Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi
Öğrencinin Adı-Soyadı : Elis Hacıhasanoğlu
Savunma Sınavı Tarihi : __/__/2024

Bu tez çalışması jürimiz tarafından Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Üye (Jüri Başkanı) **Doç. Dr. Olga Selin Hünler Çıdam** İmza
Acıbadem Mehmet
Ali Aydınlar Üniversitesi

Üye İmza

Üye İmza

BEYAN

Bu tez çalışmasında kullanılan bütün bilgileri akademik kurallar içerisinde elde ettiğimi, tezin planlanması ve yazılması süreçlerinin bana ait olduğunu ve bu süreçlerde herhangi bir etik dışı davranışta bulunmadığımı, yararlandığım tüm bilgi ve çalışma sonuçlarını bilim ahlakının öngördüğü kurallar çerçevesinde sunduğumu, konuyla ilişkili kullandığım kaynaklara bilimsel kurallara uygun atıflarda bulunduğumu ve bu kaynaklara kaynaklar listesinde yer verdiğimi, elde ettiğim verilerde raporlanmamış bir düzeltme yapmadığımı ve tezimi Acıbadem Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Yönergesine uygun yazdığımı beyan ederim.

15/04/2024

Elis Hacıhasanoğlu

TEŞEKKÜR

Tez sürecime başladığım günden beri ne zaman ihtiyacım olsa bana tüm sevecenliği ile kıymetli zamanını ayıran, yurtdışında olduğu dönemde bile görüntülü destek sağlayan, bu uzun ve yorucu süreçte her an yanımda hissettiğim ve ihtiyacımı gördüğünü düşündüğüm sevgili tez danışmanım Doç. Dr. Olga Selin Hünler'e çok teşekkür ederim. Değerli jürilerim Doç. Dr. Belma Bekçi'ye ve Dr. Öğr. Üyesi Ceren Gökdağ'a tez jürim olmayı kabul ettikleri ve eğitim hayatıma katkıları için teşekkür ederim. Henüz birbirimizi tanımasak da YÖKTEZ'den tezine denk geldiğim ve benzer modelleri çalışmamızda kullanmamız dolayısıyla tezimi yazma sürecimde bir hayli destek aldığım Klinik Psikolog Melis Gün ve sevgili danışmanı Doç. Dr. Zeynep Tüzün'e teşekkür ederim.

Yüksek lisans sürecimin başından beri birlikte olduğum, her kafam karıştığında ve varoluşsal kaygılarımda imdadıma yetişken canım arkadaşlarım Ezgi Söymen, Gubse Urhan, Miraç Selçuk ve Semina Arslan'a teşekkür ederim, destekleriniz bu süreci kolaylaştırdı.

Son olarak varlıklarını hep arkamda hissettiğim, onlardan güç aldığım ve her kararında yanımda oldukları gibi yüksek lisans kararında da beni destekleyen sevgili annem Ayşe Hacıhasanoğlu ve sevgili babam İlhan Hacıhasnaoğlu'a tüm emekleri için çok teşekkür ederim. Aramızda kan bağı olmasa da kan bağına gerek duymadan kardeş olunabileceğini gösteren ve bana inanan Selin Doğanay ve Deniz Selvitop'a teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

BEYAN	iii
TEŞEKKÜR	iv
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR	ix
TABLolar LİSTESİ	x
ŞEKİLLER LİSTESİ	xi
ÖZET	1
SUMMARY	3
GİRİŞ	5

BİRİNCİ BÖLÜM GENEL BİLGİLER

1.1. Depresyon	8
1.1.1. Depresyon tanımı	8
1.1.2. Majör depresyon bozukluğu DSM-V-TR tanı ölçütleri.	9
1.1.3. Depresyonun epidemiyolojisi	10
1.1.3.1. Üniversite öğrencilerinde depresyon.	12
1.1.4. Depresyonun etiyolojisi	13
1.1.4.1. Biyolojik ve genetik faktörler.	13
1.1.4.2. Psikososyal faktörler.	14
1.2. Kişilerarası Yaşam Stresi	19
1.3. Aşırı Güvence Arayışı	23
1.3.1. Aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi ve depresyon arasındaki ilişkiler	25
1.4. Reddedilme Duyarlılığı	29
1.4.1. Reddedilme duyarlılığı, kişilerarası yaşam stresi ve depresyon arasındaki ilişkiler	32
1.5. Çalışmanın Amacı ve Önemi	34
1.6. Çalışmada Kullanılan Model ve Hipotezler	36

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Örneklem.....	38
2.2. Veri Toplama Araçları	40
2.2.1. Bilgilendirilmiş onam formu	40
2.2.2. Demografik bilgi formu.....	40
2.2.3. Beck depresyon envanteri (BDE)	40
2.2.4. Güvence arama ölçeği (GAÖ).	41
2.2.5. Reddedilme duyarlılığı ölçeği (RDÖ).	42
2.2.6. Üniversite öğrencileri için yaşam olayları envanteri (ÜÖİYOE).	43
2.3. İşlem.....	45
2.4. Veri Analizi.....	45

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Veri Temizleme	47
3.2. Betimsel Bulgular	47
3.2.1. Değişkenlere dair betimsel bulgular ve normallik testleri.....	47
3.2.2. Cinsiyete dair analizler.....	48
3.3. Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiler	50
3.4. Depresyonun Aşırı Güvence Arayışı, Reddedilme Duyarlılığı ve Kişilerarası Yaşam Stresi Tarafından Yordanması	51
3.5. Aşırı Güvence Arayışı ve Depresyon Arasındaki İlişkide Kişilerarası Yaşam Stresinin Aracı Rolü Analizi.....	52
3.6. Aşırı Güvence Arayışı, Kişilerarası Yaşam Stresi ve Depresyon Arasındaki İlişkide Reddedilme Duyarlılığının Düzenleyici Rolüne İlişkin Analizler (Düzenlenen Aracı Değişken Analizi)	56

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

4.1. Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi.....	61
4.2. Araştırma Değişkenlerinin Birbirleri Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi ..	65

4.2.1. Depresyon ve aşırı güvence arayışı arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi.....	65
4.2.2. Depresyon ve reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi.....	66
4.2.3. Depresyon ve kişilerarası yaşam stresi arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi.....	66
4.2.4. Aşırı güvence arayışı ve reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi.....	67
4.2.5. Aşırı güvence arayışı ve kişilerarası yaşam stresi arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi.....	68
4.2.6. Reddedilme duyarlılığı ve kişilerarası yaşam stresi arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi.....	69
4.3. Aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi, reddedilme duyarlılığı ve depresyon arasındaki çoklu doğrusal regresyon analizinin değerlendirilmesi. ...	70
4.4. Aşırı Güvence Arayışı, Kişilerarası Yaşam Stresi, Reddedilme Duyarlılığı ve Depresyon Arasındaki İlişkilerin Düzenlenen Aracı Değişken Modeline Göre İncelenmesi	72
4.4.1. Aşırı güvence arayışı ve depresyon arasındaki ilişkide kişilerarası yaşam stresinin aracı rolü.	72
4.4.2. Aşırı güvence arayışı kişilerarası yaşam stresi ve depresyon arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının düzenleyici rolü.....	74
4.5. Araştırmanın Klinik Doğurguları.....	76
4.6. Sınırlılık ve Öneriler	78
4.7. Sonuç.....	82
KAYNAKÇA.....	85
EKLER	103
Ek A. Bilgilendirilmiş Onam Formu	103
Ek B. Demografik Bilgi Formu	104
Ek C. Beck Depresyon Envanteri	105
Ek D. Güvence Arama Ölçeği	108
Ek E. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği	109

Ek F. Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri	116
Ek G. Etik Kurul Onayı	120



KISALTMALAR

APA	: Amerikan Psikiyatri Birliği
BDE	: Beck Depresyon Envanteri
DSM	: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
GAÖ	: Güvence Arama Ölçeği
MDB	: Majör Depresyon Bozukluğu
RDÖ	: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği
SPSS	: Sosyal Bilimler İçin İstatistiksel Paket Programı
ÜÖİYOE	: Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1.1. <i>Majör Depresyon Bozukluğu DSM-V-TR Tanı Ölçütleri</i>	9
Tablo 2.1. <i>Demografik Özelliklere Ait Betimsel İstatistik Değerleri</i>	39
Tablo 3.1. <i>Araştırma Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistik Değerleri</i>	48
Tablo 3.2. <i>Cinsiyete Göre Araştırma Değişkenlerinin İncelenmesi</i>	49
Tablo 3.3. <i>Araştırma Değişkenleri Arası İlişkilerin İncelenmesi</i>	50
Tablo 3.4. <i>Depresyon, Reddedilme Duyarlılığı, Aşırı Güvence Arayışı ve Kişilerarası Yaşam Stresi İçin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi</i>	52
Tablo 3.5. <i>Aşırı Güvence Arayışı ve Depresyon Arasındaki İlişkide Kişilerarası Yaşam Stresinin Aracılık Rolüne İlişkin Değerler</i>	56
Tablo 3.6. <i>Durumsal Aracılık Analizi Sonuçları</i>	59
Tablo 3.7. <i>Reddedilme Duyarlılığı Düzeylerine Göre Durumsal Dolaylı Etki</i>	60

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1.1. <i>Reddedilme Duyarlılığı Bilişsel- Duygusal İşleme Modeli</i>	30
Şekil 1.2. <i>Çalışmada Öne Sürülen Düzenlenen Aracılık Modeli</i>	36
Şekil 3.1. <i>Aracılık Modeli</i>	54
Şekil 3.2. <i>Aşırı Güvence Arayışı ile Depresyon Arasındaki İlişkide Kişilerarası Yaşam Stresinin Aracı Rolüne İlişkin Analiz Sonucu</i>	55
Şekil 3.3. <i>Düzenlenen Aracı Değişken Modeli</i>	57
Şekil 3.4. <i>Aşırı Güvence Arayışının Kişilerarası Yaşam Stresi Aracılığıyla Depresyon Üzerindeki Etkisinde Reddedilme Duyarlılığının Düzenleyici Etkisine İlişkin Analiz Sonucu</i>	58
Şekil 3.5. <i>Aşırı Güvence Arayışının Kişilerarası Yaşam Stresi Aracılığıyla Depresyon Üzerindeki Etkisinde Reddedilme Duyarlılığının Düzenleyici Etkisine Bağlı Değişim</i>	60

ÖZET

Depresyonun ortaya çıkması ve sürdürülmesinde bireylerin bilişsel yatkınlıkları rol oynamaktadır. Aynı zamanda davranış biçimleri ve ilişkilerdeki stresörler de depresif belirtilerle ilişki göstermektedir. Bu kapsamda araştırmadaki temel amaç beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde aşırı güvence arayışı ile depresyon arasındaki ilişkide kişilerarası yaşam stresinin aracı rolünü ve bu modelde kişilerarası yaşam stresi ile depresyon arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının düzenleyici rolünü incelemektir. Çalışmanın örneklemini Türkiye’de bir üniversitede lisans bölümü okuyan 18 – 25 yaş arası 306 katılımcıdan oluşmuştur. Katılımcılara çevrimiçi ortamda Qualtrics uygulaması üzerinden ulaşılmıştır. Veri toplama araçları Demografik Bilgi Formu, Beck Depresyon Envanteri, Güvence Arama Ölçeği, Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ve Üniversite Öğrencileri için Yaşam Olayları Envanteri’nden oluşmaktadır. Verilerin istatistiksel analizi için IBM SPSS 26.0 programı kullanılmış ve PROCESS v4.2 eklentisinden yararlanılmıştır. Verileri değerlendirmek için Bağımsız Örneklem T-Testi, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Analizi, Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi, Basit Aracı Değişken Analizi, Düzenlenen Aracı Değişken Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre aşırı güvence arayışı ve depresyon arasındaki ilişkide kişilerarası yaşam stresinin aracılık rolünde olduğu ve aracılık modelinde kişilerarası yaşam stresi ile depresyon arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığı düzeylerinin düzenleyici rolü olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgular ilgili alanyazın ışığında tartışılmış ve bulgulara dair klinik doğrular, sınırlılıklar ve gelecek çalışmalar için öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Aşırı güvence arayışı, Beliren yetişkinlik, Depresyon, Kişilerarası yaşam stresi, Reddedilme duyarlılığı



SUMMARY

Investigation of the Relationship Between Excessive Reassurance Seeking, Interpersonal Life Stress, Rejection Sensitivity and Depression in University Students

Individuals' cognitive predispositions play a role in the emergence and maintenance of depression. At the same time, behavioral patterns and stressors in relationships are also associated with depressive symptoms. In this context, the main purpose of the research is to examine the mediating role of interpersonal life stress in the relationship between excessive reassurance seeking and depression in individuals in emerging adulthood, and the moderating role of rejection sensitivity in the relationship between interpersonal life stress and depression in this model. The sample of the study consisted of 306 participants between the ages of 18 and 25, studying at a university in Turkey. Participants were reached online via the Qualtrics application. Data collection tools consist of Demographic Information Form, Beck Depression Inventory, Assurance Seeking Scale, Rejection Sensitivity Scale and Life Events Inventory for University Students. IBM SPSS 26.0 program was used for statistical analysis of the data and PROCESS v4.2 extension was used. Independent Samples T-Test, Pearson's Product Moment Correlation Coefficient Analysis, Multiple Linear Regression Analysis, Basic Mediator Analysis, and Moderated Mediator Analysis were carried out to evaluate the data. As a result of the analysis, it was found that interpersonal life stress had a mediating role in the relationship between excessive reassurance seeking and depression and in the mediation model, rejection sensitivity levels had a moderating role in the relationship between interpersonal life stress and depression. The findings

were discussed within relevant literature, and clinical implications, limitations, and suggestions for future studies were presented.

Keywords: Emerging adulthood, Excessive reassurance seeking, Depression, Interpersonal life stress, Rejection sensitivity.



GİRİŞ

Depresyon yineleyen bir doğaya sahip olan, yinelemeler nedeniyle işlevsellikte ciddi kayıplar yaratan ve toplumda oldukça sık karşılaşılan bir bozukluktur (Öztürk ve Uluşahin, 2020). Depresyon neredeyse her yaş grubunda görülebilmektedir (Kessler ve Bromet, 2013). Bunun yanı sıra özellikle 18- 25 yaş arası beliren yetişkinlik döneminin bireye getirdiği bazı yaşam görevleri, bu dönem için depresyonu arttırabilecek işlev göstermektedir (Arnett, 2000; Dyson ve Renk, 2006; Langston ve Cantor, 1989).

Depresyonun doğasını incelemek için pek çok kuram öne sürülmektedir. Bireylerde depresyon geliştirmeye dair var olan yatkınlıkların, stresli bir yaşam olayı ile tetiklenmesi olarak tanımlanan stres- yatkınlık modeli, depresyonun açıklaması için öne sürülenlerden sadece biridir (Monroe ve Simons, 1991). Stres- yatkınlık modelinde Beck, Rush, Shaw ve Emery (1979), bireyin depresyona özgü olumsuz algılama, çarpıtma, olumsuz düşünceleri aktive eden şemalar gibi bazı bilişsel yatkınlıklarından bahsetmektedir. Buna göre bahsedilen yatkınlıklar çevredeki stres faktörleri ile birleşerek depresyona yol açabilir. Stres- yatkınlık modelinin bireyi sadece yatkınlıkları üzerinden ele alması ve kişilerarası ilişkilere vurgu yapmaması dezavantajlarından biri olarak değerlendirilmektedir (Dobson, Quigley ve Dozois, 2014). Depresyonun kişilerarası kuramına göre ise birey, stres karşısında var olan yatkınlıkları ile depresif belirti geliştiren pasif bir konumdan ziyade sosyal bir varlık olarak çevreyi etkileyip ilişkilerinde stres yaratabilir (Coyne, 1976; Eberthart ve Hammen, 2010; Hammen, 1991b; Liu ve Alloy, 2010). Bu nedenle depresyonu daha

iyi anlayabilmek için bireyin sahip olduğu yatkınlıklara ek olarak kişilerarası ilişkileri de incelenmelidir.

Depresyonu açıklamak için kişilerarası süreçleri inceleyen Coyne (1976) ve Hammen (1991b), depresyona eğilimli bireylerin ilişkilerinde uyumsuz bazı davranışlar ile yaşam stresi yaratarak depresyon geliştirebileceklerini vurgulamaktadır. Öyle ki bu uyumsuz davranışlarla birey adeta depresyon semptomlarını arttıracak biçimde çevresini şekillendirmektedir (Hammen, 1991b).

Kişilerarası yaşam stresi oluşturabilecek bir uyumsuz davranış, aşırı güvence arayışı olarak ele alınmaktadır (Tuna, 2020). Aşırı güvence arayışı hem kişilerarası yaşam stresi hem de depresyon semptomları ile ilişkilidir (Joiner, Metalsky, Katz ve Beach, 1999; Joiner ve Schmidt, 1998). Dahası aşırı güvence arayışının, kişilerarası yaşam stresini artırma ve depresyon ile ilişkisini bir arada inceleyen çalışmada, hafif düzeyde depresif belirtileri olan katılımcıların aşırı güvence arayışı ile depresif belirtileri arasındaki ilişkiye ortaya çıkan kişilerarası yaşam stresinin aracılık ettiğini göstermektedir (Potthoff, Holahan ve Joiner, 1995). Aşırı güvence arayışının ortaya çıkan kişilerarası yaşam stresi aracılığı ile artan depresif semptomları yordaması, depresyonu açıklamaya çalışan kişilerarası kuramların mekanizmasını aydınlatmaktadır.

Her ne kadar aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi ve depresyonla ilişkili olsa da ortamda ortaya çıkan stresi algılamaya ve tepki vermeye dair bireysel farklılıkların da önemini vurgulayan meta-analizde Starr ve Davila (2008), aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşamda ortaya çıkan stresin gerçek reddedilmeden

ziyade algısal olarak reddedilmeyi içeren reddedilme duyarlılığı kavramı ile birlikte bütünsel olarak incelenmesi gerektiğini belirtmektedir.

Kişilerarası ilişkilerde ret ipuçlarına duyarlı olma, bu ipuçlarını kolayca algılama ve tepkilerde aşırılık olarak ele alınan reddedilme duyarlılığı, depresyon için bilişsel- duygusal bir yatkınlık oluşturmaktadır (Downey ve Feldman, 1996). Öyle ki kaygılı bir şekilde reddedilmeyi bekleyen ve bilişsel- duygusal işleme sistemleri ile tutarlı olarak muğlak ipuçlarını reddedilme olarak algılayan bireyler, yaşanan stresli olayı abartarak daha fazla depresif belirti göstermektedir (Özen ve Güneri, 2018). Bu doğrultuda yapılan çalışmalar, yüksek reddedilme duyarlılığı bildiren hem üniversite öğrencisi kadın katılımcıların hem de geç ergenlik dönemindeki katılımcıların, karşılaştıkları kişilerarası yaşam stresi sonucu reddedilme duyarlılığı düşük olanlara göre daha fazla depresyon puanı aldıklarını bildirmektedir (Ayduk, Downey ve Kim, 2001; Chango, McElhaney, Allen, Schad ve Marston, 2012). Çalışma sonuçlarına göre reddedilme duyarlılığı, kişilerarası yaşam stresi ile tetiklenerek depresyon için bilişsel- duygusal bir yatkınlık oluşturmakta ve stresli olaylar ile depresyon arasındaki ilişkiyi düzenleyici işlev göstermektedir.

Yukarıdaki çalışmalarda da özetlendiği gibi hem bireyin sahip olduğu reddedilmeye duyarlılık gibi yatkınlıklar hem de kişilerarası ilişkilerindeki aşırı güvence arayışı gibi uyumsuz davranışlar depresyon belirtileri ile ilişki içindedir. Bu çalışmanın ilerleyen bölümünde sırasıyla depresyon, kişilerarası yaşam stresi, aşırı güvence arayışı ve reddedilme duyarlılığı kavramları ile ilgili genel bilgilere yer verilerek çalışmanın amacı, önemi ve çalışmada kullanılan model, öne sürülen hipotezlerle birlikte bölüm sonlandırılacaktır.

BİRİNCİ BÖLÜM

GENEL BİLGİLER

1.1. Depresyon

1.1.1. Depresyon tanımı.

Eski çağlardaki kitaplarda ağır çöökkünlük ve mani dönemlerine dair bilgilerin geçmesine rağmen depresyona dair ilk kavramsallaştırma Antik Yunan'da Hipokrat'a aittir. Hipokrat, önceleri ağır çöökkünlük olarak tanımlanan dönemi melankoli olarak ele almaktadır (Öztürk ve Uluşahin, 2020).

Günümüzdeki tanımıyla depresyon, derin üzüntü ve bazen hem üzüntülü hem de bunalıtlı bir duyguduruma eşlik eden düşüncede, konuşmada, ilişki kurmada, bilişsel yetilerde, bedensel ve fizyolojik işlevlerde belirgin bir yavaşlamanın, durgunlaşmanın; bunlara ek olarak kişinin kendine dair değersizlik, geleceğe dair karamsarlık düşünceleri ve aktivitelere karşı isteksizliğin bir arada görüldüğü bir duygudurum bozukluğudur (Beck ve Alford, 2009; Öztürk ve Uluşahin, 2020). Depresyonun da dahil olduğu psikiyatrik bozuklukların sınıflandırılması amacıyla Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından yayınlanan Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders- DSM) kullanılmaktadır. DSM-V (APA, 2013) ve DSM-V-TR'den (APA, 2022) önceki tanılama kitaplarında tek uçlu bozukluk (depresyon) ve iki uçlu bozukluk (bipolar) tek başlık olarak Duygudurum Bozuklukları adı altında yer alırken DSM-V ve DSM-V-TR'de Depresyon Bozuklukları ve İki Uçlu (Bipolar) ve İlişkili Bozukluklar olarak ayrılmaktadır. DSM-V-TR'de Depresyon Bozuklukları başlığı

altında yıkıcı duygudurumu düzenleyememe bozukluğu, majör depresyon bozukluğu, süregiden depresyon bozukluğu, aybaşı öncesi disforik bozukluk gibi birden fazla bozukluk tanımlanmaktadır (APA, 2022).

1.1.2. Majör depresyon bozukluğu DSM-V-TR tanı ölçütleri.

Majör depresyon bozukluğu (MDB), en az iki hafta boyunca çökkün duygudurum ve zevk alamama halinden en az birinin veya her ikisinin de; iştah değişiklikleri, uyku değişiklikleri, psikodevinsel ajitasyon veya yavaşlama, enerji düşüklüğü, değersizlik veya uygunsuz suçluluk duyguları, odaklanma gibi bilişsel aktivitelerde güçlük, yineleyici ölüm düşünceleri gibi belirtilerden birkaçının eşlik ettiği bir duygudurum bozukluğudur. Bahsedilen belirtiler, bireyde belirgin sıkıntılara yol açmakta ve işlevselliğini olumsuz etkilemektedir (APA, 2022). DSM-V-TR’de bulunan majör depresyon bozukluğu tanı kriterleri Tablo 1.1’de gösterilmektedir.

Tablo 1.1. Majör Depresyon Bozukluğu DSM-V-TR Tanı Ölçütleri

-
- A. Genel Tanı Kriterleri (İki haftalık dönem boyunca, aşağıda bulunan belirtilerin en az beşi ve önceki işlevselliğinde bir değişim vardır. Çökkün duygudurum veya ilgi kaybı/ zevk alamama halinin en az biri vardır.)
1. Neredeyse her gün ve günün büyük bir bölümünde, çökkün duygudurum
 2. Neredeyse her gün ve günün büyük bir bölümünde, etkinliklere karşı ilgide belirgin azalma ve zevk alamama hali
 3. Kilo verme çabası olmadan çok kilo verme veya kilo alma, yeme isteğinde artma veya azalma
 4. Neredeyse her gün uykusuzluk çekme veya çok uyuma
 5. Neredeyse her gün psikodevinsel aktivitelerde artma veya azalma
 6. Neredeyse her gün enerji düşüklüğü
 7. Neredeyse her gün değersiz hissi veya aşırı ya da uygunsuz suçluluk
 8. Neredeyse her gün düşünme, odaklanma gibi bilişsel aktivitelerde zorluk
 9. Yineleyici ölüm düşünceleri (eylem tasarlamadan veya tasarlayarak düşünme ya da kendini öldürme girişimi)
- B. Belirtilerin belirgin bir sıkıntı yaratması ve işlevsellikte düşmeye neden olması.
- C. Belirtilerin gözlemlendiği dönem bir madde veya başka bir sağlık durumu ile açıklanamaz.
- D. Tanımlanmış veya tanımlanmamış diğer bozukluklarla daha iyi açıklanamaz.
- E. Hiçbir mani veya hipomani dönemi yoktur.
-

Majör depresyon bozukluğu tanı kriterleri DSM-V-TR’den uyarlanmıştır (APA, 2022, s.183- 186).

Bu tez çalışması içerisinde depresyonu daha kapsamlı açıklayabilmek için DSM-V-TR’de yer alan majör depresyon bozukluğu tanı kriterleri belirtilmiştir (APA, 2022). Ancak çalışmanın amacı depresyonu bir tanı olarak ele almaktan ziyade depresyonun bilişsel, duygusal ve davranışsal belirtilerinin düzeylerini saptamaktır. Bireylerin depresyon düzeylerindeki artışın çalışma değişkenleri olan aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi ve reddedilme duyarlılığı ile ilişkisi incelenmektedir. Bundan dolayı depresyonun varlığı veya yokluğu gibi kesitsel bir yaklaşım kullanmak yerine belirtilerin yoğunluğunu bir boyut üzerinde ele alan Beck Depresyon Envanteri kullanılmaktadır (Hisli, 1989).

1.1.3. Depresyonun epidemiyolojisi.

Depresyon yineleyici olması dolayısıyla toplumda sık görülen bir bozukluktur (Öztürk ve Uluşahin, 2020). Dünya Sağlık Örgütü’nün (DSÖ) 2021 yılında Sağlık Ölçümleri ve Değerlendirme Enstitüsü Küresel Sağlık Veri Alışverişi ölçümlerinden elde ettiği sonuca göre dünyada yaklaşık 280 milyon insan depresyon geçirmektedir. Depresyonun yetişkinler arasında %5, 60 yaş üstü ileri yetişkinler arasında %5.7 olmak üzere nüfusun tahmini olarak %3.8’ini etkilediği düşünülmektedir. Orta veya şiddetli yoğunlukta yineleyici doğasının, belirgin işlev kayıplarına ve intihara yol açması sebebiyle ciddi bir sorun olarak ele alınmaktadır. Aynı verilere dayanarak her yıl 700.000’den fazla insanın intihar sebebiyle ölmesi ve 15- 29 yaş arasındaki insanların dördüncü ölüm nedeninin intihar olması, depresyonun yol açabileceği sorunların boyutunu göstermektedir (DSÖ, 2021). Tüm bu ciddiyete rağmen düşük ve orta gelirli ülkelerde yaşayan insanların %75’inden fazlasının hala tedavi görmediği belirtilmektedir (Evans-Lacko ve ark., 2018).

Yaşam boyu depresyonu araştıran bir çalışma, yaygınlığın yaklaşık %17 olduğunu bildirmektedir (Kessler ve ark., 1994). 2000’li yılların başında yapılan bir çalışmada ise depresyonun yaşam boyu görülme sıklığının %1.5- %19 arasında olduğu bildirilmektedir (Olchanski ve ark., 2013). 1994- 2014 yılları arasındaki toplam yaygınlık %12.9; cinsiyet açısından ise kadınlardaki yaygınlığın %14.4, erkeklerdekinin ise %11.5 olduğu belirtilmektedir (Lim ve ark., 2018). Görülen o ki depresyon, kadınlarda daha yaygındır. Aynı zamanda depresyon belirtilerinden olan kilo alımında artış, ruminatif düşünme ve somatik şikayetlerde artış kadınlarda daha fazla görülürken (Marcus ve ark., 2005) erkeklerde ise kilo kaybetme ve madde kötüye kullanımı daha fazla görüldüğü bildirilmektedir (Marcus ve ark., 2008). Çeşitli çalışmalarda kadınların daha fazla depresyon geliştirdiği görülse de yaş ilerledikçe kadın ile erkeklerin depresyon düzeyleri arasındaki fark azalmaktadır (Çelik ve Hocaoglu, 2016).

Sağlık Bakanlığı tarafından Türkiye Ruh Sağlığı Profili çıkarmak üzere 1998 yılında yapılan çalışmada Türkiye’de depresyonun yaygınlığı %4 olarak bildirilmektedir. Bu yaygınlık kadınlarda %5.4, erkeklerde %2.3 olarak gözlenmektedir. Ayrıca medeni durumu evli, eğitim düzeyi liseden daha az ve yerleşim yeri il olan bireylerde depresyonun daha yaygın olduğu ve diğer bozukluklara göre ağır yeti yitiminin fazla olduğu (%20.3) görülmektedir (Kılıç, 1998). Fakat farklı bir gözden geçirme çalışması, ayrılmış veya boşanmış bireylerin, evli olanlara göre daha yüksek depresyon puanları bildirdiğini belirtmektedir (Kessler ve Bromet, 2013). Medeni durum ve depresyon düzeyleri arasındaki bu farklılaşmayı açıklayabilecek bir unsur cinsiyet ve yaş olarak değerlendirilmektedir. Buna göre eşi vefat etmiş veya boşanmış kadınlar aynı özelliklere sahip erkeklere göre daha fazla depresyon puanı

bildirirken erkekler için evlenmemiş olmak bir risk faktörüdür (Bulloch, Williams, Lavorato ve Patten, 2017).

Depresyonun yaşa göre yaygınlığına bakıldığında, başlangıç yaşının geç ergenlikten, orta ve geç yetişkinliğe kadar geniş bir aralıkta olduğu belirtilmektedir (Kessler ve Bromet, 2013).

1.1.3.1. Üniversite öğrencilerinde depresyon.

Üniversite yılları pek çok değişikliği beraberinde getirmektedir. 18- 25 yaş arası dönem Arnett (2000) tarafından ‘beliren yetişkinlik’ olarak tanımlanmaktadır ve içerisinde yeni bir ortama uyum sağlama, oda arkadaşı ile ilişki kurma, yeni arkadaş ortamına dahil olma, kendini keşfetme, yeni bir kimlik oluşturmak için bağımsızlaşma gibi stres etkenlerini de barındırmaktadır. Aileden ayrılma ve yeni arkadaş ortamına girme, Langston ve Cantor (1989) tarafından üniversitenin önemli iki görevi olarak ele alınmaktadır. Kimileri için sosyal ilişki kurmak kolay iken kimleri için kaygı uyandırıcı hale gelebilir. Yakın ilişki kuramamak çoğunlukla depresyonu arttırmaktadır (Dyson ve Renk, 2006).

İçerisinde Türkiye’nin de bulunduğu üniversite lisans öğrencilerinde depresyon yaygınlığını belirlemek üzere yapılan bir meta-analiz çalışmasında, 1990-2010 yılları arasındaki depresyon yaygınlığının %30.6 olduğu bildirilmektedir (İbrahim, Kelly, Adams ve Glazebrook, 2013). Üniversite öğrencilerinin yaklaşık üçte birinin etkilendiği depresyon, bu psikolojik sorunun üniversite popülasyonu için yaygın bir ruh sağlığı sorunu olduğunu göstermektedir. Bu nedenle çalışmada örneklem için seçilen üniversite lisans öğrencileri, üniversite döneminde depresyonun daha iyi tanımlanmasını amaçlamaktadır.

1.1.4. Depresyonun etiyolojisi.

Depresyonun etiyolojisinde biyolojik, genetik ve psikososyal başta olmak üzere birçok faktör rol oynamaktadır.

1.1.4.1. Biyolojik ve genetik faktörler.

Depresyonun etiyolojisini inceleyen sistemik derlemede, depresyon oluşumunda özellikle noradrenerjik ve serotonerjik sistemlerdeki nörotransmitterlerle ilgili bozuklukların öneminden bahsedilmektedir (Çelik ve Hocaoglu, 2016). Selektif serotonin geri alım inhibitörlerinin (SSRI) depresyon tedavisi için kullanılması, serotonin düzeyinde meydana gelen azalma ile depresyon arasındaki ilişkiyi destekler niteliktedir (Delgado ve Moreno, 2000; Tamam ve Zeren, 2002). Nöroanatomiyeye ilişkin yapılan çalışmalardan oluşan derleme, beynin çeşitli bölgelerinde değişiklikler olduğu göstermektedir (Çelik ve Hocaoglu, 2016). Hipokampal hacmi belirlemek üzere yapılan bir çalışmada, depresyonu olan bireylerin sol hipokampus hacmi %19 daha küçük olarak belirtilmektedir (Bremner ve arkadaşları, 2000). Aynı zamanda depresyona yatkınlık çalışmalarında prefrontal korteks ve limbik sistem arasındaki subkortikal alanlarda lezyonların varlığı ve medial temporal lobda hacim kaybı da bildirilmektedir (Schweitzer, Tuckwell, Ames ve O'Brien, 2001; Sullivan, Neale ve Kendler, 2000). Genetik faktörlerin rolünün belirlenmesi için aile, ikiz ve evlat edinme çalışmaları yapılmaktadır. Çeşitli çalışmalarla depresyonun kalıtsallığı %30- 40 arasında tahmin edilmektedir (Ebmeier, Donaghey ve Steele, 2006).

Depresyonun ortaya çıkışında ve sürdürülmesinde biyolojik ve genetik faktörlerin yanı sıra bireyin yanlış düşünme biçimleri gibi bazı bilişsel yatkınlıkları ve içinde bulunduğu çevrenin de incelendiği psikososyal faktörler önemlidir. Bu

Çalışmanın odak noktası da depresyonun etiyolojisinde psikososyal faktörlerin önemi üzerine kurulmaktadır.

1.1.4.2. Psikososyal faktörler.

Depresyonu açıklamak üzere psikodinamik, davranışçı, bilişsel, kişilerarası gibi pek çok kuram vardır. Bu tez çalışmasının odak noktası bilişsel ve kişilerarası kuram olması nedeniyle bu iki kuram detaylı ele alınmaktadır.

1.1.4.2.1. Bilişsel kuram.

Stresli yaşam olaylarının, bireyin yaşadığı depresyon ile ilişkisi günümüzde yaygın olarak kabul görmektedir. Fakat stresli yaşam olayları her bireyde depresyon ile sonuçlanmaz (Tuna, 2020). Alanyazında stres ve depresyon mekanizmasını inceleyen çok sayıda araştırma mevcuttur. Bunlardan biri stres- yatkınlık modelidir. Modele göre bireylerde farklı türde ve derecede var olan yatkınlıklar, stresli yaşam olayları ile bir araya gelerek depresyon gibi psikopatolojileri oluşturabilmektedir. Bireyin yatkınlıklarının şiddetli veya fazla olması halinde daha az stresli olayla karşılaşsa bile depresyon ortaya çıkabilmektedir. Tam tersi olarak bireyin yatkınlıkları az olsa da fazla miktarda veya yoğunlukta stresli olayla karşılaşması depresyonla sonuçlanmaktadır (Monroe ve Simons, 1991).

1960'ların başında Aaron T. Beck tarafından geliştirilen bilişsel kuram, depresyonu bir bilişsel yatkınlık- stres modeli üzerinden açıklamaya çalışmaktadır. Model, bireyin psikolojik sıkıntılara eğilim göstermeye yönelik kendine özgü bilişsel yatkınlıkları olduğunu ortaya koymaktadır (Beck, 1964; Beck ve ark., 1979; Corsini ve Wedding, 2012). Bilişsel kurama göre bireyin yaşadığı deneyimi algılama ve yapılandırma sürecine dair bazı bilişsel yapıları, verdiği tepkilerini belirler (Arkar,

1992). Beck (1964), depresyondaki düşünce stillerini belirlemek üzere yaptığı bilişsel yapılara dair ilk çalışmalarında bazı kalıcı bilişsel yapılardan bahsetmektedir. Bu yapıları şemalar olarak kavramsallaştırmakta ve depresyona özgü düşüncelerin bu şemalar etkisinde olduğunu vurgulamaktadır. İlerleyen dönemlerde psikolojik sıkıntıların altında yatan bilişsel yapılara dair çalışmalarını genişleterek 1979 yılında bu yapıları açıklamak üzere üç kavram öne sürmüştür: bilişsel üçlü, şemalar ve bilişsel çarpıtmalar (Beck ve ark., 1979). Bu yapıların, depresyon için bilişsel yatkınlık faktörü oluşturduğundan bahsedilmektedir. Bireyde bulunan bu bilişsel yatkınlıkların ise stresli yaşam olayları ile birleşip depresyonu geliştirdiği ve sürdürdüğü varsayılmaktadır (Beck, 1964; Beck ve ark., 1979; Hilsman ve Garber, 1995). Bilişsel üçlü, bireyin kendisi, dünyası ve gelecekle ilgili algılamasının olumsuz olmasıdır. Birey kendini değersiz, kusurlu ve yetersiz görmektedir; dünyayı kendisinden aşırı istekleri olan veya yaşam amaçlarına ulaşmak için üstesinden gelinemeyecek engeller olan bir yer olarak görmektedir; geleceği ise oldukça karamsar bulmaktadır ve şu anda içinde bulunduğu zorlukların hep devam edeceğini düşünmektedir (Arkar, 1992; Beck ve ark., 1979). Şemalar, erken dönemde oluşan belirli durumlar karşısında kişinin kendini o duruma yönlendirmesine, belirgin özelliklerini tanımasına, o durumu etiketlemesine, kavramsallaştırmasına yarayan ve nasıl tepki vereceğini belirleyen köklü bilişsel yapılardır. Özellikle stres verici ortamlarda aktive olup bireyin düşünce, duygu ve davranış sistemini şekillendirmektedir. Depresyona özgü şemalar, bireyin kendi değeriyle, performansıya, kişisel özellikleriyle ilgili olumsuz kavramlardan ve beklentilerden oluşur. Bu şemalar aktive olduğunda düşünceyi olumsuz şekillendirir ve üzüntü, yalnızlık, suçluluk gibi duyguları beraberinde getirir. Depresif belirtiler ilerledikçe var olan şemalar, bilişsel süreçleri daha çok etkisi altına alarak depresif

sarmalı ilerletmektedir. Şemalardaki sistematik hatalar genelde birey tarafından fark edilmemektedir, bu da depresyondaki kişinin neden acı ve kendine zarar verici tutumları devam ettirdiğini açıklamaktadır (Beck, 1964). Bilişsel çarpıtmalar; durumun sadece bir ayrıntısına odaklanıp çıkarım yapma, olumlu olayı küçültme ve olumsuz olayı abartma, yaşananın kişiyle ilgisi olmasa da kişinin kendi yüzünden olduğuna inanması gibi düşünce sisteminde meydana gelen hatalardır. Bu hatalar, özellikle depresyonda olumsuz inancın sürmesine neden olmaktadır (Arkar, 1992).

Beck ve Alford (2009), depresyonun nedenleri ve buna yönelik tedavileri içeren kitabında depresyona yatkınlık oluşturabilecek bilişsel faktörler olarak bireyin düşüncelerini etkileyen kendiyle, dünyayla ve gelecekle ilgili olumsuz tutumları; kendi ile ilgili olumsuz tutumlara bağlı olarak kendini suçlama ve olumsuz kendilik algısı; yaşadıklarını seçici veya uygunsuz algılamaya bağlı olumsuz yorumlama; olumsuz beklentiler; depresif temaları harekete geçiren şemalar olarak belirtmektedir.

Depresyonun bilişsel yatkınlık- stres modelini desteklemek için Clark, Beck ve Brown (1992) tarafından yapılan bir çalışmada, sosyal bağlantılara ve kabul edilmeye aşırı ihtiyaç duymaya dair bir bilişsel yatkınlık oluşturan sosyotropik kişilik özelliğinin, bir stresli yaşam olayı olarak kabul edilen olumsuz sosyal deneyimler ile birleştiğinde daha fazla olumsuz duygudurum ile karakterize olan disfori ile sonuçlandığını göstermektedir. Otonomik kişilik özelliğine sahip katılımcıların, aynı olumsuz sosyal deneyimler karşısında sosyotropik kişilik özelliğine sahip katılımcılardan daha az disfori bildirmesi bireyin sahip olduğu yatkınlık türünün hangi stresörler karşısından aktif olduğunun önemini vurgulayan bir bulgudur.

Fonksiyonel olmayan tutumları ve otomatik düşünceleri bilişsel yatkınlık olarak ele alan Kwon ve Oei (1992), bu yatkınlıklar ile stresli yaşam olaylarının etkileşime girdiği üniversite öğrencilerinin Beck Depresyon Envanteri'nden daha fazla depresyon puanı aldıklarını bildirmektedir.

Hilsman ve Garber (1995) öğrencilerdeki bilişsel yatkınlık- stres modelini değerlendirmek için yaptığı çalışmada, akademik yeterlilik ve başarı üzerindeki kontrole yönelik atıf stillerini bilişsel yatkınlık faktörü olarak, geçersiz not almayı stresli yaşam olayı olarak ele almakta ve depresif belirtiler ile ilişkisini incelemektedir. Boylamsal olarak ölçüm alınan çalışmada, akademik yeterlilik ve başarı üzerinde kontrol eksikliği olan öğrenciler, geçer not alamadıklarında hem 1 gün hem 5 gün sonra bu olumsuz bilişlere sahip olmayan öğrencilere göre daha fazla depresif belirti ifade etmektedir.

Bu tez çalışmasının değişkenlerinden biri olan reddedilme duyarlılığı da Downey ve Feldman (1996) tarafından bir olumsuz bilişsel- duygusal stil olarak tanımlanmaktadır. Reddedilme duyarlılığına sahip olan insanlar, sosyal reddedilme yaratan kişilerarası stresörleri daha seçici algılamaktadır. Bu seçicilik, onları çevredeki ret ipuçlarını beklemeye ve olumsuz yorumlamaya daha duyarlı ve yatkın hale getirmektedir. Reddedilmeye karşı olan yatkınlıklarının, çevrede bir stresör ile birleşmesi depresyon için bir risk faktörü olarak değerlendirilmektedir (Downey ve Feldman, 1996). Bu nedenle çalışmadaki reddedilme duyarlılığı değişkeni, depresyon için bir yatkınlık- stres modeli içerisinde ele alınmaktadır.

1.1.4.2.2. Kişilerarası kuram.

Stres- yatkinlık modelleri, bireylerde stresli yaşam olayları ile karşılaştıklarında var olan yatkinlıkların depresyon ortaya çıkışında ve sürdürülmesindeki önemli rolünü anlatmaktadır. Clark ve arkadaşlarının (1992) bahsettiği üzere eğer bireyde yaşadığı stresli olayla etkileşime geçecek bir yatkinlık yoksa depresif belirti bildirmeyebilir. Stres- yatkinlık modelleri bağlamında bireyin stresli olayla etkileşime geçecek yatkinlıkları risk faktörü olarak ele alınmaktadır. Fakat bu modellerdeki dezavantajlardan biri, bireyi sadece yatkinlıkları üzerinden ele alması ve bireyin tepkilerini açıklamaya çalışırken kişilerarası bağlama vurgu yapmaması olarak görülmektedir (Dobson ve ark., 2014). Stres karşısında depresyona yatkinlık oluşturan bilişler üzerinde durmak, bireyi sadece stresi pasif olarak karşılayan bir varlık olarak görmeye sebep olmaktadır (Liu ve Alloy, 2010). Oysaki insan, çevresiyle bir etkileşim içindedir. Çevreden etkilendiği kadar düşünceleri, duyguları, davranışları ile çevreyi de etkilemektedir (Coyne, 1976; Dobson ve ark., 2014; Eberthart ve Hammen, 2010; Hammen, 1991b).

Alanyazında depresyonun kişilerarası süreçlerini açıklayan farklı kuramlar bulunsa da bu çalışmada Coyne'un (1976) ve daha sonra ondan hareketle Hammen'in (1991b) öne sürdüğü kişilerarası depresyon yaklaşımları ele alınmaktadır. Kişilerarası depresyon yaklaşımları, depresyon ve yaşam stresinin tek yönlü değil, çift yönlü bir ilişki içinde olduğunu öne sürmektedir. Yaşam stresi depresif belirtileri arttırabilirken depresif belirtiler de kişilerarası süreçlerle yaşam stresini arttırabilir (Coyne, 1976; Hammen, 1991b).

Coyne'un (1976) öne sürdüğü 'etkileşimsel depresyon teorisi'ne göre depresyona eğilimli bireyler, kişilerarası ilişkilerde kendi kendini baltalama davranışları ile hafif düzeyde olan depresif belirtilerini güçlendirmektedir. Hafif düzeyde olan depresif belirtilerinin ne ile başladığı bilinmese de bireyin kendi değeri ve ilişkilerinin güvenliği hakkında karşı taraftan ısrarlı onay ve güvence araması kişilerarası ilişkisini bozmaktadır. Onay ve güvence arayan bireye, ilişkide olduğu insanlar tarafından başta onay ve güvence sağlanmaktadır. Buna rağmen sözsüz iletişimde, ses tonunda olabilecek herhangi bir belirsizlik depresyon eğilimi olan bireyde şüphe yaratarak ısrarlı bir şekilde onay ve güvence aramaya yöneltmektedir. Bu durum ise karşı tarafta sıkıntı yaratmakta ve ilişkiyi bozmaktadır. Başkaları tarafından reddedilme, ilişkinin sınırlanması, olumsuz geri bildirim ise bireyde var olan hafif depresif belirtileri güçlendirerek depresyonun geliştirici ve sürdürücü mekanizması haline gelmektedir (Coyne, 1976).

Depresyonu kişilerarası süreçlerle açıklamaya çalışan kuramda birey, yatkınlık- stres modellerinde ele alındığı gibi depresyon belirtilerini güçlendirmek için yaşam stresi ile karşılaşmayı beklemek yerine aktif olarak bazı uyumsuz davranışları ile kişilerarası ilişkilerde yaşam stresi yaratarak depresif belirtilerini arttırmaktadır (Liu ve Alloy, 2010).

1.2. Kişilerarası Yaşam Stresi

Depresyonun etiyolojisini açıklamak için öne sürülen hem yatkınlık- stres modelleri (Beck ve Alford, 2009) hem de kişilerarası depresyon modelleri (Coyne, 1976; Hammen, 1991b) stres kavramından bahsetmektedir. Stres, en genel haliyle bireyin bir uyaran karşısında verdiği bedensel tepkilerdir. Bu tepkiler, çevresel

stresörlere karşı organizmanın uyum sağlaması amacıyla verilmektedir (Selye, 1976). Stresi tanımlarken bireyin çevre ile etkileşimine vurgu yapan Folkman ve Lazarus (1986) stresi, çevreden gelen taleplere karşı bireyin verdiği tepkiler olarak ele almaktadır. Taleplere karşı verilen tepkiler, bireyin değerlendirme sürecine bağlıdır. Değerlendirme sürecindeki farklılıklar, farklı tepkiler ortaya çıkarabilir. Öyle ki bazıları çevresel talepler karşısında kendini yetersiz görerek stres belirtisi gösterirken bazıları bu taleplere karşı kapasitesinin yeterli olduğunu düşünerek stres belirtisi göstermeyebilir (Folkman ve Lazarus, 1986). Kronik strese maruz kalan bireylerde ise fizyolojik belirtilerin yanı sıra anksiyete ve depresyon belirtilerinde artış görülmektedir (Salleh, 2008). Bu tez çalışmasının odak noktası kişilerarası ilişkilerde, bireyin bazı uyumsuz davranışları ile ortaya çıkardığı yaşam stresi olması nedeniyle bu kısımda kişilerarası yaşam stresi ele alınmaktadır.

Coyne'un (1976) 'etkileşimsel depresyon teorisi' ile uyumlu olarak Hammen (1991b), depresyonda stres oluşumunu incelediği çalışmasında 'stres oluşturma hipotezi'ni öne sürmektedir. Kişilerarası kuramların ele aldığı üzere, yaşam stresinin depresyon oluşumuna yol açtığı tek yönlü bir ilişkiden ziyade depresyona eğilimli birey, sergilediği davranışlarla da kişilerarası ilişkilerde yaşam stresi oluşturmaktadır. Bu stres, depresif semptomları arttıracak şekilde çevresini şekillendirmektedir. Stres oluşturma hipotezini test etmek üzere Hammen (1991b) depresyon grubundaki kadınların ve kontrol gruplarındakilerin aldıkları stres puanlarını karşılatırmıştır. Stres puanlarını kişiye bağımlı (kişinin kendi davranışlarından kaynaklı), kişiden bağımsız (kişinin davranışlarından bağımsız), kişilerarası bağımlı (kişinin davranışlarından kaynaklanan ve kişilerarası ilişkilerde meydana gelen) ve toplam olmak üzere dört grupta ele alan araştırmacı, kesitsel olarak depresyon grubundaki kadınların kontrol

gruplarındaki kadınlara göre daha fazla kişilerarası ve bağımlı yaşam stresi deneyimlediklerini belirtmektedir. Buna ek olarak boylamsal sonuçlara göre depresyon grubunda olan kadınların katkıda bulundukları bağımlı yaşam stresini daha fazla yaşayarak kendi davranışları ile var olan depresif belirtilerini arttırmaları, tekrarlayan depresyonu ve kronikleşmeyi açıkladığı düşünülmektedir (Hammen, 1991b).

Bağımlı yaşam stresi oluşturmalarına ek olarak Hammen (1991a) aile bağlamında depresyonu araştırdığı çalışmasında, depresyona eğilimli ve depresyon belirtileri gösteren bireylerin çatışmalı evlilik, boşanma, anne çocuk arası uyumsuz ilişkiler başta olmak üzere daha fazla kişilerarası zorluk yaşadığını belirtmektedir.

Kişilerarası zorluk üzerine yapılan diğer çalışmalar, evli çiftlerde depresyona eğilimli olan eşin daha fazla evlilik stresi yarattığını ve evlilikte olan kronik yaşam stresi ile beraber depresif semptomlarını şiddetlendirdiklerini belirtmektedir (Davila, Bradbury, Cohan ve Tochluk, 1997). Daha önce depresyon tanısı alan, şu an depresyonda olan ve depresyonda olmayan 3 grup katılımcı ile yapılan çalışmada ise depresyonda olmayan gruba kıyasla diğer 2 grubun evlilik sorunu, arkadaş çatışması, ilişki doyumu gibi kişilerarası süreçlerde daha fazla zorluk yaşadıkları bildirilmektedir (Hammen ve Brennan, 2002).

Liu ve Alloy (2010) tarafından depresyonda stres oluşumuna dair yapılan sistematik incelemede, Hammen (1991b) tarafından öne sürülen stres oluşturma hipotezinin kaygı, bipolar, kronik tıbbi hastalıklar gibi çeşitli sorunlarla karşılaştırılınca depresyona özgü olduğu bildirilmiştir. Aynı zamanda kadınların daha

fazla bağımlı stres üreterek depresif semptomlarını arttırdıklarını ve özellikle bu cinsiyet farklılığının çocuk ve ergenlerde daha belirgin olduğu gösterilmektedir.

Bireylerde var olan depresif semptomların çeşitli düzeylerine göre yaşam stresi oluşturma açısından kesitsel desen ile ele alınan bir çalışmada, depresyon tanı kriterlerini karşılayan ve tanı kriterlerinin altında kalan subklinik depresyon grubundaki genç katılımcılar, herhangi bir tanısı olmayan karşılaştırma grubundaki katılımcılardan istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha fazla kişilerarası bağımlı yaşam stresi bildirmektedir (Krackow ve Rodolph, 2008). Bu sonuç ile tutarlı olarak üniversite öğrencilerinin de evden ayrılma, yeni bir ortama dahil olma, ortama uyum sürecinde yaşadığı zorluklar ve beraberinde depresif semptomlarda artış (Arnett, 2000; Dyson ve Renk, 2006) hem klinik hem subklinik depresyon semptomları açısından bu tez çalışması için kişilerarası yaşam stresini araştırmada elverişli bir örneklem oluşturabilir.

Kişilerarası bağlama bütüncül bakıldığında insan çevresiyle etkileşime ihtiyaç duymaktadır. Sosyal desteğin ve kişilerarası ilişkilerde hissedilen yeterliliğin, bireylerin psikolojik iyi oluşu ve işlevselliği ile yakından bir ilişkisi olduğu gösterilmektedir (Williams ve Galliher, 2006). Aynı zamanda sosyal desteğin yaşam stresine karşı bir tampon etkisi yarattığı ve hem fiziksel hem psikolojik iyilik için bir koruyucu olduğu da varsayılmaktadır (Cohen, 2004). Sosyal desteğin iyi oluşa katkısının yanı sıra Coyne (1976) ve Hammen (1991b) tarafından öne sürülen kişilerarası depresyon kuramlarında ise sosyal desteğin uyumsuz olarak kullanılması depresyonu geliştirici ve sürdürücü mekanizma haline gelmektedir. Görünen o ki

depresyona eğilimli birey, kişilerarası ilişkilerde uyumsuz bazı davranışlar sergileyerek yaşam stresi yaratmakta ve depresif semptomlarını şiddetlendirmektedir.

Her ne kadar depresyonda bilişsel yatkınlık- stres modeli ve kişilerarası depresyon modeli öne sürüldükleri zamanlarda ayrı ayrı çalışılsa da günümüzde bu ayrımı ortadan kaldırmaya yönelik çalışmalar vardır. Depresyonda kişilerarası yaşam stresine bakıldığında olayla ilgili yargıya varmaya yarayan bilişsel değerlendirmeler, olumsuz bilişsel stiller, tekrarlayıcı şekilde devam ederek olumsuz düşünmeye katkı sağlayan ruminasyon ve aşırı güvence arayışı gibi birtakım bilişsel yatkınlıklar ve uyumsuz davranışların bir araya gelerek yaşam stresi oluşumuna katkı sağladığına dair bütüncül çalışmalar mevcuttur (Krackow ve Rudolph, 2008; Liu ve Alloy, 2010; Safford, Alloy, Abramson ve Crossfield, 2007; Tuna, 2020; Weinstock ve Whisman, 2007).

Bütüncül çalışmalardan hareketle kişilerarası ilişkilerde yaşam stresi oluşturabilecek uyumsuz davranışlardan biri olan aşırı güvence arayışı ve ortaya çıkan kişilerarası yaşam stresini güçlendirebilecek bilişsel yatkınlık faktörü olan reddedilme duyarlılığı çalışmanın ilerleyen kısımlarında ayrı ayrı ele alınmaktadır.

1.3. Aşırı Güvence Arayışı

Coyne (1976) etkileşimsel depresyon teorisinde eşikaltı hafif depresif semptomları olan bireyin, kendi değeri ve ilişkisinin güvenliğine dair ısrarlı bir onay ve güvence arama davranışı olduğundan bahsetmektedir. Bu ısrarlı davranışları, kendi kendini baltalama sonucu kişilerarası ilişkilerini bozmakta ve depresif semptomlarını şiddetlendirmektedir. Coyne'un (1976) depresyonu kişilerarası süreçlerle açıkladığı teorisini Joiner ve arkadaşları (1999), 90'ların başından beri yaptığı çalışmaları içeren

makalesinde bir adım daha ileriye götürerek bu ısrarlı davranışları, ‘aşırı güvence arayışı’ olarak kavramsallaştırmaktadır. Aşırı güvence arayışını, daha önce güvence verilmiş olmasına bakılmaksızın kişinin kendi değerine ve sevilebilir olmasına dair diğerlerinden aşırı ve ısrarlı olarak talep etmesi, güvence araması olarak tanımlamaktadır. Tanımlamanın da ötesine geçerek aşırı güvence arayışının, sadece depresyona özgü bir kişilerarası bileşen olduğuna ve artan güvence arayışının bazı kişilerarası stresörlerle gelecek depresif semptomların belirleyicisi olduğuna işaret etmektedir (Joiner ve Schmidt, 1998).

Joiner ve arkadaşlarına (1999) göre güvence arama her zaman olumsuz anlam içeren bir davranış olmayabilir. Sosyal destek ve güvence sağlama uyumlu ve iyilik halini arttıran bir davranışken bunun depresif eğilim gösteren birey tarafından güvence sağlanmış olsa bile aşırı ve ısrarlı yapılması sosyal destek için güvence aramaktan farklıdır ve iyilik hali ile ters bir ilişki içindedir.

Alanyazında aşırı güvence arayışı ve depresif semptomlar arasındaki ilişkiyi açıklayan birçok kesitsel ve boylamsal çalışma bulunmaktadır. Joiner, Alfano ve Metalsky (1992) aşırı güvence arayışı üzerine neredeyse temel sayılabilecek çalışmasında, hafif düzeyde depresif semptomları olan öğrencilerin bildirdiği aşırı güvence arayışları ile depresif semptomlarının ilişkili olduğunu göstermektedir. Joiner ve Metalsky (1995), hafif depresif semptomlar gösteren üniversite öğrencilerinin, hiç depresif semptomları olmayan karşılaştırma grubuna göre aşırı güvence arayışından daha fazla puan aldığını ifade etmektedir. İleriye dönük çalışmalar, hava kuvvetleri öğrencilerinin ilk ölçümde aldığı aşırı güvence arayışı puanlarının sonraki depresif semptomlardaki artışı yordadığını göstermektedir (Joiner ve Schmidt, 1998). Katz,

Beach ve Joiner (1998), önceki çalışmalarla benzer olarak yüksek aşırı güvence arayışı olan kadınların, ilişkide onları olumsuz değerlendiren partnerlerinin varlığında düşük aşırı güvence arayışı bildiren kadınlara göre sonraki ölçümlerde depresif semptomlarında artış olduğunu belirtmektedir.

Üniversite öğrencilerinden oluşan örnekleme aşırı güvence arayışının yapısal geçerliliğinin, depresyona özgüllüğünün ve gelecek depresif semptomlarla ilişkisinin araştırıldığı 6 ardışık çalışma, alanyazında kullanılan aşırı güvence arayışına dair ölçeğin bu değişkeni ölçmede hem geçerli hem güvenilir olduğunu; diğer tanı gruplarıyla karşılaştırılınca en yüksek ilişkinin depresyon belirtilerini karşılayan gruba ait olduğunu; boylamsal ölçümlerle çalışmanın başında yüksek aşırı güvence arayışı puanı alan katılımcıların, düşük alan katılımcılara göre sonraki depresyon puanlarındaki artışı yordadığını; aşırı güvence arayışının kişilerarası ilişkileri bozma ve oda arkadaşı tarafından reddedilme ile etkileşime girince gelecekteki depresif semptomlardaki artışı yordadığını göstermektedir (Joiner ve Metalsky, 2001).

1.3.1. Aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi ve depresyon arasındaki ilişkiler.

Aşırı güvence arayışı ve depresyon ilişkisi, Coyne (1976) ve Hammen'in (1991) depresyonun kişilerarası süreçlere dayalı açıklamaları ile tutarlı olarak kişilerarası ilişkilerde stres oluşturma üzerinden incelenmektedir (Joiner ve ark., 1992; Joiner ve Metalsky, 1995; Joiner ve ark., 1999; Joiner ve Metalsky, 2001; Eberhart ve Hammen, 2009; Evraire ve Dozois, 2011; Starr ve Davila, 2008; Potthoff ve ark., 1995; Shahr, Joiner, Zuroff ve Blatt, 2004).

Davila ve arkadaşları (1997), evli çiftlerde depresif semptomları ve ilişki stresini incelemek üzere yaptığı 1 yıllık boylamsal çalışmasında, depresyon tanı kriterlerini karşılamayan ama hafif depresif semptomları olan eşlerin evliliklerinde daha fazla ilişki stresi yaşadıklarını belirtmektedir. Yaşadıkları bu stresle, evlilikte meydana gelen işlev bozukluğu var olan depresif semptomlarındaki artışı yordamaktadır. Ayrıca aşırı güvence arayışı olarak kavramsallaştırılmasa da çalışmada sosyal destek arama davranışları ve buna yönelik algıların hem depresif semptomlar hem de evlilikte eşler arası stres oluşturan bir mekanizma olduğundan bahsedilmektedir.

Shahar ve arkadaşları (2004), depresyonda kişilik özelliklerinin ve kişilerarası davranışların ilişkilerini incelediği bütüncül çalışmasında, yaşam stresi ve aşırı güvence arayışı arasında anlamlı pozitif bir ilişki göstermektedir. Aynı zamanda çalışmanın başında ölçülen depresyon puanları ile hem aşırı güvence arayışı hem de yaşam stresi arasında anlamlı pozitif bir ilişki vardır.

Eberhart ve Hammen (2009), stres oluşturmada kişilerarası yordayıcıları araştırdığı çalışmasında, kesitsel olarak ele alındığında aşırı güvence arayışının kişilerarası ilişkilerde çatışmadan kaynaklanan bir stres ile ilişkili olduğunu ifade etmektedir.

Aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi ve depresif belirtilerin ayrı ayrı ilişkilerini inceleyen çalışmaların yanı sıra Potthoff ve arkadaşları (1995), Coyne (1976) ve Hammen'ın (1991b) kişilerarası depresyon kuramlarını birleştirdiği aşırı güvence arayışı ve depresyon ilişkisinde stres oluşturma aracının rolünü öne sürmektedir. Stres oluşturma değişkeni için aile, önemli diğerleri ve arkadaşlar ile

ilişkilerdeki stresörleri ele alarak kişilerarası alt boyutu incelemektedir. Değişkenler arası ilişkilere kesitsel olarak bakıldığında çalışmanın başında ölçülen hafif depresif semptomlarla hem aşırı güvence arayışı arasında hem de kişilerarası yaşam stresi arasında anlamlı pozitif ilişki bulunmaktadır. Aynı zamanda aşırı güvence arayışı ile sonraki depresyon semptomlarındaki artışta kişilerarası yaşam stresi oluşturma aracısı rolü olduğu gösterilmektedir. Çalışma hem Coyne'un (1976) etkileşimsel depresyon teorisini hem Hammen'in (1991b) stres oluşturma hipotezini destekleyen sonuçlar ürettiği için önemlidir. Aynı zamanda aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stresi oluşturma aracılığı ile artan depresif semptomları yordaması, depresyonu açıklamaya çalışan kişilerarası kuramların mekanizmasını aydınlatmaktadır.

Aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi ve depresyona yönelik kurulan ilişkileri genişletmek üzere Joiner ve arkadaşları (1999) ilişkide bulunan diğerleri tarafından reddedilme kavramını öne sürmektedir. Buna göre hafif depresif semptomlar gösteren bireylerin, aşırı güvence arayışı ile kişilerarası ilişkilerinde bozulma oluşturarak diğerleri tarafından aslında reddedildiğini ve reddedilmenin depresif belirtileri şiddetlendirdiğini varsaymaktadır. Yapılan çalışmalar aşırı güvence arayışı ve depresyon arasındaki ilişkinin tamamen diğerleri tarafından reddedilme ile açıklanamadığını göstermektedir (Joiner, 1992; Joiner ve Metalsky, 1995). Aşırı güvence arayışı ve reddedilme mekanizmasının incelendiği çalışmalarda düşük özsaygı (Joiner ve ark., 1992), olumsuz kendilik algısı ve olumsuz geri bildirim arayışı (Joiner ve Metalsky, 1995) gibi bazı bireysel yatkınlık oluşturabilecek faktörlerin de aşırı güvence arayışı ve kişilerarası yaşam stresi ile etkileşime girerek depresif semptomlarla ilişkisi olduğu gösterilmektedir.

Starr ve Davila (2008), aşırı güvence arayışı, depresyon ve kişilerarası reddedilme arasındaki ilişkilerin mekanizmasını incelemek için bir meta-analiz yapmıştır. Meta-analiz sonuçları, aşırı güvence arayışı ve depresyon ilişkisini 38 kesitsel çalışma üzerinden inceleyerek orta derece bir etki büyüklüğü olduğunu göstermektedir. Buna karşı aşırı güvence arayışı ve reddedilme ilişkisini 16 kesitsel çalışma üzerinden inceleyerek zayıf bir etki büyüklüğü olduğunu göstermektedir. Starr ve Davila'nın (2008) bu bulgusu, Joiner ve arkadaşlarının (1999) bulgularındaki aşırı güvence arayışı ile reddedilme arasındaki ilişkide başka değişkenlerin de olabileceği varsayımını tekrarlamaktadır. Starr ve Davila'ya (2008) göre aşırı güvence arayışı ve reddedilme arasındaki bu zayıf ilişki gerçek reddedilmeden ziyade algısal olarak reddedilmeyi içeren bireysel faktörlerle alakalı olabilir. Buna göre aşırı güvence arayışındaki bireyin, diğerlerinin güvencelerinden tatmin olmayarak gerçek veya hayali olarak algıladığı reddedilme ile depresif semptomlar göstermesi olasıdır. Reddedilmeye dair algının, aşırı güvence arayışı ile ilişkisini belirlemek için muğlak ret ipuçlarını kolayca algılama ve ret beklentisi içinde olma olarak tanımlanan (Downey ve Feldman, 1996) bilişsel- duygusal bir yatkınlık faktörü olan reddedilme duyarlılığı kavramının çalışılması gerektiğini öne sürmektedir (Starr ve Davila, 2008).

Alanyazına bakıldığında tek başına aşırı güvence arayışın depresyonla ilişkisinden ziyade aşırı güvence arayışı ile birlikte bireylerin bazı yatkınlıklarının da depresyonla ilişkili olabileceğine dair bütüncül çalışmalar mevcuttur. Buna göre kişilerarası ilişkilerde aşırı güvence arayışına ek olarak toplum içinde kabul görmeye daha fazla ihtiyaç duyan sosyotropik kişilik özelliğine sahip bireylerin, kaygılı-kaçınmacı bağlanma stillerine sahip bireylerin, terk edilme şemasına sahip bireylerin ve ruminatif düşünce stiline sahip bireylerin daha fazla depresyon puanı aldıkları

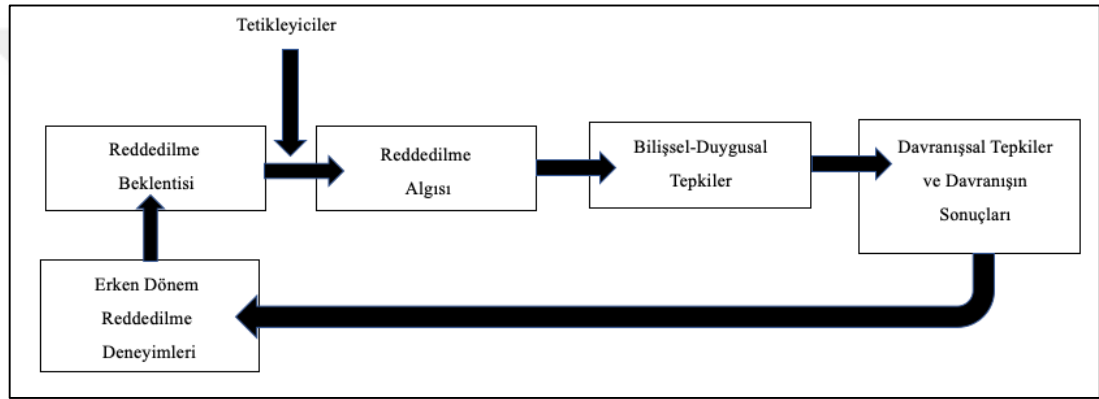
bildirilmektedir (Birgenheir ve ark., 2010; Eberhart ve Hammen, 2009; Evraire ve Dozois, 2014; Weinstock ve Whisman, 2007). Fakat reddedilme duyarlılığı ile yapılmış bütüncül bir çalışmaya rastlanmamaktadır.

1.4. Reddedilme Duyarlılığı

Reddedilme duyarlılığı, kişilerarası ilişkilerde ret ipuçlarına duyarlı olma, bu ipuçlarını kolayca algılama ve tepkilerdeki aşırılık olarak tanımlanmaktadır (Downey ve Feldman, 1996). Downey ve Feldman (1996), reddedilme duyarlılığını kavramsallaştırırken insan doğasının ilişkiselliğine bağlı kalarak sosyal olarak kabul edilmenin önemini ve reddedilmekten kaçınmaya yönelik bir güdüyü kabul etmektedir. Buna ek olarak bazı bireylerde reddi algılamaya ve bu redde tepki vermeye yönelik eğilimin farklılığından söz etmektedir. Bazı bireyler redde dair küçük veya hayali ipuçlarını daha olumlu yorumlarken bazıları reddi algılamaya dair kaygılı bir beklenti içindedir ve bu beklentileri aşırı tepki vermelerini de kolaylaştırmaktadır. Böylece redde dair duyarlılık ve tepkilerdeki aşırılık, yakın ilişkilerde güçlükler şeklinde sonuçlanmaktadır (Downey ve Feldman, 1996; Levy, Ayduk ve Downey, 2001).

Feldman ve Downey (1994), reddedilme duyarlılığının temelini Bowlby (1980)'nin erken dönem bağlanma teorisine dayandırmaktadır. Erken dönemde çocuğun temel ihtiyaçları arasında olan ebeveyn ile bağ kurma ve kurulan bağ ile ihtiyaçlarının karşılanma sürecinin sekteye uğraması çocukta reddedilmeye karşı bir duyarlılık geliştirir (Bowlby, 1980). Hayatlarındaki önemli kişilere güvensiz bağlanma, onlar tarafından kabul ve destek görmeme, sonraki ilişkilerde reddedilme beklentisini beraberinde getirmektedir (Feldman ve Downey, 1994). Reddedilmeye

karşı geliştirdikleri duyarlılık bireyleri, az veya belirsiz reddedilme ipuçlarında bile reddi kolayca algılamaya ve reddedilme duyguları yaşamaya hazır hale getirmektedir. Nitekim bireyin hem algılarına hem de duygularına yön veren reddedilme duyarlılığı Downey ve Feldman (1996) tarafından bilişsel ve duygusal süreçlerdeki bireysel yatkınlıkları vurgulayan bilişsel- duygusal işleme modeli üzerinden kavramsallaştırılmaktadır. Reddedilme duyarlılığı modeli Şekil 1.1’de gösterilmektedir.



Şekil 1.1. *Reddedilme Duyarlılığı Bilişsel- Duygusal İşleme Modeli*

Model, Levy, Ayduk ve Downey ‘den (2001)’den uyarlanmıştır (s.252).

Bilişsel- duygusal işleme modeline göre bireyin beklenti, inanç, kodlama gibi bilişsel- duygusal özellikleri, davranışlarını ve çevre ile etkileşimini belirlemektedir (Mischel ve Shoda, 1995). Reddedilme duyarlılığı modelinde ise bireyin geçmişi ve erken dönem reddedilme deneyimleri, redde yönelik bilişsel- duygusal özellikler geliştirmesine yardımcı olmaktadır. Buna göre hayatındaki önemli kişiler tarafından kabul ve destek görmeyen birey, daha sonraki ilişkilerinde de reddedileceğine dair beklenti geliştirebilmektedir. Daha sonra kişilerarası ilişkilerdeki ipuçları ile var olan bilişsel- duygusal işleme modeli aktif hale gelir. Kaygılı olarak reddedilmeyi bekleyen birey, bu ipuçları karşısında aşırı uyanık hale gelmekte ve her ne kadar az veya belirsiz

olsa da bunları kasıtlı reddedilme olarak algılamaktadır. Reddedilmeye dair öfke, düşmanlık, umutsuzluk gibi olumsuz bazı duygular geliştirerek aşırı tepkiler vermektedir. Bu tepkiler ilişkinin kalitesini bozmak gibi uzun vadeli bazı olumsuz sonuçları doğurmaktadır (Downey ve Feldman, 1996; Levy ve ark., 2001; Özen ve Güneri, 2018).

Reddedilme duyarlılığının geçerliliğini ve yakın ilişkilerdeki etkilerini incelemek için Downey ve Feldman (1996) tarafından oluşturulan birkaç sıralı çalışmada, deneysel olarak belirsiz bir reddedilme durumu için manipüle edilen katılımcılardan yüksek reddedilme duyarlılığı puanı alanların belirsiz durumlarda bile daha reddedilmiş hissettikleri gösterilmektedir. Bu sonuca göre muğlak bir reddedilme durumunda bile reddedilme duyarlılığı yüksek kişiler, bunu daha kolay algılayabilir. Diğer çalışma, romantik bir ilişkiye reddedilme beklentisi ile giren katılımcıların partnerlerinin duyarsız davranışlarını daha incitici olarak yorumladığını göstermektedir. Ayrıca sosyal kaygı, benlik saygısı, nevrotiklik, içe dönüklük gibi faktörler kontrol altına alındığında bile sonuç değişmemektedir. Böylelikle redde yönelik yapılan olumsuz atfın, bireyde redde karşı olan duyarlılığa özgü olduğu desteklenmektedir. Son çalışmada ise bu duyarlılığın yakın ilişkiyi nasıl etkilediği incelenmektedir. Sonuçlar reddedilme duyarlılığının yakın ilişkileri olumsuz etkilediğini ve reddedilme duyarlılığı yüksek bireylerin partnerlerinin daha az tatmin edici ilişkiler bildirdiklerini göstermektedir (Downey ve Feldman, 1996). Yapılan bu çalışmalar reddedilme duyarlılığının reddi bekleme, muğlak ipuçlarında bile kolayca algılama, ipuçlarını yorumlamada olumsuzluk ile ilgili işleme sistemlerinde bilişsel-duygusal yatkınlık oluşturmaya dair kanıtlar sağlamaktadır.

Reddedilme duyarlılığının Türkiye’de üniversite öğrencisi olan örneklem için yapılan çalışmaları da reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireylerde, arkadaşlık kalitelerinin daha düşük olması, romantik ilişkide oldukları partnerlerinin davranışlarına daha fazla sorumluluk atfında bulunma, uzun vadede ise bu sorumluluk atıfları dolayısıyla ilişki kalitelerini düşürme gibi kişilerarası ilişkilerdeki farklılıkları yordayan bir yatkınlık olduğunu göstermektedir (Göncü Köse, Özen Çıglak, Ulaşan ve Sümer, 2017).

1.4.1. Reddedilme duyarlılığı, kişilerarası yaşam stresi ve depresyon arasındaki ilişkiler.

Reddedilme duyarlılığı ile ilgili yapılan çalışmalar yüksek reddedilme duyarlılığı olan bireylerin kişilerarası ilişkilerde daha fazla stres ile karşılaştığını, reddedilmeye karşı endişeli beklentilerin sosyal ortamlarda kaygı, geri çekilme ve yalnızlığı yordadığını göstermektedir (Downey ve Feldman, 1996; Downey, Lebolt, Rincon ve Freitas, 1998; Levy ve ark., 2001; Liu, Kraines, Massing-Schaffer ve Alloy, 2014; London, Downey, Bonica ve Paltin, 2007; Özen ve Güneri, 2018). Buna ek olarak reddedilmeye yönelik endişeli beklentiler, yaşanan stresli olayı abartarak depresif belirtilerde de artış meydana getirmektedir. Ayduk ve arkadaşlarının (2001) reddedilme duyarlılığı yüksek bireylerde yaşanan kişilerarası yaşam stresi ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiyi araştıran çalışması, stresli olayı tetikleyici olarak ele alıp reddedilmeye dair beklentinin depresyon için bir yatkınlık oluşturabileceği modelini varsaymaktadır. Buna göre partner tarafından ilişkinin sonlandırılması, karşılıklı sonlandırma kararı veya kendi başına sonlandırmadan ziyade kişilerarası ilişkilerde reddedilmeye dair stres oluşturan bir tetikleyicidir. Reddedilmeye dair beklentisi yüksek olan üniversite öğrencisi kadın katılımcıların var olan bu yatkınlığı, partner

tarafından ilişkinin sonlandırılması ile tetiklendiğinde düşük reddedilme beklentisi olan kadınlara göre 1 yıl boyunca depresif semptomlarında daha fazla artış oluşturmaktadır (Ayduk ve ark., 2001). Öyle ki bu çalışma reddedilmeye dair beklentilerin, kişilerarası yaşam stresi olarak değerlendirilebilecek olan reddedilme ile depresyon arasındaki ilişkide bir düzenleyici işlevini öne sürmektedir. Reddedilme duyarlılığının düzenleyici işlevini gösteren bir diğer çalışmada ise partnerleri ile eşit düzeyde çatışma yaşamalarına rağmen yüksek reddedilme duyarlılığı olan katılımcıların çatışmalara daha fazla olumsuz tepki verdiği bildirilmiştir (Ayduk, Downey, Testa, Yen ve Shoda, 1999).

Reddedilme duyarlılığının stresli yaşam olayları karşısında depresyon için risk oluşturma kavramsallaştırması üzerinden kesitsel olarak düzenlenen bir çalışmada yüksek reddedilme duyarlılığı bildiren orta ergenlik dönemindeki katılımcılar, aile ve arkadaş ortamında yakın ilişki kuramadığını ve sosyal olarak desteklenmediklerini düşündüğünde depresif semptomları daha yüksek bulunmaktadır (McDonald, Bowker, Rubin, Laursen ve Duchene, 2010). Benzer şekilde Chango ve arkadaşları da (2012), geç ergenlik dönemindeki katılımcılarla reddedilme duyarlılığının depresyona yatkınlık oluşturan nitelikteki işlevini araştırmaktadır. Kişilerarası stresli yaşam olayları ile karşılaşan ergenlik dönemindeki katılımcılardan, yüksek reddedilme duyarlılığında olanların depresif belirtilerinde daha fazla artış olacağını; düşük reddedilme duyarlılığı bildirenlerin ise bu stresli olayları daha az problemli olarak değerlendirecekleri hipotezini boylamsal bir çalışma ile incelemiştir. Duygusal olarak suistimal edilmenin, anne ile çatışmanın, akran desteğinden yoksun olmanın kişilerarası yaşam stresi olarak ele alındığı çalışmada, bu tür stresli olaylara maruz kalan ve yüksek reddedilme duyarlılığı bildiren katılımcıların depresif

semptomlarında daha fazla artış olduğu bildirilmektedir. Buna karşı reddedilme duyarlılığı düşük olan katılımcıların, bu stresli olaylar karşısında depresif semptomlarındaki artış istatistiksel olarak anlamlı değildir (Chango ve ark., 2012). Bu bulgudan hareketle reddedilme duyarlılığı, kişilerarası yaşam stresi ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiyi düzenleyici bir işlev göstermektedir.

Bulgularla tutarlı olarak reddedilme duyarlılığı, kişilerarası yaşam stresi ile tetiklenerek depresyon için bilişsel- duygusal bir yatkınlık oluşturmakta ve stresli olaylar ile depresyon arasındaki ilişkiyi düzenleyici işlev göstermektedir. Öyle ki stresli olaylar karşısında reddedilmeyi endişeli bir şekilde bekleyen bireyler, böyle bir beklentisi olmayanlara göre bilişsel- duygusal işleme süreçleri ile bağlantılı olarak bu olayları abartma, aşırı tepki verme gibi uyumsuz kişilerarası süreçlere girebilirler. Bu uyumsuz süreçlerin de depresif semptomlarda artış ile sonuçlanması mümkün olabilir (Özen ve Güneri, 2018).

1.5. Çalışmanın Amacı ve Önemi

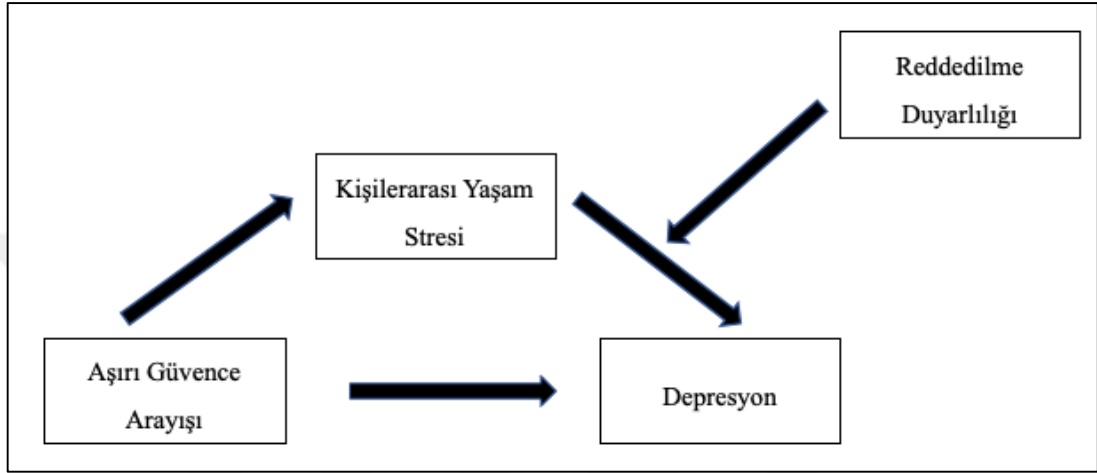
Kuramsal ardalana bakıldığında depresyonun ortaya çıkması ve sürdürülmesinde stres- yatkınlık modelinin yanı sıra kişilerarası kuramların da önemi görülmektedir. Çalışma sonuçlarına göre birey aktif olarak aşırı güvence arayışları ile çevresini şekillendirerek depresif belirtiler geliştirebilirken (Potthoff ve ark., 1995; Joiner ve ark., 1999; Tuna, 2020) reddedilme duyarlılığı gibi bilişsel- duygusal yatkınlıkları ile de depresif belirtilerini düzenleyebilir (Chango ve ark., 2012; McDonald ve ark., 2010). Uluslararası alanyazına bakıldığında kişilerarası kuramlar ile stres- yatkınlık modelinin son zamanlarda bir arada incelendiği çalışmalara rastlanmaktadır (Birgenheir, Pepper ve Johns, 2010; Evraire ve Dozois, 2011;

Weinstock ve Whisman, 2007). Bununla birlikte ülkemizde bu iki yaklaşımı entegre ederek depresif süreçleri inceleyen sadece bir çalışmanın olduğu görülmüştür (Tuna, 2020). Aynı zamanda bilişsel- duygusal yatkınlık olan reddedilme duyarlılığı ile ilişkisel stres oluşturabilecek davranış olan aşırı güvence arayışını bir arada ele alan çalışmalara ulusal ve uluslararası alanyazında rastlanmamıştır. Ancak aşırı güvence arayışı ve reddedilme algısı düzeylerinin depresif belirtilerde oluşturacağı farklılaşma merak konusudur (Starr ve Davilla, 2008). Bu kapsamda depresif belirtileri hem stres-yatkınlık hem de kişilerarası perspektifi entegre ederek inceleyen mevcut çalışmanın, hem depresyonu yordayan değişkenlerin bütüncül olarak anlaşılması bakımından hem de Türkiye örneklemindeki işleyişi görebilmek bakımından alanyazına önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Mevcut çalışmanın amacı stres- yatkınlık modeli ile kişilerarası kuramları entegre ederek depresyonu yordayabileceği düşünülen değişkenlerin bütüncül ele alınmasıdır. Alanyazında beliren yetişkinlik döneminin bireylere getirdiği aileden ayrılma, üniversiteye başlama ile yeni ortamlara adaptasyon gibi yaşam görevleri dolayısıyla ilişkilere verilen önem, yakınlık arayışının daha fazla kişilerarası yaşam stresi ve depresif belirtiler uyandıracak belirtilmektedir (Arnett, 2000; Dyson ve Renk, 2006; Langston ve Cantor, 1989). Bu doğrultuda çalışmada beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stresi aracılığı ile depresyon üzerindeki ilişkisi ve bu ilişkide reddedilme duyarlılığının düzenleyici rolü incelenecektir.

1.6. Çalışmada Kullanılan Model ve Hipotezler

Depresyonu açıklamaya çalışan kişilerarası kuramı ve stres- yatkınlık modelini birleştirebilmek için çalışmada bir düzenlenen aracılık modeli öne sürülmektedir (Şekil 1.2).



Şekil 1.2. Çalışmada Öne Sürülen Düzenlenen Aracılık Modeli

Bu çalışmada öne sürülen modele göre yüksek reddedilme duyarlılığı bildiren katılımcıların, aşırı güvence arayışlarında oluşturdukları kişilerarası yaşam stresini bilişsel- duygusal işleme sistemleriyle tutarlı olarak daha olumsuz değerlendirmeleri sonucunda daha yüksek depresyon puanı almaları beklenmektedir.

Alanyazında etkileşimsel depresyon teorisi (Coyne, 1976), bireylerin aşırı güvence arayışları ile depresif belirtileri arasındaki ilişkiye işaret etmekteyken stres oluşturma hipotezi (Hammen, 1991b) kişilerarası ortamda bireylerin sergilediği uyumsuz davranışların ilişkisel stres yaratarak depresif belirtileri arttırdığından bahsetmektedir. Bu doğrultuda depresyonun kişilerarası kuramlarını inceleyebilmek için aşırı güvence arayışı ile oluşan kişilerarası yaşam stresinin depresyon üzerindeki aracılık rolünü ortaya koyacak bir basit aracılık modeli tasarlanmıştır. Stres- yatkınlık

modeli ise çevresel stresin bireysel bir yatkınlıkla etkileşime geçerek depresif belirtileri arttıracakını öne sürmektedir (Beck ve ark., 1979). Bundan hareketle çalışmaya kişilerarası yaşam stresi ile etkileşime geçebilecek bir bireysel yatkınlık olarak reddedilme duyarlılığı da eklenmiştir. Çalışmada öne sürülen düzenlenen aracılık modelinde, aşırı güvence arayışı ile oluşan kişilerarası yaşam stresinin, reddedilme duyarlılığı düzeyleri ile etkileşim etkisinde depresyonun nasıl şekillendiğini incelemek amaçlanmıştır. Çalışmanın hipotezleri:

1. Aşırı güvence arayışı ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır.
2. Kişilerarası yaşam stresi ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır.
3. Aşırı güvence arayışı ile kişilerarası yaşam stresi arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır.
4. Aşırı güvence arayışı ile depresyon arasındaki ilişkide kişilerarası yaşam stresinin aracı rolü vardır.
5. Aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stresi aracılığı ile depresyon üzerindeki dolaylı yordayıcılığı reddedilme duyarlılığı tarafından düzenlenmektedir. Aşırı güvence arayışında oluşan kişilerarası yaşam stresi aracılığı ile yüksek reddedilme duyarlılığı bildiren katılımcılar, daha yüksek depresyon puanı almaktadır.

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde çalışmada kullanılan örneklem, veri toplama araçları, uygulanan işlem ve veri analizi hakkındaki bilgilerin aktarılması amaçlanmaktadır. İlk kısımda çalışmayı oluşturan örneklem ve örnekleme ait demografik özellikler; ikinci kısımda katılımcıların doldurması beklenen veri toplama araçlarının özellikleri; üçüncü kısımda veri toplamak için araştırmacı tarafından izlenen yol; son kısımda ise verilerin analiz sürecinden bahsedilmektedir.

2.1. Örneklem

Çalışmada üniversitelerin lisans bölümlerinde okuyan 18- 25 yaş arası öğrencilerdeki depresyonu yordayabilecek değişkenler, ilişkisel yöntem kullanılarak incelenmektedir. Bundan hareketle çalışmanın örneklemini, Nisan- Aralık 2023 arasında Türkiye’deki farklı üniversitelerde lisans öğrenimi gören 18- 25 yaşları arasındaki öğrencilerden oluşmaktadır. Çalışmaya uygun örneklem belirlenirken hem kullanılan veri toplama araçlarının geçerlik ve güvenirliğinin yapıldığı örneklem hem de beliren yetişkinlik dönemi olarak ele alınabilecek üniversite öğrencilerinden oluşan grupta depresyon ve kişilerarası stres belirtilerinin yaygınlığı göz önüne alınmıştır (Arnett, 2000; Dinç, 2001; Hisli, 1989; Langston ve Cantor, 1989; Oral, 1999). Katılımcılara ulaşmak için kartopu örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

Dışlama ölçütleri 18- 25 yaş arasında olmamak, üniversitede lisans öğrencisi olmamak, herhangi bir güncel psikiyatrik tanı belirtmek, ölçek sorularını eksik bırakmak, ölçek soruları arasına konan dikkat sorularını yanlış cevaplamak olarak

belirlenmiştir. Bu işlemlerden sonra katılımcılar arasındaki uç değerlerin incelendiği tek değişkenli z puanı, çok değişkenli z puanı analizleri bulgular kısmında ele alınacaktır. Bunlar dikkate alınarak yapılan veri temizleme aşaması sonrasında toplam 306 katılımcı ile analize başlanmıştır. Katılımcıların %80.4'ü (n = 246) kadın, %19'u (n = 58) erkek ve %0.7'si (n = 2) cinsiyetini diğer olarak belirtmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması 19.98'dir (Ss = 1.64). Katılımcılara ait demografik özelliklerin dağılımı Tablo 2.1'de yer almaktadır.

Tablo 2.1. Demografik Özelliklere Ait Betimsel İstatistik Değerleri

		Katılımcılar (N = 306)	
		N	%
Yaş	18	61	19.9
	19	78	25.5
	20	65	21.2
	21	48	15.5
	22	30	9.8
	23	13	4.2
	24	7	2.3
	25	4	1.3
Cinsiyet	Kadın	246	80.4
	Erkek	58	19.0
	Diğer	2	0.7
Okul	Acıbadem Üni.	271	88.6
	Diğer	35	11.4
Bölüm	Psikoloji	101	33.0
	Hemşirelik	37	12.1
	Bilgisayar Müh.	45	14.7
	Diğer	123	40.2
Sınıf	Hazırlık	6	2.0
	1. Sınıf	153	50.0
	2. Sınıf	61	19.9
	3. Sınıf	50	16.3
	4. Sınıf	32	10.5
	5. Sınıf	4	1.3
Yaşanan Yer	Aile	180	58.8
	Tek	40	13.1
	Yurt	59	19.3
	Arkadaş	16	5.2
	Akraba	8	2.6
	Partner	3	1.0
İlişki Durumu	Evet	99	32.4
	Hayır	182	59.5
	Belirsiz	25	8.1

2.2. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada katılımcılara Bilgilendirilmiş Onam Formu, Demografik Bilgi Formu, Beck Depresyon Envanteri (BDE), Güvence Arayışı Ölçeği (GAÖ), Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği (RDÖ) ve Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri (ÜÖİYOE) sunulmuştur.

2.2.1. Bilgilendirilmiş onam formu

Katılımcılara çalışmaya başlamadan önce çalışmanın konusu, amacı, ortalama süresi, verilerin gizliliği, katılım isteğinin gönüllüğü ve istenen zamanda sonlandırma hakkı, araştırmacı bilgileri ve iletişim kanalı ile ilgili gerekli bilgiler verilerek katılım onayı alınmıştır. Bilgilendirilmiş Onam Formu, Ek - A'da yer almaktadır.

2.2.2. Demografik bilgi formu

Çalışmada kullanılan değişkenlere ait sorulara geçmeden önce katılımcıların demografik özelliklerini belirleyebilmek için yaş, cinsiyet, okul, sınıf, bölüm, romantik ilişki, yaşanan yer, herhangi bir psikiyatrik tanılarının varlığına yönelik sorular sorulmuştur. Demografik Bilgi Formu, Ek - B'de yer almaktadır.

2.2.3. Beck depresyon envanteri (BDE)

Beck Depresyon Envanteri, Beck, Ward, Mendelson, Mock ve Erbaugh (1961) tarafından bireyde var olan depresyon semptomlarının düzeyini ölçmek için geliştirilmiştir. 21 maddeden oluşan tek faktörlü envanterde her soru 0 – 3 arasında puanlanmaktadır (örneğin 0= Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum, 3= Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum). Alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 63'tür. Yüksek puan, yüksek depresyon semptomlarını göstermektedir.

Envanterin Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenirlik çalışması Hisli (1989) tarafından 17 – 23 yaş arası lisans okuyan üniversite öğrencileri örnekleminde yapılmıştır. İç tutarlılık kat sayısı .80 bulunmuştur. Ayrıca kesme noktası 17 olarak belirlenmiştir. 17 ve üzeri puanlar normalin üzerinde depresyonu belirtmektedir.

Bu çalışmada BDE, katılımcıların depresyon semptomlarının düzeylerini objektif olarak belirlemek amacıyla kullanılmıştır. Çalışmaya dair hesaplanan iç tutarlılık kat sayısı .89 olarak bulunmuştur. BDE, Ek - C’de yer almaktadır.

2.2.4. Güvence arama ölçeği (GAÖ).

Güvence Arama Ölçeği, Coyne (1976) tarafından geliştirilen Depresif Kişilerarası İlişkiler Envanteri’nin 4 alt boyutundan biridir. Güvence Arama alt boyutu orijinal formunda bireyin kişilerarası ilişkilerinde güvence arayışını objektif olarak belirlemektedir. Gençöz ve Gençöz (2005) tarafından Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenirliği yapılan Güvence Arama alt boyutu, tek başına bir ölçek olarak kullanılıp tek faktörlü yapıda ele alınmıştır. 18 – 27 yaş arası lisans okuyan üniversite öğrencileri örnekleminde geçerlik ve güvenirliği yapılan GAÖ, 4 maddeden oluşmaktadır (örneğin, “Genel olarak yakın hissettiğiniz insanlardan sizinle gerçekten ilgilendiklerine dair sık sık güvence arar mısınız?”). 7’li likert (1= Hayır, hiç; 7= Evet, çok sık) ile değerlendirilen ölçekten en düşük 4, en yüksek 28 puan alınmaktadır. Yüksek puan yüksek güvence arayışını göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı .86’dır (Gençöz ve ark., 2005).

Bu çalışmada GAÖ, katılımcılardaki aşırı güvence arayışını objektif olarak belirlemek amacıyla kullanılmıştır. Çalışmaya dair hesaplanan iç tutarlılık kat sayısı .85 olarak bulunmuştur. GAÖ, Ek - D’de yer almaktadır.

2.2.5. Reddedilme duyarlılığı ölçeği (RDÖ).

Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, Downey ve Feldman (1996) tarafından bireylerin reddedilmeye karşı duyarlılık seviyelerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenirlik çalışması Göncü Köse ve arkadaşları (2017) tarafından 17 – 28 yaş arası lisans okuyan üniversite öğrencileri örnekleminde yapılmıştır. Geçerlik ve güvenirlik için yapılan 2 farklı çalışmada iç tutarlılık kat sayısı .85 ve .82 bulunmuştur. Kişilerarası ilişkilerde 18 olası reddedilme varsayımlarından oluşan tek faktörlü yapıya sahip ölçek, hem kaygı seviyelerini hem de kabul edilme beklentilerini ölçmektedir (örneğin, “Romantik partnerinizden sizinle aynı eve taşınmasını istiyorsunuz. A. Romantik partnerinizin sizinle aynı eve taşınmayı isteyip istemeyeceği ile ilgili ne kadar endişe eder veya kaygı duyarsınız? B. Romantik partnerimin benimle aynı eve taşınmayı istemesini beklerdim.”). 6’lı likert ile değerlendirilmektedir (örneğin kaygı dereceleri için 1= Hiç endişelenmem/ kaygı duymam, 6= Çok endişelenip/ kaygı duyarım; kabul edilme beklentileri için 1= Çok küçük ihtimalle, 6= Çok büyük ihtimalle). Reddedilme duyarlılığı seviyesi, her bir madde için kabul edilme beklentisinin tersini temsil edecek şekilde ters kodlanıp sonra kaygı seviyesi ile çarpılarak hesaplanmaktadır. Böylece ölçekten en az 1, en çok 36 puan alınmaktadır. Yüksek puan, bireyin reddedilmenin muğlak olduğu durumları daha fazla reddedilme olarak algıladığını göstermektedir.

Bu çalışmada RDÖ, katılımcıların muğlak durumlarda reddedilme duyarlılığı seviyelerini objektif olarak belirlemek amacıyla kullanılmıştır. Çalışmaya dair hesaplanan iç tutarlılık kat sayısı .80 olarak bulunmuştur. RDÖ, Ek - E’de yer almaktadır.

2.2.6. Üniversite öğrencileri için yaşam olayları envanteri (ÜÖİYOE).

Envanterin ilk hali Oral (1999) tarafından üniversitede lisans okuyan öğrencilerin yaşadığı güçlüklerin ve stresli yaşam olaylarının sıklığını ölçmek için yüksek lisans çalışması içerisinde geliştirilmiştir. 49 maddeden oluşan tek faktörlü envanter 5'li likertte (1= Hiç, 5= Her zaman) değerlendirilmektedir. Oral (1999) iç tutarlılık kat sayısını .90 bulmuş ve üniversite öğrencileri için oldukça güvenilir olarak yorumlamıştır.

Envanterin Oral (1999) tarafından geliştirilen hali, Dinç (2001) tarafından yine yüksek lisans tezi kapsamında ele alınmış ve sıklığın yanında bireylerin envantere geçen yaşam olayları ile ilgili algılarını da ölçen yoğunluk ölçümünün de eklenmesi ile ilgili sınırlılık göz önüne alınarak revize edilmiştir. Yoğunluk ölçümünün yanı sıra üniversite öğrencilerinde stresli yaşam olaylarını ölçebilecek 5 madde daha eklenerek toplam 54 maddelik bir envanter oluşturulmuştur. 54 maddelik üniversite öğrencilerinde yaşam olaylarını ölçen envanter, başarı (örneğin okulda başarısızlık, sınavlarda başarısızlık) ve sosyal (örneğin oda arkadaşları ile anlaşamama, yalnızlık, partnerden ayrılık) olmak üzere iki faktörden oluşmaktadır. Envanterin iç tutarlılık kat sayısı toplam .90; alt boyutların sırasıyla .88 ve .86 bulunmuştur (Dinç, 2001). Daha sonraki çalışmasında ise Gençöz ve Dinç (2006), yaşam olaylarının algılanması ele alan yoğunluk ölçümü üzerinden çalışmasını yürütmüştür.

Envanterin 54 maddelik ve sadece yoğunluk ölçümü alınan son halini üniversite öğrencilerinde kişilerarası yaşam stresini ölçmek amacıyla kullanan Tuna (2020), maddeleri hakemlere kodlatarak “kişilerarası ve bağımlı stresörler” alt boyutunu oluşturmuştur. Hem kişilerarası ilişkilerde meydana gelen (kişilerarası) hem

de bireyin kendi davranışlarından kaynaklanan (bağımlı) 37 maddelik (3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 32, 33, 35, 36, 37, 39, 40, 41, 42, 45, 46, 48, 49, 50, 51, 52, 54) kişilerarası ve bağımlı stresörler alt boyutunun iç tutarlılık kat sayısı .89 olarak bulunmuştur (Tuna, 2020).

Bu çalışmada katılımcıların kişilerarası yaşam stresini belirlemek için Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri'nin Dinç (2001) tarafından geliştirilen 54 maddelik tam hali sıklık ve yoğunluk ölçümleri ile birlikte katılımcılara sunulmuştur. Lakin hem Gençöz ve Dinç (2006)'in hem de Tuna (2020)'nin çalışmalarında öğrencilerin yaşam olaylarını ne kadar sık yaşadıklarından ziyade yaşadıklarını ne kadar yoğun olarak algıladıklarının önemli olduğu gerekçesi ile sadece yoğunluk ölçümlerini analizlerine dahil etmesi, bu çalışmada da sadece yoğunluk ölçümlerinin kullanılmasına neden olmuştur. Aynı zamanda bu çalışmanın teorik çerçevesi gereği test edilmek istenen değişken, üniversite öğrencilerinin karşılaştığı tüm yaşam olaylarından ziyade (örn. genel sağlık problemleri) güvence arayışı gibi kendilerinden kaynaklanan ve kişilerarası ilişkilerini etkileyen yaşam olaylarıdır (örn. kız/erkek arkadaşıyla olan problemler). Bundan hareketle analizlere envanterin 54 maddelik tam hali yerine Tuna (2020)'nin öne sürdüğü 37 maddelik kişilerarası ve bağımlı stresörler alt boyutu ile devam edilmiştir. 37 maddeden oluşan bu alt boyut ile kişilerarası yaşam stresi değişkeninin objektif olarak belirlenmesi amaçlanmıştır.

Bu çalışmaya dair envanterin tam halinin yoğunluk ölçümleri için hesaplanan iç tutarlılık kat sayısı .96, 37 maddelik kişilerarası ve bağımlı stresörler alt boyutunun iç tutarlılık kat sayısı .94 olarak bulunmuştur. ÜÖİYOE, Ek - F'de yer almaktadır.

2.3. İşlem

Çalışmanın veri toplama süreci, Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi Tıbbi Araştırmaları Değerlendirme Komisyonu'ndan gerekli etik izin alınarak başlatılmıştır. Komisyon tarafından verilen etik izin Ek - G'de yer almaktadır. Veri toplama aşaması çevrimiçi ortamlar aracılığı ile Qualtrics uygulaması üzerinden gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara ulaşmak için kartopu örnekleme yöntemi kullanılarak üniversite lisans öğrencilerinin bulunduğu sınıf grupları, sınıf temsilcileri, online yazışma grupları, mail grupları aracılığı ile katılımcıların hazırlanan ölçeklerin bulunduğu çalışma linkini birbirlerine iletmeleri hedeflenmiştir.

Çalışmaya ait link paylaşılırken üniversitelerin lisans bölümlerinde okuyan 18 yaş ve üstü öğrencilerin gönüllü katılımı rica edilmiştir. İlk aşamada linke basılınca çalışmaya dair amaç, konu, süre, gönüllülük, gizlilik, sonlandırma, araştırmacı, yürütülen kurum gibi bilgilerle karşılaşmıştır. Katılımcının onamı kabul etmesi halinde önce demografik bilgiler daha sonra çalışmada incelenmesi hedeflenen değişkenlere ait ölçekler (BDE, GAÖ, RDÖ, ÜÖİYOE) Qualtrics uygulaması tarafından rastgele olarak sunulmuş ve her ölçeğin üstünde yer alan talimatına uygun doldurulması istenmiştir. Veri toplama işlemi Nisan– Aralık 2023 tarihleri arasında yaklaşık 9 ay sürmüştür. Ölçek setini doldurma süresi ortalama 20 dakikadır.

2.4. Veri Analizi

Verilerin değerlendirilmesinde IBM SPSS 26.0 programı kullanılmıştır. İlk aşamada verileri analize uygun hale getirmek için uç değerler hesaplanarak bu katılımcılar veri setinden çıkarılmıştır. Ardından parametrik istatistiğin ön koşulları olan betimleyici analizlerle çarpıklık, basıklık değerlerinin normallik dağılımları

incelenmiştir. Sonraki aşamada test edilmesi planlanan modeldeki temel değişkenlerin demografik özelliklere göre farklılaşma durumları ve kendi aralarındaki ilişkilerini belirlemek için İlişkisiz Örneklem T-Testi ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları hesaplanmıştır. Son olarak aracılık ve düzenlenen aracılık işlevleri ile ilgili hipotezleri test edebilmek için SPSS programına eklenen PROCESS v4.2 eklentisi ile Hayes (2018) tarafından geliştirilen model 4 için Basit Aracı Değişken Analizi (hipotez 4) ve model 14 için Düzenlenen Aracı Değişken Analizi (hipotez 5) yapılmıştır.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Veri Temizleme

Online bir veri toplama aracı olan Qualtrics ile veriler toplanmış ve 1134 katılımcıya ulaşılmıştır. 641 katılımcı en az bir ölçeği tamamen boş bıraktığı için veri setinden çıkarılmıştır. Qualtrics programında ölçek içerisinde cevaplanmayan madde olunca katılımcılara uyarı mesajı gittiğinden ölçek içinde hiç kayıp veri tespit edilmemiştir. Kalan 493 tam veri arasından 55 katılımcı dikkat sorularını yanlış cevaplamış, 70 katılımcı güncel psikiyatrik tanı belirtmiş, 4 katılımcı 18 yaşının altında, 20 katılımcı 25 yaşının üstünde ve 1 katılımcı yaş sorusuna tanımlanamayan bir cevap vermiş olduğu için veri setinden çıkarılarak 343 katılımcı ile analize devam edilmiştir. Tek değişkenli uç değer analizinde her soruya ait z puanı -3.29 ve +3.29 sınırlarını aşan (Tabachnick, Fidell ve Ulman, 2007), çok değişkenli uç değer analizinde $sd = 4$, $p < 0.001$ için 18.467 olan Mahalanobis uzaklıklarını aşan 37 kişi veri setinden çıkarılarak 306 kişi ile normallik analizlerine devam edilmiştir.

3.2. Betimsel Bulgular

3.2.1. Değişkenlere dair betimsel bulgular ve normallik testleri.

Uç değerlerin veri setinden çıkarılmasından sonra kalan 306 katılımcının Beck Depresyon Envanteri, Güvence Arama Ölçeği, Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri'den aldıkları puanlara ait betimsel istatistikler yapılmıştır. Betimsel istatistikler içinde yer alan çarpıklık ve basıklık katsayılarına göre dağılımın normal olup olmadığı tespit edilmiştir. Buna göre

çarpıklık değerlerinin .161 ile .775 arasında, basıklık değerlerinin -1.161 ile .617 arasında değiştiği görülmüştür. Bahsi geçen değerler -1.50 ile +1.50 arasında olduğundan normal dağılım koşullarını sağlamaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Değişkenlere ilişkin betimsel istatistik değerleri Tablo 3.1’de yer almaktadır.

Tablo 3.1. Araştırma Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistik Değerleri

Ölçekler	N	$\bar{X}$	Ss	Min	Max	Çarpıklık	Basıklık
BDE	306	12.75	9.23	0	38	.775	-.023
GAÖ	306	12.15	5.61	4	24	.161	-1.161
RDÖ	306	8.20	2.87	1,00	18,94	.371	.617
ÜÖİYOE – kişilerarası bağımlı	306	85.85	24.42	37	149	.181	-.571

BDE: Beck Depresyon Envanteri, GAÖ: Güvence Arama Ölçeği, RDÖ: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, ÜÖİYOE: Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri

3.2.2. Cinsiyete dair analizler.

Katılımcıların araştırmada kullanılan değişkenler açısından cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek için bağımsız gruplar için t-testi analizi yapılmıştır. T-testi yapılmadan önce cinsiyetini belirtmeyen 2 kişi olduğu için veri setinden atılmıştır. Aynı zamanda kadın katılımcı sayısı ile erkek katılımcı sayısı arasındaki farkı kontrol etmek amacıyla 246 kadın katılımcı arasından yaklaşık %25 kadın seçkisiz olarak seçilerek 59 kişilik bir alt grup oluşturulmuştur. Cinsiyete ilişkin karşılaştırmalar 59 kadın ve 58 erkek katılımcı arasında yapılmıştır. Bulgular Tablo 3.2’de yer almaktadır.

Analize başlamadan t-testinin temel sayıltılarından olan normallik dağılımları, grup varyans eşitliği ve her verinin diğerinden bağımsız olması kontrol edilmiştir. Katılımcıların yalnızca Beck Depresyon Envanteri’nden aldıkları toplam puan, bağımsız gruplar için t-testi koşulları arasındaki grupların varyans eşitliğini

karşılamamıştır (Levene's testi $p < 0.05$). Bu nedenle sadece depresyon puanları için grup varyanslarının eşit olmadığı t-testi sonucu bildirilmiştir.

Kadın ve erkek katılımcıların depresyon düzeyleri Beck Depresyon Envanteri'nden aldıkları puanlar açısından karşılaştırıldıklarında kadınların ($\bar{X} = 13.41$, $Ss = 9.55$) depresyon düzeyleri, erkeklerin ($\bar{X} = 9.69$, $Ss = 6.65$) depresyon düzeylerinden anlamlı olarak daha fazla bulunmuştur [$t(115) = 2.45$, $p < 0.05$].

Güvence arama düzeyleri arasındaki kadın ve erkek farklılıklarına bakıldığında kadınların ($\bar{X} = 13.14$, $Ss = 5.28$), erkeklere göre ($\bar{X} = 9.48$, $Ss = 5.34$) daha fazla güvence arayışına girdikleri görülmektedir [$t(115) = 3.72$, $p < 0.001$].

Kadın ve erkeklerin reddedilme duyarlılığına dair farklılıklarına bakıldığında ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır [$t(115) = -1.16$, $p = .248$].

Kişilerarası yaşam stresi için cinsiyetler arasında farklılık olup olmadığını incelemek amacıyla Üniversite Öğrenci İçin Yaşam Olayları Envanteri kişilerarası bağımlı alt boyut puanı kadınların ($\bar{X} = 93.15$, $Ss = 23.65$) erkeklere göre ($\bar{X} = 77.48$, $Ss = 21.74$) daha fazla kişilerarası ve bağımlı yaşam stresörü puanı aldıkları bulunmuştur [$t(115) = 3.73$, $p < .001$].

Tablo 3.2. Cinsiyete Göre Araştırma Değişkenlerinin İncelenmesi

Ölçekler	Kadın (N = 59)		Erkek (N = 58)		t	p
	$\bar{X}$	Ss	$\bar{X}$	Ss		
BDE	13.41	9.55	9.69	6.65	2.45	.016*
GAÖ	13.14	5.28	9.48	5.34	3.72	.000**
RDÖ	7.92	3.26	8.58	2.80	-1.16	.248
ÜÖİYOE - kişilerarası bağımlı	93.15	23.65	77.48	21.74	3.73	.000**

BDE: Beck Depresyon Envanteri, GAÖ: Güvence Arama Ölçeği, RDÖ: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, ÜÖİYOE: Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri

** $p < 0.00$, * $p < 0.05$

3.3. Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiler

Beck Depresyon Envanteri, Güvence Arama Ölçeği, Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri toplam puan ve kişilerarası bağımlı stresörler alt boyutu arasındaki ilişkilere dair Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları Analizi sonuçlarına Tablo 3.3'te yer verilmiştir.

Tablo 3.3. *Araştırma Değişkenleri Arası İlişkilerin İncelenmesi*

Değişkenler	1	2	3	4
BDE	-			
GAÖ	.46**	-		
RDÖ	.22**	.20**	-	
ÜÖİYOE – kişilerarası bağımlı	.70**	.50**	.28**	-

BDE: Beck Depresyon Envanteri, GAÖ: Güvence Arama Ölçeği, RDÖ: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, ÜÖİYOE: Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri

***p<0.001*

Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre depresyon seviyesinin, aşırı güvence arayışı ($r = .46, p < .001$), reddedilme duyarlılığı ($r = .22, p < .001$) ve kişilerarası yaşam stresi ($r = .70, p < .001$) ile olumlu yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkide olduğu bulunmuştur. Buna göre katılımcıların depresyon seviyesi arttığında güvence arama davranışları, reddedilmeye karşı gösterdikleri duyarlılık ve kişilerarası yaşam stresi artmaktadır.

Aşırı güvence arayışının, reddedilme duyarlılığı ($r = .20, p < .001$) ve kişilerarası yaşam stresi ($r = .50, p < .001$) ile arasında olumlu yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Buna göre güvence arama davranışları arttığında reddedilmeye karşı gösterilen duyarlılık da artmaktadır. Kişilerarası yaşam stresine bakıldığında güvence arama davranışındaki artışla arttıkları görülmektedir.

Reddedilme duyarlılığının, katılımcıların kişilerarası yaşam stresi ($r = .28, p < .001$) ile arasında olumlu yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Reddedilme duyarlılığındaki artış deneyimlenen kişilerarası yaşam stresini arttırmaktadır.

3.4. Depresyonun Aşırı Güvence Arayışı, Reddedilme Duyarlılığı ve Kişilerarası Yaşam Stresi Tarafından Yordanması

Aracılık ve düzenlenen aracılık modellerine geçmeden üniversite öğrencilerinde aşırı güvence arayışının, reddedilme duyarlılığının ve kişilerarası yaşam stresinin depresyonu yordayıp yordamadığını tespit etmek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Pearson korelasyon analizinde tüm değişkenler birbirleriyle ilişkili bulunduğu için hepsi analize dahil edilmiştir.

Çoklu regresyonun temel sayıtlarından olan değişkenlerin normal dağılımı çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılarak; her değişkenin depresyon ile doğrusal ilişkisi saçılım grafiklerine (scatter plots) bakılarak; değişkenler arası çoklu korelasyon olmaması pearson korelasyon katsayısı, varyans büyütme faktörleri ($VIF < 10$) ve tolerans değerlerine (> 0.2) bakılarak; hataların normal dağılımı saçılım grafiğine bakılarak ve uç değerlerin olmaması Mahalanobis değerlerine ($sd = 3, p < 0.001$ için 16.27) bakılarak kontrol edilmiştir (Can, 2022). Tüm veriler temel sayıtları karşıladığından analize 306 kişi ile devam edilmiştir.

Çoklu doğrusal regresyon analizi ile aşırı güvence arayışı, reddedilme duyarlılığı ve kişilerarası yaşam stresinin depresyonu ne şekilde yordadığı belirlenmeye çalışılmıştır. Analiz sonucunda aşırı güvence arayışı, reddedilme duyarlılığı ve kişilerarası yaşam stresi depresyon ile anlamlı bir ilişki gösterdiği

bulunmuştur ($F_{(3-302)} = 102.31, p < .001$). Söz konusu üç değişken, birlikte, depresyon puanlarındaki değişimin %50'sini ($R = .71, R^2 = .50$) açıklamaktadır (Tablo 3.4).

Tablo 3.4. Depresyon, Reddedilme Duyarlılığı, Aşırı Güvence Arayışı ve Kişilerarası Yaşam Stresi İçin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Değişken	B	SH	β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	-10.83	1.56	-	-6.95	.000**		
Aşırı Güvence Arayışı	.23	.08	.14	3.03	.003*	.46	.17
Reddedilme Duyarlılığı	.07	.14	.02	.47	.636	.22	.03
Kişilerarası Yaşam Stresi	.24	.02	.62	13.05	.000**	.70	.60
R = .71		R ² = .50					
F ₍₃₋₃₀₂₎ = 102.31		p = .000					

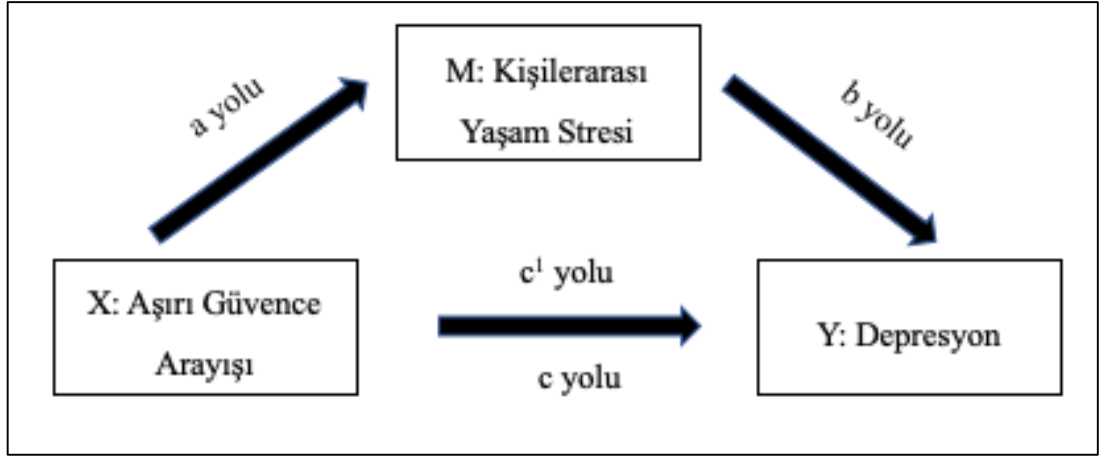
**p<0.001, *p<0.01

3.5. Aşırı Güvence Arayışı ve Depresyon Arasındaki İlişkide Kişilerarası Yaşam Stresinin Aracı Rolü Analizi

Aracılık analizi için uygulanan birden fazla yöntem ve yaklaşım bulunmaktadır. Baron ve Kenny'nin (1986) Nedensel Adımlar Yaklaşımı ile Hayes'in (2018) Process Analizi bunlardan bazılarıdır. Baron ve Kenny (1986) yaklaşımına göre aracı değişkeni analiz edebilmek için üç koşul sağlanmalıdır. Buna göre yordayıcı değişken aracı değişkeni anlamlı yordamalı, aracı değişken yordanan değişkeni anlamlı yordamalı ve son olarak aracı değişken ile yordayıcı değişken birlikte analize girdiğinde başta bulunan yordayıcı değişken ve yordanan değişken arası anlamlı ilişki anlamlı olmaktan çıkmalı ya da daha önceki anlamlılık düzeyinde azalma olmalıdır. Anlamlı olan ilişkinin anlamlı olmaktan çıkması tam aracılık, anlamlılık düzeyinin azalması ise kısmi aracılık olarak değerlendirilmektedir (Baron ve Kenny, 1986). Hayes'in (2018) Process Analizi'nde ise Baron ve Kenny (1986) yaklaşımının Tip I

ve Tip II hataya yol açabileceği gerekçesi ile üç koşulun sağlanmasından ziyade sadece dolaylı etkinin anlamlı olmasının aracılık etkisi için yeterli olduğu öne sürülmüştür (Preacher ve Hayes, 2004). Hayes'in modelinde dolaylı etki 5000 bootstrap yöntemi kullanılarak daha net bir şekilde belirlenmektedir ve %95 olarak seçilen güven aralıklarının birinin “-” değerinin “+” olmaması, kısaca iki güven aralığı arasında sıfır bulunmaması aracılık etkisinin anlamlı olduğunu göstermektedir (Hayes ve Scharkow, 2013; Preacher ve Hayes, 2004). Bu yeniliğe ek olarak toplam etkinin anlamlı çıkmadığı durumda da dolaylı etkinin anlamlı olabileceğinden tam ve kısmi aracılık kullanımı da tercih edilmemektedir.

Baron ve Kenny (1986) yaklaşımına yapılan eleştiriler doğrultusunda bu çalışmada aşırı güvence arayışı ve depresyon arasındaki ilişkide kişilerarası yaşam stresinin aracı rolünü incelemek amacıyla Hayes (2018) Process Analizi ile Model 4'ü test etmek için SPSS 26.0 programının içine PROCESS v4.2 eklentisi kurulmuştur (Hayes, 2018). Yürütülen aracılık modelinde bir yordayıcı değişken (X) ile bir yordanan değişken (Y) arasındaki ilişkide bir değişkenin (M) etkisi ölçülmektedir (Şekil 3.1). PROCESS eklentisi aracılık rolünü bootstrap yöntemi kullanarak analiz etmektedir. Çalışmada Hayes (2018) tarafından öne sürülen 5000 bootstrap örnekleme seçilmiş ve %95 güven aralığı tercih edilmiştir. Bir önceki bölümde regresyon analizi için temel sayıtlar kontrol edildiği için tekrar test edilmemiştir.

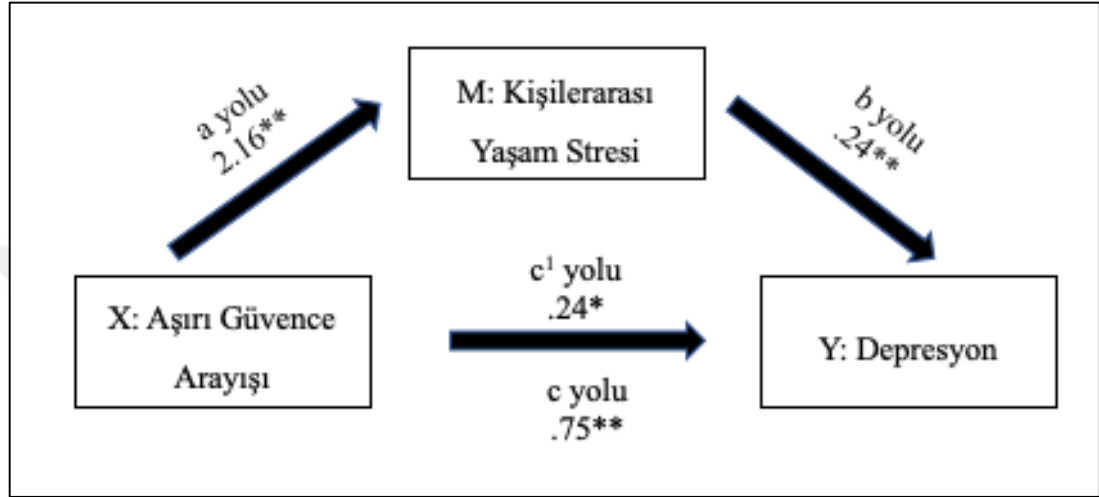


Şekil 3.1. Aracılık Modeli

Modelde aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stresi üzerindeki etkisi a yolu; kişilerarası yaşam stresinin depresyon üzerindeki etkisi b yolu; kişilerarası yaşam stresi kontrol edildiğinde aşırı güvence arayışının depresyon üzerindeki etkisi, doğrudan etki, c^1 yolu; doğrudan etki (c^1 yolu) ile dolaylı etkinin ($a.b$) toplamı ise toplam etki olan c yolunu ifade etmektedir ($c = c^1 + a.b$).

Yürütülen analize göre yordayıcı değişken olan aşırı güvence arayışı için Güvence Arama Ölçeği toplam puanı (X), yordanan değişken olan depresyon için Beck Depresyon Envanteri toplam puanı (Y), aracı değişken olan kişilerarası yaşam stresi için Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Olayları Envanteri kişilerarası bağımlı stresörler alt boyut puanları (M) işleme sokulmuştur. Aracı değişken analizinin sonucunda aşırı güvence arayışının depresyon üzerindeki toplam etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür (c yolu; $b = .75$, $\beta = .46$, $SH = .08$, $t = 8.90$, $p < .001$, %95GA [.58, .91]). Aşırı güvence arayışının aracı değişken olarak belirlenen kişilerarası yaşam stresi üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı görülmektedir (a yolu; $b = 2.16$, $\beta = .50$, $SH = .22$, $t = 9.96$, $p < .001$, %95GA [1.73, 2.59]). Kişilerarası yaşam stresinin ise yordanan değişken olarak analize sokulan depresyon üzerindeki doğrudan etkisi

anlamlı bulunmuştur (b yolu; $b = .24$, $\beta = .63$, $SH = .02$, $t = 13.46$, $p < .001$, %95GA [.20, .27]). Son olarak aşırı güvence arayışının depresyon üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır (c^1 yolu; $b = .24$, $\beta = .14$, $SH = .08$, $t = 3.08$, $p < .01$, %95GA [.09, .39]). Analize ilişkin model Şekil 3.2’de yer almaktadır.



** $p < .001$, * $p < 0.05$

Şekil 3.2. Aşırı Güvence Arayışı ile Depresyon Arasındaki İlişkide Kişilerarası Yaşam Stresinin Aracı Rolüne İlişkin Analiz Sonucu

Elde edilen aracılık analizi sonuçlarına göre bootstrap güven aralığında sıfır değeri bulunmadığı için aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stresi aracılığıyla depresyon üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir (a.b yolu; bootstrap katsayısı = .51, bootSH = .06, %95GA [.40, .63]). Analiz sonuçlarına göre kişilerarası yaşam stresinin aşırı güvence arayışı ile depresyon arasındaki ilişkiye aracılık ettiği görülmüştür. Genel olarak çalışmada test edilen modelin anlamlı olduğu ($F_{(2-303)} = 153.74$, $p < 0.001$) ve aşırı güvence arayışı ile kişilerarası yaşam stresinin birlikte depresyon üzerindeki varyansın %50’sini açıkladığı görülmektedir (Tablo 3.5).

Tablo 3.5. *Aşırı Güvence Arayışı ve Depresyon Arasındaki İlişkide Kişilerarası Yaşam Stresinin Aracılık Rolüne İlişkin Değerler*

	Kişilerarası Yaşam Stresi (M)					Depresyon (Y)				
	b	β	SH	t	%95GA LLCI (ULCI)	b	β	SH	t	%95GA LLCI (ULCI)
Sabit	59.59**	-	2.90	20.53	53.88 (65.30)	-10.48**	-	1.38	-7.61	-13.19 (-7.77)
Aşırı Güvence Arayışı (X)	2.16**	.50	.22	9.96	1.73 (2.59)	.24*	.14	.08	3.08	.09 (.39)
Kişilerarası Yaşam Stresi (M)		-	-		-	.24**	.63	.02	13.46	.20 (.27)
R ² = .25 F ₍₁₋₃₀₄₎ = 99.24					R ² = .50 F ₍₂₋₃₀₃₎ = 153.74					

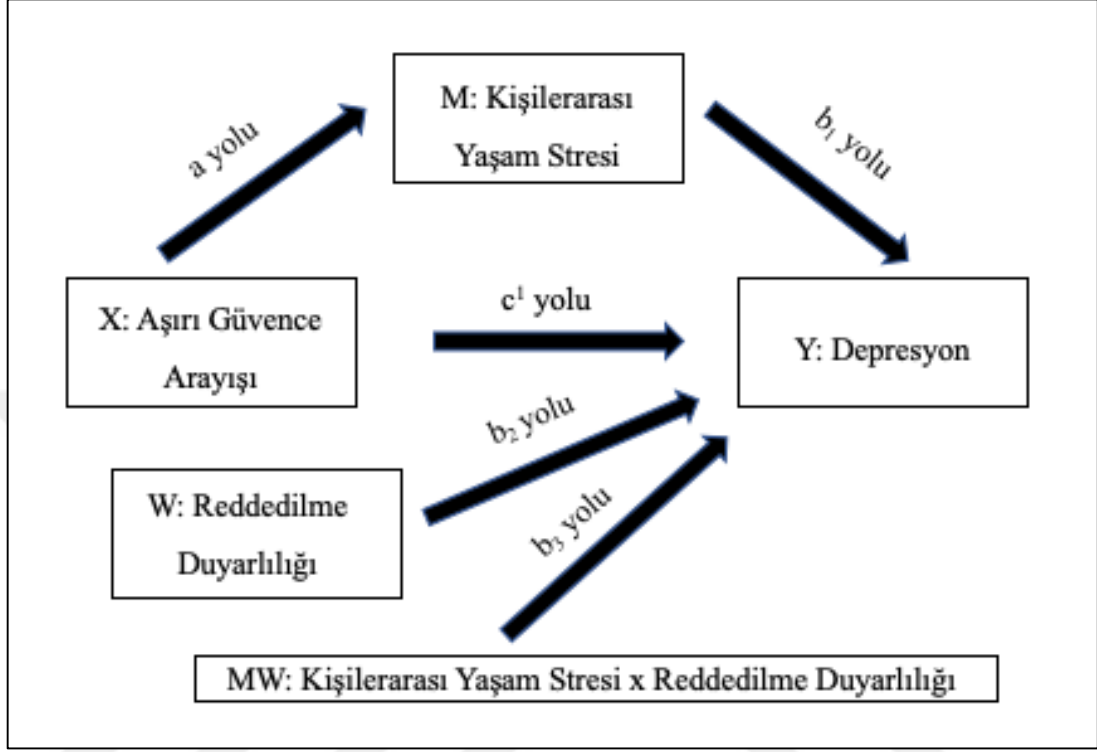
**p < .001, *p < 0.01

3.6. Aşırı Güvence Arayışı, Kişilerarası Yaşam Stresi ve Depresyon Arasındaki İlişkide Reddedilme Duyarlılığının Düzenleyici Rolüne İlişkin Analizler (Düzenlenen Aracı Değişken Analizi)

Çalışmadaki son hipotez olan kişilerarası yaşam stresi aracılığıyla aşırı güvence arayışı ve depresyon arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığı düzeyinin düzenleyici rolünü incelemek amacıyla Hayes'in (2018) Model 14'ü kullanılmıştır (Şekil 3.3). Modeli test etmek için SPSS 26.0 programının içine kurulan PROCESS v4.2 eklentisi üzerinden durumsal dolaylı etkinin (conditional indirect effect) ortaya çıkarılması hedeflenmiştir. Analizde Hayes (2018) tarafından önerilen %95 güven aralığı ve 5000 bootstrap örnekleme sayısı seçilmiştir.

Şekil 3.3'te görüldüğü gibi a yolu aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stres üzerindeki etkisini; b₁ yolu kişilerarası yaşam stresinin reddedilme duyarlılığı dışarıda bırakıldığı koşulda depresyon üzerindeki etkisini; b₂ yolu kişilerarası yaşam stresinin etkisinin dışarıda bırakıldığı koşulda reddedilme duyarlılığının depresyon üzerindeki etkisini; b₃ yolu kişilerarası yaşam stresi ile reddedilme duyarlılığı

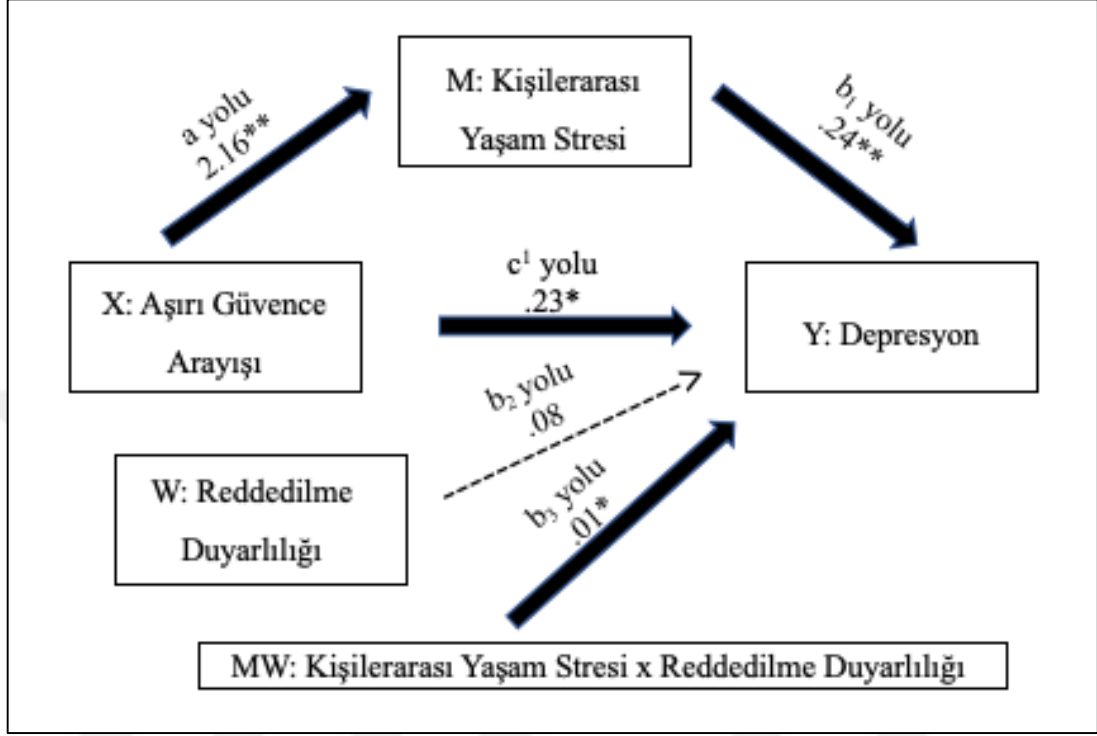
düzeyinin depresyon üzerindeki etkileşim etkisini; c^1 yolu ise aşırı güvence arayışının depresyon üzerindeki doğrudan etkisini ifade etmektedir.



Şekil 3.3. *Düzenlenen Aracı Değişken Modeli*

Analiz sonuçlarına göre aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stres üzerindeki etkisinin (a yolu; $b = 2.16$, $SH = .22$, $t = 9.96$, $p < .001$, %95GA [1.73, 2.59]); kişilerarası yaşam stresinin reddedilme duyarlılığı dışarıda bırakıldığı koşulda depresyon üzerindeki etkisinin (b^1 yolu; $b = .24$, $SH = .02$, $t = 13.19$, $p < .001$, %95GA [.20,.27]); kişilerarası yaşam stresi ile reddedilme duyarlılığı düzeyinin depresyon üzerindeki etkileşim etkisinin (b_3 yolu; $b = .01$, $SH = .01$, $t = 2.31$, $p < .05$, %95GA [.002, .02]); aşırı güvence arayışının depresyon üzerindeki doğrudan etkisinin (c^1 yolu; $b = .23$, $SH = .08$, $t = 3.04$, $p < .01$, %95GA [.08,.38]) anlamlı olduğu görülmüştür. Bununla birlikte kişilerarası yaşam stresi etkisinin dışarıda bırakıldığı koşulda reddedilme duyarlılığının depresyon üzerindeki etkisinin (b_2 yolu; $b = .08$, SH

= .14, $t = .56$, $p = .577$.001, %95GA [-.19, .34]) anlamsız olduğu görülmüştür (Şekil 3.4).



**p < .001, *p < 0.05, kesik çizgi anlamsız, düz çizgi anlamlı

Şekil 3.4. Aşırı Güvence Arayışının Kişilerarası Yaşam Stresi Aracılığıyla Depresyon Üzerindeki Etkisinde Reddedilme Duyarlılığının Düzenleyici Etkisine İlişkin Analiz Sonucu

Çalışmada test edilen durumsal aracılık modeline tümüyle bakıldığında modelin anlamlı olduğu ($F_{(4-301)} = 70.17$, $p < 0.001$) ve aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi ile reddedilme duyarlılığının depresyon üzerindeki varyansın %51'ini açıkladığı görülmektedir. Analize ilişkin sonuçlar Tablo 3.6'da yer almaktadır.

Tablo 3.6. Durumsal Aracılık Analizi Sonuçları

Değişkenler								
Kişilerarası Yaşam Stresi (M)					Depresyon (Y)			
Model	b	SH	t	%95GA LLCI (ULCI)	b	SH	t	%95GA LLCI (ULCI)
Sabit	-26.26**	2.90	-9.05	-31.97 (-20.55)	9.68**	1.01	9.63	7.70 (11.66)
Aşırı güvence arayışı (X)	2.16**	.22	9.96	1.73 (2.59)	.23*	.08	3.04	.08 (.38)
Kişilerarası yaşam stresi (M)					.24**	.02	13.19	.20 (.27)
Reddedilme Duyarlılığı (W)					.08	.14	.56	-.19 (.34)
Kişilerarası Yaşam Stresi x Reddedilme Duyarlılığı (MW)					.01*	.01	2.31	.002 (.02)
R ² = .25 F ₍₁₋₃₀₄₎ = 99.25					R ² = .51 F ₍₄₋₃₀₁₎ = 79.17			

** $p < .001$, * $p < 0.05$

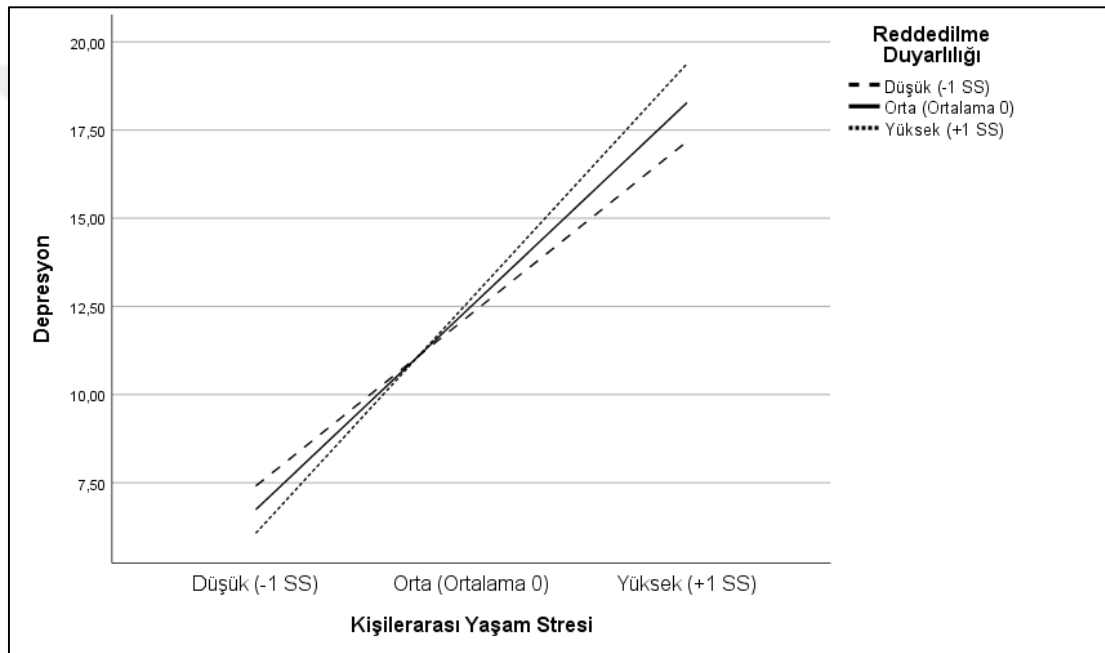
Elde edilen bulgulara göre aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stresi aracılığıyla depresyon üzerindeki ilişkide reddedilme duyarlılığının düzenleyiciliğine ilişkin dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmektedir (bootstrap katsayısı = .03, bootSH = .01, %95GA [.01, .05]). Reddedilme duyarlılığının düzeylerine göre kişilerarası yaşam stresi ve depresyonun nasıl değiştiğini belirlemek için Pick-a-Point yaklaşımı kullanılmıştır. Buna göre reddedilme duyarlılığı düzeylerine bakıldığında bu düzenleyici etkinin düşük düzey (-1 SS = -2.87) (bootstrap katsayısı = .43, bootSH = .07, %95GA [.31, .56]); orta düzey (ortalama = 0) (bootstrap katsayısı = .51, bootSH = .06, %95GA [.39, .63]) ve yüksek düzey (+1 SS = 2.87) (bootstrap katsayısı = .59, bootSH = .08, %95GA [.44, .74]) için anlamlı olduğu görülmektedir (Tablo 3.7).

Tablo 3.7. *Reddedilme Duyarlılığı Düzeylerine Göre Durumsal Dolaylı Etki*

Reddedilme Duyarlılığı	b	SH	%95GA LLCI(ULCI)
Düşük (-1 SS = -2.87)	.43**	.07	.31 (.56)
Orta (Ortalama = 0)	.51**	.06	.39 (.63)
Yüksek (+1 SS = 2.87)	.59**	.08	.44 (.74)

** $p < .001$

Pick-a-Point yaklaşımı kullanılarak reddedilme duyarlılığı düzeylerinin değişkenler üzerindeki etkisi Şekil 3.5’de gösterilmektedir.



Şekil 3.5. *Aşırı Güvence Arayışının Kişilerarası Yaşam Stresi Aracılığıyla Depresyon Üzerindeki Etkisinde Reddedilme Duyarlılığının Düzenleyici Etkisine Bağlı Değişim*

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu araştırmada beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stresi aracılığı ile depresyon düzeyleri üzerindeki etkisinin ve bu ilişkide reddedilme duyarlılığının düzenleyici rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda oluşturulan basit aracılık ve düzenlenen aracılık modelleri ve modelleri test etmek için yapılan analizlere ilişkin bulgular alanyazın çerçevesinde tartışılmıştır. İlk olarak araştırmadaki depresyon, aşırı güvence arayışı, reddedilme duyarlılığı ve kişilerarası yaşam stresi değişkenlerinin katılımcıların cinsiyeti açısından farklılaşmaları ele alınmıştır. Ardından belirtilen değişkenlerin kendi aralarındaki ilişkileri ile aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi ve reddedilme duyarlılığı değişkenlerinin depresyonu yordayıcılıkları kurulan hipotezler doğrultusunda tartışılmıştır. Daha sonra araştırmada öne sürülen düzenlenen aracılık modeline ilişkin analizler ve sonuçlar incelenmiştir. Son olarak araştırmanın klinik doğrularını, sınırlılıkları ve gelecek çalışmalar için öneriler ele alınarak bölüm sonlandırılmıştır.

4.1. Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

Araştırmada kullanılan aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi, reddedilme duyarlılığı ve depresyon değişkenleri bağımsız gruplar için t-testi kullanılarak katılımcıların cinsiyetleri açısından karşılaştırılmıştır. Bu doğrultuda depresyona ilişkin bulgulara bakıldığında kadınların ve erkeklerin aldığı depresyon puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Kadınların

depresyon puanı ortalamaları, erkeklerin depresyon puanı ortalamalarından daha fazladır. Alanyazında depresyon puanlarının cinsiyete göre değerlendirildiği çalışmalara bakıldığında kadınların erkeklerden daha yüksek depresyon puanı aldıklarına dair bulgular öne çıkmaktadır (Albert, 2015; Lim ve ark., 2018; Noble, 2005). Aynı zamanda genç kadınların, genç erkeklerden yaklaşık 2 kat daha fazla depresyon puanı almaları ve yaş ilerledikçe puanlar arasındaki farkın azalmasına dair çalışmalar da bulunmaktadır (Bebbington ve ark., 1998; Çelik ve Hoccoğlu, 2016; Patten ve ark., 2006). Bu çalışmadaki örneklemin de beliren yetişkinlik dönemindeki bireyler olduğu göz önüne alındığında kadınların ve erkeklerin depresyon puanları arasındaki fark alanyazını destekler niteliktedir. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında kadın olmanın depresyon için bir risk faktörü olabileceği söylenebilir.

Araştırmanın bir diğer değişkeni olan aşırı güvence arayışı puanlarının cinsiyet açısından karşılaştırıldığı bulgular, kadınların erkeklere göre daha fazla aşırı güvence arayışına girdiğini göstermiştir. Coyne'un (1976) önerdiği etkileşimsel depresyon teorisi her ne kadar cinsiyete dair bir farklılık içermese de aşırı güvence arayışının mekanizmasını inceleyen çalışmalar, kadınların daha üzgün hissettiklerinde ilişkide oldukları insanlardan güvence aramaya dair eğilimlerinin daha yüksek olması ve genel olarak erkeklerin destek aramaya dair girişimlerinin daha az olması yönünde bulgular bildirmektedir (Felsten, 1998; Starr ve Davila, 2008). Tüm bunlara rağmen alanyazına bakıldığında aşırı güvence arayışının cinsiyete göre farklılaşmasının ele alındığı çalışmalara rastlanmamıştır. Bu çalışmada beliren yetişkinlik dönemindeki kadın katılımcıların, erkeklere göre daha fazla aşırı güvence arayışına girmesi, cinsiyete dair bu konuda daha fazla çalışma yapılmasına ihtiyaç olduğunu gösterebilir.

Reddedilme duyarlılığının cinsiyetlere dair farklılaşmasına bakıldığında ise anlamlı bir sonuç bulunmamıştır ($p = .248$). Alanyazında kadınların erkeklere göre daha fazla reddedilme duyarlılığı bildirdikleri ve partner ilişkisindeki tartışmalarda kadın partnerlerin erkeklere göre olası bir tehdit edici unsurla karşılaştıklarında reddedilmeye dair algılarının daha kolay aktive olduğu belirtilmektedir (Ayduk ve ark., 2000; Downey ve ark., 1998). Ülkemizde de farklı üniversitelerde okuyan öğrencilerde reddedilme duyarlılığını sosyo-demografik değişkenler açısından inceleyen çalışmalar, kadın üniversite öğrencilerinin erkeklere göre daha fazla reddedilme duyarlılığı puanı aldığı göstermektedir (Erözkan, 2004; 2009). Buna karşılık gençlerde sosyal ve duygusal gelişimi incelemek için reddedilme duyarlılığını ele alan çalışmada, erkeklerin daha fazla reddedilme duyarlılığı puanı bildirdiği belirtilmektedir (Marston, Hare ve Allen, 2010). Harper, Dickson ve Welsh (2006)'ın, 14 – 21 yaşları arasındaki geç ergenlik – genç yetişkinlik dönemindeki katılımcıların ilişki içindeki reddedilme duyarlılıklarını inceledikleri çalışmada ise herhangi bir cinsiyet farklılaşmasına rastlanmadığı bildirilmektedir. Türkiye örneklemini için yapılan çalışmalarda da benzer şekilde cinsiyetler arası bir farklılaşma bulunmadığı raporlanmaktadır (Eralp, 2021; Turhan, 2023). Reddedilme duyarlılığına dair alanyazında yer alan bulgulardaki farklılaşmalar, reddedilme duyarlılığının özbildirim ölçeği kullanılarak niceliksel olarak ölçülmesinin ne kadar elverişli olabileceğini ve katılımcıların sosyal ortamda reddedilme algılarına yönelik verdikleri cevaplarda sosyal beğenirliğin etkisini düşündürmektedir. Buna ek olarak bireylerdeki reddedilme duyarlılığı seviyelerinin, bağlanma teorisi ve erken dönem reddedilme deneyimleri ile ilişkili olduğu da gösterilmektedir (Downey ve Feldman, 1996; Levy ve ark., 2001). Hayatındaki önemli kişilerle güvenli bağlanma kuramayan bireyler, sonraki

ilişkilerinde daha fazla reddedildiğini de düşünebilmektedir. Bu durum reddedilme duyarlılığına dair cinsiyetler arası tutarsız bulguların, katılımcıların bağlanma örüntülerinin ve geçmiş deneyimlerinin de dahil edilerek incelenmesi gerektiğini gösterebilir.

Araştırmadaki bir diğer değişken olan kişilerarası stresli yaşam olayları cinsiyetler açısından incelendiğinde kadınların daha fazla kişilerarası stresli yaşam olayı bildirdiği görülmüştür. Bu bulgu alanyazın ile tutarlıdır. Hammen (2003) özellikle genç yetişkinlik dönemindeki kadınların, bu döneme ait bağımsız bir kimlik oluşturma, yakın ilişkiler kurma, çocuk doğurma, kariyere odaklanma gibi görevlerle zorlandıklarının ve bu zorlukların da yaşam streslerini arttırdığını bildirmektedir. Bireylerin kendi davranışları doğrultusunda yaşamlarında oluşan stresi (bağımlı stres) inceleyen çalışmalar, kadınların uyumsuz başa çıkma tarzlarına daha fazla başvurduklarını, zorlu yaşam olaylarında daha tepkisel davrandıklarını, olumsuz bilişsel tarzlarla kişilerarası ilişkilerde yaşam stresi oluşturdıklarını belirtmektedir (Barker, 2007; Burke, Burke, Regier ve Rac, 1990; Hankin ve Abramson, 2001; Safford, Alloy, Abramson ve Crossfield, 2007). Alanyazında görüldüğü gibi kadınların daha fazla stresli yaşam olayı deneyimlemesi hem gelişimsel dönemin görevleri ile alakalı olabileceği gibi hem de olayları algılama gibi bilişsel yatkınlıklar ve davranışlarla kişilerarası ortamda stres oluşturma ile açıklanabilir. Bu doğrultuda çalışmada örneklem olarak beliren yetişkinlik dönemi kullanılması ve bu dönemdeki kadınların daha fazla kişilerarası yaşam stresi puanı bildirmesi, ayrıca aşırı güvence arayışı için de kadınların daha fazla puan bildirmesi alanyazındaki hem gelişimsel görevlerin yaşam stresi yaratabileceği hem de kadınların kişilerarası ortamda daha fazla bağımlı stres oluşturabileceği bulguları ile tutarlılık göstermektedir.

4.2. Araştırma Değişkenlerinin Birbirleri Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi

Çalışmada öne sürülen düzenlenen aracılık modeline geçmeden önce tüm değişkenlerin (aşırı güvence arayışı, depresyon, kişilerarası yaşam stresi, reddedilme duyarlılığı) kendi aralarındaki ilişkileri incelenmiştir. İlişkileri incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları Analizi yapılmıştır ve tüm değişkenler arasındaki ilişkilerin pozitif yönde ve anlamlı olduğu gözlenmiştir (Bkz., Tablo 3.3). Bulgular Tablo 3.3'teki değişken sırasına göre ele alınmıştır.

4.2.1. Depresyon ve aşırı güvence arayışı arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi.

Depresyon ve aşırı güvence arayışı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunması ile mevcut araştırmanın ilk hipotezi desteklenmiştir. Bulgulara göre katılımcıların depresyon düzeyleri arttıkça aşırı güvence arayışları da artmaktadır. Elde edilen bu bulgu, uluslararası ve ulusal alanyazındaki araştırma bulguları ile tutarlılık göstermektedir (Evraire ve Dozois, 2011; Joiner ve ark., 1992; Joiner ve Metalsky, 2001; Joiner ve Schmidt, 1998; Katz ve ark., 1998; Tuna, 2020).

Depresyonun etkileşimsel teorisine bakıldığında Coyne (1976) aşırı güvence arayışını, bireyin kendi değerine ve ilişkine dair sürekli olarak bir onay ve güvence arama davranışı olarak tanımlamakta ve bu davranışın depresif semptomları arttırdığını öne sürmektedir. Bu doğrultuda alanyazında aşırı güvence arayışı ve depresyon ilişkisini içeren 38 çalışmanın ele alındığı meta-analizde Starr ve Davila (2008), .32'lik bir etki büyüklüğü ile aşırı güvence arayışı ve depresyon arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bildirmektedir. Bu çalışmada da aşırı güvence arayışı

ve depresyon düzeyi arasında elde edilen .46 etki büyüklüğü ile pozitif yönde anlamlı ilişki hem kuramsal ardalanı hem de alanyazını destekler niteliktedir.

4.2.2. Depresyon ve reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi.

Depresyon ve reddedilme duyarlılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Buna göre reddedilme duyarlılığı puanlarındaki artış depresyon düzeylerinde de bir artış meydana getirmektedir. Alanyazında reddedilme duyarlılığı ile çeşitli psikolojik sorunların ilişkisini inceleyen 75 çalışmanın ele alındığı kapsamlı bir meta-analizde, depresyon ve reddedilme duyarlılığı arasında .33'lük bir etki büyüklüğü ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki bildirilmektedir (Gao, Assink, Cipriani ve Lin, 2017). Ancak reddedilme duyarlılığının depresyon ile ilişkisinin alanyazında çoğunlukla bireylerin problem çözme becerisi, olayları olumsuz yorumlama eğilimi, ilişkide reddedilme gibi bireysel ve kişilerarası faktörlerle birlikte ele alındığı gözlenmiştir (Ayduk ve ark., 2001; Kraines ve Wells, 2017; Normansell ve Wisco, 2017). Bu çalışmanın da amacı reddedilme duyarlılığı ile depresyonu direkt ilişkisini incelemek yerine reddedilme duyarlılığı ile kişilerarası yaşam stresinin etkileşim etkisinin depresyon üzerindeki etkisini incelemektir. Bu doğrultuda reddedilme duyarlılığı ile depresyon arasındaki pozitif yönde anlamlı ilişkinin alanyazın ile tutarlı olduğunu belirterek bahsedilen etkileşim etkisi düzenlenen aracılık modeli içerisinde ele alınacaktır.

4.2.3. Depresyon ve kişilerarası yaşam stresi arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi.

Depresyon ve kişilerarası yaşam stresi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunması ile çalışmada öne sürülen 2. hipotez desteklenmiştir. Elde edilen bu bulgu

alanyazında yer alan sonuçlar ile tutarlılık göstermektedir (Hammen, 2003; Liu ve Alloy, 2010; Sabuncuoğlu ve ark., 2006). Kişilerarası yaşam stresi ve depresyon ilişkisinin incelendiği çalışmalar, bireylerin ilişkide bulundukları insanlarla yaşadıkları stres düzeyi arttıkça daha fazla depresif semptom gösterdiğinin yanı sıra işlevsiz kişilerarası beceriler, uyumsuz bilişler gibi bazı faktörlerle ilişkilerinde kendilerine bağlı stres oluşturduğunu ve bunun da depresif semptomlarını arttırdığını bildirmektedir (Davila ve ark., 1995; Hammen, 2015; Liu ve ark., 2014). Buna göre hem daha fazla stresle karşılaşmak daha fazla depresif semptom ile pozitif ilişkiliyken hem de aktif olarak yaşam stresi oluşturmak da daha fazla depresif semptomla ilişkili bulunmaktadır. Bu çalışmada da Hammen'in (1991b) stres oluşturma hipotezinden yola çıkılarak değişken olarak ele alınan kişilerarası yaşam stresi, katılımcıların kendilerinin aktif bir şekilde oluşturduğu ve kişilerarası ilişkilerinde vuku bulduğu bir şekilde kavramsallaştırılmıştır. Kişilerarası yaşam stresindeki artışın depresyondaki artışla olan pozitif ilişkisine dair bulgu alanyazın ile uyumludur.

4.2.4. Aşırı güvence arayışı ve reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi.

Aşırı güvence arayışı ile reddedilme duyarlılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Alanyazında daha önce aşırı güvence arayışı ile reddedilme duyarlılığını bir arada ele alan çalışmalara rastlanmamaktadır. Bu bakımdan aşırı güvence arayışı ve reddedilme duyarlılığı arasındaki pozitif yönde anlamlı ilişki alanyazına bir yenilik olarak gösterilebilir.

Joiner ve arkadaşları (1999) aşırı güvence arayışının mekanizmasını ele alan çalışmasında, aşırı güvence arayışında bulunan bireylerin ilişkilerinde bir reddedilme deneyimi üzerinden depresif semptomlarının arttığını öne sürmektedir. Starr ve Davila

(2008) ise aşırı güvence arayışı ve kişilerarası reddedilmeyi 16 çalışma üzerinden inceleyen meta-analizinde, aralarında zayıf bir ilişki olduğunu belirterek gerçek bir reddedilme deneyimi yerine ilişkilerdeki bozulmayı reddedilme olarak algılama üzerinde durmaktadır. Bu doğrultuda aşırı güvence arayışı ve depresyon ilişkine reddedilmeye dair algıların da dahil edilmesini önermektedir. Bu çalışmanın da konusu aşırı güvence arayışı ve reddedilme duyarlılığının direkt ilişkisi yerine aşırı güvence arayışından sonra ilişkideki oluşabilecek bozulmalarda reddedilmeye dair duyarlılığın ne şekilde rol oynadığı ve depresyona ne şekilde katkı sağladığı olarak belirlenmiştir. Bu ilişkiler düzenlenen aracılık modelinde ele alınacaktır.

4.2.5. Aşırı güvence arayışı ve kişilerarası yaşam stresi arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi.

Benzer şekilde aşırı güvence arayışı ile kişilerarası yaşam stresi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgu çalışmanın 3. hipotezini destekler niteliktedir. Alanyazındaki çalışmalar da aşırı güvence arayışına giren bireylerin ilişkilerindeki diğer insanlarla (oda arkadaşları, partnerleri, akranları) daha fazla ilişkisel stres deneyimlediklerini göstermektedir (Joiner ve Metalsky, 2001; Joiner ve Schmidt, 1998; Katz ve ark., 1998; Starr, 2015).

Starr (2015) birlikte ruminasyon, aşırı güvence arayışı gibi ilişki içinde gerçekleşen davranışları ele alan çalışmasında, bireyin aşırı güvence arayışına ilişkilerinde destek almak ve stresin duygusal sonuçlarını ilişkide hafifletmek amacıyla girdiğini ancak ısrarla ve şüpheli bir halde olmasıyla ilişkide bulunduğu kişiyle daha çok sorun yaşadığını belirtmektedir. Alanyazında Türkiye örnekleminde aşırı güvence arayışına dair yapılan tek çalışma ise Tuna (2020)'nin üniversite öğrencilerindeki stresin yordayıcılarını incelediği çalışma olarak görülmüştür. Tuna (2020)

çalışmasında hem aşırı güvence arayışını hem de ruminasyonu stres oluşturma için risk faktörü olarak ele alarak aşırı güvence arayışının kesitsel ve 5 aylık boylamsal ölçümlerinin üniversite öğrencilerinde kişilerarası yaşam stresi ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Tuna (2020)'nın bu bulgusu gerek kullanılan ölçüm araçlarının aynı olması (Bkz. Güvence Arama Ölçeği, Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri- kişilerarası ve bağımlı alt boyut) gerekse örneklem benzerliği açısından bu araştırmanın bulgularını desteklemektedir.

4.2.6. Reddedilme duyarlılığı ve kişilerarası yaşam stresi arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi.

Araştırmada reddedilme duyarlılığı ile kişilerarası yaşam stresi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Reddedilme duyarlılığı, Downey ve Feldman (1996) tarafından bireylerin reddedilmeyi kaygılı bir halde bekledikleri, olası ret ipuçlarına karşı aşırı duyarlı olmaları ve bu ipuçlarını ret olarak yorumlayarak aşırı tepki verdikleri bir bilişsel- duygusal yatkınlık olarak tanımlamaktadır. Tanımı gereği bireydeki reddedilme duyarlılığı seviyesinin fazla olması, bu çalışmada da görüldüğü üzere ilişkilerinde de yaşadıkları stresi arttırmakta ve ilişki kalitelerini bozmaktadır (Ayduk ve ark., 2001; Göncü Köse ve ark., 2017; Özen ve Güneri, 2018). Krackow ve Rudolph (2008) stres- yatkınlık perspektifinden yararlandığı çalışmasında, genç bireylerdeki bilişsel yatkınlıkların olayları gerçekçi değerlendirmelerini etkilediğini ve aslında yaşanan olaydaki zorluğu abartarak daha fazla kişilerarası stres deneyimlediklerini belirtmektedir. Reddedilme duyarlılığının da bir bilişsel- duygusal yatkınlık olduğu göz önüne alınırsa reddedilme duyarlılığı seviyesi arttıkça bireylerin yaşadığı stresi de abartması olasıdır. Bu çalışmada da öne sürülen düzenlenen aracılık modeli (Bkz. Şekil 1.2), reddedilme duyarlılığı yüksek olan katılımcıların ilişkilerinde

deneyimledikleri strese reddedilme duyarlılığı düşük olanlara göre daha duyarlı oldukları ve bu deneyimledikleri stresi, ret ipuçlarını algılamaya dair yatkınlıkları ile abarttıkları üzerine kurulmuştur. Yukarıda bahsedilen hem alanyazındaki hem bu çalışmadaki pozitif yönde anlamlı korelasyon bu varsayımı desteklemektedir.

4.3. Aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi, reddedilme duyarlılığı ve depresyon arasındaki çoklu doğrusal regresyon analizinin değerlendirilmesi.

Aracılık ve düzenlenen aracılık modellerini test etmeden önce araştırmada kullanılan aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi ve reddedilme duyarlılığı değişkenlerinin depresyon üzerindeki varyanslarını belirlemek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizde tüm değişkenler birlikte depresyon üzerinde anlamlı bir ilişki sergileyerek depresyon düzeylerindeki değişimin %50'sini açıklamıştır. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına bakıldığında ise aşırı güvence arayışı ve kişilerarası yaşam stresi depresyonu anlamlı yordarken reddedilme duyarlılığı tek başına depresyon üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcılık göstermemiştir.

Aşırı güvence arayışı ve kişilerarası yaşam stresinin depresyon üzerindeki anlamlı yordayıcılığı alanyazındaki çalışmalar ile tutarlıdır. Aşırı güvence arayışının daha fazla kişilerarası- bağımlı stres oluşturduğu ve ilişkilerde deneyimlenen bu stresle bireyin daha fazla umutsuzluk ve depresif belirti gösterdiği bildirilmektedir (Eberhart ve Hammen, 2009; Evraire ve Dozois, 2011; Joiner ve ark., 1999; Potthoff ve ark., 1995; Shih ve Auerbach, 2010; Timmons ve Joiner, 2008). Aynı zamanda bu çalışmadaki standartlaştırılmış regresyon katsayıları incelendiğinde kişilerarası yaşam stresinin, aşırı güvence arayışına göre depresyon düzeyleri üzerinde daha fazla artış

meydana getirdiği görülmüştür (Bkz. Tablo 3.4). Bu bulgu Hammen'in (1991b) stres oluşturmaya dair öne sürdüğü, bireylerin bazı uyumsuz davranışları ile ilişkilerinde stres oluşturmaları ve depresif belirtilerini arttırması hipotezi ile uyumludur. Diğer bir deyişle ilişkilerde stres yaratabilecek bir davranış olan aşırı güvence arayışının, tek başına depresyonu yordayıcılığından ziyade aşırı güvence arayışının ilişkilerde oluşturduğu stresle birlikte ele alındığında depresyon için daha önemli olabileceği düşünülmektedir. Buna yönelik tartışma, bir sonraki bölüm olan aracılık analizi altında yapılacaktır.

Reddedilme duyarlılığının depresyon üzerindeki yordayıcılığının anlamlı olmadığı görülmüştür. Alanyazında reddedilme duyarlılığının daha yüksek olduğu bireylerde depresif belirtilerden olan duyguları içe yönlendirmenin, ilişkilerden uzak durmanın, içe çekilmenin daha fazla gözlemlendiği bildirilmektedir (Creasey ve Hesson - McInnis, 2001; Downey ve Feldman, 1996; Gao ve ark., 2021). Bu çalışma bulgusunun alanyazınla farklılık göstermesi beliren yetişkinlik dönemi özelliklerini düşündürmektedir. Çalışmanın örneklemini 18 – 25 yaş beliren yetişkinlik dönemindeki katılımcılardan oluşmaktadır ve bu dönemde gerek arkadaşlık ilişkilerinin gerekse romantik ilişkilerin önemi artmaktadır (Atak ve Çok, 2010). İlişkilere atfedilen bu önem doğrultusunda katılımcılar için ilişkilerde deneyimledikleri ret olasılıklarını objektif olarak bildirmek kolay olmayabilir. Her ne kadar veriler anonim olarak toplansa da cevaplar için sosyal beğenirlik etkisi de göz önünde bulundurulmalıdır. Aynı zamanda reddedilme duyarlılığı kavramının erken dönemde güvenli bağlanmayı içerdiği de düşünülürse (Downey ve Feldman, 1996) reddedilmeyi algılamaya dair sözel bildirimler dışında sözel olmayan yaşantıları da ele almak kavramı bütüncül değerlendirmek için faydalı olabilir.

Reddedilme duyarlılığı ve depresyon ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında Ayduk ve arkadaşları (2001), reddedilme duyarlılığı yüksek olan katılımcıların ilişkide partnerin sonlandırma kararı verdiği durumlarda daha yüksek depresyon belirtileri gösterdiğini, reddedilme duyarlılığı yüksek ama ilişkiyi kendi bitiren katılımcıların depresif belirtilerinde daha az artış meydana geldiğini bildirmektedir. Liu ve arkadaşları (2014) reddedilme duyarlılığı ve stresi incelediği çalışmasında, reddedilme duyarlılığı yüksek katılımcıların kişilerarası stresli olaylarla karşılaştığında daha fazla depresyon puanı aldıklarını belirtmektedir. Nitekim reddedilme duyarlılığı ve depresyon ilişkisinde arkadaş desteği koruyucu bir faktör olarak belirtilmektedir (McDonald ve ark., 2010; Özen ve Güneri, 2018). Bireyler yüksek reddedilme duyarlılığı bildirirler de arkadaşları tarafından desteklendiklerinde daha az depresyon belirtisi göstermektedirler. Alanyazında reddedilme duyarlılığı ile ilgili bu bulgular, reddedilme duyarlılığının aslında bir bilişsel- duygusal yatkınlık olduğunu ve ilişkilerde oluşan stresli olaylarla etkileşime geçince depresyon belirtilerini arttırabileceğini düşündürmektedir. Reddedilme duyarlılığı ile kişilerarası yaşam stresinin etkileşim etkisi, bir sonraki bölüm olan düzenlenen aracılık modeli içerisinde ele alınacaktır.

4.4. Aşırı Güvence Arayışı, Kişilerarası Yaşam Stresi, Reddedilme Duyarlılığı ve Depresyon Arasındaki İlişkilerin Düzenlenen Aracı Değişken Modeline Göre İncelenmesi

4.4.1. Aşırı güvence arayışı ve depresyon arasındaki ilişkide kişilerarası yaşam stresinin aracı rolü.

Aşırı güvence arayışı ve depresyon arasındaki ilişkide kişilerarası yaşam stresinin aracı rolünün belirlenmesi amacıyla aracı değişken analizi yapılmış ve

kişilerarası yaşam stresinin aşırı güvence arayışı ve depresyon ilişkisinde aracılık rolü ortaya çıkarılmıştır. Elde edilen bu bulgu, çalışmada öne sürülen 4. hipotezi desteklemektedir. Yapılan analizler sonucunda aşırı güvence arayışının depresyon üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Kişilerarası yaşam stresi modele girdiğinde ise bu doğrudan etkinin azaldığı görülmüş ve kişilerarası yaşam stresinin bu ilişkide aracı rolde olduğu anlaşılmıştır.

Etkileşimsel depresyon teorisi, bireylerin ilişkilerinde aşırı güvence arayışına girerek depresif belirtilerini arttırdıklarını (Coyne, 1976); stres oluşturma hipotezi ise bireylerin uyumsuz davranışları ile kendilerinden kaynaklanan ve ilişkilerinde meydana gelen yaşam streslerinin depresif belirtilerini arttırdıklarını öne sürmektedir (Hammen, 1991b). En nihayetinde de iki yaklaşımda da bireyler kişilerarası ve kendilerinden kaynaklanan süreçlerle depresif belirtilerini şekillendirmektedir. Mevcut çalışmada da kuramsal aralanla ilişkili olarak aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stresi üzerinden depresyon ile ilişkisinin incelenmesi hedeflenmiştir. Çoklu doğrusal regresyon bulguları tartışılırken ele alındığı gibi kişilerarası yaşam stresi dahil edildiğinde aşırı güvence arayışı ve depresyon arasındaki ilişkinin azalması Coyne (1976) ve Hammen'in (1991b) öne sürdükleri ile uyumlu olarak aşırı güvence arayışının ilişkilerde bir stres yarattığını ve bu stresle depresif belirtilerde artış gözlemlendiğini göstermektedir. Alanyazında Potthoff ve arkadaşlarının (1995) etkileşimsel depresyon teorisi (Coyne, 1976) ile stres oluşturma hipotezini (Hammen, 1991b) entegre ettiği çalışmasının bu konu ile yakından ilişkisi olduğu düşünülmektedir. Potthoff ve arkadaşları (1995), arkadaş ilişkisinde, aile ilişkisinde, önemli diğerleriyle ilişkide oluşan sosyal stresörlerin katılımcıların aşırı güvence arayışı ve depresyon seviyeleri üzerindeki aracılığını 5 haftalık boylamsal bir

çalışma ile incelemektedir. Boylamsal sonuçlar katılımcıların baştaki aşırı güvence arayışlarının arkadaşları, ailesi, önemli diğerleri ile yaşadığı sosyal stresörler aracılığı ile depresif semptomlarını yordadığını göstermektedir. Bundan hareketle mevcut çalışmada da benzer bir aracılık modeli oluşturulmuştur. Bu çalışmada da aracılık modelinin anlamlı olması Potthoff ve arkadaşlarının (1995) bulguları ile tutarlıyken Türkiye örnekleminin kullanılması, kesitsel bir yöntemle ele alınması ve hem kişilerarası hem bireyin kendi davranışlarından kaynaklanan streslerin bir arada kullanılması alana sunulan bir yeniliktir.

Yukarıda belirtildiği üzere bu çalışmada ele alınan kişilerarası yaşam stresinin aşırı güvence arayışı ve depresyon arasındaki ilişkide aracı rolü olduğu gözlenmiştir. Bu doğrultuda bireylerde depresyonun ortaya çıkması ve sürdürülmesi ile ilişkili olabilecek kişilerarası faktörleri incelerken sadece aşırı güvence arayışını ele almak yerine aşırı güvence arayışının uyumsuz bir davranış olabileceği ve bu davranışla ilişkilerde meydana gelen yaşam stresleri de göz önünde bulundurulabilir. Böylece depresif belirtilere terapötik müdahalede tek başına davranışsal boyuttan ziyade bunun yarattığı ilişkisel stresi de işlevsel hale getirmek için bazı adımlar planlamanın daha kapsamlı bir yaklaşım sağlayabileceği düşünülmektedir.

4.4.2. Aşırı güvence arayışı kişilerarası yaşam stresi ve depresyon arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının düzenleyici rolü.

Aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stresi aracılığı ile depresyon üzerindeki etkisinde reddedilme duyarlılığı düzeylerinin düzenleyici rolü düzenlenen aracılık modeli ile test edilmiştir. Bulgular, çalışmada öne sürülen son hipotezi de destekleyici yöndedir. Bir önceki bölümde aşırı güvence arayışı ile depresyon arasındaki ilişkide kişilerarası yaşam stresinin aracılık rolü ayrıntılı ele alınmıştır.

Düzenlenen aracılık modelinde ise kişilerarası yaşam stresinin depresyonu yordamasında etkili olabilecek değişkenlerden reddedilme duyarlılığı modele düzenleyici olarak eklenmiş ve analiz sonuçlarına göre reddedilme duyarlılığının düşük (-1 SS) – orta (ortalama) – yüksek (+1 SS) düzeylerinde kişilerarası yaşam stresinin depresyon düzeylerini yordadığı gözlenmiştir. Bundan hareketle yüksek reddedilme duyarlılığına sahip katılımcılarda kişilerarası yaşam stresi ile depresyon arasındaki ilişkinin düşük reddedilme duyarlılığına sahip katılımcılara göre daha güçlü olduğu anlaşılmıştır. Alanyazına bakıldığında aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stresi aracılığıyla depresyon ilişkisindeki reddedilme duyarlılığının düzenleyiciliğini test eden araştırmaya rastlanmamıştır. Konuyla en ilişkili araştırmalar çerçevesinde mevcut araştırmada ortaya çıkarılan bulgular ele alınacaktır.

Aşırı güvence arayışı ve kişilerarası reddedilme üzerine 16 çalışmadan oluşan meta-analizde Starr ve Davila (2008), bahsedilen iki değişken arasındaki ilişkinin o kadar da kuvvetli olmadığını, başka bir deyişle aşırı güvence arayışına giren kişilerin gerçekten ilişkide oldukları kişiler tarafından ret mi edildiklerinin yoksa olası ipuçlarını ret olarak algılayıp buna yönelik belirtiler mi geliştirdiklerinin araştırılması gerektiğini belirtmektedir. Bunu test edebilmek için de meta-analizde reddedilme duyarlılığı kavramını öne sürmektedirler.

Mevcut çalışma bulgularında reddedilme duyarlılığının depresyon üzerindeki doğrudan etkisinin anlamsız olması önemlidir. Çalışmada reddedilme duyarlılığı depresyonu doğrudan yordamazken kişilerarası yaşam stresi ile reddedilme duyarlılığının etkileşim etkisi depresyon üzerinde anlamlıdır. Bu bulgu, reddedilme duyarlılığının ilişkilerde oluşan stresle aktive olup depresyon üzerinde anlamlı bir

yordayıcılık oluşturan çalışmaların bulgusu ile tutarlıdır (Ayduk ve ark., 1999, 2001; McDonald ve ark., 2010). Chango ve arkadaşları (2012) reddedilme duyarlılığını stres-yatkınlık modeli üzerinden değerlendirdiği çalışmasında, benzer seviyelerde ilişkisel stresle karşılaşan katılımcılardan yüksek reddedilme duyarlılığı bildirilerin daha fazla depresyon puanı aldıklarını bildirmektedir. Bu bulgular doğrultusunda reddedilme duyarlılığının bir bilişsel- duygusal yatkınlık olarak var olan ilişkisel stresi abartma eğilimi sonuç olarak gösterilebilir.

Alanyazındaki bulgular göz önüne alınca hem Starr ve Davila (2008)'nın aşırı güvence arayışı için reddedilme duyarlılığı kavramını önermesi hem de reddedilme duyarlılığının bir yatkınlık olarak stresli durumlar karşısında aktive olması mevcut çalışmada düzenlenen aracılığı test ederken Model 14'ün çalışılması için iyi bir gerekçedir (Hayes, 2018). Düzenlenen aracılığın anlamlı çıkması da alanyazını destekler niteliktedir. Bu doğrultuda mevcut çalışmada bireylerin aşırı güvence arayışının depresyon ile sonuçlanma olasılığının aşırı güvence arayışı ile ortaya çıkan kişilerarası yaşam stresi ve bu stresi algılamada reddedilme duyarlılığı düzeyi ile ilişkili olduğu görülmektedir. Depresif belirtiler ele alınırken kişilerarası ve yatkınlık faktörlerinin entegre halde düşünülmesi, yapılacak terapötik müdahalelerde davranışsal, ilişkisel ve bilişsel boyutlara yer verilmesi daha bütüncül bakış açısı kazandırabilir.

4.5. Araştırmanın Klinik Doğurguları

Mevcut çalışmada beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde depresyon düzeyleri ile ilişkili olabileceği düşünülen kişilerarası faktörler (aşırı güvence arayışı ve kişilerarası yaşam stresi) ve bu faktörlerin bireysel yatkınlıklar (reddedilme

duyarlılığı) ile nasıl düzenlenebileceği araştırılmıştır. Depresyonda stres- yatkınlık modelini temel alan çalışmalar ve kişilerarası kuramları ele alan çalışmalar başta tek tek ele alınsa da son dönemlerde bu iki kuramı entegre ederek depresyonun ortaya çıkışını ve sürdürülmesini bütüncül olarak inceleyen çalışmalar mevcuttur. Alanyazında Birgenheir ve arkadaşları (2010), sosyotropi kişilik özelliği ile aşırı güvence arayışını; Evraire ve Dozois (2011), negatif geribildirim arayışı ile aşırı güvence arayışını; Weinstock ve Whisman (2007), ruminasyon ve aşırı güvence arayışını depresyonun ortaya çıkışında ve sürdürülmesinde bilişsel- kişilerarası entegrasyon çerçevesinde ele almaktadır. Ülkemizde ise depresyonda aşırı güvence arayışı kavramı, sadece Tuna'nın (2020) ruminasyon ile aşırı güvence arayışını bir arada incelediği çalışmasında görülmektedir. Bu konunun Türkiye örneklemini ile daha fazla çalışılarak aralarındaki ilişkilerin keşfedilmesi, depresyonun ortaya çıkış ve sürdürülme mekanizmasının bilinmesi önemli görülmektedir. Mevcut çalışmanın Türkiye örnekleminde depresyonun kişilerarası kuramını ardağan ve reddedilme duyarlılığını bu kurama entegre eden ilk çalışma olduğu, çalışmada elde edilen bulgularla da kuramsal ardağanı desteklediği görülmektedir.

Mevcut çalışmanın çıktısı olarak klinisyenlerin depresif belirtileri ele alırken bilişsel boyutlarla birlikte kişilerarası boyutları da sürece dahil etmeleri depresyona çok boyutlu bakış açısı için önemli olabilir. Çalışmada bireylerin pasif olarak bir yatkınlık sergileyip bu yatkınlığın stresörle birleşmesiyle depresif belirtilerdeki artıştan ziyade aktif olarak aşırı güvence arayışları ile ilişkisel stres oluşturup var olan reddedilme duyarlılıkları ile de bu stresörleri algılama biçimlerinin depresif belirtileri ile ilişkili olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda klinisyenlerin bireylerdeki depresif belirtiler ile ilişkili olabilecek hem davranışsal hem bilişsel hem de kişilerarası süreçler

hakkında bütüncül bir bakış açısı kullanması, oluşturulan vaka formülasyonunun ve terapötik müdahalelerin etkinliğini arttırabilir.

Aynı zamanda çalışmada kadın olmanın depresyon, aşırı güvence arayışı ve kişilerarası yaşam stresi ile pozitif ilişkisi ortaya çıkarılmıştır. Bu sonucun alanyazın ile tutarlılığı önceki bölümlerde ele alınmıştır. Yapılacak uygulamalarda kadın olmanın, bahsedilen değişkenler için risk faktörü olabileceği göz önüne alınarak kadınların karşılaşabileceği olası psikolojik sonuçlar için önleyici çalışmaların düzenlenmesi alanyazına katkı sağlayabilir. Ayrıca çevredeki hoşgörülü tutumlar, destekleyici ilişkiler, erken dönem yaşantıların özellikleri gibi olası koruyucu faktörlerin de bahsedilen değişkenler ile ilişkisinin ele alınması yapılacak uygulamalara farklı bir bakış açısı kazandırabilir.

4.6. Sınırlılık ve Öneriler

Mevcut çalışmanın bulgularını değerlendirirken sınırlılıkları da göz önünde bulundurmanın gerekli olduğu düşünülmektedir. Çalışmada enlemesine- kesitsel bir yöntem kullanılmıştır. Bu nedenle ortaya çıkan sonuçlar için nedensellikten bahsetmek mümkün değildir, sonuçlar yalnızca değişkenler arası ilişkileri belirtebilir. Alanyazında depresyonu kişilerarası perspektiften inceleyen hem kesitsel hem de boylamsal çalışmalara rastlanmaktadır (Starr ve Davila, 2008). Ancak bu çalışmada da kullanıldığı haliyle kesitsel yöntem, tek bir ölçüm elde edilerek değişkenlerin ilişkilerini belirtirken zaman içindeki değişim hakkında bilgi vermemektedir. İleride yapılacak olan çalışmalarda boylamsal yöntem kullanılması hem aşırı güvence arayışı ve kişilerarası yaşam stresi seviyelerinin depresif belirtiler üzerinde zamana bağlı değişimi hakkında daha zengin bilgi sağlayacağı düşünülmektedir. Aynı zamanda

farklı zamanlarda alınan ölçümler, depresyonun ortaya çıkışı ve daha sonra nasıl seyrettiği ile ilgili de bilgi verici olabilir.

Çalışmada depresyonu inceleyen kuramlardan yola çıkılarak depresyon yordanan değişken; aşırı güvence arayışı, kişilerarası yaşam stresi, reddedilme duyarlılığı ise yordayıcı değişkenler olarak kullanılmıştır. Bu nedenle çalışma bulguları sadece yordayıcı değişkenlerin depresyon ile tek yönlü ilişkilerini göstermektedir. Ancak alanyazına bakıldığında depresyonun bu değişkenlerle karşılıklı ilişkilerini ele alan çalışmalar mevcuttur (Evraire ve Dozois, 2011; Tuna, 2020). İlerleyen çalışmalarda depresyonun yordayıcı olarak ele alınması, değişkenlerin karşılıklı ilişkilerini ele alan modellerin tasarlanması ve boylamsal ölçümlerle değişkenlerin seyrini ele almak alanyazına farklı bir bakış kazandırabilir.

Çalışma verileri, özbildirim ölçekleri üzerinden toplanmıştır. Bu tür ölçekler için katılımcıların kendi beyanları esas alınmaktadır. Ancak geriye dönük ve birtakım içgörü gerektirecek cevaplar konusunda katılımcıların dürüstlükleri ve olayları muhakeme becerilerinin ne derece gerçeği yansıttığı ayrıştırılamamaktadır. Önceki bölümlerde detaylıca ele alındığı üzere reddedilme duyarlılığı kavramı özbildirim ölçekleri ile objektif olarak yeterince iyi ölçülemeyebilir. Reddedilme duyarlılığı kavramsal olarak erken dönem yaşantıları da içerisinde barındırabileceği için sözel olmayan şekillerde deneyimlenmesi mümkündür. İleriki çalışmalarda özbildirim ölçeklerine ek olarak deneysel veya niteliksel yöntemlerin de kullanılması kavramı netleştirmek için katkı sağlayabilir. Aynı zamanda kişilerarası yaşam stresi değerlendirilirken kullanılan özbididirm ölçeği, yaşanan stresli olayın ne kadarının gerçeği yansıttığı ne kadarının ise katılımcının algısına dayalı olduğunu

ölçmemektedir. Özellikle kişilerarası stres kavramı için algılanan ve gerçek ayrımı üzerine çalışmak konuya farklı bir boyut kazandırabilir. Gelecek çalışmalarda bunun için deneysel yöntemle birden fazla ölçüm almak; partner, aile bireyleri, oda arkadaşları gibi ilişkide bulunulan bireylerden de veri toplamak üzerine düşünülebilir.

Bir diğer sınırlılık, ölçek setinde kullanılan soru sayısının fazla olması ve verilerin çevrimiçi ortamda toplanması dikkati korumayı zorlaştırmış olabilir. Veri setine bakıldığında 641 kişinin en az bir ölçeği tamamen boş bıraktığı gözlenmiştir. Çevrimiçi ortamlar daha fazla katılımcıya daha kolay ulaşım sağlayabileceği gibi ölçeklerin boş bırakılmasını, kaç dakikada tamamlandığını, yalnız bir ortamda olup olmadığını kontrol edememek gibi dezavantajlar da doğurmaktadır.

Çalışma hem kullanılan ölçeklerin geçerliği ve güvenirliği yapıldığı hem de gelişimsel dönem olarak en fazla ilişkisel stres deneyimlediği bulunan (Arnett, 2000; Dyson ve Renk, 2006; Langston ve Cantor, 1989) grup olması gerekçesiyle beliren yetişkinlik dönemi 18- 25 yaş üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle çalışma bulguları bu yaş dönemi ile sınırlı tutulmaktadır. İlerleyen çalışmalar birden fazla yaş grubundan veri toplayarak yaş grupları arası farklılaşmaları inceleyebileceği gibi sonuçların genellenmesine katkı sağlayabilir. Aynı zamanda beliren yetişkinliğin iki önemli yaşam görevinden biri olan aileden ayrılma, bu çalışmanın örneklemini için incelendiğinde farklı sonuçlar göstermiştir (Langston ve Cantor, 1989). Demografik Bilgi Formu'nda sorulan “Kiminle yaşıyorsunuz?” sorusuna verilen yanıtlar incelendiğinde katılımcıların en çok aile yanında yaşadığı görülmektedir (Bkz. Tablo 2.1). Alanyazın ile bu bulgunun farklılaşması Türkiye’de hem modern hem de geleneksel yaşam biçimlerinin bir arada bulunması ile ilişkili olabilir. Buna ek olarak

son yıllarda işsizlik oranlarındaki artış, eğitim süresinin uzunluğu ekonomik bağımsızlığı kazanmanın önünde bir engel oluşturarak aile ile yaşamayı arttırıyor olabilir (Atak ve Çok, 2010; Atak ve ark., 2016).

Çalışmada kullanılan örneklemin demografik özelliklerine bakıldığında bazı farklılaşmalar görülmektedir. Özellikle cinsiyetler arası dengesizlik önemli bir sınırlılık olabilir. Değişkenlerin cinsiyete göre farklılaşması analizi için kadın katılımcılar seçkisiz olarak erkek katılımcılara denk seçilse de diğer analizlere 246 kadın, 58 erkek, 2 diğer olarak kodlanan toplam 306 katılımcı ile devam edilmiştir. Buna ek olarak okul, bölüm gibi demografik özelliklerde de dengeli dağılım görülmemektedir. Gelecek çalışmalar demografik olarak daha dengeli bir katılımcı grubu ile çalışarak sonuçlar arası farklılaşmayı inceleyebilir.

Kuramsal ardaan olan etkileşimsel depresyon teorisi de (Coyne, 1976), stres oluşturma hipotezi de (Hammen, 1991b) depresyona eğilimli/ eşik altı depresif belirtiler gösteren bireyler üzerine geliştirilmiştir. Bu gerekçe ile mevcut çalışmada da güncel psikiyatrik tanı belirten katılımcılar analizden dışlanarak genel popülasyonda gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmayı güncel psikiyatrik tanı belirten, özellikle de depresyon tanısı belirten örneklemlerle tekrarlamak öne sürülen düzenlenen aracılık modeli için daha kapsamlı bilgi sağlayacağı düşünülmektedir.

Son olarak çalışmanın veri toplama süreci Türkiye’de 11 ili etkileyen 6 Şubat depremi sonrasına denk gelmiştir. Böylesine kitlesel travmalar, bireylerin psikolojik iyi oluşlarını etkilemektedir (Özkan ve Çetinkaya Kutun, 2021). Çalışmada incelenen depresyon, stres gibi psikolojik değişkenlerin deneyimlenmesinin deprem sonrası

süreçten etkilenebileceği düşünülmektedir. Bulguları ele alırken bu dönemin etkilerini de göz önünde bulundurmak faydalı olabilir.

4.7. Sonuç

Mevcut çalışmada 18- 25 yaş arası beliren yetişkinlik dönemi üniversite öğrencilerinde aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stresi aracılığı ile depresyon ile ilişkisinde reddedilme duyarlılığının düzenleyici rolü incelenmiştir. Bunun yanı sıra bahsedilen değişkenlerin cinsiyetler bakımından farklılaşması da ele alınmıştır. Çalışmada örneklem olarak 306 üniversite öğrencisinden veri toplanmış ve katılımcılara çevrimiçi uygulama olan Qualtrics üzerinden ulaşılmıştır. Veri toplama araçları Demografik Bilgi Formu, Beck Depresyon Envanteri, Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, Güvence Arama Ölçeği ve Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri'nden oluşmaktadır. Elde edilen veriler öne sürülen model ve hipotezler doğrultusunda Bağımsız Gruplar İçin T-Testi, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı, Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi, Basit Aracı Değişken Analizi, Düzenlenen Aracı Değişken Analizi ile incelenmiştir. Bahsedilen analizler sonucu elde edilen bulgular özetlenmiştir:

1. Katılımcıların aşırı güvence arayışı puanları ile depresyon puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür. Bundan hareketle çalışmada öne sürülen 1. hipotez desteklenmiştir. Bu bulgu alanyazın ile de tutarlılık göstermektedir.
2. Katılımcıların kişilerarası yaşam stres puanları ile depresyon puanları arasında da istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür. Böylelikle çalışmanın 2. hipotezi desteklenmiştir ve alanyazınla uyumludur.

3. Katılımcıların aşırı güvence arayışı arttıkça kişilerarası yaşam stresinin de arttığı gözlenmiştir. Buna göre 3. hipotez de alanyazınla uyumlu olarak desteklenmiştir.
4. Beliren yetişkinlik dönemi üniversite öğrencilerinde aşırı güvence arayışı ile depresyon arasında kişilerarası yaşam stresinin aracılık rolü Basit Aracı Değişken Analizi yapılarak ortaya çıkarılmıştır. Öne sürülen 4. hipotez bu bulgu ile desteklenmiştir. Alanyazındaki aracılık çalışmasının bulguları ile tutarlılık göstermektedir.
5. Beliren yetişkinlik dönemi üniversite öğrencilerinde aşırı güvence arayışının kişilerarası yaşam stresi aracılığı ile depresyon üzerindeki dolaylı yordayıcılığının reddedilme duyarlılığı tarafından düzenlenmesi Düzenlenen Aracı Değişken Analizi yapılarak ortaya çıkarılmıştır. Buna göre aşırı güvence arayışında olan ve yüksek reddedilme duyarlılığı bildiren katılımcılar, oluşan kişilerarası yaşam stresi ile etkileşime girerek daha yüksek depresyon puanı almaktadır. Çalışmanın son hipotezi de desteklenmiştir. Alanyazında ise direkt bu modelin öne sürüldüğü çalışmalara rastlanmamıştır.
6. Araştırma değişkenleri arasında yapılan korelasyon analizleri tüm değişkenlerin depresyon ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki içinde olduğunu göstermiştir. Ancak Çoklu Doğrusal Regresyon Analizinde reddedilme duyarlılığının doğrudan depresyonu yordamadığı, Düzenlenen Aracı Değişken Analizinde ise reddedilme duyarlılığının kişilerarası yaşam stresi ile etkileşim etkisinin depresyonu yordadığı sonucu stres- yatkınlık modelini desteklemektedir.
7. Cinsiyet için yapılan Bağımsız Gruplar İçin T-Testi sonucunda aşırı güvence arayışı, depresyon ve kişilerarası yaşam stresi için kadınların anlamlı olarak daha fazla puan aldığı görülmektedir; reddedilme duyarlılığı için anlamlı bir farklılaşma

elde edilmemiştir. Kadın olmanın stresli yaşam olayları deneyimleme ve depresyon için risk faktörü olması alanyazın ile tutarlıdır. Aşırı güvence arayışı için bulunan bulguların alanyazına bir katkı sağladığı düşünülebilir. Reddedilme duyarlılığı için bir farklılaşma görülmemesi ise alanyazındaki bazı bulgular ile uyumludur.

Sonuç olarak aşırı güvence arayışının, kişilerarası yaşam stresinin ve reddedilme duyarlılığı düzeylerinin depresyon puanları ile ilişkisinin bir arada çalışıldığı bir çalışmaya rastlanmaması, bu çalışma bulgularının alanyazına bir yenilik kattığı söylenebilir. Aynı zamanda Türkiye örneğinde bu değişkenlerin incelenmesi ve hem aracılık hem düzenlenen aracılık analizlerinin anlamlılık göstermesi, beliren yetişkinlik dönemi üniversite öğrencilerinde depresyon belirtilerini bütüncül olarak ele alan klinik uygulamaların geliştirilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışmaya ek olarak yukarıdaki bulgularda bahsedilen kişilerarası süreçlerin ve bireysel yatkınlıkların depresyonun ortaya çıkma ve sürdürülme mekanizmasını daha iyi aydınlatabilmek için daha büyük örneklem grupları ve farklı yöntemlerin kullanıldığı çalışmalara da ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Albert, P. R. (2015). Why is depression more prevalent in women?. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, 40(4), 219-221. <https://doi.org/10.1503/jpn.150205>
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, fifth edition, text revision* (1. Baskı). Washington: American Psychiatric Association.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). *Ruhsal bozuklukların tanısı ve sayımsal elkitabı (DSM-5) tanı ölçütleri başvuru elkitabı* (E, Köroęlu, Çev.) (5. baskı). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Arkar, H. (1992). Beck'in depresyon modeli ve bilişsel terapisi. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 5(1-3), 37-40.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Atak, H. ve Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(1), 39-50.
- Atak, H., Tatlı, C. E., Çokamay, G., Büyükpabuşcu, H., & Çok, F. (2016). Yetişkinliğe geçiş: Türkiye’de demografik ölçütler bağlamında kuramsal bir gözden geçirme. *Psikiyatri GÜNCEL Yaklaşımlar*, 8(3), 204-227. <https://doi.org/10.18863/pgy.238184>

- Ayduk, O., Downey, G. ve Kim, M. (2001). Rejection sensitivity and depressive symptoms in women. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(7), 868-877. <https://doi.org/10.1177/0146167201277009>
- Ayduk, O., Downey, G., Testa, A., Yen, Y. ve Shoda, Y. (1999). Does rejection elicit hostility in rejection sensitive women?. *Social Cognition*, 17(2), 245-271. <https://doi.org/10.1521/soco.1999.17.2.245>
- Ayduk, O., Mendoza-Denton, R., Mischel, W., Downey, G., Peake, P. K., ve Rodriguez, M. (2000). Regulating the interpersonal self: strategic self-regulation for coping with rejection sensitivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(5), 776-792. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.5.776>
- Barker, D. B. (2007). Antecedents of stressful experiences: Depressive symptoms, self-esteem, gender, and coping. *International Journal of Stress Management*, 14(4), 333-349. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.14.4.333>
- Baron R. M. ve Kenny David A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Bebbington, P. E., Dunn, G., Jenkins, R., Lewis, G., Brugha, T., Farrell, M., ve Meltzer, H. (1998). The influence of age and sex on the prevalence of depressive conditions: report from the National Survey of Psychiatric Morbidity. *Psychological Medicine*, 28(1), 9-19. <https://doi.org/10.1017/S0033291797006077>

- Beck, A. T. (1964). Thinking and depression: II. Theory and therapy. *Archives of General Psychiatry*, 10(6), 561-571. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1964.01720240015003>
- Beck, A. T. ve Alford, B. A. (2009). *Depression: causes and treatment* (2. Baskı). University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F. ve Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. Guilford Press.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J. ve Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561- 571. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1961.01710120031004>
- Birgenheir, D. G., Pepper, C. M. ve Johns, M. (2010). Excessive reassurance seeking as a mediator of sociotropy and negative interpersonal life events. *Cognitive Therapy and Research*, 34(2), 188-195. <https://doi.org/10.1007/s10608-009-9242-1>
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. loss dadness and depression*. New York: Basic Books.
- Bremner, J. D., Narayan, M., Anderson, E. R., Staib, L. H., Miller, H. L. ve Charney, D. S. (2000). Hippocampal volume reduction in major depression. *American Journal of Psychiatry*, 157(1), 115-118. <https://doi.org/10.1176/ajp.157.1.115>
- Bulloch, A. G., Williams, J. V., Lavorato, D. H. ve Patten, S. B. (2017). The depression and marital status relationship is modified by both age and gender. *Journal of Affective Disorders*, 223(1), 65-68. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.06.007>
- Burke, K. C., Burke, J. D., Regier, D. A., ve Rae, D. S. (1990). Age at onset of selected mental disorders in five community populations. *Archives of general*

psychiatry, 47(6), 511-518. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1990.01810180011002>

Can, A. (2022). SPSS ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi (10. Baskı). Pegem Akademi.

Chango, J. M., McElhaney, K. B., Allen, J. P., Schad, M. M. ve Marston, E. (2012). Relational stressors and depressive symptoms in late adolescence: Rejection sensitivity as a vulnerability. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 40(3), 369-379. <https://doi.org/10.1007/s10802-011-9570-y>

Clark, D. A., Beck, A. T. ve Brown, G. K. (1992). Sociotropy, autonomy, and life event perceptions in dysphoric and nondysphoric individuals. *Cognitive Therapy and Research*, 16(6), 635-652. <https://doi.org/10.1007/BF01175404>

Cohen, S. (2004). Social Relationships and Health. *American Psychologist*, 59(8), 676-684. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.8.676>

Corsini, R. J. ve Wedding, D. (2012). *Modern psikoterapiler*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Coyne, J. C. (1976). Toward an interactional description of depression. *Psychiatry*, 39(1), 28- 40.

Creasey, G., ve Hesson-McInnis, M. (2001). Affective responses, cognitive appraisals, and conflict tactics in late adolescent romantic relationships: Associations with attachment orientations. *Journal of Counseling Psychology*, 48(1), 85-96. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.48.1.85>

Çelik, F. H. ve Hocaoglu, C. (2016). Major depressive disorder definition, etiology and epidemiology; A Review. *Journal of Contemporary Medicine*, 6(1), 51-66. <https://doi.org/10.16899/ctd.03180>

- Davila, J., Bradbury, T. N., Cohan, C. L. ve Tochluk, S. (1997). Marital functioning and depressive symptoms: evidence for a stress generation model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(4), 849-861. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.4.849>
- Davila, J., Hammen, C., Burge, D., Paley, B., ve Daley, S. E. (1995). Poor interpersonal problem solving as a mechanism of stress generation in depression among adolescent women. *Journal of Abnormal Psychology*, 104(4), 592. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.104.4.592>
- Delgado, P. L., & Moreno, F. A. (2000). Role of norepinephrine in depression. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 61(1), 5–12.
- Dinç, Y. (2001). *Predictive role of perfectionism on depressive symptoms and anger: Negative life events as the moderator*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Dobson, K. S., Quigley, L. ve Dozois, D. J. (2014). Toward an integration of interpersonal risk models of depression and cognitive-behaviour therapy. *Australian Psychologist*, 49(6), 328-336. <https://doi.org/10.1111/ap.12079>
- Downey, G. ve Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327–1343. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.6.1327>
- Downey, G., Freitas, A. L., Michaelis, B., ve Khouri, H. (1998). The self-fulfilling prophecy in close relationships: rejection sensitivity and rejection by romantic partners. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(2), 545-560. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.2.545>

- Downey, G., Lebolt, A., Rincón, C. ve Freitas, A. L. (1998). Rejection sensitivity and children's interpersonal difficulties. *Child Development*, 69(4), 1074-1091. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1998.tb06161.x>
- Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ). (2021). Depresyon. *Dünya Sağlık Örgütü Web Sitesi* <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression> adresinden edinilmiştir. Erişim Tarihi: 21 Ocak 2023.
- Dyson, R. ve Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of Clinical Psychology*, 62(10), 1231-1244. <https://doi.org/10.1002/jclp.20295>
- Eberhart, N. K. ve Hammen, C. L. (2009). Interpersonal predictors of stress generation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(5), 544-556. <https://doi.org/10.1177/0146167208329857>
- Eberhart, N. K. ve Hammen, C. L. (2010). Interpersonal style, stress, and depression: An examination of transactional and diathesis-stress models. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(1), 23- 38. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.1.23>
- Ebmeier, K. P., Donaghey, C. ve Steele, J. D. (2006). Recent developments and current controversies in depression. *The Lancet*, 367(9505), 153-167. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(06\)67964-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(06)67964-6)
- Eralp, D. (2021). *The relationship between parental acceptance-rejection, marital satisfaction and rejection sensitivity in Turkish newlyweds: a dyadic mediation analysis* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Özyeğin Üniversitesi, İstanbul.

- Erözkan, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası duyarlılıkları ile reddedilme duyarlılıklarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 85-98.
- Erözkan, A. (2009). Rejection sensitivity levels with respect to attachment styles, gender, and parenting styles: A study with Turkish students. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 37(1), 1-14. <https://doi.org/10.2224/sbp.2009.37.1.1>
- Evans-Lacko, S., Aguilar-Gaxiola, S., Al-Hamzawi, A., Alonso, J., Benjet, C., Bruffaerts, R., ... ve Thornicroft, G. (2018). Socio-economic variations in the mental health treatment gap for people with anxiety, mood, and substance use disorders: results from the WHO World Mental Health (WMH) surveys. *Psychological Medicine*, 48(9), 1560-1571. <https://doi.org/10.1017/S0033291717003336>
- Evraire, L. E. ve Dozois, D. J. (2011). An integrative model of excessive reassurance seeking and negative feedback seeking in the development and maintenance of depression. *Clinical Psychology Review*, 31(8), 1291-1303. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.07.014>
- Evraire, L. E. ve Dozois, D. J. A. (2014). If it be love indeed tell me how much: Early core beliefs associated with excessive reassurance seeking in depression. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement*, 46(1), 1-8. <https://doi.org/10.1037/a0033486>
- Feldman, S. ve Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior.

Development and Psychopathology, 6(1), 231-247. <https://doi.org/10.1017/S0954579400005976>

Felsten, G. (1998). Gender and coping: Use of distinct strategies and associations with stress and depression. *Anxiety, Stress and Coping*, 11(4), 289-309. <https://doi.org/10.1080/10615809808248316>

Folkman, S. ve Lazarus, R. S. (1986). Stress processes and depressive symptomatology. *Journal of Abnormal Psychology*, 95(2), 107-113. <https://doi.org/10.1037//0021-843x.95.2.107>

Gao, S., Assink, M., Liu, T., Chan, K. L., ve Ip, P. (2021). Associations between rejection sensitivity, aggression, and victimization: A meta-analytic review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 22(1), 125-135. <https://doi.org/10.1177/1524838019833005>

Gao, S., Assink, M., Cipriani, A., ve Lin, K. (2017). Associations between rejection sensitivity and mental health outcomes: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 57, 59-74. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.08.007>

Gençöz, T. ve Dinç, Y. (2006). Moderator role of perfectionism between negative life events and depressive symptoms among Turkish youth. *The International Journal of Social Psychiatry*, 52(4), 332–342. <https://doi.org/10.1177/0020764006065145>

Gençöz, T. ve Gençöz, F. (2005). Psychometric properties of the reassurance- seeking scale in a Turkish sample. *Psychological Reports*, 96(1), 47-50. <https://doi.org/10.2466/pr0.96.1.47-50>

- Göncü Köse, A., Özen Çıglak, A., Ulaşan, E. T. ve Sümer, N. (2017). Reddedilme duyarlılığı ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 11(5), 383-403.
- Hammen, C. (1991a). *Depression runs in families: The social context of risk and resilience in children of depressed women*. Springer-Verlag.
- Hammen, C. (1991b). Generation of stress in the course of unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 555–561. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.4.555>
- Hammen, C. (2003). Interpersonal stress and depression in women. *Journal of Affective Disorders*, 74(1), 49-57. [https://doi.org/10.1016/S0165-0327\(02\)00430-5](https://doi.org/10.1016/S0165-0327(02)00430-5)
- Hammen, C. L. (2015). Stress and depression: old questions, new approaches *Current Opinion in Psychology*, 4, 80-85. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2014.12.024>
- Hammen, C. ve Brennan, P. A. (2002). Interpersonal dysfunction in depressed women: Impairments independent of depressive symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 72(2), 145-156. [https://doi.org/10.1016/S0165-0327\(01\)00455-4](https://doi.org/10.1016/S0165-0327(01)00455-4)
- Hankin, B. L. ve Abramson, L. Y. (2001). Development of gender differences in depression: An elaborated cognitive vulnerability–transactional stress theory. *Psychological Bulletin*, 127(6), 773-796. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.6.773>
- Harper, M. S., Dickson, J. W., ve Welsh, D. P. (2006). Self-silencing and rejection sensitivity in adolescent romantic relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 435-443. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9048-3>

- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. (2nd Ed). Guilford Press.
- Hayes, A. F., ve Scharkow, M. (2013). The relative trustworthiness of tests of indirect effects in statistical mediation analysis. Does method really matter? *Psychological Science*, 24(10), 1918–1927. <https://doi.org/10.1177/0956797613480187>
- Hilsman, R. ve Garber, J. (1995). A test of the cognitive diathesis-stress model of depression in children: Academic stressors, attributional style, perceived competence, and control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(2), 370-380. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.2.370>
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği, güvenirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.1.23>
- İbrahim, A. K., Kelly, S. J., Adams, C. E. ve Glazebrook, C. (2013). A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *Journal of Psychiatric Research*, 47(3), 391-400. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2012.11.015>
- Joiner Jr, T. E. ve Metalsky, G. I. (2001). Excessive reassurance seeking: Delineating a risk factor involved in the development of depressive symptoms. *Psychological Science*, 12(5), 371-378. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00369>
- Joiner, T. E. ve Metalsky, G. I. (1995). A prospective test of an integrative interpersonal theory of depression: A naturalistic study of college roommates.

Journal of Personality and Social Psychology, 69(4), 778.

<https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.778>

Joiner, T. E., Alfano, M. S. ve Metalsky, G. I. (1992). When depression breeds contempt: Reassurance seeking, self-esteem, and rejection of depressed college students by their roommates. *Journal of Abnormal Psychology*, 101(1), 165–173. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.101.1.165>

Joiner, T. E., Jr. ve Schmidt, N. B. (1998). Excessive reassurance-seeking predicts depressive but not anxious reactions to acute stress. *Journal of Abnormal Psychology*, 107(3), 533–537. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.107.3.533>

Joiner, T. E., Metalsky, G. I., Katz, J. ve Beach, S. R. (1999). Depression and excessive reassurance-seeking. *Psychological Inquiry*, 10(3), 269-278. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1004_1

Katz, J., Beach, S. R. ve Joiner Jr, T. E. (1998). When does partner devaluation predict emotional distress? Prospective moderating effects of reassurance-seeking and self-esteem. *Personal Relationships*, 5(4), 409-421. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1998.tb00179.x>

Kessler, R. C. ve Bromet, E. J. (2013). The epidemiology of depression across cultures. *Annual Review of Public Health*, 34(1), 119- 138. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-031912-114409>

Kessler, R. C., McGonagle, K. A., Zhao, S., Nelson, C. B., Hughes, M., Eshleman, S., ... ve Kendler, K. S. (1994). Lifetime and 12-month prevalence of DSM-III-R psychiatric disorders in the United States: results from the National Comorbidity Survey. *Archives of General Psychiatry*, 51(1), 8-19. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1994.03950010008002>

- Kılıç, C. (1998). Erişkin nüfusta ruhsal hastalıkların yaygınlığı, ilişkili faktörler, yetiştirimi ve ruh sağlığı hizmeti kullanım sonuçları. *Türkiye Ruh Sağlığı Profili* içinde. T.C. Sağlık Bakanlığı: Ankara.
- Krackow, E. ve Rudolph, K. D. (2008). Life stress and the accuracy of cognitive appraisals in depressed youth. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 37(2), 376-385. <https://doi.org/10.1080/15374410801955797>
- Kraines, M. A. ve Wells, T. T. (2017). Rejection sensitivity and depression: Indirect effects through problem solving. *Psychiatry*, 80(1), 55-63. <https://doi.org/10.1080/00332747.2016.1185891>
- Kwon, S.M. ve Oei, T.P.S. (1992). Differential causal roles of dysfunctional attitudes and automatic thoughts in depression. *Cognitive Therapy and Research*, 16(3), 309–328. <https://doi.org/10.1007/BF01183284>
- Langston, C. A. ve Cantor, N. (1989). Social anxiety and social constraint: When making friends is hard. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(4), 649–661. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.4.649>
- Levy, S. R., Ayduk, O. ve Downey, G. (2001). The role of rejection sensitivity in people's relationships with significant others and valued social groups. M. R. Leary (Ed.), *Interpersonal rejection* içinde (1.Baskı, s. 251–289). New York: Oxford University Press.
- Lim, G. Y., Tam, W. W., Lu, Y., Ho, C. S., Zhang, M. W., ve Ho, R. C. (2018). Prevalence of Depression in the Community from 30 Countries between 1994 and 2014. *Scientific Reports*, 8(1), 2861-2871. <https://doi.org/10.1038/s41598-018-21243-x>

- Liu, R. T. ve Alloy, L. B. (2010). Stress generation in depression: A systematic review of the empirical literature and recommendations for future study. *Clinical Psychology Review*, 30(5), 582–593. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.04.010>
- Liu, R. T., Kraines, M. A., Massing-Schaffer, M. ve Alloy, L. B. (2014). Rejection sensitivity and depression: mediation by stress generation. *Psychiatry*, 77(1), 86-97. <https://doi.org/10.1521/psyc.2014.77.1.86>
- London, B., Downey, G., Bonica, C. ve Paltin, I. (2007). Social causes and consequences of rejection sensitivity. *Journal of Research on Adolescence*, 17(3), 481-506. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2007.00531.x>
- Marcus, S. M., Kerber, K. B., Rush, A. J., Wisniewski, S. R., Nierenberg, A., Balasubramani, G. K., ... ve Trivedi, M. H. (2008). Sex differences in depression symptoms in treatment- seeking adults: Confirmatory analyses from the Sequenced Treatment Alternatives to Relieve Depression study. *Comprehensive Psychiatry*, 49(3), 238-246. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2007.06.012>
- Marcus, S. M., Young, E. A., Kerber, K. B., Kornstein, S., Farabaugh, A. H., Mitchell, J., ... ve Rush, A. J. (2005). Gender differences in depression: Findings from the STAR* D study. *Journal of Affective Disorders*, 87(2), 141-150. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2004.09.008>
- Marston, E. G., Hare, A., ve Allen, J. P. (2010). Rejection sensitivity in late adolescence: Social and emotional sequelae. *Journal of Research on Adolescence*, 20(4), 959-982. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00675.x>

- McDonald, K. L., Bowker, J. C., Rubin, K. H., Laursen, B. ve Duchene, M. S. (2010). Interactions between rejection sensitivity and supportive relationships in the prediction of adolescents' internalizing difficulties. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 563-574. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9519-4>
- Mischel, W. ve Shoda, Y. (1995). A cognitive-affective system theory of personality: Reconceptualizing situations, dispositions, dynamics, and invariance in personality structure. *Psychological Review*, 102(2), 246-268. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.102.2.246>
- Monroe, S. M. ve Simons, A. D. (1991). Diathesis-stress theories in the context of life stress research: Implications for the depressive disorders. *Psychological Bulletin*, 110(3), 406-425. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.3.406>
- Noble, R. E. (2005). Depression in women. *Metabolism*, 54(5), 49-52. <https://doi.org/10.1016/j.metabol.2005.01.014>
- Normansell, K. M. ve Wisco, B. E. (2017). Negative interpretation bias as a mechanism of the relationship between rejection sensitivity and depressive symptoms. *Cognition and Emotion*, 31(5), 950-962. <https://doi.org/10.1080/02699931.2016.1185395>
- Olchanski, N., McInnis Myers, M., Halseth, M., Cyr, P. L., Bockstedt, L., Goss, T. F. ve Howland, R. H. (2013). The economic burden of treatment-resistant depression. *Clinical Therapeutics*, 35(4), 512-522. <https://doi.org/10.1016/j.clinthera.2012.09.001>
- Oral, M. (1999). *The relationship between dimensions of perfectionism, stressful life events and depressive symptoms in university students, "a test of diathesis-*

- stress model of depression*” (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Özen, D. Ş. ve Güneri, F. K. (2018). İlişki başarısının temel belirleyicisi: Reddedilme duyarlılığı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 10(4), 454-469. <https://doi.org/10.18863/pgy.360041>
- Özkan, B., & Kutun, F. Ç. (2021). Afet psikolojisi. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 8(3), 249-256. <https://doi.org/10.52880/sagakaderg.868877>
- Öztürk, M. O. ve Uluşahin, A. (2020). *Ruh sağlığı ve bozuklukları* (16. baskı). Nobel Tıp Kitabevleri.
- Patten, S. B., Wang, J. L., Williams, J. V., Currie, S., Beck, C. A., Maxwell, C. J., ve El-Guebaly, N. (2006). Descriptive epidemiology of major depression in Canada. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 51(2), 84-90. <https://doi.org/10.1177/070674370605100204>
- Potthoff, J. G., Holahan, C. J. ve Joiner, T. E. (1995). Reassurance seeking, stress generation, and depressive symptoms: an integrative model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 664-670. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.4.664>
- Preacher, K. J. ve Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments & Computers*, 36(4), 717–731. <https://doi.org/10.3758/BF03206553>
- Sabuncuoğlu, O., Ekinci, Ö., Bahadır, T., Akyuva, Y., Altınöz, E., ve Berkem, M. (2006). Ergen öğrenciler arasında akran örselemesi ve depresyon belirtileriyle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 9, 27-35.

- Safford, S. M., Alloy, L. B., Abramson, L. Y. ve Crossfield, A. G. (2007). Negative cognitive style as a predictor of negative life events in depression-prone individuals: A test of the stress generation hypothesis. *Journal of Affective Disorders*, 99(1-3), 147-154. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2006.09.003>
- Salleh, M. R. (2008). Life event, stress and illness. *The Malaysian Journal of Medical Sciences*, 15(4), 9–18.
- Schweitzer, I., Tuckwell, V., Ames, D., & O'Brien, J. (2001). Structural neuroimaging studies in late-life depression: a review. *The World Journal of Biological Psychiatry : The Official Journal of the World Federation of Societies of Biological Psychiatry*, 2(2), 83–88. <https://doi.org/10.3109/15622970109027497>
- Selye, H. (1976). *Stress without distress*. (s. 137-146). Philadelphia& New York: J. B. Lippincott Company.
- Shahar, G., Joiner Jr, T. E., Zuroff, D. C. ve Blatt, S. J. (2004). Personality, interpersonal behavior, and depression: Co-existence of stress-specific moderating and mediating effects. *Personality and Individual Differences*, 36(7), 1583-1596. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2003.06.006>
- Shih, J. H., ve Auerbach, R. P. (2010). Gender and stress generation: An examination of interpersonal predictors. *International Journal of Cognitive Therapy*, 3(4), 332-344. <https://doi.org/10.1521/ijct.2010.3.4.332>
- Starr, L. R. (2015). When support seeking backfires: Co-rumination, excessive reassurance seeking, and depressed mood in the daily lives of young adults. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34(5), 436-457. <https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.5.436>

- Starr, L. R. ve Davila, J. (2008). Excessive reassurance seeking, depression, and interpersonal rejection: a meta-analytic review. *Journal of Abnormal Psychology, 117*(4), 762-775. <https://doi.org/10.1037/a0013866>
- Sullivan, P. F., Neale, M. C., & Kendler, K. S. (2000). Genetic epidemiology of major depression: review and meta-analysis. *The American Journal of Psychiatry, 157*(10), 1552–1562. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.157.10.1552>
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics: International edition. Boston, MA: Pearson.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. ve Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (5th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Tamam, L. ve Zeren, T. (2002). Depresyonda serotonerjik düzenekler. *Klinik Psikiyatri Dergisi, 5*(4), 11-18.
- Timmons, K. A., ve Joiner Jr, T. E. (2008). Reassurance seeking and negative feedback seeking. *Risk factors in depression* içinde (s. 429-446). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-045078-0.00019-8>
- Tuna, E. (2020). Predictors of stress generation in Turkish young adults: The role of rumination and excessive reassurance seeking. *International Journal of Psychology, 55*(6), 907-915. <https://doi.org/10.1002/ijop.12666>
- Turhan, B. (2023). *The association between attachment styles and rejection sensitivity in romantic relationships: roles of emotion regulation and intolerance of uncertainty* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İzmir Ekonomi Üniversitesi, İzmir.

- Weinstock, L. M. ve Whisman, M. A. (2007). Rumination and excessive reassurance-seeking in depression: A cognitive–interpersonal integration. *Cognitive Therapy and Research*, 30(3), 333-342. <https://doi.org/10.1007/s10608-006-9004-2>
- Williams, K.L. ve Galliher, R.V. (2006). Predicting depression and self–esteem from social connectedness, support, and competence. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(8), 855-874. <https://doi.org/10.1521/JSCP.2006.25.8.855>



EKLER

Ek A. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Araştırmaya Katılmak İçin Bilgilendirilmiş Onam Formu

Değerli katılımcı,

Bu çalışma Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi klinik psikoloji yüksek lisans programı kapsamında Doç. Dr. Olga Selin Hünler ve klinik psikoloji yüksek lisans öğrencisi Elis Hacıhasanoğlu tarafından yüksek lisans tezi amacıyla yürütülmektedir. Çalışmanın amacı depresyon belirtileri ile ilişkili olabilecek bireysel ve kişilerarası faktörlerin rolünü incelemektir. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Bu çalışmaya katılmayı seçerseniz sizden bazı soruları cevaplandırmanız beklenecektir. Çalışmamız yaklaşık 20- 25 dakika sürmektedir. Araştırmamız uluslararası etik standartlarına uygun bir şekilde hazırlanmıştır.

Yararlar ve Riskler

Bu araştırmanın size doğrudan bir faydası yoktur. Umuyoruz ki bu araştırma bilimsel bilgiyi artırarak başkalarına ve topluma fayda sağlayacaktır.

Çalışma ile ilgili öngörülebilir bir risk yoktur. Çalışma sırasında herhangi bir noktada rahatsız olursanız, katılım onayınızı geri çekebilirsiniz. Onayınızı geri çekmeniz sizin için olumsuz bir sonucu olmayacaktır.

Gizlilik

Katılımcılardan aldığımız bilgilerin tümü anonimdir. Sizden kişisel verilerinize (ör. Adınız, adresiniz, e-posta vb.) dair hiçbir bilgi istenmemektedir. Analiz öncesinde verileriniz tümüyle anonimleştirilecektir.

Katılımın Gönüllü Yapısı

Bu çalışmaya katılma kararınız tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Bu nedenle, herhangi bir zamanda olumsuz sonuç vermeden çalışmaya katılmayı reddedebilir veya katılımınızı sonlandırabilirsiniz. Katılımınızı sonlandırmanız durumunda herhangi bir sorumluluk ile karşılaşmayacaksınız.

İletişim bilgileri

Bu çalışma hakkında herhangi bir sorunuz veya endişeniz varsa araştırmacılarla ____ ve ____ adresinden e-mail yoluyla iletişime geçebilirsiniz.

Katılım Onayı

Bu çalışmaya katılmayı kabul ederseniz, lütfen “Katılmayı kabul ediyorum” seçeneğini işaretleyiniz.

- ☐ Katılmayı kabul ediyorum.

Ek B. Demografik Bilgi Formu

Demografik Bilgi Formu

Çalışmadaki soruları cevaplandırmaya başlamadan önce sizden kişisel bilgilerinizi içeren bazı soruları cevaplandırmanızı rica ediyoruz. Bu bilgiler tamamen anonimleştirilerek kullanılmaktadır.

1. Yaşınız:
2. Cinsiyetiniz:
3. Okuduğunuz okul:
4. Okuduğunuz bölüm:
5. Sınıfınız:
Hazırlık () 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 ()
6. Şu an bir romantik ilişkiniz var mı? :
Evet () Hayır () Belirsiz ()
7. Kiminle yaşıyorsunuz? :
Aile () Tek () Yurt () Arkadaş () Akraba () Partner ()
8. Şu anda herhangi bir psikiyatrik tanınız var mı? :
Evet (), belirtiniz..... Hayır ()
9. Geçmişte herhangi bir psikiyatri tanınız oldu mu? :
Evet (), belirtiniz..... Hayır ()

Ek C. Beck Depresyon Envanteri

Beck Depresyon Envanteri (BDE)

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. Gelecek konusunda umutsuzum c. Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok d. Benim için bir gelecek olmadığı gibi bu durum değişmeyecek
3) a. Kendimi başarısız görmüyorum b. Herkesten daha fazla başarısızlıklarım oldu sayılır c. Geriye dönüp baktığımda, pek çok başarısızlığımın olduğunu görüyorum d. Kendimi bir insan olarak tümüyle başarısız görüyorum
4) a. Her şeyden eskisi kadar doyum (zevk) alabiliyorum b. Her şeyden eskisi kadar doyum alamıyorum c. Artık hiçbir şeyden gerçek bir doyum alamıyorum d. Bana doyum 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. Cezalandırılmışım gibi duygular içinde değilim b. Sanki bazı şeyler için cezalandırılabilmişim gibi duygular içindeyim c. Cezalandırılacakmışım gibi duygular yaşıyorum d. Bazı şeyler için cezalandırılıyorum
7) a. Kendimi hayal kırıklığına uğratmadım b. Kendimi hayal kırıklığına uğrattım c. Kendimden hiç hoşlanmıyorum d. Kendimden nefret ediyorum

8) a. Kendimi diğer insanlardan daha kötü durumda görmüyorum b. Kendimi zayıflıklarım ve hatalarım için eleştiriyorum c. Kendimi hatalarım için her zaman suçluyorum d. Her kötü olayda kendimi suçluyorum
9) a. Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok b. Bazen kendimi öldürmeyi düşünüyorum ama böyle bir şey yapamam c. Kendimi öldürebilmeyi çok isterdim d. Eğer bir fırsatını bulursam kendimi öldürürüm
10) a. Herkesten daha fazla ağladığımı sanmıyorum b. Eskisine göre şimdilerde daha çok ağlıyorum c. Şimdilerde her an ağlıyorum d. Eskiden ağlayabilirdim. Şimdilerde istesem de ağlayamıyorum
11) a. Eskisine göre daha sinirli veya tedirgin sayılmam b. Her zamankinden biraz daha fazla tedirginim c. Çoğu zaman sinirli ve tedirginim d. Şimdilerde her an için tedirgin ve sinirliyim
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. Eskisi gibi rahat ve kolay kararlar verebiliyorum b. Eskisine kıyasla şimdilerde karar vermeyi daha çok erteliyorum c. Eskisine göre karar vermekte oldukça güçlük çekiyorum d. Artık hiç karar veremiyorum
14) a. Eskisinden daha kötü bir dış görünüşüm olduğunu sanmıyorum b. Sanki yaşlanmış ve çekiciliğimi kaybetmişim gibi düşünüyorum ve üzülüyorum c. Dış görünüşümde artık değiştirilmesi mümkün olmayan ve beni çirkinleştiren değişiklikler olduğunu hissediyorum d. Çok çirkin olduğumu düşünüyorum
15) a. Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum b. Bir işe başlayabilmek için eskisine göre daha çok çaba harcıyorum c. Ne olursa olsun, yapabilmek için kendimi çok zorluyorum d. Artık hiç çalışmıyorum 16) Bu soru için sadece "c" şıkkını işaretleyiniz. a. b. c. d.

16) a. Eskisi kadar kolay ve rahat uyuyabiliyorum b. Şimdilerde eskisi kadar kolay ve rahat uyuyamıyorum c. Eskisine göre bir veya iki saat erken uyanıyor, tekrar uyumakta güçlük çekiyorum d. Eskisine göre çok erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum
17) a. Eskisine göre daha çabuk yorulduğumu sanmıyorum b. Eskisinden daha çabuk ve kolay yoruluyorum c. Şimdilerde neredeyse her şeyden kolayca ve çabuk yoruluyorum d. Artık hiçbir şey yapamayacak kadar yorgunum
18) a. İştahım eskisinden pek farklı değil b. İştahım eskisi kadar iyi değil c. Şimdilerde iştahım epey kötü d. Artık hiç iştahım yok
19) a. Son zamanlarda pek fazla kilo kaybettiğimi/aldığımı sanmıyorum b. Son zamanlarda istemediğim halde iki buçuk kilodan fazla kaybettim/aldım c. Son zamanlarda beş kilodan fazla kaybettim/aldım d. Son zamanlarda yedi buçuk kilodan fazla kaybettim/aldım
20) a. Sağlığım beni pek endişelendirmiyor b. Son zamanlarda ağrı, sızı, mide bozukluğu, kabızlık gibi sıkıntılarım var c. Ağrı sızı gibi bu sıkıntılarım beni çok endişelendiriyor d. Bu tür sıkıntılar beni öylesine endişelendiriyor ki başka bir şey düşünemiyorum
21) a. Son zamanlarda cinsel yaşantımda dikkatimi çeken bir şey yok b. Eskisine göre cinsel konularla daha az ilgileniyorum c. Şimdilerde cinsellikle pek ilgili değilim d. Artık cinsellikle hiçbir ilgim kalmadı

Ek D. Güvence Arama Ölçeği

Güvence Arama Ölçeği

Aşağıdaki sorular için aşağıdaki ölçeği kullanarak sizin için en uygun olan rakamı işaretleyiniz.

- 1) Hayır, hiç
- 2) Hayır, nadiren
- 3) Pek değil
- 4) Emin değilim
- 5) Evet, bazen
- 6) Evet, sıklıkla
- 7) Evet, çok sık

- 1) Genel olarak, yakın hissettiğiniz insanlara, sizin hakkınızda gerçekten ne hissettiklerini sorarken kendinizi sık sık yakalar mısınız?

1	2	3	4	5	6	7
Hayır hiç	Hayır, nadiren	Pek değil	Emin değilim	Evet, bazen	Evet, sıklıkla	Evet çok sık

- 2) Genel olarak, yakın hissettiğiniz insanlardan sizinle gerçekten ilgilendiklerine dair sık sık güvence arar mısınız?

1	2	3	4	5	6	7
Hayır hiç	Hayır, nadiren	Pek değil	Emin değilim	Evet, bazen	Evet, sıklıkla	Evet çok sık

- 3) Genel olarak, yakın hissettiğiniz kişiler, onların sizinle gerçekten ilgilendiklerine dair güvence aramanızdan bazen rahatsız olurlar mı?

1	2	3	4	5	6	7
Hayır hiç	Hayır, nadiren	Pek değil	Emin değilim	Evet, bazen	Evet, sıklıkla	Evet çok sık

- 4) Genel olarak, yakın hissettiğiniz kişilerin, onların sizinle gerçekten ilgilendiklerine dair güvence aramanızdan “bıktıkları” olur mu?

1	2	3	4	5	6	7
Hayır hiç	Hayır, nadiren	Pek değil	Emin değilim	Evet, bazen	Evet, sıklıkla	Evet çok sık

Ek E. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği

Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği

YÖNERGE. Aşağıdaki her bir madde genelde üniversite öğrencilerinin bazen diğer kişilerden talep ettiği şeyleri tanımlamaktadır. Lütfen, her bir durumda/koşulda bulunduğunuzu düşünün ve cevaplarınızı ona göre verin. Her bir soruda, sizin için uygun olan numarayı daire içine alarak işaretlemeleri yapınız.

- Maddeleri değerlendirirken, karşınızdaki kişinin (örneğin, bir hocanız veya bir arkadaşınızla ilgili olan maddelerde) lütfen belirli bir kişiyi değil, **ORTALAMA BİR KİŞİYİ DÜŞÜNEREK** yanıt veriniz.
- Araştırma, **özel kişilere karşı olan tutumlarınızı** değil, **GENEL TUTUMLARINIZI** incelemektedir.

☐ Her bir maddenin ardından gelen şu soruları yanıtlamanız beklenmektedir:

- 1) Başkalarının size tepkisi konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**
- 2) İlgili durumda diğer kişilerin ne tür tepki verebileceğini düşünürsünüz?

1. Sınıftaki birine notlarını ödünç alıp alamayacağınızı soruyorsunuz.

- Kişinin notlarını vermek isteyip istemeyebileceği ile ilgili olarak ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam
1 2 3

Çok endişelenirim / Kaygı duyarım
4 5 6

- Bu kişinin notlarını bana isteyerek vermesini beklerdim.

Çok küçük ihtimalle
1 2 3

Çok büyük ihtimalle
4 5 6

2. Romantik partnerinizden sizinle aynı eve taşınmasını istiyorsunuz.

- Romantik partnerinizin sizinle aynı eve taşınmayı isteyip istemeyeceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam
1 2 3

Çok endişelenirim / Kaygı duyarım
4 5 6

- Romantik partnerimin benimle aynı eve taşınmayı istemesini beklerdim.

Çok küçük ihtimalle
1 2 3

Çok büyük ihtimalle
4 5 6

3. Yurtdışı gezisine gitmek için ebeveynlerinizden destek istiyorsunuz.

- Ebeveynlerinizin size yardımcı olmayı isteyip istemeyebileceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 5 6 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- Onların (Ebeveynlerimin) bana yardım etmek için istekli olmalarını beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 6 Çok büyük ihtimalle

4. Yeni tanıştığınız birine çıkma teklif ediyorsunuz.

- Kişinin sizinle çıkmak isteyip istemeyebileceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 5 6 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- O kişinin benimle çıkmayı istemesini beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 6 Çok büyük ihtimalle

5. Romantik partneriniz bütün arkadaşlarla birlikte dışarı çıkmayı planlıyor, ancak siz geceyi sadece partnerinizle geçirmek istiyorsunuz ve bunu ona söylediniz.

- Romantik partnerinizin bu isteğinizi kabul edip etmeyebileceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 5 6 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- Romantik partnerimin bu isteğimi kabul etmeye istekli olmasını beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 6 Çok büyük ihtimalle

6. Günlük harcamalarınızı karşılamak için ebeveynlerinizden harçlığınızı arttırmalarını istiyorsunuz.

- Ebeveynlerinizin bu isteğinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 5 6 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- Ebeveynlerimin yardımcı olmaya istekli olmalarını beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 6 Çok büyük ihtimalle

7. Derste yeni tanıştığınız birine birlikte kahve içmeyi teklif ediyorsunuz.

- Kişinin sizinle gelmeyi isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 5 6 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- Diğer kişinin benimle gelmeyi istemesini beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 6 Çok büyük ihtimalle

8. Yakın bir arkadaşınıza onu ciddi şekilde üzecek bir şey söyledikten ya da yaptıktan sonra, yaklaşıyor ve konuşmak istiyorsunuz.

- Arkadaşınızın bu durumda sizinle konuşmak isteyip istemeyeceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 5 6 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- Hemen benimle konuşup sorunlarımızı çözmek istemesini beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 6 Çok büyük ihtimalle

9. Dersten sonra hocanıza anlamadığınız bir konuda soru yöneltip size fazladan zaman ayırıp ayıramayacağını soruyorsunuz.

- Hocanızın size yardım etmeyi isteyip istemeyeceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım 5 6

- Hocamın bana yardımcı olmak için istekli olmasını beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 Çok büyük ihtimalle 6

10. Okulunuzu bitirdikten sonraki yıllarda ailenizden para istiyorsunuz.

- Ebeveynlerinizin size para vermeyi isteyip istemeyebilecekleri konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım 5 6

- Ebeveynlerimin para talebimi kabul etmek konusunda istekli olmalarını beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 Çok büyük ihtimalle 6

11. Okul tatilinde bir arkadaşınızla birlikte tatile gitmeyi teklif ediyorsunuz.

- Arkadaşınızın sizinle tatile gelmeyi isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım 5 6

- Teklifimin memnuniyetle kabul edilmesini beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 Çok büyük ihtimalle 6

12. Çok kırıcı bir tartışmadan sonra romantik partnerinize telefon ediyor ve onu görmek istediğinizi söylüyorsunuz.

- Romantik partnerinizin sizi görmeyi isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 5 6 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- Romantik partnerimin de beni görmeye istekli olmasını beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 6 Çok büyük ihtimalle

13. Arkadaşınıza ondan bir şeyini ödünç alıp alamayacağınızı soruyorsunuz.

- Arkadaşınızın size istediğiniz şeyi verip vermeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 5 6 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- Arkadaşımın istediğim şeyi ödünç vermeye istekli olmasını beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 6 Çok büyük ihtimalle

14. Ebeveynlerinizden sizin için önemli ancak onlar için sıkıcı ve gelmesi zahmetli olabilecek bir etkinliğe sizinle beraber gelmelerini istiyorsunuz.

- Ebeveynlerinizin sizinle gelmeyi isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 5 6 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- Ebeveynlerimin benimle gelmeyi kabul etmelerini beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 6 Çok büyük ihtimalle

- Arkadaşınızın bu yardımı yapmak isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

4 5 6

- 4 5 Çok büyük ihtimalle 6

- Romantik partnerinizin sizi gerçekten sevdiğini söyleyip söylemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- 4 5 Çok büyük ihtimalle 6

- Dans etmeyi teklif ettiğiniz kişinin teklifinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

4 5 6

- 4 5 Çok büyük ihtimalle 6

18. Ailenizle tanıştırmak üzere romantik partnerinizden sizinle eve gelmesini istiyorsunuz.

- Romantik partnerinizin ailenizle tanışmayı isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

Hiç endişelenmem / Kaygı duymam 1 2 3 4 5 6 Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- Romantik partnerimin ailemle buluşmayı memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

Çok küçük ihtimalle 1 2 3 4 5 6 Çok büyük ihtimalle



Ek F. Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri

Üniversite Öğrencileri İçin Yaşam Olayları Envanteri

Aşağıda günlük yaşantınızda size sıkıntı verebilecek bazı olaylar ve sorunlardan bahsedilmektedir. Her maddeyi dikkatli bir şekilde okuyarak, son bir ay içerisinde bu olay ya da sorunun size ne yoğunlukta bir sıkıntı yaşattığını ve ne kadar sıklıkla böyle bir olay ya da sorunla karşılaştığınızı maddelerin karşılarında bulunan seçeneklerden uygun rakamları işaretleyerek belirtiniz.

	Bu sorun size ne yoğunlukta bir sıkıntı yaşattı veya yaşatmakta?					Bu sorunu ne sıklıkla yaşadınız?				
	Hiç	Az	Orta	Fazla	Çok fazla	Hiç	Nadiren	Ara sıra	Sık sık	Her zaman
1. Derslerin ağırlığı ve yoğunluğu	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
2. Genel sağlık problemleri	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
3. Kız/erkek arkadaşıyla olan problemler	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
4. Barınma ile ilgili sorunlar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
5. Ulaşım sorunu	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
6. Zamanın sıkışıklığı	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
7. Anne ve babamla aramızdaki çatışmalar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
8. Gelecekle ilgili kaygılar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
9. Arkadaş ilişkilerinde yaşanan sorunlar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
10. Ülkedeki olumsuz siyasi gelişmeler	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
11. Sevdığım insanlardan ayrı olmak (Aile, arkadaşlar vs.)	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
12. Çevresel koşullardan (Gürültü, havalar, kirlilik vs.) dolayı yaşanan sorunlar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
13. Okula uyum sağlayamamak	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
14. Maddi problemler	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

	Bu sorun size ne yoğunlukta bir sıkıntı yaşattı veya yaşatmakta?					Bu sorunu ne sıklıkla yaşadınız?				
	Hiç	Az	Orta	Fazla	Çok fazla	Hiç	Nadiren	Ara sıra	Sık sık	Her zaman
15. Sosyal faaliyetlere katılamamak (spor, sinemaya, tiyatroya gitmek vs.)	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
16. Öğretim görevlileri ile ilgili sorunlar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
17. İnsanların birbirine karşı duysız olmaları	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
18. Yalnızlık kaygıları	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
19. Kişiliğimle ilgili kendimi sorgulamak	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
20. Yorgunluk	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
21. İçki, sigara ve benzeri alışkanlıkların verdiği rahatsızlıklar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
22. Karar vermekte güçlük çekmek	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
23. Uykusuzluk	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
24. Beslenme problemi	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
25. Sorumluluklarımı yerine getirememek	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
26. Reddedilme korkusu	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
27. Fiziksel görünüşümle ilgili endişeler	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
28. Okulda başarısız olmak	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
29. Aileden birinin rahatsızlığı	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
30. Ödevler ya da projelerin verdiği rahatsızlıklar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
31. Okuduğum bölümden memnun olmamak	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
32. Tüm ya da bazı konularda emeğimin karşılığını alamamak	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

	Bu sorun size ne yoğunlukta bir sıkıntı yaşattı veya yaşatmakta?					Bu sorunu ne sıklıkla yaşadınız?				
	Hiç	Az	Orta	Fazla	Çok fazla	Hiç	Nadiren	Ara sıra	Sık sık	Her zaman
33. Yeterince ders çalışmamak	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
34. Sınavların sıkışıklığı, sınav kaygısı	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
35. Okula devamsızlık problemleri	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
36. Yurt ya da ev arkadaşlarımla aramızdaki sorunlar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
37. Kardeşim/lerimle ilgili sorunlar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
38. Zamanımı yeterince iyi değerlendirememek	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
39. Kendimi insanlara yeterince ifade edememek	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
40. Ailevi problemler	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
41. Çalıştığım işle ilgili sorunlar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
42. İş görüşmeleri ile ilgili kaygılar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
43. Bu soru için sadece "hiç" seçeneklerini işaretleyiniz.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
44. Yayın organlarındaki kötü haberlerle ilişkili kaygılar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
45. Derslerin İngilizce olmasından dolayı zorluk çekmek	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
46. Cinsel sorunlar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
47. Kilomla ilgili kaygılar	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
48. Mezun olamama kaygısı	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
49. Hata yapma kaygısı	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
50. Eleştirilmekten duyduğum rahatsızlık	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

	Bu sorun size ne yoğunlukta bir sıkıntı yaşattı veya yaşatmakta?					Bu sorunu ne sıklıkla yaşadınız?				
	Hiç	Az	Orta	Fazla	Çok fazla	Hiç	Nadiren	Ara sıra	Sık sık	Her zaman
51. Tatmin edici ilişkiler kuramama / bulamama	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
52. Kız/erkek arkadaştan ayrılma	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
53. Ailemin beklentilerini yerine getirememe kaygısı	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
54. Tüm ya da bazı derslerde başarısız olma endişesi	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
55. Yaşadığım yere uyum sağlayamamak	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

Ek G. Etik Kurul Onayı