

**T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN MİZAH TARZLARININ,
PSİKOLOJİK BELİRTİLER VE ÖLÜM KAYGISI İLE İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

NAGİHAN AVCI

OCAK 2012

**SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN MİZAH TARZLARININ,
PSİKOLOJİK BELİRTİLER VE ÖLÜM KAYGISI İLE İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

NAGİHAN AVCI

**DANIŞMAN:
YRD. DOÇ. DR. MUSTAFA KOÇ**

OCAK 2012

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu, akademik ve etik kuralları gözeterek çalıştığımı ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim.

Nagihan AVCI

Bu yüksek lisans tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim/Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalında jürimiz tarafından kabul edilmiştir.


Başkan: Yrd. Doç. Dr. Mustafa KOÇ 

Üye: Yrd. Doç. Dr. Ali Haydar ŞAR 

Üye: Prof. Dr. Engin YILMAZ 

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylım.

25/01/2012


Doç. Dr. İsmail GÜLEÇ
Enstitü Müdürü

BÖLÜM I

GİRİŞ

Mizah duygusu, edebiyat, psikoloji, felsefe ve sanat gibi birçok alanda ele alınmakta olan, içerisinde birçok anlam barındıran geniş kapsamlı bir kavramdır. Mizah kelimesi yerine Türkçede gülmece terimi kullanılırken, Oxford İngilizce sözlükte, espri, espri anlayışı, suyuna gitmek, nüktedan olarak geçmektedir. İnsanlar arasında ise mizah, espri yapabilme yeteneği, olumlu bir kişilik özelliği ya da herkesin istediği bir yetenek olarak bilinmektedir. Oysa mizah hayatın gülünç yönlerini fark edip aktarmayı içeren olumlu yönüyle birlikte olumsuz düşünce ve duyguları da barındıran bir kavramdır.

Mizahın ince bir zekâ ve yetenek gerektirdiği bilinmektedir. Boysan (1990)'a göre mizah, doğrudan doğruya insan aklının sanatıdır. Mizah, genel anlamda mutluluk hissi veren, ortamı olumlu hale getirdiği düşünülen bir kavramdır. Mizah tanımlarını ele aldığımızda mizahın çok yönlü bir kavram olduğunu ve her bir tanımın mizahın farklı bir yönünü ele aldığını görmekteyiz.

Yapılan araştırmalarda daha çok mizahın kaygı oluşturan durumlarda yardımcı bir role sahip, olumsuz duyguları azaltıcı ve kişiler arası ilişkileri güçlendirici özelliği üzerinde durulduğundan, mizah istendik ve olumlu bir kişilik özelliği ya da yetenek olarak düşünülmektedir. Mizaha bu tek yönlü bakış açısıyla yaklaşıldığında, mizahın sağlıksız kullanımı göz ardı edilmektedir. Mizahın olumsuz ve sağlıksız şekilde de kullanılabileceği ve bu nedenle de kişinin benlik duygusuna ve diğerleri ile ilişkisine zarar vererek psikolojik sağlığı ve kişinin uyumunu olumsuz şekilde etkileyebileceği düşüncesi araştırmacılar tarafından dile getirilen görüşlerdir (Kubie, 1971; Yerlikaya, 2003). Mizah ruh sağlığı için faydalı görünüyor ise de olumsuz olarak kullanıldığında ruh sağlığına zarar verici yönleri de olabilmektedir. Bu nedenle mizah; bilişsel, duygusal, davranışsal, psikolojik ve sosyal yönlerle ilgili karmaşık bir olgudur (Martin, 2000).

Dixon (1980), mizahın stresle başa çıkmada etkili bir yöntem olduğunu ve kişinin karşı karşıya olduğu problemden bir derece uzaklaşmasını ya da bu problemi daha az ciddiye almasını ve problem karşısında perspektif kazanmasını sağlayan bir olgu olduğunu belirtmektedir. Bununla birlikte mizah kişinin yaşadığı probleme eşlik eden gerilimin azaltılmasında da etkili olmaktadır.

Rein ve Rein (2005) mizahı iyi ve iyi olmayan mizah olarak iki şekilde ele almıştır. İyi mizah; hayatı tasdik eder, farklılıkları aşağılamaz, kötü bir dil kullanmaz ve her iki tarafı da olumlu hisler içinde bırakır. Böylelikle kimse rahatsız olmaz ve dışlanmışlık hissine kapılmaz. İyi olmayan mizah ise; farklılıkları ya da başka kültürlerdeki insanları aşağılamak, küçük düşürmek amacı güdülür, kötü bir dille ortamdaki herhangi birinin dışlanmış hissetmesi sağlanır, duygular incinir ve bu kişi şakaya dahil değildir.

Günümüze kadar mizah üzerine yapılan çalışmalarda; mizah ile stres, depresyon, cinsiyet, kişiler arası ilişkiler, eğitim gibi değişkenler ele alınmıştır. Ancak ülkemizde öğrencilerin mizah tarzları ile psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma yapılmamıştır. Mizahın karmaşık bir olgu oluşu, kapsamlı bir şekilde incelenmesini gerektirmektedir. Mizahı uyumlu tarzlarda kullanan kişilerin psikolojik belirti düzeyleri düşük, uyumsuz kullananların psikolojik belirtileri yüksek olabileceği düşüncesinden hareket edilerek, hangi mizah tarzlarının hangi psikolojik belirtilere sahip bireylerde görüldüğü, bu bireylerde mizah tarzlarının, ölüm kaygısına ne düzeyde etkisi olduğu, psikolojik belirtiler ile ölüm kaygısı arasında bir ilişki olup olmadığı, problem olarak ele alınmıştır. Ayrıca mizah, psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı bazı demografik değişkenlere göre incelenmiştir.

1.1 PROBLEM CÜMLESİ

Araştırmanın problem cümlesini; “Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı arasında bir ilişki var mıdır? ” sorusu oluşturmaktadır.

1.2 ALT PROBLEMLER

1. Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile;

a) cinsiyet

- b) yaş
- c) fakülte
- d) sınıf düzeyi
- e) barınma şekli
- f) yerleşim birimi arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

2. Üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı ile;

- a) cinsiyet
- b) yaş
- c) fakülte
- d) sınıf düzeyi
- e) barınma şekli
- f) yerleşim birimi arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

3. Üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtileri ile;

- a) cinsiyet
- b) yaş
- c) fakülte
- d) sınıf düzeyi
- e) barınma şekli
- f) yerleşim birimi arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

1.3 DENENCELER

1)

a) Mizah tarzı ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı bir ilişki vardır.

b) Uyumlu mizah tarzlarından yüksek puan alan bireylerin psikolojik belirtilere sahip olma düzeyi düşüktür. Uyumsuz mizah tarzlarından yüksek puan alan bireylerin psikolojik belirtilere sahip olma düzeyi yüksektir.

2)

a) Mizah tarzı ile ölüm kaygısı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

b) Uyumlu mizah tarzlarından yüksek puan alan kişilerin ölüm kaygısı düzeyi düşüktür.

3)

a) Ölüm kaygısı ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı bir ilişki vardır.

b) Ölüm kaygısı düzeyi yüksek olan bireylerin psikolojik belirtilere sahip olma düzeyi yüksektir.

4)

a) Mizah tarzlarının birbirleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

b) Kendini geliştirici mizah tarzına sahip olan bireylerin katılımcı mizah tarzı puanları da yüksek, saldırgan mizah tarzına sahip bireylerin kendini yıkıcı mizah tarzı puanları da yüksektir.

1.4 ÖNEM

Üniversite yılları gelişim dönemleri içerisinde önemli bir yer tutmakta, bireyin aileden daha fazla bağımsızlaşmasıyla birlikte bulunduğu çevreye yeniden uyum gerektiren, yeni ortam, ilişkiler ve görevlerle karşılaştığı bir dönemdir. Aynı zamanda aileden ayrılan öğrencilerin arkadaşlık ilişkileri de daha fazla önem kazanmakta, mizahi bakış açısının, arkadaşlık ilişkilerinde yani üniversite ortamında incelenmesi kolaylaşmaktadır. Bu çalışmanın özellikle bu grup üzerinde gerçekleştirilmiş olmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Mizah tarzları üzerine ülkemizde yapılan çalışmaların henüz yeterli olmaması bu konuyu araştırma gerekliliğini doğurmuştur. Ülkemizde üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısını inceleyen bir çalışma bulunmamaktadır.

Son yıllarda bir kişilik özelliği olan mizah araştırmalara sıklıkla konu olmaktadır. Yapılan çalışmalar mizahın, psikolojik ve fiziksel sağlığı arttırıcı bir yöntem olduğunu belirtmektedir (Martin ve Lefcourt, 1983; Porterfield, 1987; Lefcourt, Davidson ve Kueneman, 1990). Ancak mizah denildiğinde tek boyutlu ve sadece olumlu bir kişilik özelliği düşünülmektedir. Oysa mizahın hem olumlu hem de olumsuz özelliklere sahip çok boyutlu bir kavram olduğunu öne süren kuramsal yaklaşım, son yıllarda mizah duygusu ve psikolojik sağlık konusunda yapılan araştırmalarda mizah duygusunun olası olumsuz ve sağlıksız boyutlarının da dikkate alınmasını sağlamıştır (Martin ve ark., 2003). Bu çalışmada mizah tarzlarının,

psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı ile ilişkisinin olup olmadığı, yakın zamanda geliştirilen (Martin ve ark., 2003) ve Türk kültürüne uyarlanan (Yerlikaya, 2003) mizah duygusunun çok boyutlu bir kişilik özelliği olduğu varsayımına dayanan ve mizahın uyumlu ve uyumsuz kullanım biçimlerinin ayırt edilmesine olanak veren Mizah Tarzları Ölçeği ile yeniden sınanmıştır.

Fiziksel rahatsızlıkların temel nedeninin stres yani psikolojik baskı olduğu artık kabul edilen bir gerçektir. Bu bağlamda çalışmalar ruh sağlığını bozan faktörlerin neler olduğunu belirlemek ve bu faktörleri ortadan kaldırarak ruh sağlığını iyileştirmeye yönelik olarak planlanmaktadır. Mizah bir anlamda yaşama sanatıdır denilebilir. Bu sanatı gerçekleştirme düzeyi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki ve varoluşumuzun tek gerçekliği olan ölüm kaygısı ile baş etmede işlevselliği araştırılmaya değer bulunmuştur.

1.5 VARSAYIMLAR

1. Üniversite öğrencileri verilen envanterlere objektif bir biçimde cevap vermişler ve alınan yanıtların geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıştır.
2. Araştırmanın gerçekleştirildiği çalışma grubunun, sonuçların genellenmek istendiği evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
3. Seçilen araştırma yöntemi, araştırmacının amacına, konusuna ve problem çözümüne uygun olduğu varsayılmıştır.

1.6 SINIRLILIKLAR

1. Araştırma Sakarya Üniversitesi ve Kocaeli Üniversitesi'nin, Eğitim, Tıp, Mühendislik, Fen-Edebiyat, İktisadi ve İdari Bilimler fakültelerinden çalışma grubu için seçilen lisans öğrencileri ile sınırlıdır.
2. Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları, Mizah Tarzları Ölçeğinin, psikolojik belirtileri, SCL-90 Psikolojik Belirtileri Tarama Ölçeğinin, Ölüm kaygısı ise Ölüm Kaygısı Ölçeğinin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

1.7 TANIMLAR

Mizah Tarzları: Günlük yaşamda mizah kullanımının, uyumlu ya da uyumsuz ve intrapsişik (düşünsel olan, dış olay ya da kişilerle ilgili olmayan) ya da kişiler arası oluşuna göre belirlenebilecek bireysel farklılıkları ifade eden dört farklı tarzdır (Martin ve ark., 2003).

Katılımcı Mizah: Mizahın günlük yaşamda kişi tarafından başkalarını eğlendirmek, ilişkileri zenginleştirmek ve içinde bulunulan sosyal ortamı keyifli hale getirmek için kullanılma eğilimidir (Martin ve ark., 2003).

Kendini Geliştirici Mizah: Kişinin günlük yaşamda mizahi bir bakış açısına sahip olması ve bu bakış açısını zor durumlarda bile koruma eğilimidir (Martin ve ark., 2003).

Saldırgan Mizah: Kişinin günlük yaşamda mizahı başkalarının ihtiyaçlarını dikkate almaksızın ve onları nasıl etkileyeceğini hesaba katmadan kendi çıkarına kullanması, diğerlerini şaka yoluyla aşağılaması ve onlarla alay etmesi ya da dalga geçmesi eğilimidir (Martin ve ark., 2003).

Kendini Yıkıcı Mizah: Kişinin kendi gerçek duygularını dikkate almaksızın başkalarını eğlendirmek, kabul görmek ya da gerçek duygularını gizlemek için mizahı kullanması ve kendisini mizahi bir yolla aşağılaması, yermesi veya küçük düşürmesi eğilimidir (Martin ve ark., 2003).

Psikolojik belirtiler: Yaşantının kalitesini düşüren, çeşitli ruhsal ve bedensel belirtiler ile ortaya çıkan her durum psikolojik belirti olarak ele alınmaktadır (Yurdakul, 1999).

Ölüm kaygısı: Geleceğe ilişkin tasarımların gerçekleşemeyeceğine yönelik ya da ölümden sonra olabileceklere ilişkin belirsizlikle beraber açığa çıkan kaygıdır (İnam, 1999).

1.8 SİMGELER VE KISALTMALAR

MTÖ: Mizah Tarzları Ölçeği

SCL-90: Semptom Tarama Listesi

ÖKÖ: Ölüm Kaygısı Ölçeği

OKB: Obsesif-Kompulsif Bozukluk

BÖLÜM II

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde mizah duygusuna, mizah tarzlarına, psikolojik belirtiler ve alt boyutlarına, ölüm kaygısına ilişkin genel açıklamalara, bu kavramlarla ilişkili kuramlar ve ilgili araştırmalara yer verilmiştir.

2.1 KURAMSAL AÇIKLAMALAR

2.1.1 Mizah Duygusu

Mizah insanlık tarihi boyunca, edebiyat, sanat, sosyoloji, psikoloji, sağlık gibi birçok alanda ele alınan bir kavramdır. İlk tanımlamanın ne zaman ve kim tarafından yapıldığı kestirilememektedir. Mizaha ait tanımlardan her biri mizaha farklı bir boyuttan bakmakta ve her biri mizahın bir yönünü ele almaktadır. Bu yüzden bir kişinin mizahı söz konusu ettiğinde diğer kişilerce nasıl anlaşıldığı, mizah ile anlatılmak istenenin ne olduğu herkes tarafından farklı algılanmaktadır. Araştırmacılar mizah kavramı yerine, “mizah duygusu”, “mizahi bakış açısı”, “mizah tarzı”, “mizah anlayışı” terimlerini kullanabilmektedirler.

Araştırmacılar mizah duygusu (sense of humor) üzerinde durmuş ve birçok tanım yapmıştır. Mizahın güçlü potansiyelini çeşitli alanlarla kullanmak ve daha iyi anlamak adına mizah duygusu birçok alanda ele alınmıştır. Ancak akademik çevrede, mizahın ciddi bir olgu olmadığını düşünen, bu nedenle mizaha dair yapılan çalışmaları ciddiye almayanlar da olmuştur. Bireylerin mizah tarzlarının, ev, okul ya da iş ortamında, atmosferi ne denli değiştirdiğini, ruh halini yansıtır karşı tarafında duygularına nasıl etki ettiğini ve mizahın güçlü bir potansiyele sahip olduğunu kısacası mizahın önemini fark eden araştırmacılar, mizahın çeşitli değişkenlerle

ilişkinini incelemiş ve literatüre katmıştır. Mizahın önemini Barth (1990), şu şekilde belirtmiştir:

“” İnsanlar mizahla öğrenir, gelişir ve hayatta kalır. Biz mizahı ihmal etmek, engellemek ve mizaha katlanmak yerine, onun ortaya çıkması ve gelişmesi için çaba harcamalıyız.””

Psikoloji tarihinin en önemli ismi Freud’a göre mizah, saldırgan ve cinsel dürtülerin açığa çıkmasını sağlayan sağlıklı bir savunma mekanizmasıdır. Mizah, bireyin şanssızlık ve sıkıntılara yansız bir bakış açısı geliştirmesini sağlayabilmektedir. Onun bakış açısına göre mizah ruh sağlığının ve mutluluğun göstergesi olan bir duygudur (Akt: Eroğlu, 2003).

Maslow’a göre mizah duygusu, kendini gerçekleştirmiş bir kişinin özelliklerinden biridir. Kendini gerçekleştirmiş bireyler, diğer insanlardan farklı olarak düşmanca olmayan ve felsefi bir mizah duygusuna sahiptirler. Onlar mizahı; düşmanca, kendini üstün görme ya da cinsel amaçlı kullanmak yerine, mazoşistçe olmadan kendisiyle dalga geçebilme ve başkalarını eğlendirme amacıyla kullanırlar (Akt: İlhan, 2005).

Eysenck (1972) mizah duygusunu şöyle açıklar: (1) karşımızdaki insanın bizim güldüğümüz şeylere gülüyor olması (komformist anlam), (2) o kimsenin kolayca ve oldukça fazla gülüp eğlenmesi (nicesel anlam), (3) o kimsenin komik şeyler söyleyerek diğer insanları çok fazla güldürmesi (üretici anlam) (Eysenck, 1972; Akt. Martin,1998). Eysenck ise mizahın olumlu yönünü ele alarak mizahı gülme, güldürme ve bunun sıklığı şeklinde açıklamıştır.

Yaşamının belli bir dönemini toplama kampında geçiren, Logoterapi’ nin kurucusu Frankl, mizaha ilişkin düşüncelerini şöyle aktarıyor:

“”Bir toplama kampında sanata benzer bir şeyin olduğunu keşfetmek, dışarıdan birisi için yeterince şaşırtıcıdır, ama kampta birde mizah duygusu olduğunu görmek çok daha şaşırtıcı olacaktır. Elbette bu, mizahın solgun bir kırıntısı olabiliyor ve sadece birkaç dakika sürüyordu. Mizah, kendini koruma savaşında, ruhun bir başka silahıydı. Mizahın, insan yapısındaki diğer her şeyden çok, birkaç saniyeliğine de olsa, uzaklaşarak bir durumun aşılmasını sağlayabildiği, çok iyi bilinmektedir. İnşaat sahasında yanımda birkaç arkadaşımı mizah duygusu kazanması için pratik olarak eğittim. Ona birbirimize özgürlüğümüze kavuştuktan sonra olabilecek şeyler hakkında her gün en az bir eğlenceli öykü anlatma sözü vermemizi söyledim... Mizah duygusu geliştirme ve olayları mizahi bir ışık altında görme çabası, yaşama sanatında ustalaşırken öğrenilen bir hiledir. Ama her an her yerde acı

bulunmasına karşın bir toplama kampında bile yaşama sanatını uygulamak olasıdır. “”
(Frankl, 2010:58)

Frankl mizaha olumlu yönleriyle bakmış, mizahın yaşama savaşı verirken kolaylaştırıcı bir rol üstlendiğini ve önemini vurgulamıştır.

Tüm bunlardan yola çıkarak, mizah duygusu tanımlarında ortak nokta olumlu duygular uyandırma ve gülme üzerine odaklanmasıdır. Günümüze kadar gülme ve diğerlerini güldürebilme kabiliyetini içerisinde barındıran mizah olumlu bir kişilik özelliği olarak bilinmekteydi. Ancak yapılan araştırmalarla mizah duygusunun birçok yönü olan karmaşık bir yapı olduğu belirlenmiştir.

Mizah, düşünce ve duygulara kılıf giydirecek aktarma ya da ortamı dinamik hale getirme gibi amaçlarla kullanılabilen, atmosferi değiştiren, güçlü bir özelliktir. Ayrıca, anlatılmak isteneni, kişilik özellikleri ve yetenekle düzenleyerek karşı tarafa söyleme şeklidir. Mizah birçok boyutu kapsamaktadır. Sadece gülmek ya da güldürmek için değil, düşündürmek, ortama katmak, kendini geliştirmek, karşı tarafa bir şey ima etmek gibi amaçlarla da kullanılabilir. Her bireyin mizah anlayış ve yorumlayış tarzı da farklıdır. Bazıları, olumlu hava oluşturmak için dostane bir mizah anlayışına sahipken, bazıları alaycı ya da aşağılayıcı bir mizah anlayışına sahiptir. Mizahı belirleyen unsurlardan biride kişinin duygu durumu ve psikolojik sağlığıdır. Mizahın herkes tarafından farklı algılanmasının sebebi Martin (2004)'e göre, mizahın bilişsel, duygusal, davranışsal, fiziksel ve sosyal açıdan oldukça karmaşık bir olgu olmasıyla ilişkilidir.

Özetle mizah duygusu; toplumumuz tarafından sıklıkla kullanılan, olumlu ve istenilir bir yetenek olarak bilinen ancak olumsuz kullanımı da içerisinde barındıran karmaşık bir duygudur. Günümüze kadar olumlu yönlerine ve ruh sağlığına katkılarında değinilen mizahın, artık olumsuz yönleri ve ruh sağlığına zarar veren yapısı fark edilmiş, araştırmalarda uyumlu ve uyumsuz kullanımının çeşitli değişkenlere etkisi sınırlanarak, araştırmalara yeni bir boyut kazandırılmıştır.

2.1.2 Mizah Tarzları

2.1.2.1 Kendini Geliştirici Mizah

Uyumlu mizah tarzlarından biri olan kendini geliştirici mizah, bireyin kendisinin ve diğer insanların ihtiyaçlarını düşünerek, stresle başa çıkmak, sorunlara karşı bakış açısını değiştirmek ve olumsuz duyguları azaltmak amacıyla kullanılan mizah

türüdür. Bu mizah tarzında bireyin mizahı kişisel olarak anlaması yeterlidir, başkalarıyla paylaşması zorunlu değildir. Mizahın bu tarzı, yaşama karşı genel bir mizahi bakış açısına sahip olmayı, yaşamdaki uyuşmazlıklara karşı sıklıkla eğlenme eğilimini, olumsuz duygu ve durumlara karşı mizahi bakış açısını korumayı içerir (Kuiper, Martin ve Olinger, 1993). Mizah zorluklara karşı bir baş etme mekanizmasıdır. Katılımcı mizah ile kıyaslanınca daha fazla kendine yöneliktir ve dışadönüklükle daha az ilgilidir. Depresyon, kaygı ve nörotizmle daha negatif ilişkilidir ve tecrübe, benlik saygısı ve psikolojik iyilikle pozitif ilişkilidir (Martin ve ark., 2003:48-75).

2.1.2.2 Katılımcı Mizah

Uyumlu mizah tarzlarından diğeri olan katılımcı mizah, bireyin kendi ihtiyaçlarını göz ardı etmeden, başkaları ile ilişkileri üzerine odaklandığı mizah türüdür. Kişiler arası etkileşimleri geliştirmek adına, kendine ya da diğeri insanlara zarar vermeyecek şekilde olur. Katılımcı Mizah boyutu yüksek olan bireyler, başkalarını eğlendirmek, ilişkileri güçlendirmek, tansiyonu düşürmek için espriler, şakalar yapar, eğlencelere katılırlar. Diğeriğini rahatlatmak için kendinden veren mizaha girerler, kendileri ile ilgili komik bilgiler verirler. Kendini kabulü korurlar. Düşmanca olmayan bir kullanım şeklidir ve ilişkileri güçlendirir. Dışadönüklük, neşelilik, benlik saygısı, olumlu duygulanım ve duygular, ilişki tatmini ile pozitif ilişkilidir (Martin ve ark., 2003:48-75).

2.1.2.3 Saldırgan Mizah

Uyumsuz mizah tarzlarından biri olan saldırgan mizah (alaycı mizah), içerisinde taciz, aşağılama ve alay barındırır. Genel olarak mizahın başkaları üzerindeki etkisini düşünmeden, başkalarının ihtiyaçlarını gözetmeden, mizahı kullanma eğilimi (ırkçı, cinsiyetçi) ve başkalarını inciterek komik şeyler söyleme şeklinde olabilir. Dürtüseldir. Nörotizm, düşmanlık, öfke saldırganlık ile pozitif ilişkilidir. İlişki tatmini, kabul edilebilirlik ve sorumluluk alma ile negatif ilişkilidir (Martin ve ark., 2003:48-75). Bu mizah tarzında diğeriğini susturma ya da arka plana atma amacı güdülmektedir.

2.1.2.4 Kendini Yıkıcı Mizah

Uyumsuz mizah tarzlarından diğeri olan kendini yıkıcı mizah, bireyin kendi ihtiyaçlarını düşünmeden mizahı kullandığı mizah türüdür. Başkalarını güldürmek ve

ilişkilerini güçlendirmek amacıyla, kendini mizahi bir yolla kötölemesi, yermesi gibi davranışları içerir. Fazlaca kendinden veren, gruba katılma, kabul edilme amacıyla kendinin aleyhinde komik şeyler yapma, söyleme ve başkalarının maskarası olmayı kabullenme ve komik duruma düşünce de kendine başkalarıyla birlikte gülmeyi içerir. Bu durumun savunmacı inkârın bir türü olduğu ve ya altta yatan negatif duyguları saklamak, problemle yüzleşmekten kaçmak için bir yol olduğu belirtilmektedir. Bu mizah boyutu yüksek olanlar çok komik, eğlendirici olabilir, altında duygusal ihtiyaçtan kaçınma ve düşük benlik saygısı vardır. Nörotizm, depresyon, kaygı ile pozitif ilişkilidir. Psikolojik iyilik ve benlik saygısı ile negatif ilişkilidir (Martin ve ark., 2003:48-75).

2.1.3 Mizah Kuramları

Mizah duygusu günümüze kadar farklı yönleri ele alınarak değerlendirilse de genel olarak üç kuramda toparlamak mümkündür. Bunlar; Üstünlük Kuramları, Uyuşmazlık Kuramları ve Rahatlama Kuramlarıdır.

2.1.3.1 Üstünlük / Küçümseme Kuramı

Üstünlük kuramı mizahi, bir başkasının ya da kendisinin geçmişteki hata ve yanlışlarını küçümsemekten kaynaklanan üstünlük duygusu olarak ele alır. Üstünlük kuramı insanın kendilerini diğerlerinden daha iyi hissetme ihtiyacına odaklanır ve birebir durumlarda kişi bir başkasına zarar verecek şekilde güler, şaka yapar ve böylelikle daha üstün hisseder (Fidanoğlu, 2006:54).

Üstünlük kuramının tarihine bakıldığında Aristoteles ve Platon'a kadar dayandığı görülmektedir. Platon, gülen kişiyi kendisini olduğundan daha varlıklı, erdemli, akıllı sanan, karşı tarafın kusuruna odaklanan özelliklerde tanımlar. Aristoteles, gülerken aşağılık olan şeye ilgi gösterdiğimizden, aşırı gülmenin iyi bir yaşamla uyuşmayacağını savunur. Fazlaca gülmek insanı önemli şeyler karşısında gayri ciddi tavırlar sergilemeye götürür ve karaktere zarar verir. Hobbes da Platon ve Aristoteles gibi aşırı gülmenin kişiye zarar vereceğini savunanlardandır. Hobbes'a göre bir kavga kazandığımızda gülme işin içine girer. Böylelikle kendi zayıflıklarımızı unuttur, içimizi yücelik duyguları kaplar (Yerlikaya, 2007:9)

Üstünlük kuramlarına göre mizah, bireylerin kendi üstünlüğünü kanıtlamak için başkalarının hatalarını ön plana çıkartarak bunu yapması, bu durumdan haz alarak gülme davranışını sergilemesi ve saf çıkarıcı bir amaç gütmesidir.

2.1.3.2 Uyuşmazlık Kuramı

Martin (1998)'e göre uyuşmazlık kuramında mizahtan alınan haz, diğerleri karşısında hissedilen üstünlük duygusundan ziyade, başlangıçta ciddi görünen bir şeye farklı bir perspektiften bakıldığında hiç de ilk algılandığı gibi olmadığının anlaşılmasında yatar. Algıdaki bu değişim ve gerçekleşmeyen beklentiler haz olarak bilinen memnuniyetle sonuçlanır ve genellikle gülmeye ortaya çıkar.

Uyuşmazlık kuramı temsilcilerinden Kierkegaard (2005:238)'e göre mizah, yaşamın her aşamasında vardır, çünkü nerede yaşam varsa orada karşıtlık vardır ve nerede karşıtlık varsa orada komik vardır.

Uyuşmazlık kuramı gülmeyi açıklayan bilişsel bir kuram sayılabilir ve genel olarak düşüncelerin, olayların, nesnelerin, bu nesnelerin niteliklerinin alışlagelmiş kalıplarının beklenenden farklı bir biçimde sunulması nedeniyle mizah oluşmaktadır (Aslan; 2006:26).

Mizahın oluşumunu açıklayan kuramlardan biri olan uyuşmazlık/uyumsuzluk kuramı, bireyin algıladığı bir şeyin zaman geçtikten sonra bakış açısı değiştiğinde, aslında düşünülen farklı olduğunu keşfetmenin insanda gülme davranışını ortaya çıkardığını savunmaktadır.

2.1.3.3 Rahatlama Kuramı

Rahatlama kuramını ilk defa Descartes (1649) açıklamıştır. Ona göre mizah, bir kötülüğe karşı kayıtsız olduğumuzda veya ondan bize zarar gelmeyeceğini hissettiğimizde meydana gelen sevinç halidir (Descartes,1649; Akt., Aslan, 2006:29).

Rahatlama kuramı içerisinde sayılabilecek görüşlerden en önemlisi de Freud'a aittir. Freud, saldırganlık ve cinsellik dürtülerini mizah aracılığı ile dışa vurma sebebinin, bilinçdışında yer alan bu dürtülerin ancak sosyal çevrenin kabul edeceği mizah ile aktarılabilmesinden olduğunu belirtir. Cinsellik içeren fıkralar ya da şakaların kahkahalar atılarak çok komik bulunması aslında "katarsis" (boşalma) sağladığındandır. Bu yüzden Freud'un mizah anlayışı gerginliği azaltıp rahatlama sebepten dolayı rahatlama kuramı içerisinde yer alır.

Rahatlama kuramı; mizahtan sonra kişinin rahatladığı, içerisindeki gerginliğin sona erdiği ve gülmenin fizyolojik etkisini ele almıştır. Mizahi yaklaşımın insanlara fiziksel olarak ta katkı sağladığını belirtmektedirler.

Üstünlük kuramları gülmeyle ilgili duygulara, uyumsuzluk kuramları gülmeyle yol açan bilişsel süreçlere, rahatlama kuramları ise gülmenin, girdiği fiziksel biçimi açıklamaya yoğunlaşmış ve gülmenin biyolojik işlevinin ne olduğu üzerine odaklanmışlardır (Yerlikaya, 2009:26).

2.1.4 Mizah ve Gülme

Boysan (1990), mizahın gülme ile sonuçlanabileceğini ancak gülmenin mizahın şartı olmadığını belirtmektedir. Mizahın güldürmekten çok düşündürdüğünü ve mizahın, fizyolojik amaçtan çok ruhsal amaç güttüğünü dile getirmiştir. Gülme insana özgü, çevreye ve algıladıklarına ilişkin bir tepki, mizahın içinde bulundurduğu ayrılmaz bir parçadır. Gülme birçok anlam ifade etmekte ve en çok ta olumlu duygular yansıtıldığında tercih edilmektedir.

Herkesin mizah anlama düzeyi değişmekle birlikte, gülme de bireysel farklılıklar gösterir. İnsanların nelere güldükleri, buldukları ortamlarla ve etkileşimle, psikolojik durumla ilişkilidir. Bazı durumlarda insanlar şaka ve fıkraların içerdiği mizah öğeleri çok zayıfta olsa gülmektedirler.

Gülmek için gülmeyi istemek, gülmeye hazır olmak ya da bir başkasınca hazır duruma getirilmek gerekir. Bu nedenle zihinsel olgunluk ve sağlık, biyolojik güvenlik, psikolojik rahatlık gibi durumlar gülmek için uygun koşulları sağlar ancak yeterli değildir. Çünkü gülmenin gerçekleşmesi için bir kıvılcım yani bir olay gerekmektedir ve bu kıvılcım ya da olay genellikle mizahtır (Oruç, 2006:22).

Özetle gülmenin hem beden hem de ruh sağlığına katkıda bulunduğunu, günlük gerginlikler ile başa çıkarken gülme unsuru içeren ortamlarda ve kişilerle bulunarak, daha iyi hisler uyandığını söylemek mümkündür. Mizah ile gülme birbirini tamamlar niteliktedir ve mizah gülmeyi içinde barındırır.

2.1.5 Mizah ve Kültür

Critchley (2002), iç kültür bilgisini taşıyan bir etkileşim olarak gördüğü mizahı anlamının, kültürel bir kodu çözmeye benzediğini belirtmiştir. Doğal olarak her bir grup kendine özgü mizah anlayışına sahiptir (Critchley, 2002; Akt., Tarnavska 2010:44).

Her kültürün, her insan topluluğunun ortaya koyduğu mizah anlayışının farklı olduğuna dikkat çeken Doğan (2004: 437), coğrafyanın, iklimin, yetiştirme tarzının,

inançların, tüketim biçim ve alışkanlıklarının, siyasal örgütlenme biçimlerinin (demokratik ve totaliter vb.) bu farklılığa etkisi olduğunu düşünür. İçeride dönük kişilik özellikleri sergileyen insanlarla, dışarıya dönük kişilik özelliği sergileyen insanların eğlence ve mizahtan anladıkları ne kadar farklı ise kapalı ve açık toplumlarında mizah anlayışlarının bu denli farklı olduğunu vurgular. Toplumların birbirinden farklı mizah anlayışları olduğu gibi aynı toplumun farklı bölgeleri de farklı mizah ve eğlence kültürüne sahiptir. Mizah, toplumun yaratıcılığını, dinamizmini, ufkunu ve kalitesini göstermekte, mizahtan yoksun kültürlerin yaratıcı, üretken ve dinamik bir yaşam sürmesi beklenmemektedir. Mizahın toplumlara ve kişilere göre değişmeyen yanı, kendine özgü inceliği, zarafeti, insana ve topluma saygıya dayalı bir esprisi ve mantığı oluşudur.

İnsan davranışının oluşumunda çevrenin etkisi önemlidir. Çevre aracılığıyla davranışlarımıza etki eden kültür kişilerin mizah anlayışına etki eder. Çeşitli kültürlerde gülme davranışının oluşumu farklıdır. Kültürlerin eğlenceli ya da gülünç olarak algıladıkları durumlar değişebilmektedir. Bazen aynı kültüre sahip küçük gruplarda da mizah anlayışının değiştiğini görmek mümkündür. Mizahın algılanışı, kültüre, içinde bulunulan zamana, yaş dönemlerine, cinsiyete, toplumda üstlenilen rollere vb. birçok değişkene göre farklılaşmaktadır.

Mizahın kültürümüzdeki örneklerini fıkralarda görmek mümkündür. Özellikle Karadeniz fıkraları ve Nasreddin Hoca fıkraları küçük yaştan itibaren ilgi çekmekte, eğitici yönden katkı sağlarken, mizahi bakış açısının temellerinin atılmasına da yardımcı olmaktadır. Fıkralar özellikle ülkemizin çeşitli kültürlerini tanımada ve bunu nesiller boyu aktarmada önemli bir işleve sahiptir.

2.1.6 Mizah Çeşitleri

Şaka: Türkçe sözlükte güldürmek, eğlendirmek amacıyla karşısındakini kırmadan yapılan hareket ve ya söylenen söz, lâtife şeklinde tanımlanmıştır (TDK, 2005:1843).

Hiciv: Bir kişiyi ya da durumu abartılı bir biçimde yermek amacıyla hataları yüze vurmak yahut hataları düzeltmek için iğneli bir dil ile ifade edilmiş biçimdir.

Nükte: Derin anlam taşıyan, ince bir dille ve şaka yoluyla yapılan, düşündürücü özellik taşıyan mizah unsurudur. Nükte, karşısındakinin sözlerinde yakalanan bir açığı iğneleyici fakat nezâketli bir şekilde doldurma işidir. Ancak zeki insanlar nüktenin

anlamını kavrayabilir ve gerçek tadına varabilir. Verilen cevap kesinlikle beklenmediktir (Eşigül, 2002:29).

Kara mizah: Türkçe sözlükte kara mizah, yalnız güldürmeyi değil, daha çok düşündürmeyi ve yergiyi amaçlayan mizah türü olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2005:1079).

Kara mizahta acılık ve burukluk vardır. İnsanı acı acı gülümseten, hatta göz yaşartan ve düşündüren bir alaydır. Mizahta genellikle bir kendiliğindenlik vardır; oysa kara mizah yapmakta bir zorluk vardır, ama bu, zorlama demek değildir (Yücebaş, 2004:45).

Tahkir (küçümseme) : Tahkir, Türkçe sözlükte, aşağılama, onur kırma, onuruna dokunma şeklinde ifade edilmektedir (TDK, 2005:1884). Hicve benzer bir yanı vardır. Ancak hiciv hataları düzeltmek amacıyla yapılırken, tahkir halk önünde küçümsemek amacıyla yapılır.

İroni: Birisini över gibi görünüp yermek, kinaye yapmak ironi olarak tanımlanır. Bergson'da ironiyi karşıtlık olarak düşünmekte ve mizahın çoğunlukla bu şekilde doğduğunu söylemektedir. İroni, gerçekle idealin, olanla olması gerekenin karşıtlığıdır (Bergson, 2006:69). Kısaca, kişinin söylemek istediğinin tersinin söylemesidir.

2.1.7 Mizahın Psikolojik Danışmada Kullanımı

Ellis, duygusal rahatsızlıkların kişinin kendisini fazla ciddiye almasından, yaşamda karşılaştığı olaylar hakkında bakış açısı ve mizah duygularını kaybetmesinden kaynaklandığını düşünmektedir. Mizahın danışanların kendilerini daha az ciddiye almalarında faydalı olacağını belirtir. Ellis, danışanları sorunlara sürükleyen abartılmış düşüncelerle başa çıkmalarında mizaha sıklıkla başvurur. Bu yüzden seanslarda mizah içerikli şarkılar söyler, insanları depresyonda olduklarında veya hissettiklerinde yalnız ya da grupla şarkı söylemeye teşvik eder (Corey, 2005:307). Mizah, akılcı-duygusal terapistlerin (RET) en çok kullandığı tekniklerden biridir. Duygusal rahatsızlıkların, kişilerin kendini çok ciddiye almaktan, hayata karşı esprili bakış açısını kaybetmekten oluştuğunu düşünürler.

Etkili psikolojik danışmanların kişisel özellikleri içerisinde, psikolojik danışmanın ince bir mizah anlayışı olması gerektiği de yer almaktadır. Psikolojik danışmanların yaşanan olaylara farklı bakış açısıyla yaklaşp, özellikle kendi zayıf yönlerini bilerek,

çelişkilerini alaya alarak gülmeyi ve kendilerini eleştirmeyi ihmal etmemeleri gerekmektedir (Corey, 2005:23).

Mizahın psikolojik danışmada kullanılmasının da pek çok nedeni vardır. Bunlar:

- Gerginliği azaltır,
- İç görüşü artırabilir,
- Yaratıcılığı destekler,
- Danışanların ve danışmanların süreçte var olan riskleri alabilmelerini kolaylaştırır,
- Psikolojik danışma sürecinde mizah hayatın gerçeklerini fark edebilmeyi ve değerlendirebilmeyi sağlar. Böylelikle birey çeşitli durumların eğlenceli ve çirkin yanlarını, gerçekçi olarak daha kolay fark eder,
- Psikolojik danışma sürecinde karşılaşılan direnç ile başa çıkmayı kolaylaştırır,
- Bireyin cinsel tabuları ile başa çıkabilmesini kolaylaştırır,
- Süreç içerisinde mizaha yer verilmesi psikolojik danışmanın ruh sağlığı açısından yararlıdır (Oruç, 2006:75).

Mizahın psikolojik danışmada kullanımı ile ilgili çalışmalar yeterli sayıda değildir. Fakat çeşitli yaklaşımlarında savunduğu gibi psikolojik danışmada, danışman-danışan ilişkisi sağlıklı olarak kurulup, karşılıklı güven sağlandıktan sonra mizah kullanımı fayda sağlamaktadır. Mizah kullanılırken zamanlamayı iyi belirlemek ve danışanı iyi tanımak gerekmektedir. Aksi takdirde bu teknik zarar verici olabilir. Danışanı kırmadan, alaycı olmayan bir şekilde mizahtan faydalanılabilir. Olumlu mizah kullanımı yakın ilişki kurmayı arttıracak, iletişimi kuvvetlendirecek, ortamı yumuşatacak ve ifade edilmesi zor konuları daha kolay anlatmaya yardımcı olacaktır.

2.1.8 Mizahın Olumlu ve Olumsuz Yanları

Cornett (1986), mizahın faydalarını on üç maddede toplamaktadır:

1. Dikkati çeker ve düşünceyi harekete geçirir,
2. Yaratıcı yetenekleri ortaya çıkarır,
3. Arkadaş edinmeye yardım eder,
4. İletişimi kuvvetlendirir,
5. Zor anları yatıştırır,

6. Kùltùrlerarası etkileşimi teşvik eder,
7. Sağlığı güçlendirir,
8. Olumlu tavırlar ve kendine olumlu bir bakış açısı geliştirir,
9. Motivasyonu arttırır ve enerji verir,
10. Sorunları çözer,
11. Öğrencilerin okuma miktarını ve kalitesini arttırır,
12. Arzulanan davranışları kuvvetlendirir,
13. Eğlendirici değeri vardır (Cornett, 1986; Akt., Özenç, 1998),

Ancak mizahın olumsuz kullanımı ile kötü sonuçlara yol açtığı durumlarda söz konusudur. Yanlış zamanlama ve karşı tarafı tanımadan mizah yapıldığında öfke ve kırgınlığa sebep olabilmektedir. Ortamı gerginleştirerek, iletişim sorunlarını doğurabilir. Kırıcı bir dille yapıldığında ise karşı tarafı savunmaya ya da karşılık vermeye itebilmektedir. Ayrıca kötü duygular uyandırarak, bireyin benlik duygusuna zarar verir, psikolojik ve sosyal gelişiminde sorunlar oluşturarak yalnızlıkla sonuçlanabilir.

2.1.9 Psikolojik Belirtiler

Ruh sağlığı kişisel yargılara dayanmakta ve ölçülmesi oldukça zor bir iştir. Bilindiği gibi psikolojik sağlığı ölçmek için birçok araç geliştirilmiştir ancak tek başına bu araçlar yetersiz kalmaktadır. Ruh sağlığındaki bozulmaları, normal dışı davranışları tanılamak amacıyla görüşme, gözlem, psikolojik testler, fizyolojik testler bir arada ve ihtiyaca göre kullanılmaktadır. Uzmanlardan yardım almak amacıyla başvurulduğunda ilk olarak görüşme yapılır. Daha çok çocuklarda olmak üzere gereken durumlarda kişinin davranışı kendi doğal ortamında gözlemlenebilir. Daha sonra uzman fikrine göre seçilen testler bir araç olarak kullanılır. Böylelikle yardım süreci başlar. Psikolojik belirtiler ise bir psikolojik bir rahatsızlığın özelliklerini içerir ve ölçme işleminde dikkate alınacak noktaları belirler.

2.1.10 Psikolojik Bozukluklar

Psikolojik bozukluklar çok geniş kapsamlı bir alandır bu yüzden genel olarak burada SCL-90' da yer alan bozukluklara değinilecektir.

2.1.10.1 Somatizasyon

Stresin bedensel şikâyetlere dönüştürülmesidir. Bu şikâyetler hastalık kaynaklı olmamakla beraber, kişisel ve toplumsal sıkıntının hastalıklarla ifadesidir. Somatizasyon bozukluğu tanısı koyabilmek için DSM 4'e göre tanımlanan 34 belirtiden en az 13 tanesi kişide görülmüş olmalıdır.

1. Kusma
2. Kol ve bacak ağrısı
3. Nefes darlığı
4. Sağırılık
5. Yürüme zorluğu
6. Karın ağrısı
7. Sırt ağrısı
8. Çarpıntı
9. Çift görme
10. Kas ağrısı
11. Eklem ağrısı
12. Bulantı
13. Sersemlik
14. Bulanık görme
15. İdrar yapma güçlüğü
16. Karında şişkinlik hissi
17. İdrar yaparken ağrı duyma
18. Unutkanlık
19. Körlük
20. Cinsel ilişki sırasında cinsel organlarda yanma
21. İshal
22. Baş ağrısı dışındaki bedenin herhangi bir yerinde ağrı duyma

23. Yutma güçlüğü
24. Bayılma
25. Cinsel isteksizlik
26. Değişik besinler yediğinde bunları tolere edememe
27. Ses kısıklığı
28. Sara benzeri nöbet geçirme
29. Göğüs ağrısı
30. Cinsel ilişki sırasında ağrı duyma
31. Ağrılı adet görme
32. Düzensiz adet görme
33. Aşırı adet kanaması
34. Gebelik boyunca kusma

Belirtiler hastayı rahatsız edici düzeydedir ve hastalar sıklıkla doktora başvurumaktadırlar. Ağrılarını gidermek için ilaçlar kullanırlar ve günlük yaşamlarında da bozulmalar görülmektedir. Hastalığa biyolojik, sosyal ve psikolojik faktörler sebep olabilir. Genelde ergenlikte başladığı bilinir ancak 30 yaşlarında başlayan örneklere de rastlanmaktadır.

2.1.10.2 Obsesif Kompulsif Bozukluk

Obsesyon (saplantı); latince kuşatma anlamını taşıyan, kişiye istemeksizin gelen, belirgin bir kaygı ya da sıkıntı oluşturan, tekrarlayıcı, farklı düşünce ve davranışlarla zihinden uzaklaştırılmaya çalışılan düşünce, imge ve dürtülerdir.

Kompulsiyon (zorlantı); obsesyonun oluşturduğu sıkıntıyı azaltmak için, katı bir biçimde uygulanması gereken ve belli kurallarla yapılan yineleyici davranışlar ya da zihinsel eylemlerdir. Huzursuzluğun ortadan kalkması ve “şimdi oldu” duygusu yaşanana dek tekrarlanmaları gerekebilir (Swedo ve Snider, 2004).

OKB, psikiyatrik bozukluklar içerisinde fobiler, madde kullanımı ve majör depresyondan sonra dördüncü en sık rastlanan bozukluktur. Başlangıcı akut veya sinsi olabilirken, hamilelik, çocuk doğurma, cinsel taciz veya bir yakının kaybı gibi olaylar tetikleyici olabilmektedir (Çavaş, 2004:38-50).

En sık görülen obsesyonlar ve kompulsiyonlar :

- 1- Yıkama kompulsiyonu - Bulaşma obsesyonu
- 2- Kontrol etme kompulsiyonu - Patolojik kuşku
- 3- Saldırgan ve cinsel içerikli tekrarlayan düşünceler
- 4- Simetri ve düzen ihtiyacı

Dini obsesyonlar, sayma obsesyonu, somatik obsesyon, biriktirme kompulsiyonları, soru sorma ve itiraf etme kompulsiyonlarına da sıkça rastlanmaktadır (Özmansur, 2010:3).

Çok farklı türde obsesyonlar ve kompulsiyonlar vardır. Hastada bunlardan sadece biri olabileceği gibi birkaçı birlikte de bulunabilir. Hastaların %75'inden fazlasında obsesyon ve kompulsiyonlar birlikte bulunur fakat sadece obsesyon veya sadece kompulsiyon bulunan vakalarda olmaktadır. Ayrıca semptomlar zaman içerisinde değişkenlik gösterebilir (Çavaş, 2004:38-50).

2.1.10.3 Kişiler Arası Duyarlılık

Kişilerarası ilişkilerde öncelikle bireyin çevresindeki önemli kişilere (ebeveynler, yakın arkadaşlar, öğretmenler, sevgili ya da eş vb.) attettikleri anlam ve daha sonra bu kişilerin bireye sunduklarının karşılıklı bir etkileşimi söz konusudur. Kişilerarası duyarlılığa sahip bireyler için bu önemli kişilerin sözel ya da sözel olmayan iletişim biçimleri, duyguları, düşünceleri ve davranışları oldukça anlam ifade etmektedir. Çünkü kişilerarası ilişkilerinde duyarlı olan bireyler, ilişkilerinde diğer bireyler için çok da önemli olmayan problemlere kolaylıkla kırılabilir, küçük, sıradan ve çözülmesi oldukça basit sorunları büyütürken içinden çıkılmaz bir hale dönüştürebilir, ilişkinin ilerlemesinde engelleyici bir rol üstlenir (Boyce ve Mason, 1996:90-103).

Kişiler arası duyarlılığa sahip bireyler hassas yapıdadırlar, kendini yetersiz görürler ve diğer insanlarla kıyaslama duygularını yoğun olarak yaşarlar.

2.1.10.4 Depresyon

Depresyon en sık rastlanan psikolojik rahatsızlıktır. Depresyona genetik yatkınlık, hormonal sebepler, çevresel faktörler sebep olabilmektedir.

Depresyon uzun süre devam eden ve kişinin hayatını olumsuz şekilde etkileyen mutsuzluk, hayattan keyif almama hali olarak bilinir. Değersizlik, aşırı suçluluk,

yalnızlık, üzüntü ve ümitsizlik duyguları ile karakterize edilir ve intihar düşünceleri de olabilir. Depresyon belirtileri aşağıda yer almaktadır:

1. Duygusal belirtiler

- Üzüntü
- Kaygı
- Suçluluk
- Öfke
- Çaresizlik
- Ümitsizlik
- Kendini değersiz ve önemsiz hissetmek

2. Fiziksel belirtiler

- Uyku düzeninde değişiklik (normalden az ya da fazla uyuma)
- İştahta değişiklik (normalden az ya da fazla yeme)
- Cinsel isteksizlik
- Enerji azlığı, yorgunluk hissi
- Çeşitli ağrılar

3. Davranışsal belirtiler

- Sebepsiz ağlama nöbetleri.
- İnanlardan uzaklaşma.
- Daha önce zevk alınan iş ve aktivitelerden zevk alamama
- Son zamanlarda fazla alkol almaya başlama veya yatıştırıcı ilaçları kullanma ihtiyacı hissetme

4. Zihinsel belirtiler

- Konsantrasyon güçlüğü
- Unutkanlık
- Kararsızlık

Depresyon tanısı almak için bu belirtilerin hepsine sahip olmak gerekmemektedir. Bu şikayetlerin birkaçı aynı anda, iki haftadan uzun bir süredir devam etmesi ve günlük hayatı olumsuz etkilemesi gerekmektedir (URL1).

2.1.10.5 Anksiyete

Anksiyete, korkuya benzer bir duygu olmakla birlikte, anksiyeteyi ortaya çıkaran uyaran, korkuyu ortaya çıkaran gibi net olarak belirlenmemiştir. Kişi huzursuzdur, kötü bir şey olacağından endişe etmektedir. Ancak bu durumu açıklayacak nesnel bir tehlike ya da tehdit kaynağı tanımlayamamaktadır (Sungur, 1997).

Cansever (t.y.), anksiyetenin klinik belirtilerini 4 grupta toplamaktadır:

Psişik Belirtiler: Hafif bir sıkıntı ya da sinirli olma hissinden, şiddetli bir kontrolünü kaybetme, çıldırma ya da ölüm korkusuna kadar uzanan belirtileri kapsar. İç sıkıntısı, kötü bir şey olacakmış hissi, sinirlilik, huzursuzluk, gelecekle ilgili endişeli beklentiler, olayların hep kötü yönlerini görme, karamsarlık, kontrolünü ya da yaşamı kaybetme korkusu anksiyete durumlarında sık rastlanan belirtilerdir.

Fiziksel Belirtiler:

- Kalp-damar sistemi: Nabız artışı, çarpıntı hissi, göğüs ağrısı, baygınlık hissi.
- Kas-iskelet sistemi: Baş, bel, sırt, karın ağrıları, sızı, seğirme, sertlik, ürperme, yorgunluk.
- Nörolojik sistem: Baş dönmesi, uyuşukluk, görme bulanıklığı, titreme, güçsüzlük.
- Gastrointestinal sistem: Yutma güçlüğü, karın ağrısı, bulantı, bağırsak huzursuzluğu, ishal, kabızlık.
- Genito-üriner sistem: Sık idrar, sıkışma hissi, cinsel bozukluk, adet sorunları.
- Otonom sinir sistemi: Ağız kuruması, terleme, baş ağrısı, ateş basması, ellerin buz gibi olması.
- Solunum sistemi: Göğüste basınç hissi, soluğun kesilmesi, soluğun yetmeme hissi, iç çekme, nefes darlığı, sık nefes alıp verme.

Bilişsel Belirtiler: Kişinin kendisini ya da dış dünyayı acayip olarak algılaması, yer, zaman ve kişilerle ilgili yanılsamalar, olayların anlamını değerlendirmede

yanlışlıklar, odaklanma bozukluğu ve hatırlama güçlüğü anksiyete durumlarında ortaya çıkan bilişsel belirtilerdir.

Davranışa Ait Belirtiler: Sıkıntı veren ortamlardan kaçınma ya da öfkeye bağlı davranış bozuklukları anksiyete durumlarında karşılaşılan davranış bozukluklarıdır.

2.1.10.6 Öfke ve Düşmanlık

Öfke durumuna sebep olan temel etken kişinin kendini engellenmiş hissetmesidir. Birey, kendine yönelik hissettiği aşağılılık duygusu ile sözel ya da fiziksel olarak saldırganlaşmaktadır. Öfkenin kronikleşmiş yani süreğen hali ise düşmanlığı oluşturur. Öfke anlık bir durum iken, düşmanlık kalıcı olabilmektedir.

2.1.10.7 Fobik Anksiyete

Belirli yer, durum ya da nesnelere karşı anksiyetede, neden olarak gösterilen uyararla orantılı olmayan bir şiddette ortaya çıkmaktadır. Fobik birey bu abartılı tepkisinin mantıksız olduğunu bildiği halde, bazen panik düzeyine varan fobik tutum davranışlarını önleyemez. Fobik bireyler, fobi oluşturan ortamlardan ısrarlı bir kaçınma davranışı gösterirler. Korku ancak insanın yaşamını kısıtladığı, özgürce yaşamasını önlediği zaman fobik özellik kazanır. Fobilerde görülen anksiyete, beklenmedik, serbest ve süreğen değil, özgül bir nesne, yer ya da duruma bağlıdır (Sungur, 1997).

Anksiyeteye bedensel şikyetlerden olan kalp atışında hızlanma ve çarpıntı eşlik edebilir. lme ya da bayılma korkusu, ıldıracakmış gibi olma, kontrolü elinden kaybetme durumları da görülebilmektedir.

2.1.10.8 Paronoid Düşünce

Paronoid düşünce (paranoya, hezeyan, sanrı), DSM-IV’de ‘hezeyan’ olarak yer almakta, başka hemen herkesin neye inandığına bakılmaksızın sürdürülen ve tersinin geçerli olduğuna ilişkin açık ve tartışmasız kanıtlar olmasına rağmen değiştirilmeyen, dış gerçeklikten doğru olmayan anlamlar çıkartmaya dayalı, kişinin yaşadığı kültür ya da alt-kültürün yeleri tarafından alışılmış olarak kabul edilmeyen, ‘yanlış inanç’ olarak tanımlanmaktadır.

2.1.10.9 Psikotizm

Psikotizm içe kapanma, ilgi ve istekte azlık, duygulanımda kısıtlılık, insan ilişkilerinden giderek soyutlanma şeklinde belirtilerle başlamakta daha sonra işitsel

ve görsel varsanılar (halusinasyonlar), sanrılar (hezeyanlar), gerçekdışı düşünce, yaşantı ve algılamalar görülmektedir.

2.1.11 Ölüm Kaygısı

Son yıllara kadar ölüm, konuşmaktan kaçınılan konulardan biriyken, günümüzde yaşamın gerçeği olarak kabul edilip, konuşmalarımıza ve araştırmalara konu olmaktadır. Araştırmacı ve yazarlar ölümün psikolojik yönü üzerinde daha fazla durmaya başlamış, bu konudaki kaynaklar artmıştır. Genel olarak ölüm yaşlıları ilgilendiren bir konu olarak düşünülmüştür. Tıp alanındaki ilerlemeler ile çocuk ölümlerinin azalması buna sebep olan etkenlerden biridir. Ayrıca kamuoyunun ve çeşitli araştırmacıların ölümü yaşlılık görevlerinden biri olarak görmesi bu düşüncenin bir diğer sebebidir. Örneğin Erickson, Psikososyal gelişim kuramında son evre olan yaşlılık dönemini “bütünlüğe karşı ümitsizlik” olarak adlandırır ve bu dönemde bireylerin ölüm düşüncesi ile geriye dönüp baktıklarını, verdiği çabaların yaşamaya değer olup olmadığını sorguladığını belirtir. Çileli (2006:369)’ ya göre, ölümü ileriki yaşlarda düşünmemiz ölüm ve diğer türden yitimleri kendimizden uzak tutmak istememizden kaynaklanmaktadır. Yaşlı insanların ölmesi sıra olarak en uygun insanlar olduklarını düşündürmekte ve bu beklentinin gerçekleşmesi de psikolojik olarak güven sağlamaktadır. Ölüm belli bir inanca mensup kişiler için sonsuzluğa geçiş olarak düşünülse de soğuk gelen bir kavramdır.

Ölüm kaygısı ise, ölümün çeşitli aşamalarından her birini tasarlamaya veya önceden sezinlemeye ilişkin subjektif ilgi ve hoş olmayan duyguları içeren duygusal reaksiyondur (Handler, 2008:30).

İnsanlığın en önemli kaygılarından olan ölüm kaygısı, gelişmiş ülkelerde yaşlanmayı ve ölümü geciktirici birçok yöntemin denenmesine sebep olmuştur. Tıbbi yöntemlerle yaşlanma belirtileri azaltılıp ortalama ömür uzatılmış olsa da ne ölüm ne de ölüm kaygısı engellenememiştir. Birçok araştırma inançlı ve hayat tatmini yüksek olan insanların ölüme yönelik kaygılarının az olduğunu göstermiştir. Ayrıca ölüm kaygısının tamamen yok edilmesinin ya da ölümün ertelenmesinin mümkün olmadığı bilinci ile yaşamın doyum olarak geçirilmesi ölüm kaygısının yoğunluğunu azaltabilmektedir.

2.1.12 Ölüm Korkusu ve Ölüm Kaygısı Kavramları

Kaygı ile korkunun farkına bakıldığında; Kierkegaard (2003), “korku bir şeyin korkusudur, kaygı hiçbir şeyin korkusudur diyerek” iki kavram arasındaki farkı belirten ilk kişi olmuştur. Ona göre “bir şey”den korkmakla “yok”tan korkmak birbirinden farklı olgulardır (Kierkegaard, 2003; Akt., Tanhan, 2007:17).

Ölüm kaygısı ve korkusu ölüm karşısında yaşanan iki farklı duygu durumuna karşılık gelmektedir. Ancak kaygı, daha belirsiz, nedensiz, bilişsel süreçlerden yoksun olarak gösterilen duygu durumudur. Buna karşın ölüm kaygısı daha belirgin, somut bir tehdit karşısında yaşanan bir tepkidir. Ölüm kaygısı ve korkusu arasındaki bu açık ayrımına karşın, ölüm karşısındaki kaygı tepkilerinin de korku tepkilerine benzer özellikler gösterdiği görülmektedir. Fakat ölüm hep gelecekte olacak bir durumdur. Bu yüzden somut bir karşılığı yoktur. Bundan dolayı da ölüm karşısında yaşanan duygu, kaygı tepkilerine daha yakındır (Tanhan, 2007:19).

Rollo May (1977) ölüm kaygısının durmaksızın korku olmaya çabaladığını ileri sürmektedir. İnsanlar ölüm kaygısını, “hiçbir şey”den, “bir şey”e dönüştürerek nesnelleştirir. Yansıtma ve somutlama yoluyla ölüm kaygısı konumu ve zamanı belirgin görünebilir dolayısıyla savunulabilir bir korkuya indirgenir. Böylelikle birey ölümü kendi hücrelerinde taşıdığını ve kaçamayacağını inkar ederek, güvenli bir benlik algısı yanılsamasına kapılmaktadır.

Ölüm korkusu, yakınlarında ölüm olayına şahit olan bireylerde o anda oluşmakta ancak gelecekte kendisinin de ölümü yaşayacağı düşüncesi ölüm korkusunun yerini ölüm kaygısının almasına sebep olmaktadır. Ayrıca ölüm kaygısı insanlık tarihinden bu yana en temel endişelerden biri olmakta ve sebebi bilinemeyen kaygının ölüm kaygısı şeklinde somutlaştırıldığı düşünülmektedir.

2.1.13 Kuramlara Göre Ölüm Kaygısı

Psikolojik olarak ölüm güdüsünü ilk ele alan kişi Freud’dur. Freud’a göre iki temel güdü vardır. Biri libido adını verdiği cinsiyet güdüsü, diğeri saldırganlık ve yıkıcılık içtepilerini açıklamada kullandığı ölüm içgüdüleridir. Freud’ a göre ölüm dini paranoit zihinlerin bir ürünü ve nevrozların ilk belirtisidir (Handler, 2008:28). Ölüm içgüdüğü dış nesnelere doğru yöneldiğinde saldırganlık, yok etme, el koyma, güç istemi ile kendini gösterir. Bu, psikanalitik açıdan cinsel bağlamda, sadizm ve mazoşizmi açıklayan bir sürece karşılık gelir (Ruffie, 1999). Freud’a göre insan

davranışlarının tümü, uyum sağlamaya yönelik amaç taşır. Kaygı da fiziksel ya da toplumsal çevreden gelen tehlikelere karşı bir uyarı işlevi görmektedir. Ancak kaygı, “nevrotik kaygı”da olduğu gibi gerçek dışı ve mantığa aykırı bir nitelik alırsa, uyum sağlamaya yardımcı olma işlevini yitirir ve normal dışı davranışların kaynağı olur (Geçtan, 2005).

Varoluşçu düşünürlere göre ölüm, yaşamın amacını ve anlamını keşfetmede yaşamsal bir role sahiptir. Varoluşçu bakış açısına göre yaşam ve ölüm birbirine bağlıdır, fiziksel ölüm tahrip etmesine karşın, ölüm düşüncesi bireyi korur (Yalom, 2000). Yalom’a göre ölüm anksiyetesi, çoğu insan için açık, kolayca tanımlanabilen ve stres yaratıcı bir durumdur. Bazı insanlarda ise gizli ve örtülüdür, başka semptomların ardına gizlenir ve çeşitli tekniklerle ortaya çıkarılabilir. Belirli yaşam olayları, çoğu zaman ölüm anksiyetesi uyandırır, ciddi bir hastalık, yakını kaybetme, kişinin temel güvenliğine yönelik engellenemez tehditler, tecavüze uğrama, boşanma, vurulma gibi... Bu tür olaylar genellikle açık ölüm korkusunun ortaya çıkışına sebep olur. Aynı zamanda Yalom’a göre nedeni belli olmayan anksiyete aslında ölüm anksiyetesidir, hiçlikle ilgili anksiyete kendini hızla somut bir şeye bağlar (Yalom, 2008:19-28).

Varoluşçu psikolojiye göre ölüm insanların içinde bulunduğu en büyük ikilemdir ve isterse ölüm seçilir, istenmezse de ölüm yaşanır. Yalom’a göre ölüm, ilk anksiyete ve ilk psikopatoloji kaynağıdır. Ölümden kaçamayacağını farkında olan insan varoluşsal bir kaygı ile karşı karşıyadır. Kendini koruma güdüsüyle hareket eden insan varoluşun yokluğu anlamına gelen ölümden endişe ve korku duyar (Handler, 2008:29).

Ölüme yönelik düşüncelerini tedaviye gelen bir hasta şu şekilde açıklamaktadır:

“Ben ölüm düşüncesiyle ancak şimdi başa çıkabiliyorum, yetmiş altı yaşındayım, iyi bir hayat yaşadım, verdiğim sözleri tuttum, hazırım. Ama o zamanlar on beş yaşındayken birkaç kez ölümü düşündüğümü hatırlıyorum. Tam bir felaket, ayaklarımın altında bir kapağın açılması gibiydi, katlanılamayacak kadar kötü bir duyguydu.” (Yalom, 2009:36).

Yalom’a göre ölüm korkusu her zaman yüzeyin altına süzülür, yaşam boyu peşimizi bırakmaz ve ölüm farkındalığıyla başa çıkabilmek için çoğu inkâra dayalı savunmalar oluştururuz. Fakat yinede aklımızdan çıkmaz, rüyalarımıza girer, her kâbusta karşımıza çıkar. Çocukken ölümü çok düşünürüz ve en önemli gelişimsel

görevlerimizden biri “yok olma korkusu” ile başa çıkmaktır. Birçok psikoterapist iyi yaşamayı öğrenmenin, iyi ölmeyi öğrenmek olduğu sonucuna ulaşmıştır (Yalom, 2002:135-137).

Bilişsel davranışçı yaklaşım, tüm psikolojik bozuklukların altında yatan mekanizmanın; kişinin ruhsal durumunu ve davranışlarını etkileyen çarpıtılmış ve işlevsel olmayan düşünceler olduğunu savunur. Kaygı veren şey ne olursa olsun, kişi tarafından çarpıtılmış ya da abartılmış olarak düşünülmesinden ve hatalı öğrenmelerden doğar. Ölüm kaygısını azaltmak ya da ölüm düşüncesiyle yaşamayı öğrenmek ise, bilişsel şemaların gözden geçirilip, ölümün insan yaşamındaki anlamı ve sonuçlarının öğretilmesi ile bilişsel değerlendirmelerin yeniden oluşturulması yoluyla mümkündür.

Psikolojide ölüm kaygısı kavramını genel olarak psikanalitik kuram, varoluşçuluk ve bilişsel davranışçı yaklaşımda görmekteyiz. Psikanalitik kuram ölüm kaygısını iç güdülerle açıklarken, varoluşçuluk ölümü yok olma korkusu olarak açıklamakta, bilişsel davranışçı yaklaşım ise ölüm hakkındaki çarpıtılmış düşünme biçimiyle açıklamaktadır.

2.2 İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde mizah ile ilgili yurt içinde ve yurt dışında yapılan araştırmalara, kronolojik sırasına göre yer verilmektedir. Ayrıca ölüm kaygısı ve psikolojik belirtiler ile ilgili araştırma örnekleri de yer almaktadır.

2.2.1 Mizah ile İlgili Araştırmalar

Bu kısımda mizahın farklı değişkenlerle birlikte ele alındığı, yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmaların bulgularına yer verilmiştir.

Yurt dışında mizah ile ilgili araştırmalar 1980’li yıllarda, Türkiye’de ise 1990’lı yıllarda yapılmaya başlanmıştır.

Nezu, Nezu ve Blisset(1988), mizahın, stresli yaşam olayları ve psikolojik stres tepkileri arasındaki ilişkiyi azaltıcı rolünü araştırmışlardır. Yaşları 18 ile 26 arasında değişen 46’sı kız 41’i erkek 87 üniversite öğrencisine Durumluk Mizah Tepkisi Ölçeği, Mizah Yoluyla Başa Çıkma Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri, Sürekli Kaygı Envanteri ve negatif yaşam olaylarını ölçmek için de Yaşam Deneyimleri Anketi uygulanmıştır. Sonuçlar, uygulanan mizah ölçeğine bakılmaksızın negatif

yaşam olayları ve mizah duygusu etkileşiminin depresyonu yordamada etkili olduğunu göstermiştir. Mizah Yoluyla Başa Çıkma Ölçeği'nden ve Durumluk Mizah Tepkisi Ölçeği'nden yüksek puan alan bireylerin yüksek stres düzeylerinde bu ölçeklerden düşük puan alan bireylere oranla daha az depresif belirti sergiledikleri görülmüştür. Bulgular mizahın stresli yaşam olayları ve depresif belirtiler arasındaki ilişkileri düzenleyici bir rolü olduğu hipotezini destekleyici niteliktedir. Öte yandan, sürekli kaygı değişkeninin yordanmasında mizahın ya da negatif yaşam olayları ve mizah etkileşiminin anlamlı bir katkısının olmadığı bulunmuştur.

Deaner ve McConatha 1993 yılında, mizah duygusu depresyon ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. 38'i erkek, 91'i kız 129 üniversite öğrencisine Durumluk Mizah Tepkisi Ölçeği, Mizah Yoluyla Başa Çıkma Ölçeği, Mizah Duygusu Ölçeği, Depresyon Tanı Envanteri ve Eysenck Kişilik Envanteri uygulanmıştır. Mizah Yoluyla Başa Çıkma puanlarıyla depresyon puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Sonuçlar düşük depresyon puanına sahip deneklerin Mizah Yoluyla Başa Çıkma puanlarının yüksek olduğunu ancak gülme ve gülümseme sıklığının bireylerin çevrelerindeki mizahi uyarınları fark edebilme yeteneğinin ve mizahtan hoşlanma eğilimlerinin depresyonla ilişkili olmadığı belirlenmiştir (Deaner ve McConatha, 1993; Akt., Yerlikaya, 2007:59).

Galloway ve Cropley (1999), neşe durumunda vücudun psikolojik sistemlerinin değiştiğini bulmuşlardır. Bedensel tepkilerde çoğu olumlu ve sağlıklı değişimler tespit etmişlerdir. Önce iskelet ve kas sistemi uyarıcı bir hale gelmiş, sonra rahatlamış ve kalp atışı sadece biraz yükselmiştir. Dolaşım ve solunumla ilgili faydalar ve tetikte olmakla ilgili bir yükseliş bulunmuştur. Neşe ortaya çıktığında, kan basıncında başlangıçta bir yükseliş, daha sonra düzeyin, önceki neşe çizgisinin altına düştüğünü kaydetmişlerdir. Sonuç olarak, stresli durumlarda psikolojik rahatsızlıklara karşı, mizah puanları yüksek olan kişilerin önemli bir direnç gösterdiğini ortaya koymuşlardır.

Nezlek ve Derks(2001), mizah kullanımının psikolojik uyum ve sosyal etkileşimlerle ilişkisini araştırmışlardır. 163'ü kız, 123'ü erkek, 286 üniversite öğrencisinden iki hafta süreyle sosyal etkileşimlerini kaydetmeleri için Rochester Etkileşim Kayıt Formu, Mizah Yoluyla Başa Çıkma Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği, Etkileşim Kaygı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği'ni ve Texas Sosyal Davranış Ölçeği kullanılmıştır. Mizah ile başa çıkma mekanizmasını kullananların sosyal

etkileşimlerini daha keyif verici olarak değerlendirdikleri ve etkileşimlerinde kendilerine daha fazla güvendikleri bulunmuştur. Mizahı bir başa çıkma mekanizması olarak kullanan öğrencilerin psikolojik uyumlarının, mizahı bir başa çıkma mekanizması olarak kullanmayanlara göre daha iyi olduğu belirlenmiştir.

Führ (2002), erken ergenlik yıllarında mizahın bir başa çıkma stratejisi olarak kullanılıp kullanılmadığını araştırmıştır. Yaşları 11 ile 14 arasında, 960 çocuğa, Mizah Yoluyla Başa Çıkma Ölçeği ve çocuklar için hazırlanmış olan Mizah Yoluyla Başa Çıkma stratejileri Anketi uygulanmıştır. Belirsiz ve stresli durumlar karşısında mizahın bir başa çıkma stratejisi olarak kullanıldığını, özellikle 12 yaşından sonra bu stratejiyi kullanmanın artış gösterdiğini, erkek çocukların kız çocuklara oranla saldırgan ve cinsel içerikli mizaha daha fazla yatkın olduğu, kız çocukların ise mizahı daha çok kendilerini eğlendirmek için kullandıkları belirlenmiştir. Mizahı bu şekilde kullanma yatkınlığının, kız çocukları arasında yaşın artmasıyla birlikte daha da arttığı ancak erkek çocuklar için aynı durumun geçerli olmadığı görülmüştür.

Kuiper, Grimshaw, Leite ve Kirsh(2004), mizah duygusu ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. 93'ü kız, 44'ü erkek toplam 137 üniversite öğrencisine, Mizah Tarzları Ölçeği, Mizah Yoluyla Başa Çıkma Ölçeği ve Mizahi Davranış Ölçeği uygulanmıştır. Sonuçlar katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah tarzlarının depresyon ve kaygı ile negatif yönde ilişkili olduğunu, saldırgan mizah tarzı ile depresyon ve kaygı arasında anlamlı ilişki olmadığını, kendini yıkıcı mizah tarzının ise depresyon ve kaygı ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Bunun yanında öğrencilerin Mizah Yoluyla Başa Çıkma Ölçeği'nden aldıkları puanlarla katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah tarzları arasındaki ilişkilerin diğer mizah tarzlarına oranla daha yüksek olduğu görülmüştür (Kuiper, Grimshaw, Leite ve Kirsh,2004; Akt., Yerlikaya, 2007:65).

Bressler (2005), Kanada'daki McMaster üniversitesinde 150 öğrenciye uyguladığı anketle, mizah duygusunun kadın ve erkekler tarafından farklı tanımlandığını belirtmiştir. Bu araştırmaya göre kadınların mizah duygusuna sahip biri denince akıllarına gelen "kendilerini güldüren biri" iken, erkeklerin mizah duygusu "yaptıkları esprileri takdir edenler" olarak tanımlanmıştır. Üreticiler (güldürenler) ve alıcılar (gülenler) arasında fark olduğu da belirtilmiştir. Kadın deneklerin %62' sinin mizah üreten erkekleri tercih ettikleri, erkek deneklerin ise %65'inin mizahlarını takdir eden kadınları tercih ettikleri görülmüştür (Bressler, 2005).

Yerlikaya (2003) mizah tarzları ve depresyon, benlik saygısı, fonksiyonel olmayan tutumlar, olumlu ve olumsuz duygular arasındaki ilişkileri incelemiştir. 137 üniversite öğrencisine Mizah Tarzları Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği ve Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği uygulanmıştır. Aynı zamanda bu çalışmada Mizah Tarzları Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlamasını da gerçekleştirmiştir. Katılımcı ve kendini geliştirici mizah tarzlarının depresyon, fonksiyonel olmayan tutumlar ve olumsuz duygularla negatif yönde, benlik saygısı ve olumlu duygularla ise pozitif yönde ilişkili olduğunu bulmuştur. Ayrıca saldırgan mizah tarzı bu değişkenlerle anlamlı düzeyde ilişkili bulunmazken, kendini yıkıcı mizah tarzı ile depresyon arasında pozitif, benlik saygısı arasında ise negatif ilişkiler olduğu bulunmuştur.

Sarı ve Aslan (2005), üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada 480 üniversite öğrencisine Mizah Tarzları Ölçeği ve Başa Çıkma Tarzları Ölçeği uygulanmıştır. Olumsuz başa çıkma (Çaresiz Başa Çıkma Tarzı) tarzı olan üniversite öğrencilerin olumsuz mizah tarzlarını (Kendini Yıkıcı Mizah Tarzı) kullandıklarını ve olumlu başa çıkma tarzı olanların da (Kendine Güvenli Başa Çıkma Tarzı) olumlu mizah tarzlarını (Katılımcı Mizah Tarzı ve Kendini Geliştiren Mizah Tarzı) daha çok, olumsuz mizah tarzlarını (Saldırgan Mizah) ise daha az kullandıkları saptanmıştır. Bu sonuçlarla birlikte erkek öğrencilerin olumsuz mizah tarzlarından olan Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizah Tarzlarını, kız öğrencilere göre daha çok kullandıkları belirlenmiştir.

Fidanoğlu (2006), evlilik uyumu, mizah tarzı ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 255 gönüllü çifte Çift Uyum Ölçeği, Mizah Tarzları Ölçeği ve Spielberger Sürekli Kaygı Ölçeği uygulanmıştır. Olumlu mizah özelliklerinin yüksek olduğu çiftlerde evlilik uyum düzeyinin de yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırmaya katılan çiftlerde mizahi özelliklerinin yüksek olmasının evlilik uyumunu olumlu etkilediği, mizahi özelliklerinin olmaması ise olumsuz etkilemediği belirlenmiştir.

Tümkeya(2006), öğretim elemanlarının mizah tarzı ve mizahı yordayıcı değişkenleri incelemiştir. Araştırma 186'sı erkek, 97'si kadın olmak üzere toplam 283 öğretim elemanına Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ), Maslach Tükenmişlik Envanteri ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel ve Mesleki Özellikler Anketi uygulanmıştır.

Araştırma sonunda mizah tarzları alt ölçekleri (katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah) puanlarının öğretim elemanlarının cinsiyetine ve akademik unvanına göre anlamlı bir şekilde değişmediği bulunmuştur. Yaş değişkenine bakıldığı zaman mizah tarzları alt ölçeklerinden katılımcı mizah puanlarının yaşa göre farklılaştığı, diğer alt ölçeklerin ise yaşa göre bir farklılık arz etmediği görülmüştür. Genç öğretim elemanları katılımcı mizah tarzını daha çok kullandıklarını bildirmişlerdir. Mizah ile tükenmişlik arasında, negatif yönde anlamlı, ancak düşük bir ilişki bulunmuştur. Mizahı yordamada ise, tükenmişlik birinci, onu izleyen mesleki değişkenler ise ikinci sırada yer almıştır.

Tümkaya ve arkadaşları (2008), duygusal zeka, mizah tarzı ve yaşam doyumu ilişkilerini incelemiştir. 134'ü kadın, 228'i erkek toplam 362 öğretim elemanına Bar-On EQ Anketi, Mizah Tarzları Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Öğretim elemanlarının duygusal zekâ yeteneklerinin mizah tarzlarını ve yaşam doyumunu anlamlı düzeyde açıkladığı ve yordadığı görülmüştür. Akademik unvan açısından öğretim elemanlarının duygusal zekâ yetenekleri incelendiğinde; kişisel beceriler, kişilerarası beceriler, uyum ve stresle başa çıkma alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılaşma gözlenirken genel ruh durumu boyutunda anlamlı düzeyde farklılaşma gözlenmemiştir. Bu alt boyutlarda farklılaşmanın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için yapılan Tukey testi sonucunda; Kişisel becerilerde, Profesör ve Doçentlerin puan ortalamalarının Araştırma Görevlilerinden; Kişilerarası becerilerde, Profesörlerin puan ortalamalarının Araştırma Görevlileri ve Yardımcı Doçentlerden; Uyumda, Profesörlerin puan ortalamalarının Araştırma Görevlilerinden; Stresle başa çıkmada ise Profesör ve Yardımcı Doçentlerin puan ortalamalarının Araştırma Görevlilerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Akademik unvan değişkenine göre öğretim elemanlarının mizah tarzları incelendiğinde sadece saldırgan mizah tarzında anlamlı düzeyde farklılaşmanın olduğu gözlenmiş, Araştırma Görevlilerinin saldırgan mizah tarzı puan ortalamaları Öğretim Görevlisi, Yardımcı Doçent, Doçent ve Profesörlerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Akademik unvan değişkenine göre yaşam doyumu incelendiğinde Profesörlerin yaşam doyumları Araştırma Görevlisi, Öğretim Görevlisi, Yardımcı Doçent ve Doçent unvanına sahip öğretim elemanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır.

Soyaldın (2007), ortaöğretim öğrencilerinin öfke ifade tarzları ile mizah tarzları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 284'ü kız ve 258'si erkek olmak üzere toplam 542 Hazırlık, 9. ve 10. sınıf öğrencilerine Sürekli Öfke ve Öfke ifade Tarzları Ölçeği ve Mizah Tarzları Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin öfke kontrolü alt ölçekleri ile geliştirici mizah puanları arasında ve öfke dışı vurum ölçeği ile katılımcı mizah puanları ile, öfke kontrolü alt ölçeği ve saldırgan mizah puanları arasında negatif korelasyon olduğunu bulunmuştur. Katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah alt ölçeklerinde kızlar daha yüksek bir ortalama puan elde etmişken, saldırgan ve kendini yıkıcı mizah alt ölçeklerinde erkeklerin ortalamasının kızlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Yerlikaya (2009), üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile algılanan stres, kaygı ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 199'u kız, 210'u erkek toplam 409 üniversite öğrencisine, Mizah Tarzları Ölçeği ve Mizah Yoluyla başa Çıkma Ölçeği, Yaşam Olayları Listesi, Gündelik Olaylar Listesi, Algılanan Stres Ölçeği, Sürekli Kaygı Ölçeği ve Beck Depresyon Ölçeği uygulanmıştır. Sağlıklı mizah tarzları olan katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah ve mizah yoluyla başa çıkma ile algılanan stres, kaygı ve depresyon arasında negatif yönde ilişkiler olduğu bulunmuştur. Sağlıksız mizah tarzlarından saldırgan mizah; algılanan stres, kaygı ya da depresyonla ilişkili bulunmazken kendini yıkıcı mizahla algılanan stres, kaygı ve depresyon arasında düşük düzeyde de olsa anlamlı ilişki bulunmuştur. Mizah tarzlarının büyük yaşam olayları ve olumsuz duygu durum arasındaki ilişkide düzenleyici bir etkiye sahip olmadığı saptanmıştır. Gündelik sıkıntılar ve olumsuz duygu durum arasındaki ilişkide ise yalnızca saldırgan mizah tarzının düzenleyici etkisi olduğu belirlenmiştir. Sonuçlar mizah tarzlarının bireyin stres verici yaşam olaylarından daha az olumsuz etkilenmesine yardımcı olduğu iddiasını desteklememiştir.

Kahraman(2009), Yatılı İlköğretim Bölge Okulu ve Normal okullara devam eden ergenlerde mizah duygusu ile benlik algısı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 13-14 yaş gruplarındaki toplam 340 öğrenciye Ergenlerde Mizah Ölçeği, Offer Benlik Algısı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin orta düzeyde mizah anlayışına sahip oldukları, erkek öğrencilerin kızlara göre daha yüksek mizah duygusuna sahip olduğu saptanmıştır. Normal okullarda okuyan öğrencilerin YİBO'da okuyan öğrencilere göre daha esprili oldukları bulunmuştur.

Kız ve erkek öğrencilerin benlik algıları arasında önemli bir farklılık görülmemiştir. Öte yandan, YİBO ve normal okullarda okuyan öğrencilerin; benlik algısı düzeyleri arasında dürtü kontrolü, baş etme gücü, ruh sağlığı açısından anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Toraman(2009), bilim sanat merkezlerine devam eden ve etmeyen ilköğretim 12 yaş çocuklarının saldırganlık, atılganlık, çekingenlik ve mizah özelliklerini çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. 126 kız, 159 erkek olmak üzere toplam 285 öğrenciye Çocuklarda Davranış Eğilimi Ölçeği ve Ergenlikte Mizah Ölçeği uygulanmıştır. Bilim ve sanat merkezlerine devam eden çocuklar ile ilköğretim okullarına devam eden çocukların; mizah ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında anlamlı bir fark olmadığı, ancak davranış eğilimleri ölçeğinin çekingenlik, saldırganlık ve atılganlık alt ölçeklerinden elde ettikleri puanlar arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Kız öğrencilerin davranış eğilimleri ölçeğinin “saldırganlık”, “çekingenlik” ve “atılganlık” alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar ile erkek öğrencilerin “saldırganlık”, “çekingenlik” ve “atılganlık” alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Mizah ölçeğinden aldıkları puanlar arasında da anlamlı fark bulunmamıştır. Annelerinin eğitim düzeyine göre; ilköğretime devam eden çocukların davranış eğilimleri ölçeğinin “saldırganlık”, “atılganlık” ve “çekingenlik” alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında anlamlı farklılık olmadığı, ancak mizah ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Babalarının eğitim düzeyine göre; ilköğretime devam eden çocukların davranış eğilimleri ölçeğinin “saldırganlık”, “atılganlık” ve “çekingenlik” alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında anlamlı fark olmadığı, ancak mizah ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür. Katıldıkları sosyal etkinlik türüne göre; bilim ve sanat merkezlerine devam eden çocukların, davranış eğilimleri ölçeğinin “saldırganlık” alt boyutundan aldıkları puanlar arasında anlamlı farklılık olduğu ancak “atılganlık” ve “çekingenlik” alt boyutundan ve mizah ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür. Katıldıkları sosyal etkinlik türüne göre; ilköğretime devam eden çocukların, mizah ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Diğer yandan “çekingenlik” ve “atılganlık alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmazken, “saldırganlık” alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmuştur.

2.2.2 Psikolojik Belirtiler ve Ölüm Kaygısı İle İlgili Araştırmalara Örnekler

Bond (1997) tarafından yapılan ölüm kaygısının din, yaş ve cinsiyet değişkenleriyle olan ilişkisinin incelendiği araştırmada, kadınların erkeklere oranla daha yüksek ölüm kaygısına sahip oldukları, dindarlık ile ölüm kaygısı arasında negatif bir ilişkinin olduğu, 18–25 yaş gurubu ile 55 yaş ve üstü grup arasında ölüm kaygı puanları açısından anlamlı bir farkın bulunmadığı belirtilmiştir (Bond, 1997; Akt., Tanhan, 2007).

Fortner ve Neimeyer (1999) tarafından yapılan meta analizde 1996 - 1999 yılları arasında yaşlılarda ölüm kaygısıyla ilgili yapılan 49 araştırma nitel olarak analiz edilmiştir. Meta analizin sonuçlarına göre, yaşlılarda ölüme ilişkin kaygı ve korkular ile benlik bütünlüğü arasında negatif korelasyon, bakım koşulları, fiziksel problemler ve psikolojik problemler ile pozitif korelasyon olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada yaş ve cinsiyet ile ölüm kaygısı arasında bir ilişki bulunmamıştır.

Deniz ve arkadaşları (2004), Selçuk Üniversitesi Öğrenci Psikolojik Danışma Servisine başvuran öğrencilerin psikolojik belirti düzeylerini belirlemek amacıyla bir çalışma yapmışlardır. Araştırma sonuçlarında, kız öğrencilerde somatizasyon, anksiyete, obsesyon ve depresyon belirtileri erkek öğrencilerden yüksek çıkarken, erkeklerde ise paranoid düşünce ve öfke belirtileri puan ortalamaları kızlardan yüksek bulunmuştur.

Boysan (2005), üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada disosiyatif yaşantılar, travma ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya 581 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonucunda, Ölüm kaygısı puanları ve depresyon arasında anlamlı doğrusal ilişkilerin olduğu istatistiksel olarak ortaya konmuştur.

Tanhan ve Arı (2006), üniversite öğrencilerinin ölüme verdikleri anlam ve öğrenim gördükleri program açısından ölüm kaygısı düzeylerini incelemiştir. Araştırmada iki farklı programda (Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi ve Rehberlik ve Psikolojik Danışma) öğrenim gören, 57 üniversite son sınıf öğrencisinin, ölüm kaygısı düzeyleri incelenmiştir. Veri toplama aracı olarak “Ölüm Kaygısı Ölçeği” ve ölümün anlamını belirlemek üzere araştırmacılar tarafından geliştirilen bir anket kullanılmıştır. Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı

düzeylerinin; ölüme verdikleri anlam ve öğrenim gördükleri program açısından anlamlı bir farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır.

Benk (2006), üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kişilik özelliğinin psikolojik belirtilerle ilişkisini incelemiştir. 309 üniversite öğrencisine, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (ÇBMÖ), Ruhsal Belirti Tarama Listesi (SCL-90) ve genel bilgilere ulaşabilmek için Anket Formu uygulanmıştır. SCL 90 Ruhsal belirti tarama listesi ile algılanan anne-baba çocuk yetiştirme tutumu, algılanan anne-baba-çocuk ilişkilerinden ilgililik, karşılıklı anlayış, sıcaklık, paylaşım, huzur ve çatışma arasında anlamlı fark bulunmuştur. SCL 90 Ruhsal belirti tarama listesi ile Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği arasındaki ilişki incelendiğinde ise, çok boyutlu mükemmeliyetçilik alt boyutlarından, sosyal odaklı mükemmeliyetçiliğin SCL 90'nın tüm alt boyutları olan somatizasyon, obsesif kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlılık, depresyon, anksiyete, düşmanlık, fobik anksiyete, paranoya, psikotizm ve SCL 90 toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Mükemmeliyetçilik toplam puanları ve SCL 90 alt boyutları incelendiğinde, mükemmeliyetçilik toplam puanları ve obsesif kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlılık, anksiyete, düşmanlık, fobik anksiyete, paranoya, psikotizm ve SCL 90 toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. SCL 90'nın alt boyutları ile bağımsız değişkenler arasındaki ilişki incelendiğinde ÖSS EA puanı ile paranoya arasında pozitif korelasyon olduğu bulunmuştur. Yaş ile fobik anksiyete arasında da pozitif korelasyon bulunduğu tespit edilmiştir.

Erdoğan ve Özkan (2007), farklı dini inanışlardaki bireylerin ölüm kaygıları ile ruhsal belirtiler ve sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkileri incelemiştir. 152'si erkek 88'si bayan toplam 240 kişiye Thorson-Powel ölüm kaygısı ölçeği, ruhsal belirtileri ölmek amacıyla da SCL-90 Ruhsal Tarama Envanteri uygulanmıştır. Ayrıca örneklem grubundaki bireylerin sosyo-demografik özelliklerinin tespiti için bir anket hazırlanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre ölüm kaygısı ile ruhsal belirtiler arasında en yüksek ilişki, ölüm kaygısı ile kişiler arası duyarlılık arasındadır. Eğitim düzeyinin artması, ölümü çok hatırlamak ve mezar ziyaretleri yapmak ölüm kaygısını arttırmaktadır. Alt ve üst sosyo-ekonomik düzeyde olanlarda ölüm kaygıları daha yüksektir. Evli olanlar, bekarlara göre daha çok ölüm kaygısı yaşamaktadırlar.

Tanhan (2007), ölüm kaygısıyla baş etme eğitiminin, ölüm kaygısı ve psikolojik iyi olma düzeyine etkisini inceleyen deneysel bir çalışma yapmıştır. 216 üniversite öğrencisine, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği ile Ryff'ın Psikolojik İyi Olma ölçeği uygulanmıştır. Ölçeğin değerlendirme sonucunda ölüm kaygı puanı yüksek, psikolojik iyi oluş puanı düşük olan 37 öğrenci seçilmiştir. Bu öğrenciler seçkisiz olarak deney ve plasebo/kontrol gruplarına atanmıştır. Ölüm Kaygısıyla Baş Etme Eğitiminin uygulandığı deney grubunda imajinasyon, film izleme, çeşitli metinler okuma, bilişsel çarpıtmaların farkına varma ve ev ödevi gibi teknikler kullanılmıştır. Plasebo/kontrol grubunda ise, grup üyeleriyle birlikte Cumhurbaşkanlığı Senfoni Orkestrası dinletisine ve tiyatro izlemeye gidilmiştir. “Ölüm Kaygısıyla Baş Etme Eğitimi”ne katılan deneklerin ölüm kaygısı puan düzeylerinin deney öncesinden sonrasına anlamlı bir farklılık gösterdiği, yani farklı işlem gruplarında olma ile farklı zamanlardaki ölçümü gösteren faktörlerin, deneklerin ölüm kaygısı düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. “Ölüm Kaygısıyla Baş Etme Eğitimi”ne katılan deneklerin psikolojik iyi olma puan düzeylerinin deney öncesinden sonrasına anlamlı bir farklılık göstermediği, yani farklı işlem gruplarında olma ile farklı zamanlardaki ölçümü gösteren faktörlerin, deneklerin psikolojik iyi olma düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Bu bulgu, deney grubu ve kontrol grubuna katılmanın, deneklerin psikolojik iyi olma düzeylerinin artmasında farklı bir etkiye sahip olmadığını göstermektedir. “Ölüm Kaygısıyla Baş Etme Eğitimi”nin uygulandığı deneklerin psikolojik iyi olma düzeyleri deney öncesine göre gözlenen değişmelerin, kontrol grubundaki deneklerin psikolojik iyi olma düzeylerindeki değişmelerden anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

İnci ve Öz(2009), ölüm eğitiminin hemşirelerin ölüm kaygısı, ölüme ilişkin depresyon ve ölümcül hastaya tutumlarına etkisini incelemişlerdir. 45 hemşireye, haftada bir kez ve toplam yedi oturumdan oluşan eğitim programının her oturumu oturumun başlığı çerçevesinde ve belirlenen amaçlar doğrultusunda 90 dakika süreyle gerçekleştirilmiştir. Veriler Hemşire Bilgi Formu ile Ölüm Kaygısı, Ölüme İlişkin Depresyon, Ötanazi, Ölüm ve Ölümcül Hastaya Tutum ölçekleri uygulanarak toplanmıştır. Araştırmada, eğitim sonunda hemşirelerin ölüm kaygısı ve ölüme ilişkin depresyon ölçeklerinden aldıkları puanların ortalamasının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düştüğü belirlenmiştir. Ötanazi, Ölüm ve Ölümcül Hastaya Tutum

Ölçeğinde ise eğitim öncesi ve sonrası puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir değişim saptanmamıştır. Ölüm eğitimi programının etkisi hemşirelerin yaşlarına, çalışma yıllarına, terminal dönemdeki hasta bakımından etkilenme biçimlerine ve ölüme verdikleri anlama göre farklılık göstermemiştir.

Top ve arkadaşları (2010), huzurevinde yaşayan bireylerin depresyon düzeyleri, ölüm kaygısı ve günlük yaşam işlevlerinin belirlenmesi amacıyla bir araştırma yapmıştır. Huzurevinde kalan 60 yaş üzerindeki kişilere, veri toplama aracı olarak bireylerin sosyo-demografik değişkenlerini, tanıtıcı bilgileri ve yaşamlarına ilişkin algılarının neler olduğuna yönelik sorular içeren 25 sorudan oluşan kişisel bilgi formu, Geriatrik Depresyon Ölçeği (GDÖ), Ölüm Kaygı Ölçeği (ÖKÖ), Barthel indeksi kullanılmıştır. Bireylerin depresyon düzeyleri ve cinsiyetleri arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Cinsiyetin depresyon düzeyini etkilediği fakat ölüm kaygısı ve bağımlılık durumunu etkilemediği görülmüştür. Bireylerin büyük çoğunluğu kesin depresyon ve orta düzeyde ölüm kaygısı yaşamaktadır, ayrıca, büyük çoğunluğu orta derecede bağımlıdır.

İlgili araştırmalar göstermektedir ki; mizah tarzları ile ilgili yurt içinde ve yurt dışında yapılan araştırmalarda mizah tarzları ile kişiler arası ilişkiler, bazı psikolojik belirtiler, akademik başarı gibi değişkenler ele alınmıştır. Alan yazında mizah tarzları ile depresyon, kaygı gibi psikolojik rahatsızlıklar araştırılmış, uyumlu mizah tarzları ile depresyon ve kaygı arasında negatif ilişkiler bulunmuştur. Bu araştırmada ise mizah tarzları ile psikolojik belirtiler tüm boyutlarıyla ele alınmış, yapılan araştırma bulguları yol gösterici olmuştur.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analizinde kullanılan istatistiksel teknikler yer almaktadır.

3.1 ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla gerçekleştirilmiş olan ilişkisel tarama modelidir. Bu modelde bağımlı değişken ve bağımsız değişken var olduğu şekliyle ortaya konmakta ve aralarındaki ilişkinin yönü, şiddeti ve ilişkinin anlamlı olup olmadığı hakkında istatistiksel olarak karar verilmektedir. Ayrıca bağımlı değişkeni etkileyebilecek bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerinde oluşturduğu farklılık da araştırılmaktadır.

Araştırmada, Sakarya Üniversitesi ve Kocaeli Üniversitesinde öğrenim gören 503 öğrencinin mizah tarzları ile psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı arasındaki ilişki aranmıştır.

Öncelikle öğrencilerin mizah tarzları, psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı düzeyleri betimlenmiş daha sonra mizah tarzları, psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı, cinsiyete, yaşa, fakülteye, sınıf düzeyine, yerleşim birimine, barınma şekline göre değişip değişmediği belirlenmiştir.

3.2 EVREN VE ÖRNEKLEM

Bu çalışmanın hedef evreni Türkiye’de öğrenim gören tüm üniversite öğrencileridir. Araştırmanın çalışma evrenini ise, 2010-2011 eğitim öğretim yılında Sakarya Üniversitesi ve Kocaeli Üniversitesi’nde öğrenim gören kız ve erkek öğrenciler oluşturmaktadır. Örnekleme, Sakarya Üniversitesi (132 öğrenci) ve Kocaeli Üniversitesi’nde (371 öğrenci) öğrenim gören yaşları 17 ile 28 arasında değişen,

%46,1'i erkek , %53,9'u bayan olmak üzere 503 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklem gönüllü katılım esasına dayalı olarak seçilmiştir. Örnekleme dahil olan 503 öğrenciye Kişisel Bilgi Formu, Mizah Tarzları Ölçeği, SCL-90-R ve Ölüm Kaygısı Ölçeği uygulanmıştır. Anketin uygulanması, fakülte içerisinde örneklem belirlenen sınıflarda araştırmacının kendisi tarafından yapılmıştır. Fakültele ve sınıf düzeylerine göre dağılım Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1: Fakülte ve Sınıf Düzeylerine Göre Dağılım

Fakülte	n	%	Sınıf düzeyi	n	%
Eğitim	374	74	1.sınıf	73	14
Tıp	35	7	2.sınıf	124	25
Mühendislik	44	9	3.sınıf	104	21
Fen Edebiyat	22	4	4.sınıf	183	36
İktisadi ve İdari Bilimler	28	6	5.sınıf	19	4
Toplam	503	100		503	100

Tablo 1'de görüldüğü gibi beş farklı fakülteden ve her sınıf düzeyinden 503 kişi katılmıştır.

3.3 VERİLERİN TOPLANMASI

Araştırma verilerinin toplanması için Kişisel Bilgi Formu, Mizah Tarzları Ölçeği, SCL-90-R ve Ölüm Kaygısı ölçeği, örneklem grubu seçilerek 2011 yılı Mart ayı içerisinde uygulanmıştır. Veri toplama işlemi sınıf ortamında gönüllü olan öğrencilere uygulanarak yapılmıştır. Ölçekler, çalışma grubuna alınan fakültelerde, verilerin toplanmasında yardımcı olmayı kabul eden öğretim üyelerinden randevu alınarak, bu öğretim üyeleri tarafından belirlenen ders saatlerinde, sınıf ortamında toplu bir biçimde uygulanmıştır. Uygulamalar bizzat araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçekler, gerekli açıklamalar yapıldıktan sonra öğrencilere dağıtılmıştır. Araştırmanın gizliliği konusunda öğrencilere bilgi verilmiş, anketler, araştırmacı tarafından kontrol edilmiş, eksik ya da hatalı doldurulanlar değerlendirilmeye alınmamıştır.

3.4 VERİLERİN ANALİZİ

Araştırmaya katılan bireylerden elde edilen veriler araştırmacı tarafından kodlanmış ve SPSS 16.00 Windows paket programında analiz edilmiştir. Kullanılan yöntemler ve gerekçeleri Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2: Veri Analiz Yöntemleri ve Gerekçeleri

Veri Analiz Yöntemi	Gerekçe
Frekans ve Yüzdeler	Var olan durumları var olduğu şekliyle betimlemek
Bağımsız gruplarda t testi	İki ortalama puan arasındaki farkı test etmek
Varyans Analizi (tek yönlü)	İkiden fazla grupların puan ortalamaları arasındaki farkı test etmek
Korelasyon	Bağımsız değişkenin bağımlı değişken için bir faktör olup olmadığını belirlemek
Scheffe Testi	Çoklu karşılaştırma

Tablo 2’de görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinden elde edilen veriler, uygun istatistiksel yöntemler seçilerek analiz edilmiştir.

3.5 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

3.5.1 Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, bu araştırmanın amacına uygun olarak araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Form geliştirilirken tez danışmanı ve uzman görüşlerine başvurulmuştur.

Kişisel bilgi formunda öğrencilerin cinsiyeti, yaşı, fakültesi, okudukları sınıf düzeyi, yerleşim birimi ve barınma şekline ilişkin sorular bulunmaktadır.

3.5.2 Mizah Tarzları Ölçeği-MTÖ

Mizah Tarzları Ölçeği (Humor Style Questionnaire), Puhlik-Doris ve Martin(1999) tarafından mizah tarzlarını çok boyutlu olarak ölçmek için 60 madde olarak geliştirilmiş, daha sonra Martin ve arkadaşları (2003) tarafından gözden geçirilerek 32 madde olarak yeniden düzenlenmiştir. Türkçe’ye uyarlaması ve geçerlik-güvenirlik çalışmaları, Yerlikaya tarafından, 2003 yılında, Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ) adıyla yapılmıştır. Ölçek, mizah tarzlarını dört alt boyuta ayırır. Bunlar; kendini geliştirici mizah, katılımcı mizah, kendini yıkıcı mizah ve saldırgan mizahtır. Bu dört boyut da uyumlu-sağlıklı mizah (kendini geliştirici ve katılımcı mizah) ve

uyumsuz-sağlıksız mizah (kendini yıkıcı ve saldırgan mizah) olarak gruplanır (Martin, Puhlik-Doris, Larsen ve ark., 2003; Yerlikaya, 2003).

Toplam 32 sorudan ve alt ölçeklerden her biri 8'er maddeden oluşmaktadır. 11 madde (1-7-9-15-16-17-22-23-25-29-31 maddeler) ters yönde puanlanmaktadır. Ölçek, (1) Kesinlikle Katılmıyorum ile (7) Tamamıyla Katılıyorum arasında değişen yedili likert tipinde bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Her alt ölçekten alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlar 7 ile 56 arasında değişmektedir. Her bir alt ölçekte alınan puanların yüksekliği, o mizah tarzının kullanım sıklığını belirtir.

Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışmaları

Mizah tarzları ölçeğinin geçerliliği: Dört alt ölçeğin varyansı açıklama düzeyi %34,07'dir. Faktörlerin özdeğerleri sırasıyla; kendini geliştirici mizah: 4.91, Katılımcı Mizah: 2.35, Kendini Yıkıcı Mizah: 1.97 ve Saldırgan Mizah: 1.66'dır. Varyansı açıklama yüzdeleri sırayla; 15.36, 7.36, 6.15, 5.20' dir. Ölçeğin basit ve kararlı bir yapıya sahip olduğu ve dört faktörlü yapının Türk kültüründe de var olduğu belirtilmektedir (Yerlikaya, 2003:61).

Mizah tarzları ölçeğinin güvenirliliği: Her bir alt ölçeğe ilişkin elde edilen Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları; katılımcı mizah için, .74, kendini geliştirici mizah için, .78, saldırgan mizah için .69 ve kendini yıkıcı mizah için .67 olarak bulunmuştur. Alt ölçeklerin zamana karşı güvenirlilik katsayılarının ise katılımcı mizah .88, kendini geliştirici mizah .82, saldırgan mizah .85, kendini yıkıcı mizah ise .85 olduğu görülmüştür. Ayrıca toplam puan için test-tekrar test korelasyon katsayısının .91 olduğu dikkate alındığında, elde edilen korelasyon katsayıları ölçekten ve alt ölçeklerden alınan puanların zamanla değişmediğini göstermektedir (Yerlikaya, 2003:67-68).

3.5.3 Semptom Tarama Listesi (Symptom Checklist Inventory-90-Revised, SCL-90-R)

Ölçek, 1954 de Parloff, Kelman ve Frank'ın hazırladığı 41 maddelik 'The Discomfort Scale' ile başlayan bir gelişme sürecinin sonunda oluşmuştur. Daha sonra 1965'de Parloff ve arkadaşları 58 maddeden oluşan 'Hopkins Symptom Distress Check List' i hazırlamışlardır. 1973'te Derogatis ve arkadaşları bu ölçeği de yetersiz olduğunu düşünerek SCL-90'ı geliştirmişlerdir. Envanter, Derogatis ve arkadaşları tarafından Amerika Birleşik Devletleri'nde 1000 psikiyatrik hastadan oluşan

heterojen bir grup üzerinde geliştirilmiştir. Kendini değerlendirme türü bir psikolojik belirti tarama aracıdır. Ölçeğin ülkemizde geçerlilik-güvenirlilik çalışmaları Dağ (1991) tarafından yürütülmüştür. Toplam 90 maddeden oluşan test hiç (0), çok az (1), orta derecede (2), oldukça fazla (3) ve aşırı düzeyde (4) şeklinde 5'li Likert tipinde bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Testin toplam 10 alt ölçeği bulunmaktadır. Kendini anlatma envanteri olarak kullanılmaktadır. Sorular 9 alt grupta toplanmaktadır. Somatizasyon (12 madde), obsesif-kompulsif belirtiler (10 madde), kişiler arası duyarlılık (9 madde), depresyon (13 madde), anksiyete (10 madde), öfke ve düşmanlık (6 madde), fobik anksiyete (7 madde), paranoid düşünceler (6 madde), psikotik belirtiler (10 madde) ve daha çok uyku ve yeme sorunları ile ilgili 7 ek maddeden oluşan bir testtir.

Uygulama ve Puanlama

Bireyin kendi kendine yanıtlayabileceği uygulanması kolay bir ölçektir. Soru formunun başında yönerge olarak bir sayfalık açıklama ve örnek vardır. Her madde için, 'hiç yok', 'biraz', 'orta derecede', 'oldukça fazla', ve 'çok fazla' şıklarından birinin seçilmesi ve işaretlenmesi istenir.

Bu uygulamada 'hiç yok' seçeneğine puan verilmez. Diğer seçeneklere ise sırasıyla '1, 2, 3, 4' puan verilir. Bireyin bir alt test ile ilgili durumu, maddelere verdiği yanıt değerleri (sayısal) toplamının o alt testteki madde sayısına bölünmesi ile elde edilir. Tüm alt testlerde alınan puanlar toplanır, 90'a bölünmesi ile de 'genel belirti ortalaması' elde edilir. Örneğin; depresyon puanını elde etmek için, depresyon alt ölçeğinde yer alan semptom maddelerinden bireyin aldığı toplam puan, depresyon boyutu ile ilgili semptom sayısına bölünür.

Genel Belirti Düzeyinin hesaplanması boş bırakılan maddeler hariç tüm maddeler yapılan derecelemelerin ortalaması olup 0 ile 4 değerleri arasında değişebilecek en önemli göstergedir. Her bir alt test puanı ve genel belirti puanının yorumlanmasında, 0.00'dan 1.50'ye kadar olan puanlar 'normal' kabul edilir. 1.50-2.50 arasındakiler 'yüksek', 2.50-4.00 arasındaki de 'çok yüksek' olarak kabul edilir.

Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışmaları

Test-Tekrar Test Güvenirliği: Derogatis ve arkadaşlarının buldukları güvenirlilik (değişmezlik) katsayıları 'somatizasyon' altesti için .86; 'obsesif-kompulsif' altesti için .86; 'kişilerarası duyarlılık' altesti için .82; 'öfke-düşmanlık' altesti için .84;

'fobik anksiyete' altesti için .82; 'paranoid düşünce' altesti için .85 olarak belirlenmiştir.

Ölçüt-bağımlı Geçerlik: Derogatis ve arkadaşları SCL-90 ile Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanterini, 100 erkek, 109 kadın, toplam 209 kişilik bir gönüllü grubuna uygulamış ve iki ölçeğin benzer nitelikteki alt testleri arasındaki korelasyonların .41 (obsesif-komplüsif ile depresyon) ve .64 (psikotizm ile şizofreni) arasında değiştiğini bulmuşlardır.

Türkçe Formunun Uyarlanması ve Güvenirlik-Geçerlilik Çalışmaları

Ülkemizde uyarlama çalışmalarından ilki Kılıç (1987) tarafından yapılmıştır. 72 erkek ve 50 kız toplam 122 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan çalışmada, Pearson momentler çarpımı tekniği ile elde edilen alt testlere ait değişmezlik katsayıları somatizasyon için .82, obsesif-kompulsif için .84, kişiler arası duyarlılık için .79, depresyon için .78, kaygı için .73, öfke ve düşmanlık için .79, fobik anksiyete için .78, paranoid düşünce için .63, psikotizm için .73, ve ek skala için .77 olarak hesaplanmıştır. Ölçüt-bağımlı geçerlik: 55 erkek ve 40 kız, toplam 95 üniversite öğrencisine SCL-90 ile Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri uygulanmış ve her iki ölçeğin benzer alt testleri arasındaki korelasyonlar .40 ile .59 arasında bulunmuştur (Kılıç, 1987; Akt. Öner, 1997: 461).

Ölçeğin Türkçe çevirisi ülkemizde bazı araştırmalarda örneklemeler üzerinde kullanılmıştır ve incelenen grupları anlamlı düzeyde ayırt ettiği gözlemlenmiştir. Ölçeğin güvenirlilik çalışması 1989 yılında Dağ tarafından yapılmış ve Cronbach alfa değeri ".97" olarak bulunmuştur. Genel semptom ortalaması ile MMPI arasında .10-.77 arasında korelasyon belirlenmiştir. SCL-90-R'nin geçerliliğiyle ilgili olarak yapılan çalışma sonuçlarında bu testin genel olarak psikopatolojiyi ölçebileceği, bir bütün olarak "psikiyatrik belirtiselliği" çok iyi gösterecek bir yapı gerçekliğinin olduğu belirtilmektedir (Dağ, 1991:5-9).

3.5.4 Ölüm Kaygısı Ölçeği

Templer'in (1970) ölüm kaygısı ölçeği, doğru yanlış şeklinde ikili likert ölçeği olarak düzenlenmiş, toplam 15 maddeden oluşmaktadır. Doğru yanıtlar "1" puan alırken, yanlış yanıtlara puan verilmemektedir. 6 madde (2., 3., 5., 6., 7., ve 15.) ters yönde puanlanmaktadır. Puan aralığı 0-15 arasında değişmekte, puan arttıkça ölüm kaygısı düzeyinin arttığı şeklinde yorumlanmaktadır. Alınan puan ortalama puan

olan 7'nin üzerindeyse ölüm kaygısının yüksek olduğu değerlendirilmesi yapılmaktadır.

Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışmaları

Ölçeğin iç tutarlılık anlamında güvenirlilik katsayıları Kuder-Richardson formülü ile bulunmuş ve bu değer .76 olarak hesaplanmıştır. Aynı zamanda ölçeğin kararlılık anlamında güvenirlilik katsayısı üç haftalık zaman aralığı ile test tekrar test yöntemi ile .83 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerlik çalışması ölçüt geçerliliği yöntemi ile bulunmuştur. Ölçek, Ölüm Korkusu Ölçeği (Fear of Death Scale) ile .74'lük bir korelasyon göstermiştir. Ayrıca ölçek psikiyatrik hastalar ve normal grup olmak üzere iki gruba uygulanmış ve her iki grupta kaygıyı belirgin biçimde ayırt ettiği gözlemlenmiştir (Templer ve Ruff 1971).

Şenol (1989) tarafından yapılan çalışmada, 15 maddelik "Ölüm Kaygısı Ölçeği"ni dilimize çevirdikten sonra, iç tutarlılık Cronbach alfa katsayısı 0.72, test-tekrar test değişmezlik katsayısı 0.80 olarak bulunmuştur. Türkçe çevirisinin güvenirlilik katsayısı 0.86 olarak bulunmuştur.

Türkiye ve dünya literatüründe, Templer'in geliştirmiş olduğu ölçek yaygın olarak kullanılmıştır. Kısa ve kolay anlaşılır olması, kültürlerarası uygulanabilir sorular yer alması bunun sebepleridir.

Akça ve Köse (2008:7-16), Türkçe çevirisinin Türk normlarındaki farklı gruplarda tekrar gözden geçirilerek geçerlik ve güvenirliliğini araştırmışlardır. Ölçeğin kararlılık anlamında test tekrar test güvenirliliği .79, Kuder-Richardson formülü ile hesaplanan güvenirlilik katsayısı ise .75 bulunmuştur. Ölçekte dört boyut bulunduğu, bunların bilişsel-duygusal boyut, hastalık-ağrı boyutu, fiziksel değişimler boyutu, zamanın geçmesi boyutu olduğu belirtilmektedir. Ölçekteki maddelerden 1, 2, 3, 5, 7 ve 10. maddelerin 1. boyut olan bilişsel-duygusal boyut altında toplandığı belirtilmiştir. Ölçekteki 6, 9, 11 ve 13. maddelerin ikinci boyut olan hastalık-ağrı boyutu altında toplandığı belirtilmiştir. Ölçekteki 4 ve 14. maddeler üçüncü boyut olan fiziksel değişimler boyutu altında toplandığı, 8, 12 ve 15. maddelerin ise dördüncü boyut olan zamanın geçmesi boyutu altında toplandığı bulunmuştur.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde örnekleme ilişkin bulgular olan; cinsiyete ve yaşa göre dağılım, probleme ilişkin bulgular olan; mizah tarzları ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler, mizah tarzı ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkiler, psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkiler, mizah tarzlarının birbirleri ile ilişkileri yer almaktadır. Ayrıca mizah tarzı, psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı, alt problemler olan; yaş, cinsiyet, fakülte, sınıf düzeyi, barınma şekli ve yerleşim birimi değişkenlerine göre incelenmiştir. Son olarak anket güvenilirliğine ilişkin bulgular yer almaktadır.

4.1 ÖRNEKLEME İLİŞKİN BULGULAR

Örnekleme ilişkin bulgular bölümünde, örnekleme oluşturan bireylerin cinsiyet ve yaşa göre dağılımlarına değinilmiştir.

4.1.1 Örnekleme Oluşturan Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Dağılımlarına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan bireylerin cinsiyetlerini belirlemek üzere hesaplanan yüzdelerik sonuçları Tablo 3'te yer almaktadır.

Tablo 3. Örnekleme Oluşturan Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Dağılımları

	N	%
Bay	232	46,1
Bayan	271	53,9
Toplam	503	100,0

Tablo 3' ten anlaşılacağı gibi, örnekleme oluşturan bireylerin cinsiyetlerine göre dağılımına ilişkin bulgularda erkek öğrencilerin toplam sayının % 46,1' ini, bayan öğrencilerin ise toplam sayının %53,9' unu oluşturduğu görülmektedir.

4.1.2 Örneklemi Oluşturan Bireylerin Yaş Gruplarına Göre Dağılımlarına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan bireylerin yaşlarını belirlemek üzere yapılan yüzdeler hesaplamasının sonucu Tablo 4’ te yer almaktadır.

Tablo 4. Örneklemi Oluşturan Bireylerin Yaş Gruplarına Göre Dağılımları

	N	%
17-20 yaş	168	33,4
21-24 yaş	277	55,1
25-28 yaş	58	11,5
Toplam	503	100,0

Tablo 4’ ten anlaşılacağı gibi örneklemi oluşturan bireylerin yaşlarına göre dağılımlarına ilişkin bulgulara göre 17-20 yaş arasındaki bireyler araştırmanın %33,4’ ünü, 21-24 yaş arasındaki bireyler araştırmanın %55,1’ ini, 25-28 yaş arasındaki bireyler ise araştırmanın %11,5’ ini kapsamaktadır.

4.2 PROBLEM DURUMUNA İLİŞKİN BULGULAR

4.2.1 Mizah Tarzları ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile psikolojik belirtilerini belirlemek üzere hesaplanan korelasyon katsayısı Tablo 5’te yer almaktadır.

Tablo 5. Mizah Tarzı İle Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları

		Katılımcı mizah	Kendini geliştirici mizah	Saldırgan mizah	Kendini yıkıcı mizah
Somatizasyon	r	-,117	-,072	0,153	0,146
	p	,009	,105	,001	,001
OKB	r	-,038	-,082	,060	0,197
	p	,397	,066	,177	,000
Kişiler arası duyarlık	r	-0,182	-0,217	,064	0,178
	p	,000	,000	,155	,000
Depresyon	r	-0,148	-0,216	0,116	0,138
	p	,001	,000	,009	,002
Anksiyete	r	-0,105	-0,137	0,199	0,166
	p	,019	,002	,000	,000
Öfke ve düşmanlık	r	-,084	-0,080	0,222	0,169
	p	,061	,073	,000	,000
Fobik anksiyete	r	-0,133	-0,150	0,233	0,229
	p	,003	,001	,000	,000

Paronoid düşünce	r	-0,146	-0,119	0,173	0,181
	p	,001	,008	,000	,000
Psikotizm	r	-0,159	-0,127	0,241	0,266
	p	,000	,004	,000	,000

Tablo 5’ te görüldüğü gibi, üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Öncelikle katılımcı mizah tarzı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki incelendiğinde;

- Katılımcı mizah tarzı ile somatizasyon arasındaki ilişki negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($r=-0,117$, $p<0,05$).
- Katılımcı mizah tarzı ile kişiler arası duyarlık arasındaki ilişki negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($r=0,182$, $p<0,05$).
- Katılımcı mizah tarzı ile depresyon arasındaki ilişki, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlıdır ($r=0,0148$, $p<0,05$).
- Katılımcı mizah tarzı ve anksiyete arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,105$, $p<0,05$).
- Katılımcı mizah ve fobik anksiyete arasında, düşük düzeyde, negatif yönde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r=0,133$, $p<0,05$).
- Katılımcı mizah ve paronoid düşünce arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,146$, $p<0,05$).
- Katılımcı mizah ve psikotizm arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,159$, $p<0,05$).

Katılımcı mizah tarzının, obsesif kompulsif bozukluk ve öfke-düşmanlık ile arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0,05$). Katılımcı mizaha ait bulgular incelendiğinde katılımcı mizah tarzı ile psikolojik belirtiler arasında bulunan ilişkiler düşük düzeyde ve negatif yöndedir.

Kendini geliştirici mizah ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler incelendiğinde;

- Kendini geliştirici mizah ile kişiler arası duyarlık arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,217$, $p<0,05$).
- Kendini geliştirici mizah ile depresyon arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,216$, $p<0,05$).

- Kendini geliştirici mizah ile anksiyete arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,137$, $p<0,05$).
- Kendini geliştirici mizah ile fobik anksiyete arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,150$, $p<0,05$).
- Kendini geliştirici mizah ile paronoid düşünce arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,119$, $p<0,05$).
- Kendini geliştirici mizah ile psikotizm arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,127$, $p<0,05$).

Kendini geliştirici mizahın somatizasyon, obsesif kompulsif bozukluk ve öfke-düşmanlık ile arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$). Kendini geliştirici mizah tarzına ait bulgular incelendiğinde, kendini geliştirici mizah tarzı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler düşük düzeyde ve negatif yöndedir.

Saldırgan mizah tarzı ile psikolojik belirtilerin alt boyutları arasındaki ilişkiler incelendiğinde;

- Saldırgan mizah tarzı ile somatizasyon arasında, pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,153$, $p<0,05$).
- Saldırgan mizah ile depresyon arasındaki ilişki, pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($r=0,116$, $p<0,05$).
- Saldırgan mizah ile anksiyete arasındaki ilişki, pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($r=0,199$, $p<0,05$).
- Saldırgan mizah ile öfke ve düşmanlık arasındaki ilişki pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,222$, $p<0,05$).
- Saldırgan mizah ile fobik anksiyete arasındaki ilişki, pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($r=0,233$, $p<0,05$).
- Saldırgan mizah ile paronoid düşünce arasındaki ilişki pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($r=0,173$, $p<0,05$).
- Saldırgan mizah ile psikotizm arasındaki ilişki pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($r=0,241$, $p<0,05$).

Saldırgan mizah tarzına ilişkin bulgular incelendiğinde, saldırgan mizah tarzının obsesif kompulsif bozukluk ve kişiler arası duyarlılık ile arasında, pozitif yönde ve

düşük düzeyde ancak istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$). Saldırgan mizah tarzı ile psikolojik belirtilerin alt boyutları arasındaki ilişkiler, pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlıdır.

Kendini yıkıcı mizah tarzı ile psikolojik belirtilerin alt boyutları arasındaki ilişkiler incelendiğinde;

- Kendini yıkıcı mizah tarzı ile somatizasyon arasındaki ilişki, pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($r=0,146$, $p<0,01$).
- Kendini yıkıcı mizah ile obsesif kompulsif bozukluk arasında, pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r= 0,197$, $p<0,01$).
- Kendini yıkıcı mizah ile kişiler arası duyarlılık arasında, pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,178$, $p<0,01$).
- Kendini yıkıcı mizah ile depresyon arasında, pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,138$, $p<0,01$).
- Kendini yıkıcı mizah ile anksiyete arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,166$, $p<0,01$).
- Kendini yıkıcı mizah ile öfke ve düşmanlık arasında, pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,169$, $p<0,01$).
- Kendini yıkıcı mizah ile fobik anksiyete arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,229$, $p<0,01$).
- Kendini yıkıcı mizah ile paronoid düşünce arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,181$, $p<0,01$).
- Kendini yıkıcı mizah ile psikotizm arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0,266$, $p<0,01$).

Kendini yıkıcı mizaha ait bulgular incelendiğinde psikolojik belirtilerin tüm alt boyutlarıyla pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kendini yıkıcı mizah tarzından yüksek puan alan bireylerde psikolojik belirtilere daha fazla rastlanmaktadır.

4.2.2 Mizah Tarzları ile Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile ölüm kaygısına ilişkin korelasyon katsayıları Tablo 6’da yer almaktadır.

Tablo 6. Mizah Tarzları İle Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları

		Ölüm kaygısı
Katılımcı mizah	r	-,025
	p	,571
	N	503
Kendini geliştirici mizah	r	-,053
	p	,239
	N	503
Saldırgan mizah	r	-0,84
	p	,061
	N	503
Kendini yıkıcı mizah	r	-,075
	p	,092
	N	503

Tablo 6’da görüldüğü gibi; mizah tarzlarının tümü ile ölüm kaygısı arasında negatif yönde fakat istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$).

4.2.3 Mizah Tarzlarının Alt Boyutları Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Mizah tarzlarının alt boyutları arasındaki ilişkiye ait korelasyon katsayıları tablo 7’de yer almaktadır.

Tablo 7. Mizah Tarzlarının Alt Boyutları Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları

		Katılımcı mizah	Kendini geliştirici mizah	Saldırgan mizah
Kendini geliştirici mizah	r	,424		
	p	,000		
	N	503		
Saldırgan mizah	r	-,052	-,049	
	p	,248	,268	
	N	503	503	
Kendini yıkıcı mizah	r	,210	,305	,235
	p	,000	,000	,000
	N	503	503	503

Tablo 7’de görüldüğü gibi;

- Katılımcı mizah tarzı ve kendini geliştirici mizah tarzı arasındaki ilişki, orta düzeyde, pozitif yönde ve istatistiksel açıdan anlamlıdır ($r=0,424, p<,01$).
- Katılımcı mizah tarzı ile saldırgan mizah tarzı arasındaki ilişki, negatif yöndedir fakat anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r=-0,052; p>,01$).
- Katılımcı mizah tarzı ile kendini yıkıcı mizah tarzı arasındaki ilişki, düşük düzeyde pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlıdır ($r=0,21; p<,01$).
- Kendini geliştirici mizah tarzı ile saldırgan mizah tarzı arasındaki ilişki negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r=-0,049; p>,01$).
- Kendini geliştirici mizah tarzı ile kendini yıkıcı mizah tarzı arasındaki ilişki pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkidir ($r=0,305; p<,01$).
- Son olarak saldırgan mizah tarzı ve kendini yıkıcı mizah tarzı arasındaki ilişki pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkidir ($r=0,235; p<,01$).

4.2.4 Psikolojik Belirtiler ile Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerini belirlemek üzere uygulanan SCL-90'dan aldıkları puanlar ile Ölüm Kaygısı Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyon katsayılarına ait bulgular tablo 8'de yer almaktadır.

Tablo 8. Psikolojik Belirtiler ile Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları

		Ölüm kaygısı
Somatizasyon	r	-,037
	p	,406
	N	503
Obsesif-kompulsif Bozukluk	r	-,099
	p	,027
	N	503
Kişiler Arası Duyarlık	r	-,078
	p	,082
	N	503
Depresyon	r	-,022
	p	,621
	N	503
Anksiyete	r	-,115
	p	,010
	N	503

Öfke ve Düşmanlık	r	-,035
	p	,431
	N	503
Fobik Anksiyete	r	-,102
	p	,022
	N	503
Paronoid Düşünce	r	-,105
	p	,022
	N	503
Psikotizm	r	-,049
	p	,270
	N	503

Tablo 8’ de görüldüğü gibi, üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtileri ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkiye ait korelasyon katsayıları incelendiğinde;

- Obsesif kompulsif bozukluk ile ölüm kaygısı arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,099$, $p<0,05$).
- Anksiyete ile ölüm kaygısı arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,115$, $p<0,05$).
- Fobik anksiyete ile ölüm kaygısı arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,102$, $p<0,05$).
- Paronoid düşünce ile ölüm kaygısı arasında, negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,105$, $p<0,05$).

Psikolojik belirtilerin alt boyutları ile ölüm kaygısı arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere hesaplanan korelasyon katsayısına göre, psikolojik belirtilerin alt boyutlarından dört tanesi (obsesif kompulsif bozukluk, anksiyete, fobik anksiyete ve paronoid düşünce) ile ölüm kaygısı arasında düşük düzeyde ve negatif yönde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ancak psikolojik belirtilerin diğer alt boyutları olan, somatizasyon, kişiler arası duyarlık, depresyon, öfke-düşmanlık ve psikotizm ile ölüm kaygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmamıştır ($p>0,05$).

4.3 ALT PROBLEMLERE İLİŞKİN BULGULAR

4.3.1 Cinsiyet Değişkeni İle Mizah Tarzı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri ile mizah tarzları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan t testi sonuçları tablo 9’da yer almaktadır.

Tablo 9. Bay ve Bayan öğrencilerin Mizah Tarzı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri

	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	Sd	p
Katılımcı mizah	Bay	232	31,91	8,10	-,610	501	,542
	Bayan	271	32,36	8,32			
Kendini geliştirici mizah	Bay	232	25,47	9,22	-,453	501	,651
	Bayan	271	25,85	9,46			
Saldırgan mizah	Bay	232	16,15	7,93	3,065	501	,002
	Bayan	271	14,13	6,86			
Kendini yıkıcı mizah	Bay	232	18,31	7,73	,493	501	,622
	Bayan	271	17,96	8,30			

Tablo 9’ da bay ve bayan öğrencilerin mizah tarzı puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin t değerleri yer almaktadır. Ortalamalara baktığımızda sağlıklı mizah türlerinin bayan öğrencilerde daha yüksek düzeyde olduğu görülmektedir (Katılımcı mizah bayanlarda $X_{ort} = 32,36$ ve kendini geliştirici mizah bayanlarda $X_{ort}=25,85$). Sağsız mizah türlerinin ise erkek öğrencilerde daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir (saldırgan mizah erkeklerde $X_{ort}=16,15$ ve kendini yıkıcı mizah erkeklerde $X_{ort}= 18,31$). Ortalamaların eşitliği için yapılan t-testinde ise saldırgan mizah düzeyinde erkekler açısından manidar bir farklılık bulunmuş [$t_{(501)}=3,065$, $p<0,05$], ancak katılımcı mizah tarzı, kendini geliştirici mizah tarzı ve kendini yıkıcı mizah tarzı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

4.3.2 Yaş Değişkeni İle Mizah Tarzı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular.

Araştırmaya katılan bireylerin yaşları ile mizah tarzları arasındaki ilişkiye ait bulgular tablo 10’da yer almaktadır.

Tablo 10. Öğrencilerin Yaşları İle Mizah Tarzı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

		N	\bar{X}	Ss	Sd	KO	KT	F	P
Katılımcı mizah	17-20 yaş	168	33,10	8,02	2-500	Grup içi=131,08 Gruplar arası=67,22	262,17 33612,35	1,950	,143
	21-24 yaş	277	31,83	8,06					
	25-28 yaş	58	30,95	9,30					
	Toplam	503	32,15	8,21					
Kendini geliştirici mizah	17-20 yaş	168	27,29	9,32	2-500	Grup içi=328,64 Gruplar Arası=86,35	657,29 43179,24	3,806	1>2 ,023
	21-24 yaş	277	24,83	9,02					
	25-28 yaş	58	25,03	10,42					
	Toplam	503	25,67	9,34					

Saldırgan mizah	17-20 yaş	168	15,17	6,84	2-500	Grup içi=157,11 Gruplar arası=54,85	314,23 27425,10	2,864	,058
	21-24 yaş	277	15,44	7,73					
	25-28 yaş	58	12,90	7,39					
	Toplam	503	15,06	7,43					
Kendini yıkıcı mizah	17-20 yaş	168	20,08	7,74	2-500	Grup içi=515,07 Gruplar arası=62,78	1030,16 31390,68	8,204	1>2 1>3 ,000
	21-24 yaş	277	17,34	8,00					
	25-28 yaş	58	16,19	8,09					
	Toplam	503	18,12	8,04					

Tablo 10’da görüldüğü gibi, öğrencilerin yaşları ile mizah tarzı puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin F değerleri yer almaktadır. Katılımcı mizah tarzının ortalaması, en yüksek düzeyde 17-20 yaş grubunda görülmekte ancak gruplar arası farklılık istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$). Kendini geliştirici mizah tarzı, en yüksek düzeyde 17-20 yaş grubunda görülmekte ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur [$F_{(2-500)}=3,806$, $p<0,05$]. Saldırgan mizah tarzı, 21-24 yaş grubunda en yüksek düzeyde görülmekte ancak istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$). Kendini yıkıcı mizah tarzı, en yüksek 17-20 yaş arasında görülmekte ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur [$F_{(2-500)}=8,204$, $p<0,05$].

Bölümler arası farkların hangi bölümler arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre kendini geliştirici mizah tarzında 17-20 yaş grubunda ($X_{ort}=27,29$, $SS=9,32$) olan öğrencilerin 21-24 yaş grubunda öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kendini yıkıcı mizah tarzında ise 17-20 yaş grubunda ($X_{ort}=27,29$, $SS=9,32$) olan öğrencilerin 21-24 yaş ve 25-28 yaş grubunda olan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Mizah tarzlarının yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığına dair bulgularda, kendini geliştirici mizah tarzı ve kendini yıkıcı mizah tarzlarının en çok görüldüğü yaş grubunun 17-20 yaş grubu olduğu bulunmuştur.

4.3.3 Fakülte Değişkeni İle Mizah Tarzı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin fakülteleri ile mizah tarzları arasındaki farka ilişkin bulgular tablo 11’de yer almaktadır.

Tablo 11. Fakülte Değişkeni İle Mizah Tarzı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

		N	\bar{x}	Ss	Sd	KO	KT	F	P
Katılımcı mizah	Eğitim F.	374	32,22	8,33	4-498	G.İ=102,27 G.A=67,19	409,1 33465,4 33874,5	1,522	,194
	Tıp F.	35	31,83	5,28					
	Mühendislik F.	44	32,43	8,68					
	Fen-Edb. F.	22	28,50	8,55					
	İkt. ve İd. Bil. F.	28	34,11	8,27					
	Toplam	503	32,15	8,21					
Kendini geliştirici mizah	Eğitim F.	374	26,18	9,40	4-498	G.İ=449,66 G.A=84,41	1798,7 42037,9 43836,5	5,320	1>4 ,000
	Tıp F.	35	24,11	8,76					
	Mühendislik F.	44	23,27	9,06					
	Fen-Edb. F.	22	19,23	9,10					
	İkt. ve İd. Bil. F.	28	29,68	6,69					
	Toplam	503	25,67	9,34					
Saldırgan mizah	Eğitim F.	374	15,10	7,55	4-498	G.İ=123,75 G.A=54,70	495,0 27244,3 27739,3	2,26	,06
	Tıp F.	35	15,43	7,32					
	Mühendislik F.	44	17,16	6,79					
	Fen-Edb. F.	22	12,36	6,39					
	İkt. ve İd. Bil. F.	28	12,86	7,04					
	Toplam	503	15,06	7,43					
Kendini yıkıcı mizah	Eğitim F.	374	18,13	8,28	4-498	G.İ=156,66 G.A=63,83	626,6 31794,2 32420,8	2,45	5>1 ,04
	Tıp F.	35	18,74	6,71					
	Mühendislik F.	44	16,75	6,60					
	Fen-Edb. F.	22	15,18	9,10					
	İkt. ve İd. Bil. F.	28	21,61	6,36					
	Toplam	503	18,12	8,04					

Tablo 11’ de yer alan, fakülte değişkeni ile mizah tarzı puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin bulgular incelendiğinde;

- Katılımcı mizah tarzının en yüksek olduğu fakültenin İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi olduğu görülmekte ancak gruplar arası farkın anlamlı olmadığı bulunmuştur ($p>0,05$).
- Kendini geliştirici mizah tarzının en yüksek olduğu fakültenin İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi olduğu görülmekte ve farklılık istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur [$F_{(4-498)}=5,320$, $P<0,05$].
- Saldırgan mizah tarzının en yüksek olduğu fakültenin Mühendislik Fakültesi olduğu görülmekte ancak gruplar arası farkın anlamlı olmadığı bulunmuştur ($p>0,05$).
- Kendini yıkıcı mizah tarzının en yüksek olduğu fakültenin ise İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi olduğu görülmekte ve bu farklılık istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur [$F_{(4-498)}=2,45$, $P<0,05$].

Bölümler arası farkların hangi bölümler arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre kendini geliştirici mizah tarzında Eğitim Fakültesi öğrencilerinin ($X_{ort} = 26,18$, $SS=9,40$) Fen Edebiyat Fakültesi öğrencilerinden daha yüksek ortalamaya sahip olduğu bulunmuştur. Kendini yıkıcı mizah tarzında ise İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi öğrencilerinin ($X_{ort} = 21,61$, $SS=6,36$) Eğitim Fakültesi öğrencilerden daha yüksek ortalamaya sahip olduğu bulunmuştur.

Fakülte değişkeni ile mizah tarzları arasındaki farka ilişkin F değerleri incelendiğinde, mizah tarzlarından kendini geliştirici mizah tarzı ve kendini yıkıcı mizah tarzı ile fakülteler arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişkilere ulaşılmıştır. Her iki mizah tarzında da en yüksek ortalamaya sahip fakültenin, İktisadi ve İdari Bilimler fakültesi olduğu bulunmuştur. Ancak diğer mizah tarzları olan katılımcı mizah tarzı ve saldırgan mizah tarzının, fakülte değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Ayrıca çoklu karşılaştırma yapmak amacıyla yapılan Scheffe testine göre Eğitim Fakültesi öğrencilerinin kendini geliştirici mizah tarzı ortalamalarının Fen Edebiyat Fakültesinden yüksek olduğu, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinin kendini yıkıcı mizah tarzı ortalamalarının da Eğitim Fakültesi öğrencilerinden yüksek olduğu bulunmuştur.

4.3.4 Sınıf Düzeyi Değişkeni İle Mizah Tarzı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile mizah tarzları arasındaki farka ait bulgular tablo 12’de yer almaktadır.

Tablo 12. Sınıf Düzeyi Değişkeni İle Mizah Tarzı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

		N	\bar{X}	Ss	Sd	KO	KT	F	P
Katılımcı mizah	1.sınıf	73	34,32	7,57	4-498	G.İ=139,40 G.A=66,90	557,6 33316,9 33874,5	2,084	,082
	2.sınıf	124	32,37	7,78					
	3.sınıf	104	31,79	8,81					
	4.sınıf	183	31,21	8,58					
	5.sınıf	19	33,47	4,51					
	Toplam	503	32,15	8,21					
Kendini geliştirici mizah	1.sınıf	73	27,05	10,30	4-498	G.İ=110,02 G.A=87,14	440,1 43396,4 43836,5	1,263	,284
	2.sınıf	124	26,66	8,90					
	3.sınıf	104	24,76	8,44					
	4.sınıf	183	24,96	9,80					
	5.sınıf	19	25,79	8,21					
	Toplam	503	25,67	9,34					

Saldırgan mizah	1.sınıf	73	13,00	6,44	4-498	G.İ=109,66 G.İ=54,82	438,7 27300,7 27739,3	2,000	,093
	2.sınıf	124	15,21	7,11					
	3.sınıf	104	15,80	6,65					
	4.sınıf	183	15,16	8,33					
	5.sınıf	19	16,95	7,10					
	Toplam	503	15,06	7,43					
Kendini yıkıcı mizah	1.sınıf	73	18,66	8,63	4-498	G.İ=234,20 G.A=63,22	936,8 31484,0 32420,8	3,705	2>3 ,006
	2.sınıf	124	20,11	7,75					
	3.sınıf	104	16,23	7,28					
	4.sınıf	183	17,60	8,22					
	5.sınıf	19	18,42	7,31					
	Toplam	503	18,12	8,04					

Tablo 12’ de görüldüğü gibi, sınıf düzeyi değişkeni ile mizah tarzı puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin F değerlerine göre;

- Katılımcı mizah tarzında en yüksek ortalamanın 1. sınıfta görüldüğü ancak istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulunmuştur ($X_{ort}=34,32$, $p>0,05$).
- Kendini geliştirici mizah tarzında en yüksek ortalamanın 1. sınıfta görüldüğü ancak istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulunmuştur ($X_{ort}=27,05$).
- Saldırgan mizah tarzında en yüksek ortalamanın 5. sınıfta görüldüğü ancak istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı bulunmuştur ($X_{ort}=16,95$).
- Kendini yıkıcı mizah tarzında en yüksek ortalamanın 2. sınıfta görüldüğü ve istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulunmuştur ($X_{ort}=20,11$).

Bölümler arası farkların hangi bölümler arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre kendini yıkıcı mizah tarzında 2.sınıf öğrencilerinin ($X_{ort} =20,11$, $SS=7,75$), 3.sınıf öğrencilerden daha yüksek ortalamaya sahip olduğu bulunmuştur.

4.3.5 Barınma Şekli Değişkeni İle Mizah Tarzı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin barınma şekline göre mizah tarzları farklılıklarını incelemek için yapılan analizler tablo 13’te yer almaktadır.

Tablo 13. Barınma Şekli Değişkeni İle Mizah Tarzı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

		N	\bar{X}	Standart hata	Sd	KO	KT	F	P
Katılımcı mizah	1. Aile	97	30,61	9,53	4-498	G.İ=99,26 G.A=67,22	397,0 33477,5 33874,5	1,477	,208
	2. Devlet yurdu	75	31,55	8,33					
	3. Özel yurt	128	32,57	8,33					
	4. Ev- yalnız	20	31,95	5,72					
	5. Ev-ark.	183	32,95	7,48					
	Toplam	503	32,15	8,21					
Kendini geliştirici mizah	1. Aile	97	24,71	10,39	4-498	G.İ=138,32 G.A=86,91	553,3 43283,2 43836,5	1,591	,175
	2. Devlet yurdu	75	27,31	10,05					
	3. Özel yurt	128	25,85	9,35					
	4. Ev- yalnız	20	28,75	9,93					
	5. Ev-ark.	183	25,05	8,27					
	Toplam	503	25,67	9,34					
Saldırgan mizah	1. Aile	97	13,64	7,18	4-498	G.İ=149,50 G.A=54,50	598,0 27141,3 27739,9	2,743	2>4 ,028
	2. Devlet yurdu	75	16,25	7,34					
	3. Özel yurt	128	14,55	7,37					
	4. Ev- yalnız	20	12,60	6,13					
	5. Ev-ark.	183	15,94	7,63					
	Toplam	503	15,06	7,43					
Kendini yıkıcı mizah	1. Aile	97	16,51	8,35	4-498	G.İ=119,33 G.A=64,14	477,3 31943,5 32420,8	1,860	,116
	2. Devlet yurdu	75	19,04	9,32					
	3. Özel yurt	128	18,26	8,45					
	4. Ev- yalnız	20	16,00	5,60					
	5. Ev-ark.	183	18,73	7,09					
	Toplam	503	18,12	8,04					

Tablo 13'te görüldüğü gibi barınma şekli değişkeni ile mizah tarzı arasındaki farka ilişkin F değerlerine göre;

Katılımcı mizah tarzının, evde arkadaşlarıyla kalanlarda, en yüksek düzeyde olduğu ancak istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($X_{ort}=32,95$, $p>0,05$). Kendini geliştirici mizah tarzının, evde yalnız kalanlarda en yüksek ortalamaya sahiptir ancak istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($X_{ort}=28,75$, $p>0,05$).

Saldırgan mizah tarzının ($X_{ort}=16,25$), devlet yurdunda kalanlarda, en yüksek düzeyde olduğu ve bu farkın manidar olduğu bulunmuştur [$F_{(4-498)}=2,743$, $P<0,05$].

Kendini yıkıcı mizah tarzının ise devlet yurdunda kalanlarda daha fazla görüldüğü ancak bu farkın manidar olmadığı bulunmuştur ($X_{ort}=19,04$, $p>0,05$).

Bölümler arası farkların hangi bölümler arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre saldırgan mizah tarzının, devlet yurdunda kalan öğrencilerde ($X_{ort} =16,25$, $SS=7,34$), evde yalnız kalan öğrencilerden daha yüksek düzeyde görüldüğü bulunmuştur.

4.3.6 Yerleşim Birimi Değişkeni İle Mizah Tarzı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin yerleşim birimlerine göre mizah tarzlarındaki farklılıklar için yapılan analizlere ait bulgular tablo 14'te yer almaktadır.

Tablo 14. Yerleşim Birimi Değişkeni İle Mizah Tarzı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

		N	\bar{X}	Standart hata	Sd	KO	KT	F	P
Katılımcı mizah	1. Köy-kasaba	53	32,15	9,31	3-499	G.İ=190,92 G.A=66,73	572,8 33301,7 33874,5	2,861	2>4 ,036
	2. İlçe	184	33,10	7,96					
	3. İl	76	33,16	6,96					
	4. Büyükşehir	190	30,83	8,47					
	Toplam	503	32,15	8,21					
Kendini geliştirici mizah	1. Köy-kasaba	53	25,38	10,04	3-499	G.İ=437,59 G.A=85,22	1312,8 42523,7 43836,5	5,135	2>4 ,002
	2. İlçe	184	27,56	9,56					
	3. İl	76	25,93	9,46					
	4. Büyükşehir	190	23,83	8,56					
	Toplam	503	25,67	9,34					
Saldırgan mizah	1. Köy-kasaba	53	14,06	8,63	3-499	G.İ=81,96 G.A=64,47	297,8 27441,5 27739,3	1,805	,145
	2. İlçe	184	14,34	6,57					
	3. İl	76	16,18	7,66					
	4. Büyükşehir	190	15,58	7,72					
	Toplam	503	15,06	7,43					
Kendini yıkıcı mizah	1. Köy-kasaba	53	18,83	8,49	3-499	G.İ=81,96 G.A=64,47	245,9 32174,9 32420,8	1,271	,234
	2. İlçe	184	18,56	8,45					
	3. İl	76	16,57	8,06					
	4. Büyükşehir	190	18,12	7,45					
	Toplam	503	18,12	8,04					

Tablo 14'te görüldüğü gibi, katılımcı mizah tarzının [$F_{(3-499)}=2,861$, $P<0,05$] ilde yaşayanlar açısından manidar olduğu bulunmuştur ($X_{ort}=33,16$). Kendini geliştirici mizah tarzının [$F_{(3-499)}=5,135$, $P<0,05$] ilçede yaşayanlar açısından manidar olduğu bulunmuştur ($X_{ort}=27,56$). İstatistiksel açıdan anlamlı olmamakla birlikte, saldırgan mizah tarzı ilde yaşayanlarda daha fazla görülürken ($X_{ort}=16,18$), kendini yıkıcı mizah tarzı ise köy ve kasabada yaşayanlarda daha fazla görülmektedir ($X_{ort}=18,83$).

Bölümler arası farkların hangi bölümler arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre katılımcı mizahta ilçede yaşayan öğrencilerin ($X_{ort}=33,10$, $SS=7,96$) büyükşehirde yaşayan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kendini geliştirici mizahta ilçede yaşayan öğrencilerin ($X_{ort}=27,56$, $SS=9,56$) büyükşehirde yaşayan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

4.3.7 Cinsiyet Değişkeni ile Ölüm Kaygısı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre ölüm kaygısı puanları tablo 15'te yer almaktadır.

Tablo 15. Kız ve Erkek Öğrencilerin Ölüm Kaygısı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin T Değerleri.

ölüm kaygısı	Cinsiyet	N	\bar{X}	S	sd	t	p
	Erkek	232	14,94	1,89	501	,789	,432
Kız	271	14,80	2,03				

Bay ve bayan öğrencilerin ölüm kaygısı puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin t değerleri tablo 14' te yer almaktadır. Erkek öğrencilerin ölüm kaygısı testinden aldıkları puan ortalamaları bayan öğrencilerden daha yüksek çıkmıştır (Erkek öğrenciler için $X_{ort}=14,94$, kız öğrenciler için $X_{ort}=14,80$). Ortalamaların eşitliği için yapılan t-testine baktığımızda ise bay ve bayan öğrencilerin ölüm kaygısı arasındaki farklılığın anlamlı olmadığı bulunmuştur.

4.3.8 Yaş Değişkeni ile Ölüm Kaygısı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre ölüm kaygısı düzeylerinde farklılaşma olup olmadığına dair bulgular tablo 16' da yer almaktadır.

Tablo 16. Katılımcıların Yaşları İle Ölüm Kaygısı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.

	N	Ort.	Ss	Sd	KO	KT	F	P
17-20 yaş	168	14,7679	1,80476	2-500	3,24	6,48	,84	,43
21-24 yaş	277	14,8556	2,05735		3,87	1935,77		
25-28 yaş	58	15,1552	1,98062			1942,26		
Toplam	503	14,8608	1,96699					

Tablo 16'da görüldüğü gibi, en yüksek düzeyde ölüm kaygısının 25-28 yaşlar arasında olduğu, ancak ölüm kaygısı ile katılımcıların yaşları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur ($F_{(2-500)}=0,84$, $p>0,05$).

4.3.9 Fakülte Değişkeni ile Ölüm Kaygısı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerin fakültelerine göre ölüm kaygısında farklılaşma olup olmadığına ait bulgular tablo 17'de yer almaktadır.

Tablo 17. Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Fakülte İle Ölüm Kaygısı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.

	N	Ort.	Ss	Sd	KO	KT	F	P
Eğitim fak.	374	14,74	1,93	4-498	8,745	34,980	2,28	,059
Tip	35	15,69	1,97					
Mühendislik F.	44	14,91	2,45					
Fen-Edb. F.	22	15,14	1,25					
İkt. ve İd. Bil. F.	28	15,21	1,95					
Toplam	503	14,86	1,97		3,830	1907,279		

Tablo 17’de görüldüğü gibi, ölüm kaygısının en yüksek olduğu fakültenin Tıp Fakültesi ($X_{ort}=15,69$) olduğu, en düşük olduğu fakültenin ise Eğitim Fakültesi ($X_{ort}=14,74$) olduğu görülmekte, ancak fakülte değişkeni ile ölüm kaygısı arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur.

4.3.10 Sınıf Düzeyi Değişkeni ile Ölüm Kaygısı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre ölüm kaygısı düzeyinde farklılaşma olup olmadığına ilişkin F değerleri tablo 18’de yer almaktadır.

Tablo 18. Katılımcıların Sınıf Düzeyleri İle Ölüm Kaygısı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

	N	Ort.	Ss	Sd	KO	KT	F	P
1.Sınıf	73	15,3151	2,2					,00
2.Sınıf	124	14,4435	1,6					2<5
3.sınıf	104	14,6442	2,2	4-498	24,503	98,011	6,61	3<5
4.sınıf	183	14,9071	1,9		3,703	1844,247		4<5
5.sınıf	19	16,5789	1,8			1942,258		5>2,3,4
Toplam	503	14,8608	2,0					

Tablo 18’de görüldüğü gibi; sınıf düzeyi ile ölüm kaygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. En yüksek düzeyde ölüm kaygısı yaşayanların son sınıf öğrencileri olduğu bulunmuştur ($F_{(4-498)}=6,61$, $p<0,05$). Gruplar arası farkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre ölüm kaygısında 5.sınıf öğrencilerinin ($X_{ort} =16,58$, $SS=1,83$) 2., 3., ve 4.sınıf öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

4.3.11 Barınma Şekli Değişkeni ile Ölüm Kaygısı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Barınma şekline göre ölüm kaygısı düzeylerinde farklılık olup olmadığına ilişkin F değerleri Tablo 19’da yer almaktadır.

Tablo 19. Katılımcıların Barınma Şekilleri İle Ölüm Kaygısı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.

	N	Ort.	Ss	Sd	KO	KT	F	P
1. Aile	97	15,5	2,2					
2.Devlet yurdu	75	15,0	1,9					,01
3. Özel yurt	128	14,7	1,9	4-498	13,376	53,5	3,52	
4. Ev-yalnız	20	14,6	1,6		3,793	1888,7		1>5
5.Ev-ark.	183	14,6	1,8			1942,2		
Toplam	503	14,9	1,9					

Tablo 19’da görüldüğü gibi, en yüksek düzeyde ölüm kaygısının ailesiyle birlikte yaşayanlarda olduğu anlamlı bulunmuştur ($F_{(4-498)}=3,52, p<0,05$).

Gruplar arası farkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre ölüm kaygısında aile ile yaşayan öğrencilerin ($X_{ort}=15,46, SS=2,21$) evde arkadaşlarıyla yaşayan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

4.3.12 Yerleşim Birimine Değişkeni ile Ölüm Kaygısı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Yerleşim birimine göre ölüm kaygısı düzeylerini incelemek üzere hesaplanan F değerlerine ilişkin bulgular tablo 20’de yer almaktadır.

Tablo 20. Katılımcıların Yerleşim Birimi ile Ölüm Kaygısı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

	N	Ort.	Ss	Sd	KO	KT	F	P
1. Köy-kasaba	53	14,9	1,9					
2. İlçe	184	14,9	1,9					
3. İl	76	15,1	2,2	3-499	5,096	15,3	1,32	,27
4. Büyükşehir	190	14,6	1,9		3,862	1926,2		
Toplam	503	14,8	1,9			1942,3		

Tablo 20’de yer alan analizlere göre, en yüksek düzeyde ölüm kaygısı ilde yaşayanlarda ($X_{ort}=15,1$) görülmektedir ancak yerleşim birimi ile ölüm kaygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($F_{(3-499)}=1,32, p>0,05$).

4.3.13 Cinsiyet Değişkeni ile Psikolojik Belirtilere Sahip Olma Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre psikolojik belirtilerinde farklılaşma var mıdır sorusuna ilişkin bulgular tablo 21’de yer almaktadır.

Tablo 21. Katılımcıların Cinsiyetleri ile Psikolojik Belirtiler Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri

	Cinsiyet	N	Ort.	Ss	t	df	p
Somatizasyon	Bay	232	,78	,58	-2,019	-3,653	,044
	Bayan	271	,89	,58			
Obsesif-kompulsif bozukluk	Bay	232	1,29	,56	-3,740	-4,041	,000
	Bayan	271	1,52	,71			
Kişiler arası duyarlılık	Bay	232	1,06	,61	-3,653	-1,421	,000
	Bayan	271	1,29	,73			
Depresyon	Bay	232	1,00	,67	-4,041	,645	,000
	Bayan	271	1,26	,72			
Anksiyete	Bay	232	,93	,67	-1,421	-1,337	,156
	Bayan	271	1,02	,69			

Öfke ve düşmanlık	Bay	232	,86	,67	,645	-2,388	,519
	Bayan	271	,82	,61			
Fobik anksiyete	Bay	232	,67	,62	-1,337	-,640	,182
	Bayan	271	,74	,68			
Paronoid düşünce	Bay	232	1,02	,64	-2,388	-3,653	,017
	Bayan	271	1,16	,65			
Psikotizm	Bay	232	,83	,58	-,640	-4,041	,522
	Bayan	271	,86	,61			

Tablo 21’de görüldüğü gibi psikolojik belirtiler cinsiyete göre farklılaşmaktadır. Buna göre;

- Somatizasyonda, bayanların erkeklerden yüksek ortalamaya sahip olduğu manidar bulunmuştur (bayanlar $X_{ort}=0,89$, erkekler $X_{ort}=0,78$, $p<0,05$).
- Obsesif-kompulsif bozuklukta, bayanların erkeklerden yüksek ortalamaya sahip olduğu istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (bayanlar $X_{ort}=1,52$, erkekler $X_{ort}=1,29$, $p<0,05$).
- Kişiler arası duyarlılıkta, bayanların erkeklerden yüksek ortalamaya sahip olduğu manidar bulunmuştur (bayanlar $X_{ort}=1,29$, erkekler $X_{ort}=1,06$, $p<0,05$).
- Depresyonda bayanların, erkeklerden yüksek ortalamaya sahip olduğu manidar bulunmuştur (bayanlar $X_{ort}=1,26$, erkekler $X_{ort}=1,00$, $p<0,05$).
- Paronoid düşüncede bayanların, daha yüksek ortalamaya sahip olduğu anlamlı bulunmuştur (bayanlar $X_{ort}=0,65$, erkekler $X_{ort}=0,64$, $p<0,05$).

Yapılan t-testine göre; anksiyete, öfke-düşmanlık, fobik anksiyete, psikotizm ile cinsiyet arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>0,05$).

4.3.14 Yaş Değişkeni ile Psikolojik Belirtilere Sahip Olma Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılanların yaşlarına göre psikolojik belirtileri farklılaşmakta mıdır sorusuna ilişkin bulgular tablo 22’de yer almaktadır.

Tablo 22. Katılımcıların Yaşları İle Psikolojik Belirtiler Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.

		N	Ort.	Ss.	Sd	KO	KT	F	P
Somatizasyon	1. 17-20 yaş	168	,86	,56					
	2.21-24 yaş	277	,82	,58		,094	,19	,276	,759
	3.25-28 yaş	58	,85	,67	2-500	,340	169,82		
	Toplam	503	,84	,58			170,00		

Obsesif-kompulsif bozukluk	1. 17-20 yaş	168	1,52	,63	2-500	1,675	3,35	3,504	1>2
	2.21-24 yaş	277	1,34	,70					
	3.25-28 yaş	58	1,45	,78					
	Toplam	503	1,42	,69					
Kişiler arası duyarlık	1. 17-20 yaş	168	1,30	,67	2-500	1,848	3,70	3,952	1>2
	2.21-24 yaş	277	1,12	,67					
	3.25-28 yaş	58	1,12	,77					
	Toplam	503	1,18	,69					
Depresyon	1. 17-20 yaş	168	1,24	,64	2-500	1,506	3,01	3,026	,049
	2.21-24 yaş	277	1,07	,70					
	3.25-28 yaş	58	1,18	,89					
	Toplam	503	1,14	,71					
Anksiyete	1. 17-20 yaş	168	,99	,59	2-500	,024	,05	,053	,949
	2.21-24 yaş	277	,97	,69					
	3.25-28 yaş	58	,99	,87					
	Toplam	503	,98	,68					
Öfke-düşmanlık	1. 17-20 yaş	168	,82	,64	2-500	,185	,37	,452	,637
	2.21-24 yaş	277	,84	,63					
	3.25-28 yaş	58	,91	,65					
	Toplam	503	,84	,64					
Fobik anksiyete	1. 17-20 yaş	168	,79	,62	2-500	,889	1,78	2,093	,124
	2.21-24 yaş	277	,67	,64					
	3.25-28 yaş	58	,66	,78					
	Toplam	503	,71	,65					
Paranoid düşünce	1. 17-20 yaş	168	1,24	,64	2-500	2,635	5,27	6,355	1>2
	2.21-24 yaş	277	1,03	,63					
	3.25-28 yaş	58	1,00	,71					
	Toplam	503	1,10	,65					
Psikotizm	1. 17-20 yaş	168	,94	,57	2-500	1,172	2,34	3,357	,036
	2.21-24 yaş	277	,81	,60					
	3.25-28 yaş	58	,77	,61					
	Toplam	503	,85	,59					

Tablo 22’de yer alan değerlere göre:

- Obsesif-kompulsif bozukluk ile yaş değişkeni arasındaki ilişki incelenmiş, obsesif kompulsif belirtileri en yüksek düzeyde gösteren yaş grubunun 17-20 yaş grubu olduğu istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. ($F_{(2-500)}=3,504$, $p<0,05$).
- Kişiler arası duyarlılık belirtileri ile yaş değişkeni ilişkisi incelendiğinde kişiler arası duyarlılık belirtilerine en yüksek düzeyde sahip olan yaş grubunun 17-20 yaş grubu olduğu istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F_{(2-500)}=3,952$, $p<0,05$).
- Depresyon belirtilerinin yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde en yüksek düzeyde depresif belirtiler sergileyen yaş grubunun 17-20 yaş grubu olduğu ve bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ($F_{(2-500)}=3,026$, $p<0,05$).

- Paronoid düşünce ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Paronoid düşünce belirtilerini en yüksek düzeyde gösteren yaş gurubu 17-20 yaşlar arasındır ($F_{(2-500)}=6,355, p<0,05$).
- Psikotizm ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Psikotizm belirtilerini en yüksek düzeyde gösteren yaş gurubu 17-20 yaşlar arasındır ($F_{(2-500)}=3,357, p<0,05$).
- Yaş değişkeni ile anksiyete, somatizasyon, öfke ve düşmanlık, fobik anksiyete arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$).

Bölümler arası farkların hangi bölümler arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre, obsesif kompulsif bozukluk belirtilerinde, 17-20 yaş grubu öğrencilerinin ($X_{ort} = 1,52, SS=0,63$) 21-24 yaş grubu öğrencilerinden daha yüksek ortalamaya sahip olduğu bulunmuştur. Kişilerarası duyarlıkta 17-20 yaş grubu öğrencilerinin ($X_{ort} = 1,30, SS=0,67$) 21-24 yaş grubu öğrencilerinden daha yüksek ortalamaya sahip olduğu bulunmuştur.

4.3.15 Fakülte Değişkeni ile Psikolojik Belirtilere Sahip Olma Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin okudukları fakülteye göre psikolojik belirtilerindeki farklılıklara ilişkin bulgular tablo 23'te yer almaktadır.

Tablo 23. Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Fakülte ile Psikolojik Belirtiler Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

	FAKÜLTE	N	Ort.	Ss.	SD	KO	KT	F	P
Somatizasyon	Eğitim F.	374	,85	,58	4-498	,336	1,344	,992	,411
	Tıp F.	35	,90	,72					
	Mühendislik F.	44	,81	,54					
	Fen-Edb. F.	22	,61	,48					
	İkt. Ve İdr. Bil.F.	28	,85	,49					
Toplam	503	,84	,58			170,003			
Obsesif-kompulsif bozukluk	Eğitim F.	374	1,46	,70	4-498	,816	3,265	1,700	,149
	Tıp F.	35	1,38	,77					
	Mühendislik F.	44	1,26	,65					
	Fen-Edb. F.	22	1,16	,72					
	İkt. Ve İdr. Bil.F.	28	1,36	,58					
Toplam	503	1,42	,69			239,094			
Kişiler arası duyarlık	Eğitim F.	374	1,19	,69	4-498	,647	2,789	1,479	,207
	Tıp F.	35	1,20	,73					
	Mühendislik F.	44	1,32	,70					
	Fen-Edb. F.	22	,98	,61					
	İkt. Ve İdr. Bil.F.	28	,99	,61					
Toplam	503	1,18	,69			237,564			

Depresyon	Eğitim F.	374	1,15	,68	4-498	,094	,375	,186	,946
	Tıp F.	35	1,12	,91					
	Mühendislik F.	44	1,06	,68					
	Fen-Edb. F.	22	1,17	,88					
	İkt. Ve İdr. Bil.F.	28	1,11	,69					
Toplam	503	1,14	,71			251,407			
						,505	251,782		
Anksiyete	Eğitim F.	374	,98	,67	4-498	,399	1,598	,865	,485
	Tıp F.	35	1,00	,80					
	Mühendislik F.	44	1,10	,69					
	Fen-Edb. F.	22	,80	,71					
	İkt. Ve İdr. Bil.F.	28	,89	,61					
Toplam	503	,98	,68			229,907			
						,462	231,505		
Öfke- düşmanlık	Eğitim F.	374	,83	,64	4-498	,164	,655	,400	,809
	Tıp F.	35	,90	,63					
	Mühendislik F.	44	,92	,63					
	Fen-Edb. F.	22	,76	,77					
	İkt. Ve İdr. Bil.F.	28	,86	,62					
Toplam	503	,84	,64			204,078			
						,410	204,733		
Fobik anksiyete	Eğitim F.	374	,72	,68	4-498	,170	,679	,396	,812
	Tıp F.	35	,63	,60					
	Mühendislik F.	44	,75	,54					
	Fen-Edb. F.	22	,64	,57					
	İkt. Ve İdr. Bil.F.	28	,61	,65					
Toplam	503	,71	,65			213,549			
						,429	214,228		
Paranoid düşünce	Eğitim F.	374	1,12	,65	4-498	,198	,791	,465	,762
	Tıp F.	35	1,02	,70					
	Mühendislik F.	44	1,06	,58					
	Fen-Edb. F.	22	,99	,71					
	İkt. Ve İdr. Bil.F.	28	1,02	,68					
Toplam	503	1,10	,65			211,747			
						,425	212,578		
Psikotizm	Eğitim F.	374	,86	,59	4-498	,189	,758	,536	,710
	Tıp F.	35	,90	,68					
	Mühendislik F.	44	,84	,59					
	Fen-Edb. F.	22	,74	,59					
	İkt. Ve İdr. Bil.F.	28	,77	,47					
Toplam	503	,85	,59			176,103			
						,354	176,860		

Tablo 23'te görüldüğü gibi; öğrenim görülen fakülte ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ancak somatizasyon belirtilerinin en yüksek düzeyde görüldüğü fakülte tıp fakültesi, ($F_{(4-498)}=0,992$, $p>0,05$), obsesif-kompulsif bozukluk belirtilerinin en yüksek düzeyde görüldüğü fakülte eğitim fakültesi ($F_{(4-498)}=1,700$, $p>0,05$), kişiler arası duyarlık belirtilerinin en yüksek düzeyde görüldüğü fakülte mühendislik fakültesi ($F_{(4-498)}=1,479$, $p>0,05$), depresyon belirtilerinin en yüksek düzeyde görüldüğü fakülte fen-edebiyat fakültesi ($F_{(4-498)}=0,186$, $p>0,05$), anksiyete belirtilerinin en yüksek düzeyde görüldüğü fakülte mühendislik fakültesi ($F_{(4-498)}=0,865$, $p>0,05$), öfke-düşmanlık belirtilerinin en yüksek düzeyde görüldüğü fakülte mühendislik fakültesi ($F_{(4-498)}=0,400$, $p>0,05$), fobik anksiyete belirtilerinin en yüksek düzeyde görüldüğü fakülte mühendislik fakültesi ($F_{(4-498)}=0,396$, $p>0,05$), paranoid düşünce belirtilerinin en yüksek düzeyde görüldüğü fakülte eğitim fakültesi ($F_{(4-498)}=0,465$, $p>0,05$), psikotizm belirtilerinin en yüksek düzeyde görüldüğü fakülte tıp fakültesidir ($F_{(4-498)}=0,536$, $p>0,05$).

Sonuç olarak, Fakülte değişkeni ile psikolojik belirtiler arasındaki farkı belirlemek üzere yapılan F testine göre psikolojik belirtilerin tüm boyutları ile fakülteler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

4.3.16 Sınıf Düzeyi Değişkeni ile Psikolojik Belirtilere Sahip Olma Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Öğrenim görülen sınıf ile psikolojik belirtilerdeki farklılıklara ilişkin bulgular tablo 24'te yer almaktadır.

Tablo 24. Katılımcıların Sınıf Düzeyleri İle Psikolojik Belirtiler Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.

	Fakülte	N	Ort.	Ss	SD	KO	KT	F	P
Somatizasyon	1.sınıf	73	,85	,47	4-498	,510 ,337	2,041 167,962 170,003	1,513	,197
	2.sınıf	124	,88	,62					
	3.sınıf	104	,78	,60					
	4.sınıf	183	,82	,55					
	5.sınıf	19	1,11	,79					
	Toplam	503	,84	,58					
Obsesif-kompulsif bozukluk	1.sınıf	73	1,44	,68	4-498	1,396 ,475	5,584 236,775 242,359	2,936	,020
	2.sınıf	124	1,56	,70					
	3.sınıf	104	1,26	,70					
	4.sınıf	183	1,38	,66					
	5.sınıf	19	1,57	,88					
	Toplam	503	1,42	,69					
Kişiler arası duyarlılık	1.sınıf	73	1,30	,69	4-498	,896 ,470	3,585 233,979 237,564	1,907	,108
	2.sınıf	124	1,26	,71					
	3.sınıf	104	1,18	,69					
	4.sınıf	183	1,08	,64					
	5.sınıf	19	1,22	,89					
	Toplam	503	1,18	,69					
Depresyon	1.sınıf	73	1,17	,64	4-498	,901 ,498	3,605 248,176 251,762	1,809	,126
	2.sınıf	124	1,22	,70					
	3.sınıf	104	1,02	,72					
	4.sınıf	183	1,11	,67					
	5.sınıf	19	1,37	1,08					
	Toplam	503	1,14	,71					
Anksiyete	1.sınıf	73	,95	,55	4-498	,498 ,461	1,991 229,514 231,505	1,080	,366
	2.sınıf	124	1,03	,65					
	3.sınıf	104	1,00	,78					
	4.sınıf	183	,92	,65					
	5.sınıf	19	1,19	,91					
	Toplam	503	,98	,68					
Öfke-düşmanlık	1.sınıf	73	,76	,66	4-498	,538 ,407	2,151 202,582 204,733	1,322	,261
	2.sınıf	124	,89	,66					
	3.sınıf	104	,82	,62					
	4.sınıf	183	,82	,61					
	5.sınıf	19	1,11	,71					
	Toplam	503	,84	,64					
Fobik anksiyete	1.sınıf	73	,78	,69	4-498	,420 ,427	1,679 212,549 214,228	,983	,416
	2.sınıf	124	,77	,61					
	3.sınıf	104	,68	,71					
	4.sınıf	183	,65	,63					
	5.sınıf	19	,74	,68					
	Toplam	503	,71	,65					

Paranoid düşünce	1.sınıf	73	1,12	,62	4-498	1,227	4,908	2,942	2>4 ,020
	2.sınıf	124	1,26	,65					
	3.sınıf	104	1,01	,61					
	4.sınıf	183	1,02	,65					
	5.sınıf	19	1,09	,79					
	Toplam	503	1,10	,65					
Psikotizm	1.sınıf	73	,89	,65	4-498	,926	3,704	2,663	0,32
	2.sınıf	124	,95	,56					
	3.sınıf	104	,85	,63					
	4.sınıf	183	,75	,53					
	5.sınıf	19	1,02	,77					
	Toplam	503	,85	,59					

Tablo 24’te yer alan bilgilere göre;. paranoid düşünce belirtilerini en yüksek düzeyde gösterenler 2. sınıf öğrencileridir ve istatistiksel açıdan anlamlıdır ($F_{(4-498)}=2,942$, $p<0,05$). Psikotizm en yüksek düzeyde 5. Sınıf öğrencilerinde görülmektedir ($F_{(4-498)}=2,663$, $p<0,05$) ve istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulunmuştur.

Psikolojik belirtilerin alt boyutlarından paranoid düşünce ve psikotizmin sınıf düzeyine göre farklılaştığı bulunmuştur. Somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlık, depresyon, anksiyete, öfke-düşmanlık, fobik anksiyete ile sınıf düzeyi değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Gruplar arası farkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre paranoid düşünce belirtilerini, 2. Sınıf öğrencilerinin ($X_{ort}=1,26$, $Ss=0,65$), 4. sınıf öğrencilerinden daha yüksek düzeyde yaşadıkları bulunmuştur. Psikotizm belirtilerini, 5. sınıfta okuyan öğrenciler ($X_{ort}=1,02$, $Ss=0,77$), 4. sınıfta okuyan öğrencilerden daha yüksek düzeyde yaşadıkları bulunmuştur.

4.3.17 Barınma Şekli Değişkeni ile Psikolojik Belirtilere Sahip Olma Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Araştırmaya veri sağlayan öğrencilerin barınma şekillerine göre psikolojik belirtilerindeki farklılaşmaya ilişkin bulgular tablo 25’te yer almaktadır.

Tablo 25. Katılımcıların Barınma Şekilleri İle Psikolojik Belirtiler Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.

	FAKÜLTE	N	Ort.	Ss.	SD	KO	KT	F	P
Somatizasyon	1. aile	97	,70	,53	4-498	1,317	5,26	3,980	,003
	2. devlet yurdu	75	,89	,55					
	3. özel yurt	128	,97	,67					
	4. evde yalnız	20	,62	,42					
	5. evde ark. İle	183	,83	,54					
	Toplam	503	,84	,58					

Obsesif-kompulsif bozukluk	1. aile	97	1,25	,65	4-498	2,130 ,470	8,519 233,840 242,359	4,536	,001 3>1
	2. devlet yurdu	75	1,39	,69					
	3. özel yurt	128	1,62	,88					
	4. evde yalnız	20	1,27	,97					
	5. evde ark. İle	1835	1,36	,62					
	Toplam	03	1,41	,82					
Kişiler arası duyarlık	1. aile	97	,97	,84	4-498	2,695 ,455	10,778 226,785 237,564	5,917	,000 3>1
	2. devlet yurdu	75	1,10	1,25					
	3. özel yurt	128	1,38	1,39					
	4. evde yalnız	20	1,00	1,61					
	5. evde ark. İle	183	1,20	1,27					
	Toplam	503	1,18	1,38					
Depresyon	1. aile	97	,95	1,41	4-498	1,656 ,492	6,626 245,156 251,782	3,365	,010 3>1
	2. devlet yurdu	75	1,13	,97					
	3. özel yurt	128	1,30	1,10					
	4. evde yalnız	20	1,11	1,38					
	5. evde ark. İle	183	1,12	1,00					
	Toplam	503	1,13	1,20					
Anksiyete	1. aile	97	,82	1,18	4-498	1,574 ,452	6,295 225,210 231,505	3,480	,008 3>1
	2. devlet yurdu	75	,95	,95					
	3. özel yurt	128	1,12	1,13					
	4. evde yalnız	20	,72	1,30					
	5. evde ark. İle	183	,99	1,11					
	Toplam	503	,97	1,12					
Öfke-düşmanlık	1. aile	97	,75	1,13	4-498	,521 ,407	2,084 202,649	1,280	,277
	2. devlet yurdu	75	,83	,83					
	3. özel yurt	128	,84	,95					
	4. evde yalnız	20	,65	1,12					
	5. evde ark. İle	183	,90	,72					
	Toplam	503	,83	,99					
Fobik anksiyete	1. aile	97	,50	,97	4-498	1,807 ,416	7,228 206,999 214,228	4,348	,002 3>1
	2. devlet yurdu	75	,67	,75					
	3. özel yurt	128	,82	,83					
	4. evde yalnız	20	,51	,84					
	5. evde ark. İle	183	,76	,65					
	Toplam	503	,70	,90					
Paranoid düşünce	1. aile	97	,94	,83	4-498	1,152 ,418	4,608 207,970 212,578	2,759	,027 2>1
	2. devlet yurdu	75	1,21	,50					
	3. özel yurt	128	1,17	,67					
	4. evde yalnız	20	,96	,82					
	5. evde ark. İle	183	1,08	,51					
	Toplam	503	1,09	,76					
Psikotizm	1. aile	97	,73	,70	4-498	,754 ,349	3,016 173,844 176,860	2,160	0,73
	2. devlet yurdu	75	,86	,70					
	3. özel yurt	128	,91	,55					
	4. evde yalnız	20	,63	,47					
	5. evde ark. İle	183	,88	,60					
	Toplam	503	,84	,59					

Katılımcıların barınma şekilleri ile psikolojik belirtiler puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin F değerleri tablo 25'te görülmektedir. Barınma şekli ile psikolojik belirtilerin alt boyutları arasında anlamlı sonuçlar bulunmuştur. Bunlar:

Somatizasyon ile barınma şekli arasında anlamlı bir fark vardır. Somatizasyon belirtilerini en yüksek düzeyde gösteren öğrenciler özel yurttaki kalanlardır ($F_{(4-498)}=3,980, p<0,05$).

Obsesif kompulsif bozukluk ile barınma şekli arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Obsesif kompulsif bozukluk belirtilerini en yüksek düzeyde gösteren öğrenciler özel yurttan kalan öğrencilerdir ($F_{(4-498)}=4,536, p<0,05$).

Kişilerarası duyarlılık ile barınma şekli arasında anlamlı bir ilişki vardır. Kişilerarası duyarlılık belirtilerini en yüksek düzeyde gösteren öğrenciler özel yurttan kalan öğrencilerdir ($F_{(4-498)}=5,917, p<0,05$).

Depresyon ile barınma şekli arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Depresyon belirtilerini en yüksek düzeyde gösteren öğrenciler özel yurttan kalan öğrencilerdir ($F_{(4-498)}=3,365, p<0,05$).

Anksiyete ile barınma şekli arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Anksiyete belirtilerini en yüksek düzeyde gösteren öğrenciler özel yurttan kalan öğrencilerdir ($F_{(4-498)}=3,480, p<0,05$).

Fobik anksiyete ile barınma şekli arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Fobik anksiyete belirtilerini en yüksek düzeyde gösteren öğrenciler özel yurttan kalan öğrencilerdir ($F_{(4-498)}=4,348, p<0,05$).

Paranoid düşünce ile barınma şekli arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Paranoid düşünce belirtilerini en yüksek düzeyde gösteren öğrenciler devlet yurdunda kalan öğrencilerdir ($F_{(4-498)}=2,759, p<0,05$).

Öfke-düşmanlık ve Psicotizm ile barınma şekli arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ayrıca, bölümler arası farkların hangi bölümler arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre somatizasyon bozukluğunda özel yurttan yaşayan öğrencilerin ortalamaları ($X_{ort} =0,97, SS=0,67$) aile ile yaşayan öğrencilerden daha yüksek, obsesif kompulsif bozuklukta özel yurttan yaşayan öğrencilerin ortalamaları ($X_{ort} =1,62, SS=0,89$) aile ile yaşayan öğrencilerden daha yüksek, kişilerarası duyarlılıkta özel yurttan yaşayan öğrencilerin ortalamaları ($X_{ort} =1,39, SS=1,39$) aile ile yaşayan öğrencilerden daha yüksek, depresyonda özel yurttan yaşayan öğrencilerin ortalamaları ($X_{ort} =1,30, SS=1,11$) aile ile yaşayan öğrencilerden daha yüksek, anksiyetede özel yurttan yaşayan öğrencilerin ortalamaları ($X_{ort} =1,13, SS=1,13$) aile ile yaşayan öğrencilerden daha yüksek, fobik anksiyetede özel yurttan yaşayan öğrencilerin ortalamaları ($X_{ort} =0,83, SS=0,84$) aile ile yaşayan öğrencilerden daha yüksek ve paranoid düşüncede devlet yurdunda

yaşayan öğrencilerin ortalamaları ($X_{ort} = 1,22$, $SS = 0,51$) aile ile yaşayan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Barınma şekli olarak özel yurttaki kalan öğrencilerde psikolojik belirtilerin alt boyutları olan; somatizasyon, obsesif kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlılık, depresyon, anksiyete, fobik anksiyete belirtilerinin daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Devlet yurdunda kalan öğrencilerde ise sadece paronoid düşünce belirtilerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

4.3.18 Yerleşim Birimi Değişkeni ile Psikolojik Belirtilere Sahip Olma Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları yerleşim birimlerine göre psikolojik belirtilerinde bir farklılaşma olup olmadığına ilişkin bulgular tablo 26'da yer almaktadır.

Tablo 26. Katılımcıların Yerleşim Birimleri ile Psikolojik Belirtiler Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.

		N	Ort.	Ss.	Sd	KO	KT	F	P
Somatizasyon	Köy-kasaba	53	,82	,56	3-499	,268 ,339	,805 169,199 170,003	,791	,499
	İlçe	184	,85	,60					
	İl	76	,75	,50					
	Büyükşehir	190	,87	,60					
	Toplam	503	,84	,58					
Obsesif-kompulsif bozukluk	Köy-kasaba	53	1,43	,64	3-499	1,296 ,478	3,888 238,471 242,359	2,712	,044
	İlçe	184	1,52	,70					
	İl	76	1,30	,67					
	Büyükşehir	190	1,35	,71					
	Toplam	503	1,42	,69					
Kişiler arası duyarlılık	Köy-kasaba	53	1,30	,49	3-499	1,223 ,467	3,669 233,895 237,564	2,609	,051
	İlçe	184	1,19	,67					
	İl	76	1,00	,64					
	Büyükşehir	190	1,22	,76					
	Toplam	503	1,18	,69					
Depresyon	Köy-kasaba	53	1,19	,60	3-499	,406 ,502	1,218 250,563 251,782	,809	,489
	İlçe	184	1,17	,69					
	İl	76	1,03	,65					
	Büyükşehir	190	1,14	,78					
	Toplam	503	1,14	,71					
Anksiyete	Köy-kasaba	53	,98	,56	3-499	,748 ,459	2,243 229,262 251,782	1,628	,182
	İlçe	184	1,01	,71					
	İl	76	,82	,55					
	Büyükşehir	190	1,01	,72					
	Toplam	503	,98	,68					
Öfke-düşmanlık	Köy-kasaba	53	,77	,55	3-499	,291 ,409	,874 203,858 204,733	,713	,544
	İlçe	184	,81	,63					
	İl	76	,89	,68					
	Büyükşehir	190	,87	,65					
	Toplam	503	,84	,64					

Fobik anksiyete	Köy-kasaba	53	,69	,69	3-499	,360	1,080	,843	,471
	İlçe	184	,72	,72					
	İl	76	,61	,61					
	Büyükşehir	190	,74	,74					
	Toplam	503	,71	,71					
Paranoid düşünce	Köy-kasaba	53	1,27	,69	3-499	,937	2,811	2,229	,084
	İlçe	184	1,09	,58					
	İl	76	,97	,65					
	Büyükşehir	190	1,10	,70					
	Toplam	503	1,10	,65					
Psikotizm	Köy-kasaba	53	,88	,57	3-499	,086	,258	,243	,866
	İlçe	184	,85	,57					
	İl	76	,80	,66					
	Büyükşehir	190	,86	,60					
	Toplam	503	,85	,59					

Tablo 26’da görüldüğü gibi yerleşim birimi değişkeni ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

4.4 Anket Güvenirliğine İlişkin Bulgular

Anket güvenirliliği Cronbach’s Alpha değeri hesaplanarak bulunmuştur. Bu değerler tablo 27’de yer almaktadır.

Tablo 27. Anket Güvenirliğine İlişkin Cronbach’s Alpha Değerleri

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,896	,954	161

Tablo 27’ de görülen analiz sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin mizah tarzları, ölüm kaygısı ve psikolojik belirtileri için yapılan anketlerin güvenilirliğine dair analizde Cronbach’s alpha değeri 0,896 olarak bulunmuş ve böylece üniversite öğrencilerine yapılan anket sonuçlarında %89,6 güvenilirliğin bulunduğu tespit edilmiştir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin mizah tarzları, psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkiler ve mizah tarzları, psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısının, cinsiyet, yaş, fakülte, sınıf düzeyi, barınma şekli ve yerleşim birimi değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin elde edilen bulgular araştırma amaçları çerçevesinde tartışılmıştır.

5.1 MİZAH TARZLARI İLE PSİKOLOJİK BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Araştırmanın alt amaçlarından ilki üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkileri belirlemektir. Bu amaçla gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen korelasyon değerleri incelendiğinde mizah tarzlarından katılımcı mizah ile somatizasyon, kişiler arası duyarlık, depresyon, anksiyete, fobik anksiyete, paranooid düşünce ve psikotizm arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu (sırasıyla, -.12, -.18, -.15, -.10, -.13, -.15 ve -.16) görülmüştür. Kendini geliştirici mizah ile kişiler arası duyarlık, depresyon, anksiyete, fobik anksiyete, paranooid düşünce ve psikotizm arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu (sırayla, -.22, -.22, -.14, -.15, -.12, ve -.13) görülmüştür. Bu bulgular bireylerin uyumlu mizah tarzları olan, katılımcı ve kendini geliştirici mizah tarzlarını kullanmalarının artması ile birlikte psikolojik belirtilere sahip olma düzeyinin düştüğünü göstermektedir. Sağlıklı mizah tarzı olan katılımcı mizah tarzı düzeyi arttıkça psikolojik belirtilerde azalma görülmektedir. Bunun nedeni katılımcı mizah tarzı kullanan bireylerin kişiler arası ilişkileri güçlenmektedir, topluma uyumlu birlikte, psikolojik belirtilere sahip olma riski azalmaktadır. Uyumlu mizah tarzlarından bir diğeri olan kendini geliştirici mizah kullanımı arttıkça psikolojik belirtilerde azalma görülmektedir. Bunun nedeni, ortamı keyifli hale getirmek,

kendini geliştirmek amacıyla kullanılan mizah tarzı ile bireylerin öncelikle kendilerini iyi hissetmeleri daha sonra diğerlerine zarar vermeksizin mizahı kullanmaları ile bireyler toplumda kabul görmekte, bu kabul ile psikolojik belirtilere sahip olma durumu azalmaktadır.

Saldırgan mizah ile somatizasyon, depresyon, anksiyete, öfke ve düşmanlık, fobik anksiyete, paronoid düşünce ve psikotizm arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu (sırayla, .15, .12, .20, .22, .23, .17, ve .24) görülmüştür. Kendini yıkıcı mizah ile somatizasyon, obsesif kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlık, depresyon, anksiyete, öfke ve düşmanlık, fobik anksiyete, paronoid düşünce ve psikotizm arasında yani tüm psikolojik belirtiler arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu (sırayla, .15, .20, .18, .14, .17, .17, .23, .18 ve .27) görülmüştür . Bu bulgular bireylerin uyumsuz mizah tarzları olan, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzının artması ile birlikte psikolojik belirtilere sahip olma düzeyinin de arttığını göstermektedir. Bunun nedeni, saldırgan mizaha sahip bireyler çevrelerindeki kişileri düşünmeksizin mizaha başvurduklarında, karşı tarafı aşağılarlar, böylelikle kişiler arası ilişkilerinde bozulmalarla beraber yalnızlık oluşabilirken ve bunun doğal bir sonucu olarak ta psikolojik sağlıklarında bozulmalar meydana gelebilir. Kendini yıkıcı mizah tarzına sahip bireyler ise diğerlerini güldürmek için kendilerini aşağılatmayı tercih ederler böylelikle kendinden sürekli veren bireyler olurlar ve sonucunda psikolojik belirtilerinde artış gözlemlenmektedir.

Mizah tarzları ile psikolojik belirti görülme düzeyi daha önce yapılan araştırma bulguları ile tutarlıdır. Nezu, Nezu ve Blisset (1988)), mizahın, stresli yaşam olayları ve psikolojik stres tepkileri arasındaki ilişkiyi azaltıcı rolünü belirlemek üzere yaptıkları araştırmada mizahın stresli yaşam olayları ve depresif belirtiler arasındaki ilişkileri düzenleyici bir rolü olduğunu saptamıştır. Nezlek ve Derks (2001), mizah kullanımının psikolojik uyum ve sosyal etkileşimlerle ilişkisini belirlemek için yaptıkları araştırmada, mizahı bir başa çıkma mekanizması olarak kullanan öğrencilerin psikolojik uyumlarının, mizahı bir başa çıkma mekanizması olarak kullanmayanlara göre daha iyi olduğunu saptamışlardır. Yerlikaya (2009), üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile algılanan stres, kaygı ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yaptığı araştırmada, sağlıklı mizah tarzları olan katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah ve mizah yoluyla başa çıkma ile algılanan stres, kaygı ve depresyon arasında negatif yönde ilişkiler olduğunu, sağlıksız mizah

tarzlarından saldırgan mizah; algılanan stres, kaygı ya da depresyonla ilişkili bulunmazken kendini yıkıcı mizahla algılanan stres, kaygı ve depresyon arasında düşük düzeyde de olsa anlamlı ilişki olduğunu saptamıştır.

Sonuç olarak daha önce yapılan araştırmalarda psikolojik belirtilerin bir kısmına değinildiği görülmektedir. Bu çalışmada tüm psikolojik belirtiler kapsamlı olarak ele alınmaktadır. Yapılan araştırmalara baktığımızda uyumlu mizah tarzlarına sahip olan bireylerin psikolojik belirtileri taşıma düzeyinin azaldığı, psikolojik sağlıklarının daha iyi olduğu görülmektedir. Ayrıca uyumsuz mizah tarzlarının artması, psikolojik belirtileri de arttırmakta ve yapılan araştırmalar bu bulguları desteklemektedir. Bu bulgular uyumlu mizah tarzından yüksek puan alan bireylerin psikolojik belirtilerinin düşük, uyumsuz mizah tarzından yüksek puan alan bireylerin psikolojik belirtilerinin yüksek olacağı hipotezini desteklemektedir. Diyebiliriz ki mizahı gülmek, başkalarını güldürmek, ortama enerji katmak gibi sebeplerle kullanan kişiler daha az psikolojik belirtilere sahipken, mizahı başkalarını ya da kendini düşünmeksizin, alay etmek ve aşağılamak gibi amaçlarla kullananlar, kişiler arası ilişkilerini zedeleyerek, psikolojik belirtilere sahip olma riskini arttırmaktadırlar.

5.2 MİZAH TARZLARI İLE ÖLÜM KAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Uyumlu ve uyumsuz mizah tarzları ile ölüm kaygısı arasındaki ilişkiler incelendiğinde ise mizah tarzları ile ölüm kaygısı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Yapılan araştırmalar (Yerlikaya, 2009), mizah tarzları ile kaygı ilişkilerini incelemiş, uyumlu mizah tarzları ile kaygı arasında negatif yönde ilişkiler saptanmışsa da, ölüm kaygısı ile mizah tarzı ilişkisini inceleyen bir çalışma bulunmamaktadır. Uyumlu mizah tarzlarından yüksek puan alanların ölüm kaygısını düşük düzeyde yaşadıkları hipotezi desteklenmemiştir. Mizah tarzlarını belirlemek ölüm kaygısını yordamada yeterli veri sağlamamaktadır.

5.3 MİZAH TARZLARININ ALT BOYUTLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Mizah tarzlarının birbirleriyle ilişkisini anlamaya yönelik yapılan analizler sonucu, katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah arasındaki ilişki, pozitif yönde ve istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($r=0,424$, $p<,01$). Uyumlu mizah tarzlarından olan katılımcı mizah, kendine ve diğerlerine zarar vermeden şaka yapmayı ve eğlenmeyi içerir, kendini geliştirici mizahın temelinde de mizahi bir

bakış açısı ve eğlenme yer alır. Bu nedenle ikisi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Katılımcı mizah ile saldırgan mizah arasındaki ilişki, istatistiksel açıdan anlamlı bulunmasa da negatif yöndedir ($r=-0,052$; $p>,01$).

Katılımcı mizah ile kendini yıkıcı mizah pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlıdır ($r=0,21$; $p<,01$). Kişinin kendisinden vererek yermesini içeren kendini yıkıcı mizah ise, kendisi ile alay ederek de olsa başkalarını güldürme amacı taşıdığından anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Kendini geliştirici mizah tarzı ile saldırgan mizah tarzı arasında istatistiksel açıdan anlamlı olmamakla beraber negatif yönde bir ilişki saptanmıştır ($r=-0,049$; $p>,01$).

Kendini geliştirici mizah ile kendini yıkıcı mizah arasındaki ilişki pozitif yönde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkidir ($r=0,305$; $p<,01$). Kendini yıkıcı mizah tarzı başkalarını güldürmek adına kendinden vererek yapılan mizah tarzı olduğundan kendini geliştirici mizah tarzıyla ilişkili bulunmuştur.

Son olarak saldırgan ve kendini yıkıcı mizah arasındaki ilişki pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkidir ($r=0,235$; $p<,01$). Saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzları arasında, sağlıksız oluşları ve içerisinde alay ve aşağılama bulundurmaları sebebi ile anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu sonuçlar, uyumlu mizah tarzlarının kendi içinde, uyumsuz mizah tarzlarının kendi içinde ilişkisi olabileceği hipotezini desteklerken ayrıca kendini yıkıcı mizah tarzının uyumlu mizah tarzları ile (kendini geliştirici mizah ve katılımcı mizah) bir arada görüldüğü bilgisini literatüre katmıştır.

5.4 PSİKOLOJİK BELİRTİLER VE ÖLÜM KAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Psikolojik belirtilerden obsesif-kompulsif bozukluk, anksiyete, fobik anksiyete, paronoid düşünce ile ölüm kaygısı arasında düşük düzeyde ve negatif yönde anlamlı ilişki bulunurken (sırayla $-0,10$, $-0,11$, $-0,10$ ve $-0,10$), psikolojik belirtilerden somatizasyon, kişiler arası duyarlılık, depresyon, öfke ve düşmanlık, psikotizm ile ölüm kaygısı arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Erdoğan ve Özkan (2007), farklı dini inanışlardaki bireylerin ölüm kaygıları ile ruhsal belirtiler ve sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkileri inceledikleri

araştırmada, ölüm kaygısı ile ruhsal belirtiler arasında anlamlı ilişkiler bulmuş, en yüksek ilişkinin ölüm kaygısı ile kişiler arası duyarlılık arasında olduğunu saptamıştır. Tanhan(2007), ölüm kaygısıyla baş etme eğitiminin, ölüm kaygısı ve psikolojik iyi olma düzeyine etkisini inceleyen deneysel çalışmasında, deney gurubuna “Ölüm Kaygısıyla Baş Etme Eğitimi” uygulanmış, kontrol grubuna uygulanmamıştır. Eğitime katılan deneklerin ölüm kaygısı düzeyi azalırken psikolojik iyi olma puan düzeylerinin deney öncesinden sonrasına anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Psikolojik belirtilerden obsesif-kompulsif bozukluk, anksiyete, fobik anksiyete, paronoid düşünce arttıka, ölüm kaygısının azalmasının nedeni, Türk halkının dini inanışları gereği ölüm kaygısını çok yoğun yaşamadığından ve ölümü bir son olarak görmeyişinden olabilir. Psikolojik belirti düzeyi yüksek olan bireylerin ölüm kaygısını daha fazla yaşayacağı hipotezini destekleyen sonuçlara ulaşılmamıştır.

5.5 CİNSİYET DEĞİŞKENİ İLE MİZAH TARZLARI, PSİKOLOJİK BELİRTİLER VE ÖLÜM KAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Cinsiyet ile mizah tarzları ilişkisi için ortalamalara baktığımızda sağlıklı mizah türlerinin bayan öğrencilerde daha yüksek düzeyde olduğu görölmektedir. Sağlıksız mizah türlerinin ise erkek öğrencilerde daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görölmektedir. Ancak ortalamaların eşitliği için yapılan t-testinde yalnızca saldırgan mizah düzeyinde erkekler açısından manidar olduğu bulunmuştur.

Führ (2002), erken ergenlik yıllarında mizahın bir başa çıkma stratejisi olarak kullanılıp kullanılmadığını belirlemek üzere yaptığı araştırmada, erkek çocukların kız çocuklara oranla saldırgan ve cinsel içerikli mizaha daha fazla yatkın olduğu, kız çocukların ise mizahı daha çok kendilerini eğlendirmek için kullandıklarını saptamıştır. Sarı ve Aslan (2005), üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmasında, erkek öğrencilerin olumsuz mizah tarzlarından olan saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzlarını, kız öğrencilere göre daha çok kullandıklarını saptamıştır. Soyaldın (2007), ortaöğretim öğrencilerinin öfke ifade tarzları ile mizah tarzları arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah alt ölçeklerinde kızlar daha yüksek bir ortalama puan elde etmişken, saldırgan ve yıkıcı mizah alt ölçeklerinde erkeklerin ortalamasının kızlardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tümkiye (2006) araştırmasında, cinsiyete göre mizah tarzlarında bir farklılık saptamamıştır.

Yapılan araştırmaların büyük bir kısmında, bayan öğrencilerin uyumlu mizah ortalamalarının erkeklerden yüksek olması, erkek öğrencilerin ise uyumsuz mizah ortalamalarının bayan öğrencilerden yüksek olması araştırma bulgularımızı destekler niteliktedir. Özellikle erkek öğrencilerin saldırgan mizah tarzına sahip oluşunun nedeni, toplumumuzda erkeklerin yetiştirilme tarzından, saldırgan davranışlarının normal kabul edilmesinden kaynaklanabilir.

Cinsiyet ile ölüm kaygısı ilişkisi için ortalamalara baktığımızda erkek öğrencilerin ölüm kaygısı testinden aldıkları puan ortalamaları bayan öğrencilerden daha yüksek çıkmıştır. Ortalamaların eşitliği için yapılan t-testine baktığımızda bay ve bayan öğrencilerin ölüm kaygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Fortner ve Neimeyer (1999) tarafından yapılan meta analizde 1996 - 1999 yılları arasında yaşlılarda ölüm kaygısıyla ilgili yapılan 49 araştırma nitel olarak analiz edilmiş, cinsiyet ile ölüm kaygısı arasında bir ilişki bulunmamıştır. Bu çalışma yapılan çok sayıda ki araştırmanın ölüm kaygısı ve cinsiyet ilişkisinin özeti niteliğindedir ve bu araştırmada cinsiyet açısından anlamlı bir ilişki bulunmayışını desteklemektedir.

Cinsiyet ile psikolojik belirtiler ilişkisi için ortalamalara baktığımızda, somatizasyon ile cinsiyet arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Kadınlarda somatizasyon belirtilerine daha çok rastlanmaktadır (bayanlar için $X_{ort}=0,89$, erkekler için $X_{ort}=0,78$). Obsesif-kompulsif bozukluk ile cinsiyet arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Kadınlarda obsesif-kompulsif bozukluk belirtilerine daha çok rastlanmaktadır (bayanlar için $X_{ort}=1,52$, erkekler için $X_{ort}=1,29$). Kişiler arası duyarlılık ile cinsiyet arasındaki anlamlı fark bulunmuştur. Kadınlarda kişiler arası duyarlılık belirtilerine daha çok rastlanmaktadır (bayanlar için $X_{ort}=1,29$, erkekler için $X_{ort}=1,06$). Depresyon ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Kadınlarda depresyon belirtilerine daha çok rastlanmaktadır (bayanlar için $X_{ort}=1,26$, erkekler için $X_{ort}=1,00$). Paronoid düşünce ile cinsiyet arasında anlamlı fark bulunmuştur. Kadınlarda paronoid düşünce belirtilerine daha çok rastlanmaktadır (bayanlar için $X_{ort}=0,65$, erkekler için $X_{ort}=0,64$). Anksiyete, öfke-düşmanlık, fobik anksiyete, psikotizm ile cinsiyet arasında anlamlı fark

bulunamamıştır. Toplumumuzda kadınların ihtiyacı olduğunda psikolojik yardım alma isteğinin ve var olan durumları da olduğundan fazla göstererek abartılı düşünme biçimlerinin oluşu psikolojik belirtilerin bir çoğunda kadınların ortalamasının yüksek olmasına sebep olmuştur. Ancak erkekler psikolojik desteğe ihtiyacı olduğunda bunu gizlemekte ya da kabullenmemektedir, bu yüzden psikolojik belirtileri kadınlardan daha düşük düzeyde çıkabilmektedir.

Deniz, Avşaroğlu ve Hamarta (2004), Selçuk Üniversitesi Öğrenci Psikolojik Danışma Servisine başvuran öğrencilerin psikolojik belirti düzeylerini belirlemek amacıyla yaptıkları çalışmada, kız öğrencilerde somatizasyon, anksiyete, obsesyon ve depresyon belirtileri erkek öğrencilerden yüksek çıkarken, erkeklerde ise paranoid düşünce ve öfke belirtileri puan ortalamaları kızlardan yüksek bulunmuştur. Başa(2011), üniversite öğrencilerinin problem çözme becerileri ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, kız ve erkek öğrencilerin psikolojik belirtilere sahip olma puan ortalamaları karşılaştırıldığında, erkek öğrencilerin obsesif-kompulsif, fobik anksiyete, kişilerarası duyarlılık, depresyon, öfke düşmanlık, psikotizm belirtilerine kız öğrencilerden daha fazla sahip oldukları bulunmuştur.

Yaptığımız araştırmaya göre somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlılık, depresyon ve paronoid düşünce bayan öğrencilerde anlamlı ve erkeklerden yüksek düzeyde bulunmuştur. Erkeklerde ise öfke ve düşmanlık ortalaması kızlardan yüksek ortalamaya sahiptir ancak ortalamaların eşitliği için yapılan t-testinde bu farklılık anlamlı bulunmamıştır. Yapılan diğer araştırma bulgularıyla karşılaştırıldığında sonuçların benzer nitelikler taşıdığı gibi cinsiyet açısından her araştırmanın birbirinden farklı bulgulara sahip olduğunu da görmekteyiz.

5.6 YAŞ DEĞİŞKENİ İLE MİZAH TARZLARI, PSİKOLOJİK BELİRTİLER VE ÖLÜM KAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Öğrencilerin yaşları ile mizah tarzı puan ortalamaları arasındaki farka baktığımızda, kendini geliştirici mizah ve kendini yıkıcı mizahta anlamlı sonuçlar elde edilirken, katılımcı mizah ve saldırgan mizahta anlamlı sonuç bulunmamıştır. Kendini geliştirici mizah 17-20 yaş grubunda en yüksek düzeyde ve kendini yıkıcı mizahta 17-20 yaş grubunda en yüksek düzeydedir. Mizah tarzlarının alt ölçeklerinden kendini geliştirici mizah ve kendini yıkıcı mizahın en yüksek 17-20 yaşları arasında

görüldüğü saptanmıştır. Kendini geliştirici mizahın 17-20 yaş grubunda yüksek çıkmasının nedeni, bu yaşlarda bireyler kendini geliştirmek ve kişiler arası ilişkilerini güçlendirmek amacıyla karşı tarafı kırmadan mizaha başvurmaktadır. Kendini yıkıcı mizahın yine bu yaşlarda görülme nedeni ise, üniversiteye başlanılan yıllarda çevre edinmek amacıyla, kişinin kendinden vererek başkalarını güldürmekle bir gruba ait olmaya çalışmasındandır.

Öğrencilerin yaşları ile ölüm kaygısı ilişkisine baktığımızda en yüksek ortalamanın 25-28 yaşlar arasında görüldüğü ancak farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır. Fortner ve Neimeyer (1999) tarafından yapılan meta analizde 1996 - 1999 yılları arasında yaşlılarda ölüm kaygısıyla ilgili yapılan 49 araştırma nitel olarak analiz edilmiş, yaş ile ölüm kaygısı arasında bir ilişki bulunmamıştır. Bond (1997) tarafından yapılan ölüm kaygısının din, yaş ve cinsiyet değişkenleriyle olan ilişkisinin incelendiği çalışmada, 18-25 yaş grubu ile 55 yaş ve üstü grup arasında ölüm kaygı puanları açısından anlamlı bir farkın bulunmadığı belirtilmiştir (Akt. Tanhan, 2007). Bulguların diğer araştırma sonuçlarıyla desteklendiği görülmektedir.

Yaş değişkeni ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye baktığımızda; obsesif-kompulsif bozukluk, kişilerarası duyarlılık, depresyon, paranooid düşünce ve psikotizm 17-20 yaşlar arasında anlamlı düzeyde en yüksek değerleri almışlardır. Bunun nedeni; ergenlik döneminde, duyguların daha yoğun yaşanması, karşılaşılan zorluklarda duygusal olarak daha fazla yıpranılması olabilir.

5.7 FAKÜLTE DEĞİŞKENİ İLE MİZAH TARZLARI, ÖLÜM KAYGISI VE PSİKOLOJİK BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Fakülte değişkeni ile mizah tarzları ilişkisine bakıldığında, mizah tarzları alt ölçeklerinden, kendini geliştirici mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzlarının her ikisinin de anlamlı olarak iktisadi ve idari bilimler fakültesi öğrencilerinde anlamlı olarak daha yüksek düzeyde görüldüğü saptanmıştır. Kendini geliştirici ve kendini yıkıcı mizahın ortak özelliği karşı tarafı güldürmek için mizah yapıyor olmasıdır. İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi öğrencilerinin bankacılık, işletmecilik gibi alanlarda çalışmaya hazırlanması, kişiler arası iyi ilişki kurmayı ve daha fazla konuşmayı gerektireceğinden bu mizah tarzlarını daha fazla kullanmakta olabilirler.

Fakülte değişkeni ile ölüm kaygısı ilişkisine bakıldığında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Fakülte değişkeni ile psikolojik belirtiler arasında da anlamlı bir

ilişki bulunamamıştır. Fakülte türüne göre ölüm kaygısı ve psikolojik belirtilerin farklılık göstermediği söylenebilir.

5.8 SINIF DÜZEYİ DEĞİŞKENİ İLE MİZAH TARZLARI, ÖLÜM KAYGISI VE PSİKOLOJİK BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Sınıf düzeyi ile mizah tarzları ilişkisi incelendiğinde, mizah tarzları alt ölçeklerinden sadece kendini yıkıcı mizah tarzı ile anlamlı ilişki bulunmuştur. Kendini yıkıcı mizah tarzının en yüksek görüldüğü sınıf 2. sınıftır. Erözkan(2009), üniversite öğrencilerinin kişiler arası ilişkileri ve mizah tarzlarını belirlemek üzere yaptığı çalışmasında, mizah tarzlarından alınan puanlar açısından sınıf düzeyleri arasında istatistiksel olarak fark bulunamamıştır. Bu bulgu diğer araştırma sonucuyla çelişmektedir.

Sınıf düzeyi değişkeni ile ölüm kaygısı ilişkisine baktığımızda; en yüksek düzeyde ölüm kaygısının 5. sınıf öğrencilerinde olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalarda yaşa göre ölüm kaygısında bir değişme görülmediğinden son sınıfta görülen ölüm kaygısının anlamlı oluşu, mezuniyetle birlikte bireylerin, yeni hayatlarında ne olacağının belirsizliği, mezun olabilmek için verilmesi gereken derslerin ve işe yerleştirme sınavlarının stresi ile ölüm kaygısı düzeyinde artış söz konusu olabilir. Ayrıca bu yıllarda soyut ve düşünülmeden kaçınılan konulara daha fazla ilgi gösterilebilir.

Sınıf düzeyi değişkeni ile psikolojik belirtilerin ilişkisine baktığımızda; paranoid düşünce ile psikotizmin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır.. Paronoid düşünce belirtilerini en yüksek düzeyde gösterenler 2. sınıf öğrencileridir. Psikotizm belirtileri en yüksek düzeyde 5. Sınıf öğrencilerinde görülmektedir. Yapılan diğer araştırmalarda sınıf düzeyine göre psikolojik belirtilere dair bir bulguya rastlanmamıştır.

5.9 BARINMA ŞEKLİ DEĞİŞKENİ İLE MİZAH TARZLARI, ÖLÜM KAYGISI VE PSİKOLOJİK BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Mizah tarzları alt boyutlarından sadece saldırgan mizah tarzında devlet yurdunda kalanlarda manidar fark bulunmuştur. Bunun sebebinin de devlet yurtlarında daha fazla kişi ile bir arada kalınıp, imkanların daha kısıtlı olmasının, daha fazla olumsuz yaşantı oluşturabileceği bunda saldırgan mizahın ağırlıklı olarak kullanılabilceğini düşündürmektedir.

Barınma şekli ile ölüm kaygısı ilişkisine bakıldığında; anlamlı olarak evde ailesiyle kalanlarda ölüm kaygısının daha yüksek düzeyde yaşandığı belirlenmiştir. Üniversite yıllarında evde ailesiyle kalan öğrencilerin, yakın çevre ya da akraba ölümlerine daha fazla tanık olmalarının, ölüm kaygısı düzeyini arttırdığı düşünülebilir.

Barınma şekli ve psikolojik belirtiler ilişkisinin anlamlı olduğu alanlar, somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlılık, depresyon, anksiyete, fobik anksiyete belirtilerine en çok özel yurtda kalanlarda, paronoid düşünce belirtilerine ise en çok devlet yurtda kalanlarda rastlanmıştır. Paronoid düşünce belirtilerine en yüksek düzeyde devlet yurtda kalanlarda rastlanma sebebinin tanımadığı ya da istemediği birçok kişiyle ortak yaşamının oluşturduğu güvensizlik ve tedirginliğin sebep olabileceği düşünülebilir.

5.10 YERLEŞİM BİRİMİ DEĞİŞKENİ İLE MİZAH TARZLARI, ÖLÜM KAYGISI VE PSİKOLOJİK BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Yerleşim birimi ve mizah tarzları arasındaki ilişkilere bakıldığında, mizah tarzlarının alt boyutlarından katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah ile yerleşim birimi arasında anlamlı sonuçlar bulunmuştur. Katılımcı mizah tarzının ilde yaşayanlar açısından manidar olduğu ve kendini geliştirici mizah tarzının ilçede yaşayanlar açısından manidar olduğu bulunmuştur.

Kahraman (2008), mizah puanları açısından, yerleşim yeri grupları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte en yüksek mizah puanının ilde yaşayan grupta, en düşük mizah puanının ise köyde yaşayan grupta olduğu bulunmuştur. Führ (2002), köy okulları ve şehir merkezindeki 12-16 yaş ergenlerin mizah kullanımı, yapısı ve fonksiyonlarını incelediği araştırmasında köydeki ergenlerin mizah yapısı ve fonksiyonunda hızlı bir değişim gözlemlemiştir.

Katılımcı mizah tarzının il merkezlerinde yaşayan bireylerde daha fazla görülmektedir. Katılımcı mizah tarzını, dışadönük, kişiler arası ilişkileri güçlendirmek adına mizah yapan, başkalarını eğlendirmek için eğlence ortamlarında daha fazla bulunan özelliklere sahip bireyler oluşturmaktadır. İl merkezlerinde, bu bireylerin daha fazla uyarıcı ile karşılaşmaları ve sosyal imkanlarının çokluğu bu mizah tarzının ilde yaşayanlarda görülmesine sebep olabilir.

Kendini geliştirici mizahın ilçede yaşayanlarda daha yüksek düzeyde bulunması, bu mizah tarzının katılımcı mizaha göre daha dışadönüklükten uzak, kendine yönelik bir

mizah anlayışı olmasındandır. Yani kendini geliştirici mizah tarzına sahip ve ilçede yaşayan bireylerin mizahı kişisel olarak anlamasının yeterli oluşu ve başkalarıyla paylaşmasının zorunlu olmayışı ilçedeki imkânların bu mizah tarzının gelişimi için yeterli olduğu söylenebilir.

İstatistiksel açıdan anlamlı olmamakla birlikte, saldırgan mizah tarzı ilde yaşayanlarda daha fazla görülmektedir. Başkalarını inciterek düşmanca bir anlayışa dayanan bu mizah tarzının ilde yaşayanlarda daha fazla görülmesi, ilde yaşayan bireylerin daha fazla olumsuz uyarıcı ve yaşantıya maruz kalması ve tepki olarak bu mizah tarzını benimsemesi ile açıklanabilir.

Kendini yıkıcı mizah tarzı ise köy ve kasabada yaşayanlarda daha fazla görülmektedir. Kendini yıkıcı mizah tarzı, başkalarını güldürmek ve ilişkilerini güçlendirmek için, kendini mizahi bir yolla kötüleme, gruba katılma ve kabul edilmek için başkalarının maskarası olmayı içermektedir. Bu mizah tarzının kullanılmasındaki sebeplerin, alta yatan negatif duyguları saklamak, düşük benlik saygısı ve problemle yüzleşmekten kaçınmak olduğu belirtilmiştir. Köyde yaşayan bireylerin imkânlarının kısıtlılığı, yetişme tarzı ve sosyal ortamın kültürel yapısı, kendini yıkıcı mizah tarzının en çok köy ve kasabada kullanılması sebep olabilir.

Yerleşim birimine göre psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı düzeyinde bir farklılık bulunmamıştır. Bireylerin yaşadıkları yere göre psikolojik belirtilerinin ve ölüm kaygısının değişmediği söylenebilir.

Demografik değişkenlerin, kişilerin mizah tarzına, ölüm kaygısına ve psikolojik belirtilerine etki edebileceği düşüncesi ile kişisel bilgi formu aracılığı ile edinilen bilgilerin anlamlı olup olmadığı sınınmıştır. Daha önce yapılan araştırmalarda kişisel bilgilerden çoğunluklu olarak yaş ve cinsiyet değişkeni ele alınmıştır. Bu araştırmada bir çok demografik değişken ile ilişkiler incelenmiş, yaşa, cinsiyete, fakülteye, sınıf düzeyine, yerleşim birimine ve barınma şekline göre mizah tarzları, psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkiler incelenmiş, anlamlı sonuçlar bulunmuş, sebeplerinin neler olabileceği araştırma çerçevesinde yorumlanmıştır.

VI. BÖLÜM

SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmada elde edilen bulgular genel olarak değerlendirilmiş, bu değerlendirmeler sonucunda uygulamaya yönelik ve ileride yapılacak araştırmalara yönelik öneriler sunulmuştur.

6.1 SONUÇLAR

Bu çalışmada mizah tarzları ile psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkiler incelenmiş ve mizah tarzlarının psikolojik belirtiler ile ilişkili olduğu ancak mizah tarzlarının ölüm kaygısı ile ilişkili olmadığı görülmüştür. Yapılan analizler sonucu psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı arasında da anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Bu amaçla gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen korelasyon değerleri incelendiğinde mizah tarzlarından katılımcı mizah ile somatizasyon, kişiler arası duyarlık, depresyon, anksiyete, fobik anksiyete, paronoid düşünce ve psikotizm arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu, kendini geliştirici mizah ile kişiler arası duyarlık, depresyon, anksiyete, fobik anksiyete, paronoid düşünce ve psikotizm arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna varılmıştır. Saldırgan mizah ile somatizasyon, depresyon, anksiyete, öfke ve düşmanlık, fobik anksiyete, paronoid düşünce ve psikotizm arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu, Kendini yıkıcı mizah ile somatizasyon, obsesif kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlık, depresyon, anksiyete, öfke ve düşmanlık, fobik anksiyete, paronoid düşünce ve psikotizm arasında yani tüm psikolojik belirtiler arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna varılmıştır.

Bulgular incelendiğinde, bireylerin uyumlu mizah tarzları olan, katılımcı ve kendini geliştirici mizah tarzlarını kullanımlarının artması ile birlikte psikolojik belirtilere

sahip olma düzeyinin düştüğü, uyumsuz mizah tarzları olan, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzlarını kullanımlarının artması ile birlikte ise psikolojik belirtilere sahip olma düzeyinin arttığı görülmüştür. Elde edilen bulgular; mizahın hem olumlu hem de olumsuz özelliklere sahip çok boyutlu bir kavram olduğunu öne süren kuramsal yaklaşımı (Martin ve ark., 2003) desteklemektedir. Bu sonuçlar, mizah tarzı tespit edilen bireylerin, psikolojik belirtilere ne düzeyde sahip olabileceğinin anlaşılmasına katkı sağlayabileceği gibi psikolojik destek alan bireylerin olumsuz mizah yaklaşımlarını düzenleyerek, kişiler arası ilişkileri güçlendirilebilir. Böylelikle psikolojik belirtilerinin azalmasına yardımcı olunabilir.

Psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkileri incelemek üzere yapılan analizlerde, psikolojik belirtilerden dördü olan, obsesif-kompulsif bozukluk, anksiyete, fobik anksiyete, paronoid düşünce ile ölüm kaygısı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu psikolojik belirtilere sahip bireylerin ölüm kaygısı düzeyinin düşük olduğu görülmektedir. Bu sonuca göre psikolojik belirtilere sahip olan bireylerde yüksek olabileceği düşünülen ölüm kaygısı desteklenmemiştir. Psikolojik olarak sağlıklı olmayan insanların ölüm kaygısı düşük olduğu gibi, toplum olarak ta dini inançlar gereği ölüm kaygısı yüksek düzeyde yaşanmamaktadır.

Çeşitli demografik değişkenlerin, mizah tarzları, ölüm kaygısı ve psikolojik belirtiler ile ilişkileri incelenmiştir. Yapılan analizler sonucu elde edilen sonuçlara baktığımızda;

- Sağlıklı mizah türlerinin bayan öğrencilerde daha yüksek düzeyde, sağlıksız mizah türlerinin ise erkek öğrencilerde daha yüksek ortalamaya sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Ortalamaların eşitliği için yapılan t-testinde ise saldırgan mizah düzeyinde erkekler açısından manidar olduğu bulunmuştur. Bu sonuç, toplumumuzda erkeklerin saldırgan davranışlarının kabul edilebilir oluşu ile erkeklerin mizah tarzlarında da saldırgan öğeler barındırdığını göstererek alana katkıda bulunmuştur.
- Somatizasyon, obsesif kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlılık ve depresyon ile cinsiyet arasındaki fark anlamlı bulunmuş, kadınlarda bu belirtilere daha çok rastlandığı tespit edilmiştir. Erkekler açısından anlamlı psikolojik belirti boyutu bulunamamıştır.

- Mizah tarzlarının alt ölçeklerinden ikisi, kendini geliştirici mizah ve kendini yıkıcı mizahın en yüksek düzeyde ve anlamlı olarak, 17-20 yaşları arasında görüldüğü saptanmıştır. Bu iki mizah tarzının ortak noktasının diğerlerini güldürmek ve karşı tarafı düşünerek, kırıcı olmayan bir dille hareket edilmesi, bu yaşlarda arkadaşlık ilişkilerine daha fazla önem veriliyor olduğunu göstermektedir. Kendini yıkıcı tarzda mizah anlayışının en çok 17-20 yaş aralığında görülmesi, kendini düşünmeksizin bir gruba ait olmak amacıyla uyumsuz mizaha başvuran gençlerin benlik saygısının düşük olabileceği ve bu konuda yardımcı olunabileceğini göstermektedir.
- Obsesif-kompulsif bozukluk, kişilerarası duyarlık, depresyon, paronoid düşünce ve psikotizm 17-20 yaşlar arasında anlamlı düzeyde en yüksek değerleri almışlardır. Bu yaşlardaki duyguların daha yoğun yaşanılması ve karşı cinsle ilişkiler, meslek, düzenli gelir gibi konularda henüz netliklerin olmaması, bu yaşlarda bir çok konuda toplumumuzda anne babaya bağlı kalınıyor olması gençlerin psikolojik sorunlarını arttırmış olabilir. Bu sonuca göre bireylere psikolojik yardımda bulunurken bu yaşta psikolojik sorunların daha fazla olabileceği bilgisi danışmana katkı sağlayabilir.
- Mizah tarzları alt ölçeklerinden, kendini geliştirici mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzlarının her ikisinin de anlamlı olarak İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi öğrencilerinde anlamlı olarak daha yüksek düzeyde görüldüğü sonucuna varılmıştır. Kendini yıkıcı mizah tarzının en yüksek görüldüğü sınıf 2. Sınıf ve en yüksek düzeyde ölüm kaygısını 5. Sınıf öğrencileri yaşamaktadır. Paronoid düşünce belirtileri, en yüksek düzeyde 2. sınıf öğrencilerinde, psikotizm belirtileri en yüksek düzeyde 5. Sınıf öğrencilerinde görülmektedir.
- Saldırgan mizah tarzında devlet yurdunda kalanlarda daha yüksek düzeyde görülmektedir. Evde ailesiyle kalanlarda ölüm kaygısının daha yüksek düzeyde yaşandığı belirlenmiştir. Somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişiler arası duyarlık, depresyon, anksiyete, fobik anksiyete belirtilerine en çok özel yurttaki kalanlarda, paronoid düşünce belirtilerine ise en çok devlet yurdunda kalanlarda rastlanmıştır. Barınma biçiminin mizah tarzı, ölüm kaygısı ve psikolojik belirtiler açısından önemli bir değişken olduğu görülmüş, öğrencilerin barınmaya yönelik sıkıntılarının giderilerek bu

alanlarda yaşadığı problemlerin azaltılması gerekliliğini ön plana çıkararak katkıda bulunmuştur.

- Katılımcı mizah tarzının ilde yaşayanlar açısından manidar olduğu ve kendini geliştirici mizah tarzının ilçede yaşayanlar açısından manidar olduğu bulunmuştur. Yerleşim biriminin mizah tarzına etkide bulunduğunu belirten bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu alanda çalışacak ve ilgilenen kişiler için bu sonuç yol gösterici olabilir.

Sonuçlar; mizah olumlu ve olumsuz boyutlar kapsamakta ve uyumlu mizah tarzlarına sahip bireylerin psikolojik belirtilerinin düşük olduğu, uyumsuz mizah tarzlarına sahip bireylerin ise psikolojik belirtilerinin yüksek olduğu hipotezini desteklemiştir. Mizah kullanımının, psikolojik yapımızla doğrudan ilişkili olduğu bulunmuştur. Mizahın alt problemler olan cinsiyet, yaş, fakülte, barınma şekli, yerleşim birimi ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Psikolojik belirtilerin cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi ve barınma şekli ile ilişkili olduğu belirlenmiştir. Son olarak ölüm kaygısının ise sınıf düzeyi ve barınma şekli ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

6.2 ÖNERİLER

Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar ile gelecekte hem uygulamaya yönelik hem de ileriki araştırmalara yönelik öneriler geliştirilmiştir.

6.2.1 Uygulamaya Yönelik Öneriler

Psikolojik belirtilere sahip bireylerin, bireysel ve grupla danışmalar aracılığıyla öncelikle mizah tarzlarının belirlenmesi, sağlıksız mizah tarzlarının düzenlenerek sağlıklı mizah tarzları oluşturulmalıdır. Böylelikle psikolojik belirtilerde azalma olup olmadığı gözlemlenebilir.

Uyumlu ve uyumsuz mizah tarzları, mizahi bakış açısının değiştirilmesi konularında öncelikle psikolojik destek veren tüm uzmanların farkındalıklarının artırılması, eğitim programları düzenlenmesi gerekmektedir.

Eğitim kurumlarında, rehberlik planlarına, uyumlu mizah tarzlarını arttırıcı etkinlikler (tiyatrolar, geziler, kulüpler, dergiler vb.) eklenerek, mizah tarzlarını geliştiren programlar oluşturulmalıdır. Böylelikle küçük yaştan itibaren uyumlu mizah tarzlarına sahip bireyler yetiştirilmesi sağlanabilir.

6.2.2 İleride Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler

Psikolojik belirtileri yüksek olan bireylerin, uyumlu mizah tarzları kazanımları ile psikolojik belirtilerinde azalma olup olmadığı araştırılabilir.

Mizah tarzını somut olarak geliştirici etkinliklerin neler olduğu araştırılabilir.

Mizah Tarzları Ölçeği'nin farklı yaşlarda ve farklı eğitim seviyelerindeki bireyler örneklem olarak seçilebilir, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılabilir.

Mizahın psikolojik danışmada kullanımı hakkında geniş kapsamlı bir araştırma bulunmamaktadır. Bu konuda araştırmalar yapılarak psikolojik danışma oturumlarında mizahın etkinliği araştırılabilir.

Kaynakça

- Akça, F., Köse, A. (2008). Ölüm Kaygısı Ölçeğinin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 11:7-16.
- Amerikan Psikiyatri Birliği: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı* 4.Baskı, Yeniden Gözden Geçirilmiş Tam Metin (DSM-IV-TR), Amerikan Psikiyatri Birliği, Washinton Dc, 2000, Köroğlu E.(Çeviri Ed.), Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2007.
- Aslan H. (2006). *Ortaöğretim Kurumlarında Görev Yapan Öğretmenlerin Öğrenilmiş Güçlülük Düzeyleri ve Cinsiyetlerine Göre Mizah Tarzlarının İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Barth, R. S. (1990). A Personal Vision Of A Good School, *Phi Delta Kappan*, 71, 512–516.
- Başa, E. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Problem Çözme Becerileri İle Psikolojik Belirtileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Benk, A. (2006). *Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçi Kişilik Özelliğinin Psikolojik Belirtilerle İlişkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bergson, H. (2006). *Gülme.* (Çev. Y. Avunç). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Boyce, P., Mason, C. (1996). An Overview Of Depression-Prone Personality Traits And The Role Of Interpersonal Sensitivity. *Australian And New Zealand Journal Of Psychiatry*, 30, 90-103.
- Boysan, A. (1990). *Oldu Mu Ya! Mizah Söyleşileri* (3. Baskı). İstanbul: Bilgi Yayınevi.
- Boysan, M. (2005). *Üniversite Öğrencilerinde Disosiyatif Yaşantılar, Travma ve Ölüm Anksiyetesi: Yüzüncü Yıl Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Van.
- Bressler, E. (2005). Cinslerin Mizah Anlayışı, *Bilim ve Teknik Dergisi*, Mart, S:10.

- Cansever, A.(t.y). Anksiyetenin Klinik Belirtileri
[Http://Adnancansever.Com/?&Bid=724699&/Anksiyete-Kavram%C4%B1-Adresinden](http://Adnancansever.Com/?&Bid=724699&/Anksiyete-Kavram%C4%B1-Adresinden) 9 Eylül 2011 tarihinde erişilmiştir.
- Corey, G.(2005). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. (Editör. A. Sağlam). 7. Baskı, Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Çavaş A. (2004) Obsesif Kompulsif Bozukluk. Editör: Verimli A. *Affektif Spektrum Bozuklukları*. İstanbul:Nobel Tıp Kitapevi.
- Çileli M. (2006). Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm, B. Onur (Editör), *Gelişim Psikolojisi* İçinde, 7.Baskı, Ankara: İmge Kitabevi.
- Dağ, İ. (1991). Belirti Tarama Listesi (Scl-90-R)'nin Üniversite Öğrencileri İçin Güvenirliği ve Geçerliliği, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2:5-11.
- Deniz, E., S. Avşaroğlu, E. Hamarta (2004), *Psikolojik Danışma Servisine Başvuran Üniversiteli Öğrencilerinin Psikolojik Belirtileri Düzeyleri*, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Dixon, N. F. (1980). Humor: A Cognitive Alternative To Stress, *Anxiety And Stress*, Vol. 7, Derl.: C. D. Spielberger Ve I. G. Sarason, (Washington, Dc: Hemisphere), S. 281-289.
- Doğan, İ.(2004). *Sosyoloji Kavramlar ve Sorunlar*, 6.Baskı, Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Erdoğan, Y. Ve Özkan, M. (2007). Farklı Dini İnanışlardaki Bireylerin Ölüm Kaygıları İle Ruhsal Belirtiler ve Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler, *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*,14(3), 171-179.
- Eroğlu, M. (2003). *Utangaçlık Düzeyleri Farklı Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Durumluk Mizah Tepki Düzeylerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Erözkan, A.(2009). Üniversite Öğrencilerinin Kişiler Arası İlişki Tarzları Ve Mizah Tarzları, *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26:56-66.

- Eşigül, E. (2002). *Cumhuriyet Dönemi Mizahı Üzerinde Değerlendirmeli Bir Bibliyografya Çalışması*, Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Fidanoğlu, O. (2006). *Evlilik Uyumu, Mizah Tarzı Ve Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki*, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Fortner, B., Neimeyer, R. A. (1999). Death Anxiety In Older Adults: A Quantitative Review, *Death Studies*, 22(5): 387-411.
- Frankl, V.(2010). *İnsanın Anlam Arayışı*. 5.Baskı. (Çev., Selçuk Budak). İstanbul: Okyanus Yayınları.
- Führ, M. (2002). Coping Humor In Early Adolescence, *Humor: International Journal Of Humor Research*, 57(3):283-304.
- Geçtan, E. (2005). *Psikanaliz Ve Sonrası*, İstanbul: Metis Yayınları.
- Galloway, G. Ve Cropley, A. (1999), Benefits Of Humor For Mental Health: Empirical Findings And Directions For Further Research , *Humor: International Journal Of Humor*, 12 (3):301-314.
- Handler, E.(2008). *Ölümü Ertelemek Mümkün Mü?*, Editör: Zeynep Özkan, İstanbul: Akis Yayıncılık.
- İlhan, T. (2005). *Öznel İyi Oluşa Dayalı Mizah Tarzları Modeli*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İnam, A. (1999). Olabileceğini Olmada Ölümün Yeri, *Düşünen Siyaset*, Ankara: Esin Sanat Felsefe Yayıncılık, 4:17-23.
- İnci, F. ve Öz, F.(2009). Ölüm Eğitiminin Hemşirelerin Ölüm Kaygısı, Ölüm İlişkin Depresyon Ve Ölümcül Hastaya Tutumlarına Etkisi, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10:253-260.
- Kahraman, F. (2008). *Ergenlerde Arkadaşlık İlişkisi İle Mizah Duygusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Entitüsü, Ankara.
- Kahraman, H.(2009). *Yatılı İlköğretim Bölge Okulu (Yibo) ve Normal Okullara Devam Eden Ergenlerde Mizah Duygusu İle Benlik Algısı Arasındaki*

İlişkini İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

- Kierkegaard, S. (2005). *Kahkaha Benden Yana*, 2. Basım İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Kubie, L.S. (1971). The Destructive Potential Of Humor İn Psychotherapy, *The American Journal Of Psychiatry*, 127, 37-42.
- Kuiper, N.A., Grimshaw, M., Leite, C. and Kirsh, G. (2004), “Humor İs Not Always The Best Medicine: Specific Components Of Sense Of Humor And Psychological Well-Being”, *Humor: International Journal Of Humor Research*, 17(1-2): 135-168.
- Kuiper, N.A., Olinger, L.J. (1998). Humor And Mental Health, (Ed: H.S. Firedman) *Encyclopedia Of Mental Health*. San Diego, Ca:Academic Press.
- Kuiper, N. A., Martin R. A., Olinger, L. J. (1993). Coping Humor, Stress And Cognitive Appraisals, *Canadian Journal Of Behavioural Science*, 25:81-96.
- Lefcourt, H. M., Davidson, K., Kueneman, K. (1990). Humor And Immune-System Functioning. *Humor: International Journal Of Humor Research*, 3: 305-321.
- Martin, R. A. (2004). Sense Of Humor And Physical Health: Theoretical İssue, Recent Finding And Future Directions. *Humor: International Journal Of Humor Research*, 17(1/ 2), 1-19.
- Martin, R. A. (2000). *Humor*. (Ed. Alan A.), Encyclopedia Of Psychology, Vol. 4. Washington, Dc: American Psychological Association, 202–204.
- Martin R. A. (1998), Approaches To The Sense Of Humor: A Historical View, (Ed: W. Ruch) *The Sense Of Humor*, New York: Mouton De Gruyter.
- Martin, R. A., Lefcourt, H.M. (1983). Sense Of Humor As A Moderator Of The Relation Between Stressors And Moods. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 45: 1313-1324.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P. Larsen, G., Gray, J. and Weir, K. (2003). Individual Differences Of Uses Of Humor And Their Relation To Psychological Well-Being: Development Of The Humor Styles Questionnaire, *Journal Of Research İn Personality*. 37 (1), 48–75.

- May, R. (1977), *The Mainig Of Anxiety*, Edited 2. Edition, Newyork: W.W.Norton.
- Nezlek, J. B., Derks, P. (2001), Use Of Humor As A Coping Mechanism, Psychological Adjustment And Social Interaction, *Humor: International Journal Of Humor*, 14 (4), 395-413.
- Nezu, A. M., Nezu, C. M., Blissett, S. E. (1988), Sense Of Humor As A Moderator Of The Relation Between Stressful Events And Psychological Distress: A Prospective Analysis, *Journal Of Personality And Social Psychology*, 54(3): 520-525.
- Oruç, Ş. (2006). *Sosyal Bilgiler Öğretiminde Mizah*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Oxford Türkiye (2010), *İngilizce-Türkçe Sözlük*, Oxford University Press, Uk.
- Öner. N. (1997). *Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler*, İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Özenç, S. (1998). *Algılanan Anne-Baba Tutumlarının Durumluk Mizah Tepki Düzeyine Etkisi*. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Özmansur, E.N. (2010). Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Cerrahi Tedavisi, *Cerrahpaşa Öğrenci Bilimsel Dergisi*, Cilt:3, Sayı:4.
- Porterfield, A. L. (1987). Does Sense Of Humor Moderate The Impact Of Life Stress On Psychological And Physical Well-Being?, *Journal Of Research In Personality*, 21, 306-317.
- Puhlik-Dorris P. Martin, R.A. (1999). A New Measure Of Humor: Distinguishing Adjusted From Maladjusted Humor. Sense Of Humor: Further Explorations Of A Personality Characteristic, Ruch W (Chair). Symposium Conducted At The 11th International Society For Humor Studies Conference, Oakland, Ca.
- Rein, R. P., Rein, R. (2005). *Çocuğunuzun Beceri Ve Yeteneklerini Nasıl Geliştirebilirsiniz?* İstanbul: Özgür Yayınları.
- Ruffie, J. (1999). *Cinsellik ve Ölüm*. (Çev. Nermin Acar), İstanbul:Sarmal Yayınevi.

- Sarı, T., ve Aslan. H. (2005). Mizah Tarzları İle Başaçıkma Stratejileri Arasındaki İlişki (Özet Kitabı). *Viii. Ulusal Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Kongresi* İstanbul: Marmara Üniversitesi, s:105–106.
- Soyaldın, S. Z. (2007). *Orta Öğretim Öğrencilerinin Öfke İfade Tarzları İle Mizah Tarzları Arasındaki İlişkin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, , Mersin.
- Sungur, M. (1997). Fobik Bozukluklar, *Psikiyatri Dünyası*, 1:5-11
- Swedo S., Snider L. (2004). Neurobiology And Treatment Of Obsessive Compulsive Disorder. In: Carney Ds, Nestler Ej (Ed): *Neurobiology Of Mental İlness*. Oxford University Press, New York.
- Şenol, C. (1989). *Ankara İlinde Kurumlarda Yasayan Yaşlılarda Ölüm İlişkin Kaygı Ve Korkular*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tanhan, F.(2007). *Ölüm Kaygısıyla Baş Etme Eğitiminin Ölüm Kaygısı ve Psikolojik İyi Olma Düzeyine Etkisi*, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tanhan, F. ve F. Arı(2006). Üniversite Öğrencilerinin Ölüm Verdikleri Anlam ve Öğrenim Gördükleri Program Açısından Ölüm Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi, *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12:34-43.
- Taranavska, D.(2010). *Farklı Kültürlerde Sözlü Mizah: Türkiye’de Yaşayan Türk, İngiliz Ve Rus Gençleri Üzerine Bir Araştırma*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tdk (2005). *Türkçe Sözlük*, Türk Dil Kurumu Yayınları, Ankara.
- Templer D. I, Ruff C. F. (1971). Death Anxiety Scale Means, Standart Deviation And Embedding. *Psychol Rep*, 29:173-174.
- Top Ü., A. Saraç, G. Yaşar. (2010). Huzurevinde Yaşayan Bireylerde Depresyon Düzeyi, Ölüm Kaygısı Ve Günlük Yaşam İşlevlerinin Belirlenmesi, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 13:14-22.
- Toraman, S.(2009). *Bilim Sanat Merkezlerine Devam Eden Ve Etmeyen İlköğretim 12 Yaş Çocuklarının Saldırganlık, Atılganlık, Çekingenlik Ve Mizah*

Özelliklerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Tümkiye, S.(2006). Öğretim Elemanlarının Mizah Tarzları Ve Mizahı Yordayıcı Değişkenler, *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(23):200-208.

Tümkiye, S., E. Hamarta, M.E. Deniz, M Çelik, ve B. Aybek. (2008). Duygusal Zeka Mizah Tarzı Ve Yaşam Doyumu: Üniversite Öğretim Elemanları Üzerine Bir Araştırma. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), S:1-18.

URL1, Depresyon Belirtileri, [Http://Ub-Counseling.Buffalo.Edu/Depress.Shtml](http://Ub-Counseling.Buffalo.Edu/Depress.Shtml) Adresinden 8 Eylül 2011 tarihinde erişilmiştir.

Yalom, İ. D. (2009). *Ölüm Korkusunu Yenmek*. (Çev. Z. Babayiğit). 1.Baskı. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

Yalom, İ.D. (2008). *Güneşe Bakmak, Ölümle Yüzleşmek*, (Çev. Z. Babayiğit). 1.Baskı. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

Yalom, İ.D. (2002). *Bağımlanan Terapi*. (Çev. Z. Babayiğit). 2.Baskı, İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

Yalom, İ.D. (2000). *Varoluşçu Psikoterapi*.(Çev. Z. Babayiğit). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

Yerlikaya, E. E. (2009). *Üniversite Öğrencilerinin Mizah Tarzları İle Algılanan Stres, Kaygı ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Yerlikaya E. E. (2003). *Mizah Tarzları Ölçeği (Humor Styles Questionnaire) Uyarlama Çalışması*, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Yerlikaya N. (2007). *Lise Öğrencilerinin Mizah Tarzları İle Stresle Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Yurdakul, S.(1999). *Ruhsal Hastalıklar ve Baş Etme Yolları*, Ankara.

Yücebaş, Hilmi (2004). *Hiciv Ve Mizah Edebiyatı Antolojisi*, İstanbul: Leyla İle Mecnun Yayıncılık.

EKLER

EK A: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Cinsiyet: bay () bayan ()

Yaş:

Bölüm:

Sınıf düzeyi:

Barınma Şekli: aile ile () devlet yurdu () özel yurt () evde yalnız () evde arkadaşları ile ()

Yerleşim birimi: köy-kasaba () ilçe () il () büyükşehir ()

EK B: ÖLÜM KAYGISI ÖLÇEĞİ (ÖKÖ)

Aşağıdaki ifadelerden biri size uygun düşüyorsa veya büyük ölçüde uygunsa “D” harfini yuvarlak içine alınız. Eğer uymuyorsa veya büyük ölçüde size uygun olmayan bir ifade ise “Y” harfini yuvarlak içine alınız.

- 1.Ölmekten çok korkuyorum. D Y
- 2.Ölüm düşüncesi nadiren aklıma gelir. D Y
- 3.Birileri ölüm ile ilgili konuşmalar yaparken tedirgin olmam. D Y
- 4.Ameliyat olmak zorunda kalmak düşüncesi beni korkutur. D Y
- 5.Ölmekten pek de korkmam. D Y
- 6.Kanser hastalığına yakalanmak konusunda özel bir korkum yoktur. D Y
- 7.Ölüm düşüncesi beni hiç rahatsız etmez. D Y
- 8.Zamanın büyük bir hızla uçup gidiyor olması beni sık sık huzursuz eder. D Y
- 9.Acı çekerek ölmekten korkuyorum. D Y
- 10.Ölümden sonra hayat konusu benim için ciddi bir problem oluşturmaktadır. D Y
11. Kalp krizi geçirmekten gerçekten korkuyorum. D Y
- 12.Sık sık hayatın gerçekten ne kadar kısa olduğunu düşünürüm.D Y
- 13.Birilerinin Üçüncü Dünya Savaş hakkında konuştuklarını duyarsam ürperirim.D Y
- 14.Ölü bir insan vücudu görmek bana korku verir. D Y
- 15.Gelecekte korkmamı gerektirecek hiçbir şey olmadığını hissediyorum. D Y

EK C: MİZAH TARZLARI ÖLÇEĞİ (MTÖ)

İnsanlar mizahı çok farklı biçimlerde yaşar ve dışa vururlar. Aşağıda mizahın yaşanabileceği farklı biçimleri ifade eden cümleler yer almaktadır. Lütfen her bir cümleyi dikkatle okuyarak o ifadeye ne ölçüde katıldığınızı ya da katılmadığınızı belirtin. Lütfen mümkün olduğunca dürüst ve tarafsız olarak yanıtlamaya çalışın. Yanıtlarınız için aşağıdaki değerlendirme ölçeğini temel alın:

	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamıyla katılıyorum
1. Genellikle çok fazla gülmem ya da başkalarıyla şakalaşmam.							
2. Moralim bozuk olduğunda genellikle kendimi mizahla neşelendirebilirim.							
3. Birisi hata yaptığında çoğunlukla onunla bu konuda dalga geçerim.							
4. İnsanların benimle dalga geçmelerine ya da bana gülmelerine gereğinden fazla izin veriyorum.							
5. İnsanları güldürmek için çok fazla uğraşmam gerekmez - doğuştan esprili bir insan gibiyimdir.							
6. Tek başıma bile olsam çoğunlukla yaşamın gariplikleriyle eğlenirim.							
7. İnsanlar asla benim mizah anlayışım yüzünden gücenmez ya da incinmezler.							
8. Kendimi yermem ailemi ya da arkadaşlarımı güldürüyorsa eğer, çoğunlukla bu işi kendimden geçerek yaparım.							
9. Başımdan geçen komik şeyleri anlatarak insanları pek güldürmem.							
10. Üzgün ya da mutsuzsam, kendimi daha iyi hissetmek için genellikle o durumla ilgili gülünç bir şeyler düşünmeye çalışırım.							
11. Espri yaparken ya da komik bir şey söylerken genellikle karşımdakilerin bunu nasıl kaldıracağını pek önemsemem.							
12. Çoğunlukla kendi güçsüzlüklerim, gaflarım ya da hatalarımla ilgili gülünç şeylerden söz ederek, insanların beni daha çok sevmesini ya da kabul etmesini sağlamaya çalışırım.							
13. Yakın arkadaşlarımla çok sık şakalaşır ve gülerim.							
14. Yaşama karşı takındığım mizahi bakış açısı, benim olaylar karşısında aşırı derecede üzülmemi ya da kederlenmemi önler.							

	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamıyla katılıyorum
15. İnsanların, mizahı başkalarını eleştirmek ya da aşağılamak için kullanmalarından hoşlanmam.							
16. Çoğunlukla kendi kendimi kötüleyen ya da alaya alan espriler yapmam.							
17. Genellikle fıkra anlatmaktan ve insanları eğlendirmekten hoşlanmam.							
18. Tek başıyysam ve mutsuzsam, kendimi neşelendirecek gülünç şeyler düşünmeye çalışırım.							
19. Bazen öyle komik şeyler gelir ki aklıma bunlar insanları incitebilecek, yakışık almaz şeyler olsa bile, kendimi tutamam söylerim.							
20. Espriler yaparken ya da komik olmaya çalışırken çoğunlukla kendimi gereğinden fazla eleştiririm.							
21. İnsanları güldürmekten hoşlanırım.							
22. Kederli ya da üzgünsem genellikle mizahi bakış açımı kaybederim.							
23. Bütün arkadaşlarım bunu yapıyor olsa bile, bir başkasıyla alay edip ona gülerlerken asla onlara eşlik etmem.							
24. Arkadaşlarımla ya da ailemle birlikteyken çoğunlukla hakkında espri yapılan ya da dalga geçilen kişi ben olurum.							
25. Arkadaşlarımla çok sık şakalaşmam.							
26. Tecrübelerime göre bir durumun eğlendirici yanlarını düşünmek, sorunlarla başa çıkmada çoğunlukla etkili bir yoldur.							
27. Birinden hoşlanmazsam çoğunlukla onu küçük düşürmek için hakkında espri yapar ya da alay ederim.							
28. Sorunlarım varsa ya da üzgünsem, çoğunlukla gerçek duygularımı, en yakın arkadaşlarım bile anlamasın diye, espriler yaparak gizlerim.							
29. Başkalarıyla birlikteyken genellikle aklıma söyleyecek esprili şeyler gelmez.							
30. Neşelenmek için başkalarıyla birlikte olmam gerekmez, genellikle tek başımayken bile gülecek şeyler bulabilirim.							
31. Bir şey bana gerçekten gülünç gelse bile, birini gücendirecekse eğer, buna gülmem ya da bununla ilgili espri yapmam.							
32. Başkalarının bana gülmesine izin vermek; benim, ailemi ve arkadaşlarımı neşelendirme tarzımdır.							

EK D: PSİKOLOJİK BELİRTİLER ÖLÇEĞİ (SCL-90)

Aşağıda “zaman zaman herkeste olabilecek” yakınma ve sorunların bir listesi vardır. Lütfen her birini dikkatlice okuyunuz. Sonra her bir durumun, **bugün de dahil** olmak üzere son on beş gün içinde sizi ne ölçüde **huzursuz ve tedirgin ettiğini** göz önünde alarak, cevap kağıdında belirtilen tanımlamalardan (*Hiç / çok az / Orta derecede / Oldukça fazla / İleri derecede*) uygun olanın (*yalnızca bir seçeneğin*) altındaki parantez arasına bir (X) işareti koyunuz. Düşüncelerinizi değiştirirseniz ilk yaptığınız işaretlemeyi silmeyi unutmayınız. Lütfen anlamadığınız bir cümle ile karşılaştığınızda uygulamacıya danışınız.

	Hiç	Çok Az	Orta Derece	Oldukça Fazla	İleri Derecede
1. Baş ağrısı	()	()	()	()	()
2. Sinirlilik ya da içinin titremesi	()	()	()	()	()
3. Zihinden atamadığınız, yineleyici, hoşça gitmeyen düşünceler	()	()	()	()	()
4. Baygınlık veya baş dönmesi	()	()	()	()	()
5. Cinsel arzu veya ilginin kaybı	()	()	()	()	()
6. Başkaları tarafından eleştirilme duygusu	()	()	()	()	()
7. Herhangi bir kimsenin düşüncelerimizi kontrol edebileceği fikri	()	()	()	()	()
8. Sorunlarımızdan pek çoğu için başkalarının suçlanması gerektiği duygusu	()	()	()	()	()
9. Olayları anımsamada güçlük	()	()	()	()	()
10. Dikkatsizlik ve sakarlıkla ilgili endişeler	()	()	()	()	()
11. Kolayca gücenme, rahatsız olma hissi	()	()	()	()	()
12. Göğüs veya kalp bölgesinde ağrılar	()	()	()	()	()
13. Caddelerde veya açık alanlarda korku hissi	()	()	()	()	()
14. Enerjinizde azalma veya yavaşlama hali	()	()	()	()	()
15. Yaşamınızın sonlanması düşünceleri	()	()	()	()	()
16. Başka kişilerin duymadıkları sesleri duyma	()	()	()	()	()
17. Titreme	()	()	()	()	()
18. Çoğu kişiye güvenilmemesi gerektiği hissi	()	()	()	()	()
19. İştah azalması	()	()	()	()	()
20. Kolayca ağlama	()	()	()	()	()
21. Karşı cinsten kişilerle utangaçlık ve rahatsızlık hissi	()	()	()	()	()
22. Tuzağa düşürülmüş veya yakalanmış olma hissi	()	()	()	()	()
23. Bir neden olmaksızın aniden korkuya kapılma	()	()	()	()	()
24. Kontrol edilemeyen öfke patlamaları	()	()	()	()	()
25. Evden dışarı yalnız çıkma korkusu	()	()	()	()	()
26. Olanlar için kendini suçlama	()	()	()	()	()
27. Belin alt kısmında ağrılar	()	()	()	()	()
28. İşlerin yapılmasında erteleme duygusu	()	()	()	()	()

	Hiç	Çok Az	Orta Derece	Oldukça Fazla	İleri Derecede
29. Yalnızlık hissi	()	()	()	()	()
30. Karamsarlık hissi	()	()	()	()	()
31. Her şey için çok fazla endişe duyma	()	()	()	()	()
32. Her şeye karşı ilgisizlik hali	()	()	()	()	()
33. Korku hissi	()	()	()	()	()
34. Duygularınızın kolayca incitilebilmesi hali	()	()	()	()	()
35. Diğer insanların sizin özel düşüncelerinizi bilmesi	()	()	()	()	()
36. Başkalarının sizi anlamadığı veya hissedemeyeceği duygusu	()	()	()	()	()
37. Başkalarının sizi sevmediği yada dostça olmayan davranışlar gösterdiği hissi	()	()	()	()	()
38. İşlerin doğru yapıldığından emin olabilmek için çok yavaş yapma	()	()	()	()	()
39. Kabin çok hızlı çarpması	()	()	()	()	()
40. Bulantı veya midede rahatsızlık hissi	()	()	()	()	()
41. Kendini başkalarından aşağı görme	()	()	()	()	()
42. Adale (kas) ağrıları	()	()	()	()	()
43. Başkalarının sizi gözlediği veya hakkınızda konuştuğu hissi	()	()	()	()	()
44. Uykuya dalmada güçlük	()	()	()	()	()
45. Yaptığınız işleri bir ya da birkaç kez kontrol etme	()	()	()	()	()
46. Karar vermede güçlük	()	()	()	()	()
47. Otobüs, tren, metro gibi araçlarla yolculuk etme korkusu	()	()	()	()	()
48. Nefes almada güçlük	()	()	()	()	()
49. Soğuk veya sıcak basması	()	()	()	()	()
50. Sizi korkutan belirli uğraş, yer ve nesnelere kaçınma durumu	()	()	()	()	()
51. Hiçbir şey düşünememe hali	()	()	()	()	()
52. Bedeninizin bazı kısımlarında uyuşma, karıncalanma olması	()	()	()	()	()
53. Boğazınıza bir yumru tıkanmış olma hissi	()	()	()	()	()
54. Gelecek konusunda ümitsizlik	()	()	()	()	()
55. Düşüncelerinizi bir konuya yoğunlaştırmada güçlük	()	()	()	()	()
56. Bedeninizin çeşitli kısımlarında zayıflık hissi	()	()	()	()	()
57. Gerginlik veya coşku hissi	()	()	()	()	()
58. Kol veya bacaklarda ağırlık hissi	()	()	()	()	()
59. Ölüm ya da ölme düşünceleri	()	()	()	()	()

	Hiç	Çok Az	Orta Derece	Oldukça Fazla	İleri Derecede
60. Aşırı yemek yeme	()	()	()	()	()
61. İnsanların size baktığı veya hakkınızda konuştuğu zaman rahatsızlık duyma	()	()	()	()	()
62. Size ait olmayan düşüncelere sahip olma	()	()	()	()	()
63. Bir başkasına vurmak, zarar vermek, yaralamak dürtülerinin olması	()	()	()	()	()
64. Sabahın erken saatlerinde uyanma	()	()	()	()	()
65. Yıkanma, sayma, dokunma gibi bazı hareketleri yineleme hali	()	()	()	()	()
66. Uykuda huzursuzluk, rahat uyuyamama	()	()	()	()	()
67. Bazı şeyleri kırıp dökme hissi	()	()	()	()	()
68. Başkalarının paylaşıp kabul etmediği inanç ve düşüncelerin olması	()	()	()	()	()
69. Başkalarının yanında kendini çok sıkılmış hissetme	()	()	()	()	()
70. Çarşı sinema gibi kalabalık yerlerde rahatsızlık hissi	()	()	()	()	()
71. Her şeyin bir yük gibi görünmesi	()	()	()	()	()
72. Dehşet ve panik nöbetleri	()	()	()	()	()
73. Toplum içinde yiyip-içerken huzursuzluk hissi	()	()	()	()	()
74. Sık sık tartışmaya girme	()	()	()	()	()
75. Yalnız bırakıldığında sinirlilik hali	()	()	()	()	()
76. Başkalarının sizi başarılarınız için yeterince takdir etmediği duygusu	()	()	()	()	()
77. Başkalarıyla birlikte olunan durumlarda bile yalnızlık hissetme	()	()	()	()	()
78. Yerinizde duramayacak ölçüde huzursuzluk duyma	()	()	()	()	()
79. Değersizlik duygusu	()	()	()	()	()
80. Size kötü bir şey olacakmış duygusu	()	()	()	()	()
81. Bağırma ya da eşyaları fırlatma	()	()	()	()	()
82. Topluluk içinde bayılacağınız korkusu	()	()	()	()	()
83. Eğer izin verirsiniz insanların sizi sömüreceği duygusu	()	()	()	()	()
84. Cinsiyet konusunda sizi çok rahatsız eden düşüncelerin olması	()	()	()	()	()
85. Günahlarınızdan dolayı cezalandırılmanız gerektiği düşüncesi	()	()	()	()	()
86. Korkutucu türden düşünce ve hayaller	()	()	()	()	()
87. Bedeninizde ciddi bir rahatsızlık olduğu düşüncesi	()	()	()	()	()
88. Başka bir kişiye asla yakınlık duyamama	()	()	()	()	()
89. Suçluluk duygusu	()	()	()	()	()
90. Aklınızdan bir bozukluğu olduğu düşüncesi	()	()	()	()	()

ÖZGEÇMİŞ

1988 yılında Sakarya’da doğan Nagihan Avcı, ilköğretimi Ali Dilmen İlköğretim Okulunda, liseyi H.Zehra Akkoç Lisesinde okudu. 2005 yılında Karadeniz Teknik Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümünü kazandı. 2007 yılında Sakarya Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü’ne yatay geçiş yaparak 2009 yılında mezun oldu. 2009 yılında, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı’nda yüksek lisans programına başladı. 2009 yılında, Kocaeli, Karamürsel’de Milli Eğitim Bakanlığına bağlı, Gazanfer Bilge İşitme Engelliler İlköğretim Okulu’nda Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen olarak göreve başladı. Halen burada görevine devam etmektedir.

nagihanavci@hotmail.com