

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

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN MİZAH TARZLARI İLE**  
**UMUTSUZLUK VE BOYUN EĞİCİ DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ**  
**İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**BURAK SAYAR**

**HAZİRAN 2012**

**SAKARYAÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN MİZAH TARZLARI İLE UMUTSUZLUK  
VE BOYUN EĞİCİ DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**BURAK SAYAR**

**DANIŞMAN:**

**YRD. DOÇ. DR. ALİ HAYDAR ŞAR**

**HAZİRAN 2012**


## **BİLDİRİM**

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinin Mizah Tarzları ile Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranışlarının İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.


**Haziran, 2012**

**Burak SAYAR**

'Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile umutsuzluk ve boyun eğici davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi' başlıklı bu yüksek lisans tezi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalında hazırlanmış ve jürimiz tarafından kabul edilmiştir.

Başkan Prof. Dr. Engin YILMAZ.....(İmza) 

Akademik Unvanı, Adı-Soyadı

Üye Yrd. Doç. Dr. Ali Haydar SAR.....(İmza) 

Akademik Unvanı, Adı-Soyadı

Üye Doç. Dr. Mustafa KOÇ.....(İmza) 

Akademik Unvanı, Adı-Soyadı

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

2012/2012

(İmza)

Doç. Dr. İsmail GÜLEÇ

Enstitü Müdürü

## ÖNSÖZ

“Gülmek bir lükstür. Gülmenin ihtiyaç olduğunu kim söyledi. Gülmek lüks bir şeydir, havyardır. Gülmek su ekmek falan değildir.” Bu sözler Türkiye'nin en başarılı komedyenlerinden Cem Yılmaz'a ait. “Gülme”nin insanlık tarihi içinde birçok tanımı yapılmış ve kendisini zamana karşı yenilemiştir. Yukarıdaki sözler psikolojik rahatsızlıkların en yoğun olduğu 21.yüzyılda gülmek bir ihtiyaç değilmişçesine yaşayan insanların bir günü hiç gülmeden hatta tebessüm bile etmeden geçirebilmelerini tartışmaya götürmektedir. Ekmeksiz susuz havasız geçmeyen bir gün gülmeden geçebiliyorsa o zaman gülmek ihtiyaç değildir. Gülebilen insanlar hiç para harcamadan lüks içinde yaşayabilmektedirler. Gelecekteki hayatları için heyecanlar, kaygılar, umutlar, umutsuzluklar, beklentiler vs. içinde olan üniversite öğrencilerinin nasıl bir mizah tarzı var? Bu mizah tarzı onların geleceğine nasıl katkı sağlıyor?

Araştırmanın başlatılmasında ve sürdürülmesinde sahip olduğu bilgi ve tecrübeyle bana rehberlik eden, lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca ve tez çalışmalarımda her zaman yanımda olan, beni destekleyen, cesaretlendiren ve yönlendiren değerli hocam Sayın Doç. Dr. Mustafa KOÇ'a, tez çalışmalarım süresince görüş, öneri ve kaynaklarıyla destek veren ve desteğini esirgemeyen değerli hocam ve danışmanım Sayın Yrd. Doç. Dr. Ali Haydar ŞAR'a, yine lisans ve yüksek lisans boyunca eğitim ve mesleki kariyerime katkıda bulunan Sayın Doç. Dr. Murat İSKENDER'e, Sayın Doç. Dr. Bayram ÇETİN'e, Sayın Doç. Dr. Ahmet AKIN'a, Sayın Yrd. Doç. Dr. Neşe Güler'e ve Sayın Araş. Gör. Fatma SAPMAZ'a; hayatım boyunca bana her zaman güvenen, inanan ve destekleriyle hep yanımda olan, sevgilerini hiç eksik etmeyen değerli annem Havva SAYAR'a, babam Salih SAYAR'a, kardeşim Burcu KÜÇÜKEKEN'e ve Sayın Psikolojik Danışman Dizem YILMAZ'a; araştırma konusuyla ilgili yabancı kaynaklı makalelerin Türkçeye çevrilmesi sırasında yardımcı olan İzmit British Culture (İngiliz kültür dil okulları)'e, zaman ayırıp anketleri cevaplandırarak araştırmaya veri sağlayan üniversite öğrencilerine sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

# ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN MİZAH TARZLARI İLE UMUTSUZLUK VE BOYUN EĞİCİ DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

**Sayar, Burak**

**Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı**

**Danışman: Yrd. Doç. Dr. Ali Haydar Şar**

**Haziran, 2012. 193 Sayfa.**

## ÖZET

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile umutsuzluk düzeyi ve boyun eğici davranış düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma örneklemini Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören 205'i erkek 317'si kız toplam 522 öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Mizah Tarzları Ölçeği, Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde Mizah Tarzları, Boyun Eğici Davranış Ve Umutsuzluk puan ortalamalarının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşma durumunu ortaya koyabilmek için bağımsız gruplar "t" testi kullanılmıştır. Ayrıca, mizah tarzları, boyun eğici davranış ve umutsuzluk puan ortalamalarının sınıf değişkeni, bölüm değişkeni, yerleşim birimi değişkeni, barınma şekli değişkeni ve dünyaya geliş sırası değişkeni açısından farklılaşmayı ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Farkların anlamlı çıktığı analizlerde farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için *post hoc* test olarak Scheffe testi ve daha duyarlı sonuçlar için LSD kullanılmıştır. Mizah tarzları boyutları ile umutsuzluk alt boyutları ve boyun eğici davranışları açıklamak amacıyla Pearson momentler çarpımı korelasyonu kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerinin mizah puanları ile umutsuzluk puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki, mizah puanları ile boyun eğici puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Mizahın tüm alt boyutları ile umutsuzluğun tüm alt boyutları arasındaki ilişkiler pozitif yönde bulunmuştur. Öğrencilerin okuduğu bölüm değişkenine göre mizah tarzları, umutsuzluk ve boyun eğici davranış puanları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Mizah tarzları puanları açısından cinsiyet değişkenine göre katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah ve saldırgan mizah boyutunda anlamlı bir fark bulunmuştur. Tüm mizah türlerinde erkek öğrencilerin puan ortalamaları kız öğrencilerden daha fazla bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Mizah Tarzı, Umutsuzluk, Boyun Eğici Davranış

# **RELATIONSHIP BETWEEN HOPELESSNESS AND SUBMISSIVE BEHAVIOURS AND HUMOR STYLES OF UNIVERSITY STUDENTS**

**Sayar, Burak**

**Master Thesis, Department of Educational Sciences, Psychological Services in Education**

**Supervisor: Yrd. Doç. Dr. Ali Haydar Şar**

**June, 2012. 193 Pages.**

## **SUMMARY**

The aim of this research is to analyze the relation between types of humour of university students and the level of hopelessness and the level of submissive behaviours. Research sample includes 522 students of which 205 are men and 317 are women from Sakarya University. Personal information form, scale of humour, scale of submissive behaviour and Beck scale of hopelessness have been applied to the participants. Independent groups 't' test is used for in order to present the state of differentiation of the average point of types of humour, submissive behaviours and hopelessness from the point of gender. Also one-way variation analysis (ANOVA) is used for the state of differentiation from the point of grades of the average point of types of humour, submissive behaviour and hopelessness, department factor, accomodation factor, housing and the order of being born factor. In the analysis in which the differences are meaningful, to find out which groups cause the differences, Scheffe test as post hoc test and to get more sensitive results LSD as post hoc test. Pearson Moment Correlate have been used to explain the dimensions of types of humour and sub-dimensions of hopelessness and submissive behaviours A positive meaningful relation between students' points of humour and the points of hopelessness and a negative meaningful relation between their points of humour and the points of submissive behaviours have been found. The relations between all the sub-dimensions of humour and all the sub-dimensions of hopelessness have been found positive. According to students' departments, a meaningful difference between students' types of humour and their points of hopelessness and submissive behaviours has been found. In terms of the points of types of humour, according to the variable factor of gender, a meaningful difference in participatory humour, self-improving humour and aggressive humour. The average of male students' points has been found higher than female students in all types of humour.

**Keywords:** Type of humour, Hopelessness, Submissive Behaviour

## İÇİNDEKİLER

Bildirim .....	II
Jüri Üyelerinin İmza Sayfası .....	III
Önsöz .....	IV
Türkçe Özet .....	V
İngilizce Özet .....	VI
İçindekiler .....	VII
Tablolar Listesi .....	X
Kısaltmalar.....	XIII

<b>BÖLÜM I:GİRİŞ</b> .....	1
1.1.Problem.....	3
1.2.Alt Problemler.....	3
1.3.Araştırmanın Amacı.....	5
1.4.Sayıtlar.....	6
1.5.Sınırlılıklar.....	6
1.6.Tanımlar.....	6
1.7.Araştırmanın Önemi.....	7

<b>BÖLÜM II: KURAMSAL ÇERÇEVE VE KONU İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR</b>	
2.1.Mizah.....	11
2.1.1.Mizah Nedir.....	11
2.1.2.Mizahın Türleri.....	17
2.1.3.Espri.....	22
2.1.4.Mizahın Genel Tarihsel Gelişimi .....	22
2.1.4.1.Türk Tarihinde Genel Olarak Mizahın Yeri.....	25
2.1.4.1.1.Selçuklu Dönemi Mizahı.....	25
2.1.4.1.2.Osmanlı Dönemi Mizahı.....	26
2.1.4.1.3.Cumhuriyet Dönemi Türk Mizahı.....	29
2.1.5. Mizah Kuramları.....	30
2.1.5.1.Üstünlük Kuramı.....	32



2.1.5.2.Rahatlama Kuramı .....	34
2.1.5.3.Uyuşmazlık Kuramı.....	37
2.1.5.4.MarvınMinsky'nin Mizah Teorisi.....	40
2.1.5.5.Thomas Veatch'in Saldırganlık Mizah Teorisi.....	40
2.1.6.Mizah Tarzları.....	41
2.1.6.1.Katılımcı Mizah.....	42
2.1.6.2. Kendini Geliştirici Mizah.....	43
2.1.6.3.Saldırgan Mizah.....	44
2.1.6.4.Kendini Yıkıcı Mizah.....	45
2.1.7.Mizahın Psikolojik İşlevleri.....	46
2.1.7.1.Mizah ve Psikoterapi.....	47
2.1.7.2.Mizah ve Başa Çıkma.....	49
2.1.7.3.Mizah ve Stres.....	50
2.1.7.4.Mizah ve Kaygı.....	51
2.1.7.5.Mizah ve Kişilik.....	52
2.1.7.6.Mizah ve Cinsiyet.....	55
2.1.8.Mizahın Fizyolojik İşlevleri.....	57
2.1.9.Zararlı Mizah.....	59
2.2.Umutsuzluk.....	60
2.2.1.Umut ve Umutsuzluk.....	60
2.2.2.Umutsuzluk Depresyon.....	63
2.2.3.Umutsuzluk ve Kişilik.....	66
2.2.4.Umutsuzluk ve İntihar.....	68
2.2.5.Umutsuzluk ve Nevroz.....	70
2.2.6.Umutsuzluk ve Sadistik-Mazoşistik Eğilimler.....	73
2.2.7.Umutsuzluk ve Madde Bağımlılığı.....	73
2.2.8.Umutsuzluk ve Baş Etme.....	76
2.2.9.Umutsuzluğun Nedenleri ve Belirtileri.....	76
2.2.9.1.Umutsuzluk Nedenleri.....	76
2.2.9.1.1.Benlik Yitimi.....	76
2.2.9.1.2.İnanç Yitimi.....	77
2.2.9.1.3.Anlam Yitimi.....	78

2.2.9.1.4.Üreticilik ve Yaratıcılık Yitimi.....	79
2.2.9.1.5.Beden ve Organ Yitimi.....	79
2.2.10.Umutsuzluk Türleri.....	81
2.2.10.1.Bilinçsiz Umutsuzluk.....	81
2.2.10.2.Bilinçli Umutsuzluk.....	82
2.3.Boyun Eğici Davranış.....	83
2.4.Konu İle İlgili Araştırmalar.....	93
2.4.1.Mizahla İlgili Yayın ve Araştırmalar.....	93
2.4.2.Umutsuzluk ile İlgili Yayın ve Araştırmalar.....	106
2.4.3.Boyun Eğici Davranış ile İlgili Yayın ve Araştırmalar.....	112
<b>BÖLÜM III:YÖNTEM.....</b>	<b>114</b>
3.1.Araştırma Modeli.....	114
3.2.Evren ve Örneklem.....	114
3.3.Verilerin Toplanması.....	115
3.4.Verilerin Analizi.....	115
3.5.Veriler Toplama Araçları.....	116
3.5.1.Kişisel Bilgi Formu.....	116
3.5.2.Mizah Tarzları Ölçeği.....	117
3.5.3.Beck Umutsuzluk Ölçeği.....	119
3.5.4.Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği.....	121
<b>BÖLÜM IV:BULGULAR.....</b>	<b>123</b>
<b>BÖLÜM V:SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>157</b>
5.1.Sonuç.....	157
5.2.Öneriler.....	162
<b>KAYNAKLAR.....</b>	<b>166</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>188</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>193</b>

## TABLO LİSTESİ

<b>Tablo 1:</b> Öğrencilerin Cinsiyet Dağılımının Yüzdelerle Dilimlerini Gösteren Tablo.....	123
<b>Tablo 2:</b> Öğrencilerin Sınıf Seviyesinin Yüzdelerle Dilimlerini Gösteren Tablo.....	123
<b>Tablo 3:</b> Öğrencilerin İkamet Edilen Yerleşim Biriminin Yüzdelerle Dilimlerini Gösteren Tablo.....	124
<b>Tablo 4:</b> Öğrencilerin Okuduğu Bölümlerin Yüzdelerle Dilimlerini Gösteren Tablo....	124
<b>Tablo 5:</b> Öğrencilerin Barınma Şekillerini Yüzdelerle Dilimlerini Gösteren Tablo.....	126
<b>Tablo 6:</b> Öğrencilerin Dünyaya Geliş Sırasının Yüzdelerle Dilimlerini Gösteren Tablo.....	127
<b>Tablo 7:</b> Öğrencilerin Mizah Tarzlarına İlişkin Ortalama Ve Standart Sapma Puanları.....	128
<b>Tablo 8:</b> Öğrencilerin Boyun Eğici Davranışlarına İlişkin Frekans Ve Yüzdelerle Sonuçları.....	128
<b>Tablo 9:</b> Öğrencilerin Boyun Eğici Davranışlarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Puanları.....	128
<b>Tablo 10:</b> Öğrencilerin Umutsuzluk Düzeylerine İlişkin Frekans Ve Yüzdelerle Sonuçları.....	128
<b>Tablo 11:</b> Cinsiyet Değişkenine Göre Mizah Tarzları Puan Ortalamalarına Ait T Değerleri.....	129
<b>Tablo 12:</b> Öğrencilerin Okuduğu Bölüm Değişkenine Göre Mizah Tarzları Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri.....	130
<b>Tablo 13:</b> Öğrencilerin Okuduğu Sınıf Değişkenine Göre Mizah Tarzları Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri.....	133
<b>Tablo 14:</b> Öğrencilerin Barınma Şekli Değişkenine Göre Mizah Tarzları Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri.....	134
<b>Tablo 15:</b> Yerleşim Birimi Değişkeni İle Mizah Tarzı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.....	136

<b>Tablo 16:</b> Dünyaya Geliş Sırası İle Mizah Tarzı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.....	137
<b>Tablo 17:</b> Cinsiyet Değişkenine Göre Umutsuzluk Puan Ortalamalarına Ait T Değerleri.....	138
<b>Tablo 18:</b> Öğrencilerin Okuduğu Bölüm Değişkenine Göre Umutsuzluk Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri.....	140
<b>Tablo 19:</b> Öğrencilerin Okuduğu Sınıf Değişkenine Göre Umutsuzluk Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri.....	142
<b>Tablo 20:</b> Öğrencilerin Barınma Şekli Değişkenine Göre Umutsuzluk Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri.....	143
<b>Tablo 21:</b> Yerleşim Birimi Değişkeni İle Umutsuzluk Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.....	144
<b>Tablo 22:</b> Dünyaya Geliş Sırası İle Umutsuzluk Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.....	145
<b>Tablo 23:</b> Cinsiyet Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış Puan Ortalamalarına Ait T Değerleri.....	146
<b>Tablo 24:</b> Öğrencilerin Okuduğu Bölüm Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri.....	147
<b>Tablo 25:</b> Öğrencilerin Okuduğu Sınıf Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri.....	148
<b>Tablo 26:</b> Öğrencilerin Barınma Şekli Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri.....	149
<b>Tablo 27:</b> Yerleşim Birimi Değişkeni İle Umutsuzluk Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.....	150
<b>Tablo 28:</b> Dünyaya Geliş Sırası İle Mizah Tarzı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri.....	151
<b>Tablo 29:</b> Mizah Tarzları İle Umutsuzluk Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları.....	152

<b>Tablo 30:</b> Mizah Tarzları İle Boyun Eğici Davranış Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları.....	154
<b>Tablo 31:</b> Umutsuzluk İle Boyun Eğici Davranış Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları.....	155
<b>Tablo 32:</b> Mizah Tarzları, Umutsuzluk İle Boyun Eğici Davranış Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları.....	156

## KISALTMALAR

**BUÖ:** Beck Umutsuzluk Ölçeği

**MTÖ:** Mizah Tarzları Ölçeği

**BDÖ:** Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği

# BÖLÜM I

## GİRİŞ

Üniversite eğitimi öğrencinin her yönden kendini daha fazla geliştirebileceği olanakları bulabilmesi için atılmış bir adımdır. Bu adımı atan her öğrenci içinde bulunduğu imkânları en iyi şekilde kullanmak isteyebilir. Fakat bu imkânları kullanırken mevcut şartlar içerisinde hareket etmek zorundadır. Üniversite yılları, gençlerin duygusal, davranışsal, sosyal ve fiziksel birçok zorluğu bir arada yaşadığı bir dönem olarak da bilinmektedir. Bu dönem içinde olan öğrencilerin birçoğu ailelerinden ayrı olarak öğrenim görmektedir. Bu öğrenciler farklı yerleşkelerden (köy, kasaba, şehir ve ülke), farklı kültürel ve sosyo-ekonomik ortamlardan gelmektedirler. Birçok kültürün buluştuğu bu ortamlarda farklı mizah anlayışları ve ifadelerini de bir arada görmekteyiz.

Hem bireysel hem de sosyal bir varlık olan insan, günlük yaşamı içerisinde karşı karşıya kaldığı birçok olay ve durumda farklı amaçlar ve hedefler doğrultusunda mizaha oldukça sık başvurmaktadır. Üniversite öğrencileri de birçok sıkıntı ile mücadele edebilmek için kendini rahatlatma yoluna gitmek için mizahı kullanmaktadır. Mizah duygusunun psikolojik sağlığa olumlu katkıları olduğu fikri literatürde oldukça uzun bir geçmişe sahip olan, yaygın bir görüştür. Gelişmiş bir mizah duygusuna sahip olan üniversite öğrencileri yaşamdaki olumsuzluklarla ve gerilimlerle baş etmede etkili bir strateji kullandıkları düşüncesi vardır.

Üniversitelerde okuyan öğrencilerin en temel düşüncesi gelecekteki hayatımız nasıl olacak düşüncesidir. Yani iş bulabilecek miyim, para kazanabilecek miyim düşüncesidir. Bu yüzden üniversite öğrencilerinde, en büyük kaygı kaynağı gelecek endişesi ve bununla bağlantılı olarak bir iş sahibi olma diğer bir ifadeyle “işsizlik kaygısı” baş göstermeye başlamaktadır. Özellikle gençler ve üniversite mezunları arasında işsizliğin yaygın olması bu kaygı düzeyinin daha da artmasına ve umutsuzluğa neden olabilmektedir.

Aytaç (2002) ve Yüksel (2003)'e göre işsizlik insan yaşamı üzerinde birçok psiko-sosyal sonuçlara yol açtığı bilinmektedir. İş bireye zamanını yapılandırması ve amaç kazandırmasıyla kişiyi aktif kılar. Günümüz küresel dünyasında da bütün devletlerin en önemli ve büyük sorunu haline gelen işsizlik, umutsuzluğun oluşumunda incelenmektedir. Kişi bir işte çalışarak gelir elde ettiği gibi, kendisine güven ve saygı duygusu da gelişmektedir. Çalışmak kişinin psikolojik sağlığını olumlu yönde etkilemektedir. Bireyin çalışması isteğine ve yeteneğine bağlı olup işsiz kalması büyük bir umutsuzluğa, çaresizliğe, yalnızlık duygusuna ve depresyon eğilimlerine yol açmaktadır. İşsiz kalan ya da işsiz kalmaktan korkan kişi yaşamını sürdürmede olumsuz etkilenecek, ileriye bakışında umutsuzluk görürse yaşam doyumunu olumsuz etkileyecektir (Aytaç, 2002; Yüksel, 2003). İşsizliğin, insan yaşamı üzerinde birçok psiko-sosyal sonuçlara yol açtığı yapılan araştırmalar sonrasında ortaya çıkmaktadır. İş, bireye zamanını yapılandırması ve amaç kazandırmasıyla kişiyi aktif kılar (Yalom, 1999).

Güleri (1998)'nin, gençler üzerine yapmış olduğu araştırmaya göre (yaşlar: 16-14, 243 kişi üniversite öğrencisi, 243 çalışan gençler) gençlerin yaşam bakış açılarının %56 oranında kötümser, %44 oranında iyimser oldukları gözlemlenmiştir ( Güleri, 1998). Üniversite öğrenimine devam eden öğrencilerin de yaşadığı deneyimlere yanlış anlamlar yükleyebileceği, gelecekleri ile ilgili umutsuzluklar ve sıkıntılar yaşayabileceği, sorunlarına çözüm bulmada yaşadıkları sıkıntıların onları umutsuzluğa sürükleyebileceği düşünülmektedir.

Öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeyleri ile boyun eğici düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara rastlanmaktadır. Tekin ve Filiz (2008)'in yaptığı çalışmada Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile boyun eğici davranış düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir (Tekin; Filiz, 2008). Üniversite okuyan öğrenci birçok çevre ile ilişkiye girdiği için etki altına girer ve boyun eğici davranışlar gösterebilir. Fakat tek başına boyun eğici davranış gösterir demek doğru olmaz. Burada mizahı ve umutsuzluk düzeyi belli öğrencilerin boyun eğici davranışı nasıldır demek daha doğru olacaktır. Boyun eğici davranışlar bireyin lisans eğitimi sürecinde mesleki kimlik anlamında kazanması gereken bilişsel yeterlik, duyuşsal özellik ve davranışsal becerileri kazanmasını engellediği, sosyal yaşam için



gerekli olan paylaşma, işbirliği ve sorumluluk gibi özellikleri kazanmasını engellediği ve bireyin ruh sağlığını olumsuz yönde ve fark ettirmeden etkilediği için niversite ğrencilerinin boyun eğici davranışlarının bir haritasının çıkarılması gerekmektedir. Boyun eğici davranış niversite ğrencilerinde fazla araştırılmamış olması bu araştırmayı daha önemli kılmaktadır.

## **1.1.PROBLEM**

şimdiye kadar mizah ile ilgili çalışmalarda; mizah ve stres, mizah ve başa çıkma, mizah ve bağışıklık sistemi, mizah ve cinsiyet farklılıkları, mizah ve öğretmenler, mizah ve öğrenilmiş güçlülük üzerinde durulmuştur. Ancak lkemizde öğrencilerin mizah ile umutsuzluk ve boyun eğici arasındaki ilişkisini inceleyen bir çalışma yapılmamıştır. Bu nedenle bu araştırmanın problem cümlesini; “niversite ğrencilerinin mizah tarzları ile umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?” sorusu oluşturmaktadır.

## **1.2. ALT PROBLEMLER**

1. Üniversite ğrencilerinin mizah tarzları puan ortalamaları, cinsiyetlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
2. Üniversite ğrencilerinin umutsuzluk puan ortalamaları, cinsiyetlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
3. Üniversite ğrencilerinin boyun eğici davranış puan ortalamaları, cinsiyetlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
4. Üniversite ğrencilerinin mizah tarzları puan ortalamaları, okudukları sınıfa göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
5. Üniversite ğrencilerinin umutsuzluk puan ortalamaları, okudukları sınıfa göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

6. Üniversite öğrencilerinin boyun eğici davranış puan ortalamaları, okudukları sınıfa göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
7. Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları puan ortalamaları, okudukları bölüme göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
8. Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk puan ortalamaları, okudukları bölüme göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
9. Üniversite öğrencilerinin boyun eğici davranış puan ortalamaları, okudukları bölüme göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
10. Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları puan ortalamaları, üniversiteye gelmeden önce yaşadıkları yerleşim birimine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
11. Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk puan ortalamaları, üniversiteye gelmeden önce yaşadıkları yerleşim birimine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
12. Üniversite öğrencilerinin boyun eğici davranış puan ortalamaları, üniversiteye gelmeden önce yaşadıkları yerleşim birimine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
13. Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları puan ortalamaları, üniversitede barınma şekillerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
14. Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk puan ortalamaları, üniversitede barınma şekillerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
15. Üniversite öğrencilerinin boyun eğici davranış puan ortalamaları, üniversitede barınma şekillerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
16. Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları puan ortalamaları, öğrencilerin dünyaya geliş sırasına göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
17. Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk puan ortalamaları, öğrencilerin dünyaya geliş sırasına göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
18. Üniversite öğrencilerinin boyun eğici davranış puan ortalamaları, öğrencilerin dünyaya geliş sırasına göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
19. Üniversite öğrencilerinin Mizah Tarzları Ölçeği'nin alt ölçeklerinden Katılımcı Mizah, Kendini Geliştirici Mizah, Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizahtan aldıkları puanlar ile Umutsuzluk Ölçeği alt ölçeklerinden (gelecek, motivasyon kaybı, umut) aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

20. Üniversite öğrencilerinin Mizah Tarzları Ölçeği'nin alt ölçeklerinden Katılımcı Mizah, Kendini Geliştirici Mizah, Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizahtan aldıkları puanlar ile Boyun Eğici Davranış Ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

### **1.3.ARAŞTIRMANIN AMACI**

Bu araştırmanın amacı, yükseköğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinin mizah tarzları düzeyinin umutsuzluk düzeyi ve boyun eğici davranış düzeyleriyle bir ilişki olup olmadığını incelemektir. Buna bağlı olarak mizah tarzları yüksek olan öğrencilerin gelecek ile ilgili beklenti, umut düzeylerinin ne ölçüde olduğunu, mizah tarzları yüksek ise umutsuzluk düzeyi ve boyun eğici düzeylerinin de yüksek olup olmadığını belirlemektir.

Bu temel amaca bağlı olarak;

1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyete bağlı olarak mizah tarzları, umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerine
2. Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeylerine bağlı olarak mizah tarzları, umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerine
3. Üniversite öğrencilerinin bölümlerine bağlı olarak mizah tarzları, umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerine
4. Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları yerleşim birimlerine bağlı olarak mizah tarzları, umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerine
5. Üniversite öğrencilerinin barınma şekillerine olarak mizah tarzları, umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerine
6. Üniversite öğrencilerinin dünyaya geliş sırasına bağlı olarak mizah tarzları, umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerine

#### 1.4. SAYILTILAR

Bu araştırmada aşağıdaki sayılıtlardan hareket edilmiştir;

1. Üniversite öğrencileri kendilerine verilen envanterlere, içtenlikle ve yansız olarak cevap vermişlerdir.
2. Araştırma için seçilen örneklem evreni temsil etmektedir.
3. Bu araştırmada seçilen araştırma yöntemi, araştırmanın amacına, konusuna ve problem çözümüne uygundur.
4. Araştırmada veri toplamak amacıyla kullanılan Mizah Tarzları Ölçeği üniversite öğrencilerinin mizah düzeyini, Beck Umutsuzluk Ölçeği umutsuzluk düzeyini, Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği boyun eğici davranış düzeyini ölçmektedir.

#### 1.5. SINIRLILIKLAR

Bu araştırmanın sonucunda elde edilen bulguların genellemesi, ancak aşağıda belirtilen sınırlılıklar içinde geçerlidir.

1. Araştırma Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören üniversite öğrencileri ile sınırlıdır.
2. Üniversite öğrencilerinin mizah düzeyinin Mizah Tarzları Ölçeğinin, umutsuzluk düzeyinin Beck Umutsuzluk Ölçeğinin, boyun eğici davranış düzeyinin ise Boyun Eğici Davranışlar Ölçeğinin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

#### 1.6. TANIMLAR

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

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

**Umutsuzluk:** Geleceğe ilişkin olumsuz beklentiler ve geleceğin olumsuz olarak değerlendirilmesidir (Odağ, 1995).

**Boyun Eğici Davranış:** Diğer bir deyişle itaat; başkalarını kırmamaya, incitmemeye özen gösteren, herkesi memnun etmeye çalışan, iyiliksever olma eğilimli olan, aşırı verici, hayır diyemeyen, evet demeye eğilimli, hoşlanmadığı durumları ifade etmekte zorlanan, öfkelerini göstermekte zorluk çeken, sürekli onaylanma gereksinimi duyan, düşüncelerini ve haklarını savunamayan vb. davranışlarla gözlenebilen bir kişilik özellikleri kümesidir (Gilbert ve Allan, 1994).

## 1.7. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Günümüzde birçok psikoloji kavramı incelenmekte ve literatüre katılmaktadır. İlişkisel anlamda mizah tarzları ile umutsuzluk ve boyun eğici araştırmada önemli bulunmuştur.

Psikoloji yazınında son zamanlarda ele alınan mizah artık daha önemli araştırmalara yardımcı olacağını söyleyebiliriz. Kişiye kazandırdıkları ve dolayısıyla topluma, iş yaşantılarına sağladığı avantajlar, yaşam kalitelerini arttırmadaki etkililiği araştırılma isteğini hararetlendirmiştir. Ülkemizde bu konuda yapılan çalışmaların yeterli sayıda olmaması nedeniyle mizah araştırılmaya değer bulunmuştur. Ülkemizde mizah tarzları

ile umutsuzluk ve boyun eğici bir arada inceleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu çalışmada mizah tarzları ile umutsuzluk ve boyun eğici arasındaki ilişki incelenecektir.

Mizah, birçok ünlü yazar ve araştırmacı tarafından, insan yaşamında pozitif bir güç olarak ele alınmış ve psikoloji literatürü içinde birçok kişilik kuramcısı mizahı sağlıklı ve uyumlu bir baş etme stratejisi olarak tanımlamışlardır (Yerlikaya, 2003). Aslan, Alparslan, Evlice, Aslan ve Cenkseven (1999) mizahın yaşamdaki güç durumlarla ve sorunlarla başa çıkma düzeneklerinden biri olduğunu, kişiyi yaşamın katı gerçeklerinden korurken, uyum sağlamayı kolaylaştırdığını belirtmişlerdir.

İnsanın ilk toplumsal ortamı büyük çoğunlukla ailedir. Aile bireylerinin birbirleriyle olan etkileşimi, ailenin psikolojik ve toplumsal özellikleri, sahip oldukları olanaklar, eğitim biçimi ve ailedeki değer ölçüleri bireylerin ruh sağlığını biçimlendirdiği bilinen bir gerçektir. Mizah tarzları ile umutsuzluk ve boyun eğici kavramları da bu faktörlerin etkisinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bireylerin, aileden sonra sosyalleştiği ortamlardan bir diğeri de formal eğitim kurumlarıdır. Hem mizah tarzlarının hem de umutsuzluğun, öğrenilebilir davranışları olduğu düşüncesi, okulların da bu konu açısından ne kadar önemli kurumlar olduğunu düşündürmektedir. Gencin ilk ciddi sosyal ortam olarak karşılaştığı okul, kendini gerçekleştirmesini engelleyici bir yapının hâkim olması, umutsuzluğa sürükleyici davranışların sergilenmesine sebep olmaktadır.

Bu anlamda ortaöğretim ve yükseköğretim öğrencilerinin umutsuzluk ve boyun eğici davranışlarının, cinsiyet, bölüm, sınıf, yerleşim birimi, barınma şekli ve dünyaya geliş sırasına göre mizah tarzları arasında anlamlı bir farkın olup olmadığının ortaya çıkarılması, okul ve üniversite bünyesinde bulunan Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisinin, bulgulardan yola çıkarak gerekli önleyici ve baş edici düzenlemeleri yapmasına olanak sağlayacaktır. Amaç öğrencilerin mizahi özellikleri tam olarak tanımlamaları ve umutsuzluk düzeylerini ve boyun eğici davranışlarını mizah yapısına göre azaltmak olmalıdır. Bu araştırma, üniversite öğrencilerinde mizah, umutsuzluk ve boyun eğici davranış konusunda güvenilir bilgiler sağlayabilir. Elde edilen bulgular, duygusal yapılarına yardımcı olmada önemli ipuçları verebilir.

Üniversite öğrencilerinin, birçok alanda olduğu gibi eğitim ve sosyal alanlarında da gelişmelerine yardımcı olacak olan öğretim elemanlarının, psikolojik danışmanların ve psikologların onların günlük yaşamlarında kullandıkları mizah ve mizah tarzları

hakkında bilgi sahibi olması, gerek eğitimleri sırasında gerek onlarla sağlıklı ilişkiler ve iletişim kurma adına gerekse onların kişisel gelişimlerini sağlayacak başka alanlarda (terapi seansları gibi) yardımcı olmak amacıyla yapılan faaliyetlerde onların mizah anlayışını bilmek ve onlara uygun mizah ve farklı mizah tarzlarını kullanmamız önem teşkil etmektedir.

Mizahın; stres ve kaygı gibi istenmeyen durumlarla başa çıkmada bir araç olarak kullanıldığı, bireylerde özsaygı, öz-yeterlilik, olumlu düşünme gibi istenilen özellikleri geliştirdiği yapılmış olan araştırmalarla desteklenmesine karşın, gerek rehberlik, gerekse psikolojik danışma hizmetlerinde mizahtan yeterince faydalanılmadığı dikkati çekmektedir. Özellikle rehberlik hizmetlerinin birinci basamağını teşkil eden “önleyici rehberlik”, bireylerde mizah duygusunun gelişmesi ve olumlu mizah tarzlarının kullanılmasının tercih edilmesinde önemli bir konumda yer almaktadır.

Gelişmiş bir ülkede kalkınmanın en önemli belirleyicisi yetişmiş insan gücüdür. Bu insan gücünün yetiştirilmesi de büyük oranda üniversitelerce sağlanmaktadır. Üniversitelerde öğrenim gören gençlerin psiko-sosyal özelliklerinin iyi bilinmesi, sorunlarının incelenmesi, sorun kaynaklarının anlaşılması, bu sorunlarla ilişkili etkenlerin saptanması ve elde edilen bilgilere bağlı olarak öğrencilerin uyumlarını artırıcı yaklaşımlar geliştirmelerine gereksinim vardır (Tuzcuoğlu ve Korkmaz, 2001).

Ayrıca, bu çalışmadan elde edilecek bulgulardan yola çıkılarak, eğitim-öğretim yaşantısında yapılacak düzenlemeler sonucunda, kendini gerçekleştirme yolunda büyük adımlar atmış, üretken bir toplum yapısına adım atmak mümkün olabilecektir.

Üniversite öğrencilerinde mizahın kullanılabilir boyutta sık olması bu araştırmayı daha da önemli kılmaktadır. Çünkü mizah günümüzde de herkesin yapmak ve paylaşmak istediği ve ihtiyaç haline gelen bir duygudur.

Günümüzde üniversite öğrencilerinin özellikle eğitim fakültesine giden ve öğretmen olmak istediği zaman önünde birçok engelle karşılaşan öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi önemlidir. Araştırmanın merak konusu olan bir yönü de öğretmen adayı öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin bölümlerine göre fark edip etmediğidir. Çünkü her bölümün atanma durumu aynı olmadığı için öğrencilerin atanma imkanı ile umutsuzluk düzeyleri arasında nasıl bir ilişki çıkacağı da merak konusudur.

Örneğin; Zihin Engelliler Öğretmenliği öğrencileri iş bulma ve atanma olanakları fazla iken aynı durum Fen Bilgisi Öğretmenliği için söz konusu değildir.

Araştırmada işlevsel olarak tercih edilen ancak kavramsal olarak günlük yaşama girmemiş olan mizah tarzları ile umutsuzluk ve boyun eğici kavramlarının önemini vurgulayarak, yaşamda sağlayacağı yararları veri toplayarak bundan sonra yapılacak araştırmalara bilgi kaynağı oluşturarak katkıda bulunmaktadır. Bundan sonra yapılacak çalışmalar mizah tarzları, umutsuzluk ve boyun eğici ile ilgili birçok kavram olabilir.



## **BÖLÜM II**

### **KURAMSAL ÇERÇEVE VE KONU İLE İLGİLİ**

#### **ARAŞTIRMALAR**

Bu bölümde mizah, umutsuzluk ve boyun eğici kavramları ile ilgili ayrıntılı bilgiler ve geçmiş yıllarda konuyla ilgili yapılmış araştırmalara yer verilmiştir.

#### **2.1. MİZAH**

Mizah, ilk insanın ortaya çıkışından günümüze değin vazgeçilmez bir uğraş alanı olmuştur. Edebiyat, tiyatro, sinema, ticaret, politika, vb. birçok alanda mizah üzerinde durulmuş, mizaha dair birçok ürün ortaya konulmuştur. Kuşkusuz bu alanların yanı sıra mizah gündelik insan ilişkilerinin de çok önemli bir parçası konumundadır. Kişilerarası ilişkilerde mizahın üretimi ve tüketimi oldukça yaygın olarak gerçekleşmektedir. Bu doğrultuda insan yaşamıyla oldukça iç içe geçmiş olan bu kavramın çeşitli nitelikleriyle ortaya konulması, gerek kendisinin gerekse de içinde yer aldığı alanlardaki işleyiş sürecinin ve işlevlerinin anlaşılması açısından önemlidir. Günümüzde mizaha duyulan bir açlık söz konusu olmakla beraber herkes mizahın kendi kişilik özelliği olduğunu diğer insanlara gösterme çabası içine girmesi aslında ne kadar önemli bir konudan bahsettiğimiz gerçeğini göstermektedir.

### 2.1.1. Mizah Nedir?

Mizahın oldukça geniş bir tanımı vardır ve mizahla ilgili pek çok araştırma ve inceleme yapılmıştır. Olaylara gülerek yaklaşım ve bu yaklaşımın da sanatlı bir biçimde ifade edilmesiyle ortaya çıkan sanat dalına “mizah” denir. Mizah, hayatın güldürücü yönünü ortaya çıkararak sanat türüdür. İnsanı gülmeye sevk eden resim, karikatür, konuşma ve yazı sanatıdır. Mizahın ne olduğu üzerine çalışmalar yapan filozoflar ve bilim adamları, gülmenin sanatlı şeklinin mizah olduğu sonucuna varmışlardır. Tamamen insana dayalı olan mizah sanatı, doğal olarak insanların ilgisini çekmiş, araştırmalara konu olmuştur. Mizah kavramı farklı alanlarla ilgili olduğu için mizahın tanımı gittikçe de genişlemiştir. Mizahi yaratmaların büyük çoğunluğu, yaratıldıkları toplumun sosyal, kültürel, ekonomik koşullarının, gelenek ve göreneklerinin, değer yargılarının, olumsuz, uyumsuz, çelişkili yanlarını gülünecek biçimde yansıtır. Mizah başlı başına bir kültürün tüm değerlerini değişik formatlarda bize sunabilir.

Mizah sözcüğünü inceleyecek olursak yani tam anlamaya çalıştığımızda mizah sözcüğü dilimize Arapça’dan geçmiş olan bir sözcüktür. Arapça aslı “müzah” olan bu sözcüğün dilimizdeki “mizah” şeklinde olmuştur. Sözcük, İngilizce ve Fransızca gibi Batı dillerinde ise “humour” ile ifade edilmektedir.

Türk Dil Kurumu sözlüğüne (1969) göre mizah; “kimi düşünceleri nükte, şaka ve takılmalarla süsleyip anlatan söz ya da yazı çeşidi olarak tanımlanmaktadır” (Türk Dil Kurumu Sözlüğü, 1969).

Türkçede mizah kelimesinin yerine sıklıkla gülmece terimi kullanılmaktadır. Türkçe karşılık olarak bazı kaynaklar gülmeceyi kullanıyor olsalar da, mizahın sadece gülme unsurundan ibaret olmadığı vurgulanarak bu sözcüğün yeterli olmadığı görüşü ağırlık kazanmaktadır (Özer, 1998). Çünkü mizah sadece gülmek değil aynı anda birçok mesajı verebilme açısından çok önemlidir.

Püsküllüoğlu (1995)’un hazırladığı Türkçe sözlükte mizahın tanımını yaparken “Eğlendirmek, güldürmek ve birine onu incitmeksizin ona takılmak amacıyla olan ince alaydır” diye açıklanmıştır.

Büyük Larousse'da ise mizah, gerçeğin kimi görünümünün gülünç, alışılmamış özelliklerini vurgulayan düşünme biçimi; bu düşüncenin, bir söylemdeki, bir metindeki izi olarak tanımlanmaktadır (Büyük Larousse, Cilt: 16). Mizah bize gerçeği olduğu gibi aktarmayabilir, onun öyle bir yönünü yakalar ki bizi şaşırtabilir.

UNESCO kaynaklarına göre Türkçeden yabancı dillere eserleri en çok çevrilen 4. yazar olan büyük üstat Aziz Nesin mizahı tanımlarken, gülmece, seslendiği insanı, hangi oranda olsun, sağlıklı olarak güldürebilen her şeydir. Çünkü güldürmek, gülmecenin işlevidir. Gülmede bulunabilecek her türlü niteliklerin, görevlerin hepsi, güldürmek işlevinden sonra gelir. Bir oranda olsun güldürmeyen bir şey, gülmece değildir demektir. Demek ki gülmecenin temel anlamı güldürmedir. Temelinde gülme olmayan hiçbir şey mizah olamaz. Yine büyük üstat mizahla ilgili görüşlerine devam ederek, mizahta gülme vardır. Mizahın kökeninde gülmeden başka bir şey aramak doğru olmaz diye belirtmektedir (Bayrak, 2001).

Webster's New World Dictionary of The American Language mizah, bir kimsenin hali, karakteri, yönelimi, eğitimi, tertip ve düzeni ya da dengesi, o kimsenin ruhsal durumu, yerli ya da yersiz istekleri, düş ve kuruntular olarak tanımlamaktadır (Özünü, 1999).

Mizah kavramının etimolojisi incelendiğinde, Klasik Yunan kuramında beden tarafından üretilen ve insan karakterini belirleyen dört temel salgı için kullanıldığı görülmektedir (Yerlikaya, 2003). Humor kelimesi, Hipokrat'ın insanların kişiliğini bedenindeki bazı sıvıları belirler, bu sıvıların miktarına göre ruh hali kendini gösterir ve zaman içinde de bu ruh halini anlatır hale gelir, oradan da şu anki anlamına kavuşur (Küçükbayındır, 2003).

Özbek (2004)'e göre mizah, görülemeyen gerçeklerin üzerinden bir takım iğreti örtüleri çekiverme hınzırlığıdır. Gülünçlük, aykırılık, çelişki, saçmalık gibi gereçleri vardır. Abartma, simgeleme, alay gibi de birçok aracı bulunmaktadır. Benzer şekilde Yoltaş (2004)'a göre mizah, kişilerdeki veya doğal saydığımız bazı olaylardaki bir takım çarpıklık, uyumsuzluk, çelişki ve gülünçlükleri bulup açığa vurma, gözler önüne serme sanatıdır. Çoğu zaman mizah çelişkilerden ve zıtlardan oraya çıkar.

Oral (1998)'a göre; mizah beklenmedik zamanda, beklenmedik şekilde ortaya çıkan eleştirel bir tepki türüdür. Eğlence dünyasında bir koro var gibidir. Herkesin aynı

havadan çaldığı ülke orkestrasında mizah, arada bir ayağa kalkan ve aykırı bir ses çıkaran solist gibidir.

Mizah bireylerde yaşama sevinci, duyarlılık, empati kurma ve yaşamı çok boyutlu algılama özelliklerini geliştirmektedir (Kavcar, 1999).

Mizah, hayatın hemen her unsurunda görülen bir nükte ve bir zerâfettir. Mizahta konu seçilmez; aksine konu kendini seçtirir. Siyaset, sosyal olaylar, alışkanlıklar, günlük hayat, aktüalite vs. her şey ona konu olabilir (Pala, 1995). Mizaha konu olmayacak alan yoktur diyebiliriz.

Mizah kendi içinde gülünçlüğü tarif eder. Mizah, içinde tabii ve kazara olan bir şeylerin bulunduğu gülme durumudur. Mizah, eğlence olsun diye paradokslarla oynayan veya şakacı bir üslupla kırmadan takılan bir tür alay etme şeklinde de tanımlanmaktadır. Gülme ise, şiddetli bir komiklik duygusunun yol açtığı ve bazı yüz hareketlerinden ve sarsıntılı, kesintili ve gürültülü soluk alıp vermelerden oluşan tablo şeklinde tanımlanmıştır (Özenç, 1998).

Gülmenin toplumsal olarak daha kabul edilebilir ifadelerini ayırtılabilmek amacıyla mizah kavramına filozoflarca daha dar ve güzelleştirilmiş bir anlam yüklenmiştir. Espri, komedi, aşığılama ve ironi gibi gülme ile ilişkili diğer fenomenlerden farklı olarak mizah, dünyadaki aksaklıklar ve insanın doğasının genel zayıflıklar karşısında sempatik, hoşgörülü bir bakış temsil eder olmuştur. Mizah aynı zamanda kişinin kendisini çok fazla ciddiye almadan kendisi hakkında da benzer bir bakış açısına sahip olması anlamını da kazanmıştır. Bu şekilde mizah (humor) kavramı, diğer gülme kaynaklarından farklı bir anlama sahip olmuştur (Martin, 1998).

Moran (1994)'a göre olaylara gülerak yaklaşım ve bu yaklaşımın da sanatlı bir biçimle ifade edilmesiyle ortaya çıkan sanat dalına "mizah" denilmiştir. Bu tanımla mizah, oldukça genel ifade edilmiştir. Çok sayıda araştırma yapılan ve birçok bilim adamı tarafından düşünülen mizahın birbirinden farklı ama tamamlayıcı pek çok tanımı da mevcuttur. Genel olarak mizahın ne olduğu üzerinde çalışmalar yapan filozoflar ve diğer bilim adamları, gülmenin sanatlı şeklinin mizah olduğu sonucuna varmışlardır. Tamamen insana dayalı olan mizah sanatı, doğal olarak insanların ilgisini çekmiş, araştırmalara konu olmuştur. Yazarlar ve filozoflar, mizah kavramıyla en eski çağlardan bu yana ilgilenmişler; bu kavrama gerçekçi, metafizik, edebî, ruhbilimsel ya da

mantıksal açılardan yaklaşp farklı tanımlar getirmeye çalışmışlardır. Platon, Aristo, Çiçero, Kant, Spencer, Bergson, Freud bunların başında gelir. Mizah kavramı farklı alanlarla ilgili olduğu için mizahın tanımı da gittikçe genişlemiştir. Freud, psikanalist öğretinin doğrultusunda; mizahın, insanlardaki saldırı dürtüsünden kaynaklandığını savunur.

Mizah duygusu; bir hastalıkla uğraşırken günlük hayatın baskılarına karşı sorunlarımızla başa çıkmada bir araç olarak kullanılabilir ve hayata bakış açımızı değiştirerek hayat kalitemizi olumlu etkileyebilir. Mizah, duygularımızı anlamak ve zor durumda onlarla baş etmek için kullanılacak çok basit bir yöntemdir. Mizahın sonuçlarından birisi gülmektir. Karikatürler, fıkralar, kitaplar, mimikler mizah aracı olarak kullanılabilir. Fakat birey için komik ya da gülünç olan şeyler oldukça bireyseldir. Bir birey için komik olan bir durum başkası için komik olmayabilir (Astend ve Isola, 2001).

Mizah; sıra dışı, abartılı, saçma olması nedeniyle eğlendirici ve gülünç olanı ya da kendi içinde tutarsız bulunanı algılama, değerlendirme ve ifade etme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle mizah bilişsel, entelektüel, duygusal ve fizyolojik bir deneyimdir. Mizah aynı zamanda sürekli ciddi olma yerine olaylar ve durumların eğlenceli yönünü görebilme becerisi olup düşünce ve kültürel değerleri şaka ve takılmalarla anlatan espri ya da gülmecelerdir şeklinde ifade edilebilir (Astend, 2001).

Mizah klasik çağ filozoflarından olan Eflatun'dan başlayarak yüzyıllar boyu felsefe, edebiyat, toplumbilim, insanbilim, ruhbilim gibi çeşitli bilim dallarının ilgisini çeken bir kavram olmuştur. Mizahın ana konusunun insan olduğu ve insanın bulunduğu her yerde mizah olduğu söylenmektedir. İnsanlık tarihine göz atıldığında, mizahın insanlığın bu uzun tarihi boyunca ne zaman başladığı kestirilememektedir (Eroğlu, 2003). Eroğlu'na göre mizah için başlangıç tarihi koyabilmek mümkün değildir çünkü insanların tarihi boyunca mizahı kullanıyor demek zaten bir başlangıç tarihinden söz etmenin mümkün olamayacağını göstermektedir.

Mizah, yaşamın gülünç taraflarını yansıtırma sanatıdır. Sadece güldürmeyi amaçlamakla kalmayıp hayatın gerçeklerini de gösterir. Aslında yaşamın ta kendisidir (Akün, 1997). Mizah, olaylar ve durumların eğlenceli yönünü görebilme becerisidir (Aydın, 2005).

Mizah kavramının içinde; güldürmek, eğlendirmek kadar alay etmek, iğnelemek, dokundurmak, yermek, bam teline basmak da vardır. Mizah kavramını, yergi ve taşlamayı da içine alan geniş kapsamlı olarak düşünmek gerekir. Bunun içindir ki mizah edebiyatımızın zenginlik derecesini ifade eden, aralarında anlam farkı olmasına rağmen dilimizde geçmişte ve bugün kullanılan; şaka, alay, fıkra, latife, nükte, hiciv, hezliyat, zevkiyat, mutayebat, şathiyat kelimeleri mizah kavramının içinde değerlendirilmiştir (Güvemli, 1955). Bu kelimelerden bazılarını mizah türleri içerisinde aşağıda görmekteyiz.

Rozenhal'a göre mizah, fiziksel ve sosyal çevrenin insan üzerinde uyguladığı birçok sınırlamadan birinin birdenbire ortadan kalkmasıyla duyulan rahatlık ile ilişkili bir durumdur. Ona göre, kelime oyunlarına dayanan mizah ve söz şakalarının bütün diğer değişik çeşitleri, kaynağını, insanın dilsel ifadesinin oldukça katı bir şekilde sınırlandırması ve genellikle mantıksal kanallar içinde hareket etmesi gerçeğinden almaktadır (Öngören, 1976).

Psikoloji yazınlarında mizah 1940 sonrası çeşitli faktörler bulma yoluna gidilmiştir. Daha önce yapılanlar hep psikanalitik temelli yorumlar olarak kalmıştır. 1940 sonrası Eysenck (1942;1943) mizah kategorilerini belirlemede faktör analizi metotlarını kullanan ilk araştırmacılardan olmuştur. 1970'li yıllardan sonra araştırmalarda Eysenck (1972) üç farklı olası anlamdan konformist, üretici ve niceliksel anlamdan söz eder. Konformist, kişi bizimle aynı şeye güler, niceliksel, kolayca ve çok güleriz, üretici ise komik hikayeler anlatma olarak söz edilir. Eysenck, bu üç anlamın ilişkili olması gerekmediğini belirtmektedir.

Hehl ve Ruch (1985) Eysenck'in listesini genişleterek, bireyler arasındaki mizah anlayışı farklılıklarının; bireylerin fıkraları ve diğer mizah uyarılarını kavrayabilme derecesine, bireylerin mizah ve neşesini ifade etme şekline, mizahi yorumlar ve algılar yaratabilme yeteneğine, fıkraları, karikatürleri ve diğer mizah materyallerini değerlendirmelerine, kendilerini güldürecek kaynakları arama derecelerine, komik olayla ve fıkralara yönelik hafızalarına, mizahi baş etme mekanizması olarak kullanma eğilimlerine bağlı olduğunu ifade etmektedir (Martin, 1998).

### 2.1.2. Mizahın Türleri

Mizahın farklı türleri bulunmaktadır. Öngören'e göre mizah türleri sırasıyla; latife, şaka, nükte, iğne, taş, hiciv, alay, halt gibi biçimleri; matrak, dalga, gırgır, curcuna gibi mizahi durumları belirtmek amacıyla kullanılmıştır (Öngören, 1976). Bunun yanı sıra orta oyunu, meddahlık, karagöz, kukla oyunu gibi mizahı konu eden oyunlarda mizah türleri arasında yer almaktadır.

Bir meydan oyunu olan orta oyununu halk yakından ve ortadan seyretmesine müsait bit durum teşkil etmektedir. Diyaloğa dayalı olan bu oyunda her oyun orta oyununun konusu olamaz (Karaalioğlu, 1983). Orta oyunu kuşaktan kuşağa aktarıldığı için her kuşak oyuna kendinden bir şeyler katmıştır. Bu sayede Orta oyunu kusursuz denecek bir hale gelmiştir. Orta oyununu sevdiren sebeplerin başında oyuncuların sıklıkla nükte ve cinasa başvurmaları gelir. Orta oyununun başlıca oyuncuları Kavuklu, Pişekar ve Zenne'lerdir. Bunlara yardımcı olan diğer mahalli tipler vardır. Bunlar da; Kayserili, Arap, Acem, Arnavut... vb. dir. Orta oyunu yıllardır Türk halkı tarafından beğeniyle seyredilmektedir.

Mizah çeşitlerinden komedi veya komedy, olayların ve insanların esprili ve gülünecek yanlarını ortaya koyan tiyatro eseri ve oyunudur. Doğan (1992)'a göre gülünç davranış, hal veya olay, maskaralık. Komedi sonu acıklı olan bir türdür. Sonu acıklıdır demek mizahın tam trajedi olacağı anlamında gelmez. En çok toplumun aksayan yönlerini gülme unsurları ile süsleyerek anlatır. En klasik anlatımıyla güldürürken düşündüren komedi de gülerken mutlaka altında yatan bir gerçeklik söz konusu olmaktadır.

Komedi için yaradılış ürünü huyların değil, parazit huyların toplamı denilmiştir. Komedi trajedi gibi, Eski Yunan'da bağbozumu tanrısı Dionysos şerefine yapılan din törenlerinden doğmuştur. Komedi alanında en büyükler Fransız Moliere, Yunanlı Aristophanes'dir (Karaalioğlu, 1983).

Türk geleneğinde muhteşem bir yeri olan ve günümüze kadar taşınan meddah kelimesi, sözlükte metheden, öven; hikâyeler anlatıp taklit yaparak halkı eğlendiren kimse, kıssadan olarak tanımlanmıştır (Doğan, 1992).

Meddahlık, oyuncunun tek başına hazırlayıp yürüttüğü temaşadır. Meddahların Anadolu'ya akınlar devrinden beylere ve akıncı yiğitlere destanlar, menkıbeler düzüp çağıran saz şairleri geleneğinden çıkmış olmaları düşünülebilir. Oğuz Beyleri için "boy

boylayan, soy soylayan” Dede Korkut belki de meddahların piridir (Kabaklı, 1983). Dede Korkut hikayeleri Türk mizah tarihinde destanlarla süslenmiş ve geleneğimizi ön planda tutan hikayelerden oluşmuştur.

Türk toplumunda, halkın yüksek zekasının ve halk hikâyelerinin karikatürize ederek anlatma becerisinin büyük sanatlarından birisi olan Meddahlık yüzyıllardan bu yana halkın içinde yaşamış ve halktan büyük ilgi görmüştür. Meddahlık bir bakıma bütün karakterleri şahsında toplayan, içinde barındıran, tek kahramanı olan bir tiyatrodur.

Türk geleneğinde eşsiz yeri olan ve her mizahi unsurun hala konusu olan Karagöz, beyaz perde üzerine, bir takım tasvirlerin gölge olarak yansıtılmasıyla gösterilen bir gösteridir. Sözlü tiyatro ürünü olan Karagöz’de diğer oyunlardan farklı perdenin arkasında gölgeleri oynatan ve seslendirmeleri yapan kişi tüm hünerini göstermelidir. Karagöz oyunlarında perde, ışık ve tasvirler temel malzemedir. Bu malzeme ile ortaya çıkan ürün harikuladedir.

Yine geleneğimizde devam eden kukla oyunları da mizahi unsurdur. Elle veya ipe oynatılarak hareket ettirilen çeşitli hafif maddelerden yapılmış bebeklere kukla denir (Doğan, 1992). Kukla çeşitlilik açısından kendini gösteren bir türdür. Kuklaların alttan içine el sokularak oynatılan ayakları olmayan çeşitleri de vardır. Bu bebeklerin bir platform üzerinde izleyenlere oynatılmasına da kukla oyunu denir. Bu oyunun temelinde varlıkların bez, tahta, çöp gibi çeşitli maddelerle benzerlerinin yapılması ve onlara çeşitli hareketlerin yaptırılması, sözlerin söylenmesi vardır. Bu oyunun kökeninde, insanın bezden yapılmış nesnelere çeşitli büyüler yaparak, varlığın aslını etkileme inancı vardır. Hareketli ve görsel, işitsel öğeler barındırır. Bu öğelerin bir arada işlenebilmesi devam etmesinde ve sevilmesindeki en önemli unsurdur.

Belki de en güncel kalan ve her yaşa konu olan fıkralar bu unsurun vazgeçilmezidir. Kısa ve özlü anlatımı olan, nükteli, güldürücü hikâyecik, anekdot. Nükteli, latifeli hikâyecik (Doğan, 1992). Fıkranın bu tanımda olduğu gibi nükteli olanı olduğu gibi, gazete ve dergilerde yayımlanan güncel, siyasal, toplumsal sorunları ele alan çeşitleri de vardır. Gülmece nitelikli fıkralar da olmakla birlikte yazılı kompozisyon türü olarak fıkra, düşünsel ağırlıklı kısa yazılardır. Fıkralarda siyasal ve toplumsal olaylar ele alınırken belgelere, kanıtlara, aşırı ayrıntılara yer verilmez. Bu tanımda nükte olmasa



bile gazete yazısı olan fıkraların temeli de gülmece ve nükteye dayanır. Güncel olayları özlü ve nükteli olarak anlatmaya dayanır.

Bütün dönemlerde kendini gösterebilen fıkrada mizahın kendisini taşıyabildiğini ve herkese rahatça yayabildiğini görmekteyiz. Diğer deyişle herkese kendini sevdirecek beğeni kazanır. Bu beğenisini her yerde o kadar konuşturur ki en sert ve sakıncalı örnekleri de kabul görür (Öngören, 1983).

Halk Edebiyatımızda, güldürürken eğiten, düşündüren, Türk zekâsının kıvraklığını yansıtan, şaka dolu fıkralarımızın bulunduğu bilinmektedir (Oğuzkan, 2001). Kültürümüzde özellikle Bektaşî, İncili Çavuş ve hemen hemen her konuda bir örneği bulunan Nasreddin Hoca Fıkraları bu türün en güzel örnekleridir. Bilakis Nasreddin Hoca Türk toplumu için çok ayrı bir yere sahip olmuştur.

Günümüzde bunu dergiler ile daha çok anlatmaya çalıştığımız özellikle genç neslinin vazgeçilmezi insan ve toplumla ilgili her tür olayı konu alarak abartılı bir biçimde veren, düşündürücü ve güldürücü resim. Bir kimsenin, bir nesnenin bazı özelliklerini güldürücü biçimde belirten eğlenceli resim. Karikatür çizene karikatürist; bir konuyu karikatür biçimine sokmaya, gülünç halde anlatmaya karikatürize adı verilir (Karaalioğlu, 1983).

Karikatür, çağımızda oldukça etkili olarak kullanılan bir mizah türüdür. Köklü bir geleneğe sahip olmasa da uzun yıllar kullanılmıştır. Yüz ve gövde hatlarından orantısız çizilen resimler asıl ön plana çıkan unsurdur. Bunun yanında farklı iki canlının farklı vücut bölgelerini bir araya getirerek mizahı sağlamak mümkündür. Tüm bu sayılanlara dayanarak karikatürücü, hoşgörü ve eğlendiriciliğini, çizim gücü, sempati ve espriden alır diyebiliriz (Öngören, 1983).

Mizah çeşitlerinden latife, yumuşak kökünden gelen bir sözcük olarak batı uygarlığının espri motifidir. Nükte ise; bir sözün, bir düşüncenin yanlı olması halinde ya da bir açık verildiğinde bu durumla ilgili olarak ortaya çıkan mizah çeşididir (Öngören, 1976).

Mizah çeşitleri içinde en ilgi çekenidir. Günlük hayatta çok sık görünür, “halt etmek”, “halt yemek”, “halt karıştırmak” diye kullanım biçimleri vardır. Halt, bir iş karıştırmak, münasebetsiz söz söylemek anlamındadır. Haltın mizah çeşidi olarak yapısı, şakaya benzer. Bizi güç durumda bırakan bir olay, bir söz karşısında bırakılmıştır. Ancak, şakanın tersine, hazırlanan olaylar zinciri, gerçektir. Yine de kızamadığımız, ortaya bir

mizah yelinin çıktığı görülür. Ne de olsa, bizi güç durumda bırakan karşı tarafın hiçbir kastı olmadığı görülür. Mizah çeşitleri arasında, yalnız haltta olayı yaratanın üstüne gülünür. Haltı işleyene mizahi tip de diyebiliriz. Halt, mizah hikayecileri için zengin bir kaynak olmuştur. Karagöz, sürekli halt karıştırır. Halt, bütünü ile bir olaydır. Haltı çam devirmek, pot kırmak ile karıştırmamak gerekir. Nitekim çam devirme ve pot kırma, anlaşıldığında özür dilenerek, ortadan kaldırmaya çalışılır. Oysa halt eden, karşısındakini güç durumda bıraktığını kabul etmez (Öngören, 1983).

Bir başka mizah çeşidi olan hiciv ise; düşüncüyü eleştirmek amacıyla yapılan gülmedir. İngilizlere göre mizahsız bir hiciv küfürdür. Edebi şekillerden yoksun bir hiciv sadece kaba bir insanın eğlenceye almasıdır (Özcan, 2002).

Karaalioğlu (1983)'na göre hiciv, iyi kullanıldığı, daima hak ve hakikati savunduğu sürece en etkili bir anlatım yeteneği kazanan; günlük olayları izleyen, lirizme bağlı en gerçekçi bir edebiyat türüdür. Hiciv tehlikeli oluşu ile mizahtan ayrılır. Hicivde egoizm, bencillik üstündür. Hiciv; kin, nefret ve öfke ile dolu olanların silahıdır. Hiciv kullanan kişi bu nefreti söz sanatına dönüştürmesini bilir.

Hiciv; var olan gerçek, ideale, toplum kurallarına ve şeriata uymadığı zaman, bu uygunsuzluğu yaratan bireye tepki göstermek ve onu bu yanlışından döndürmek amacıyla başvurulan bir mizah türüdür. Saldırı ve aşağılayarak düzeltmek, temel amaçtır. Genellikle bireye yönelik olmasına karşın, topluma, sosyal sorunlara yönelik hicivler de vardır. Bu açıdan bakıldığında hiciv, toplumun adaletini korumaya çalışan ve düzenin yanında yer alan bir yapıdadır. Yine hicvin çıkış noktası da kişisel anlaşmazlıklar, husumetler, şakalaşmalardır (Apaydın, 2001).

Hicve yakın bir diğer mizah çeşidi olan iğnelemede ve taşlamada ise; eleştirilmek istenen durum ya da düşünce biraz daha üstü kapalı olarak ele alınmaktadır. Şaka, eğlence amacı olan karşı tarafı kandırma ya da korkutma oluşturma işidir. Şakada, karşı tarafın hoşgörüsü çok önemlidir ki gülünç durumu kabullenmelidir. Şakaya benzeyen bir başka mizah çeşidi de halttir. Halt, şakadan farklı olarak ortaya çıkan durumun gerçekliğinden ve istemeyerek oluşmasından doğmaktadır. Yanlışlıkla kendini güç durumda bırakan bir kişinin bu durumuna gülündüğü halt, mizah çeşitleri arasında, sadece olay yaratanın üstüne gülündüğü tek çeşittir (Öngören, 1976).

Suçlama ve küfre dönüştürmeye çok yakın bir yere işlediği için hoşgörü yönünden en ağır mizah çeşididir. Belirli bir kişiye, bir olaya, bir sonuca mizahın saldırısı hiciv olarak adlandırılır. Hiciv, saldırısı ile özellik kazanır. Toplum onu bu yönü ile özetlemek ister. Hiciv ne kadar küfür ve kabalıktan uzak olursa o kadar kaliteli olur.

Ölçüsü, inceliğinde olan bir mizah çeşidi olan alayda fark ettirmeme, işin hüneri sayılmıştır. Bir alay anlaşıldığında, şaka diye gösterilip, hoşgörü sağlatılmaya çalışılır. Alay, şakanın tersi bir yapı gösteriyor. Alay, çekişmeli kişiler arasında, övücü, yükseltici, fakat gerçek olmayan bir ilişkiler zinciri hazırlanarak, karşıdakine bunun benimsetilmesidir. Alay, sanatını ifade ederek ve tavır göstererek oluşturur (Öngören, 1983).

İroni ise gerçeklerin tam olarak hedef gösterilmeden söylendiği ve bu hedefin esas maksadın arkasına gizlenen bir oyunla öne çıkarılıp yüceltildiği mizah çeşididir (Eşiğül, 2002).

Bir düşünce veya duygu, öyle söylenir ki, okur, tam tersinin kastedildiğini anlar. İroni, ciddi bir tavırla söylendiği halde alay olduğu belli olan, sezilen acımasız sözdür. Daha kapsayıcı ve açıklayıcı bir ifadeyle ironi; “Yaşanan saçmalıkların daha etkili ve vurucu bir şekilde anlaşılmasını sağlamak amacıyla, asıl anlamın gizlenerek bütün bunların doğal bir olaymış gibi anlatılmasıdır” (Karataş, 2004).

Mizahla ilişkili bir başka kavram da komik yani gülünç kavramıdır. Dünyanın birçok dilinde komik ve mizah aynıdır. Oral’a göre bir sebebe dayalı ve bir hedefe yönelik olarak var olan mizah, söz konusu sebep ya da hedef ortadan kalkınca son bulurken, komiklik ise bir nedene bağlı olmaksızın güldürmeyi istemektedir. Bu iki kavramda ortak olan nitelik ise gülmeyi sağlama işlevleridir (Oral, 1998). Gülme, insana özgü bir nitelik olarak hem duygusal durumu, hem de bir davranış ifade etmektedir. Kişiler yaşamlarında gerek kendilerine gerekse de kendileri dışında kalan tüm çevreye ile kin algıladıkları çeşitli gülünç durumlara gülme tepkisi ile cevap vermektedirler.

### **2.1.3.Espri**

Espri devamlı suretle mizah ile iç içe geçmiş ve beraber yol almış bir kavramdır. Fransızcada ki esprit kelimesinden dilimize geçmiş olan kelime, Latincedeki spirtus kelimesinden gelmekte ve başlıca, ruh, zekâ anlamlarına geldiği gibi, hünerli, parlak düşünce anlamına da gelmektedir (Akün, 1997).

Özel isimlerin kullanıldığı mizahlar genellikle saldırgan eğilimlidir. Onların da sözcükler esprisi içinde ele almak gerekir. Buna rağmen en zararsız espriler de sözcükler esprisinden oluşur (Alkan, 1999).

Espri veya nükte bir söz sanatıdır. Toplumsal hayat içerisinde yaradılışı gereği bir çeşit ağırbaşlılığın etkisinde olan insan ya korktuğundan ya da muhatabını kırmaktan çekindiğinden çoğu kere söylemek istediklerini söyleyemez. İşte böyle bir durumda imdadına espri yetişir. O zaman söylenmek istenen rahatça söylenir. Böylece muhatap ne kızabilir, ne de üzülür. Çünkü düşünceler o kadar ustaca söylenmiştir ki, biçim özü maskeleymiştir.

Cinas, benzetme, dil oyunları ve farklı anlamlar nüktelerin çoğunda göze çarpar. Nükte, karşıdakinin sözlerinde yakalanan bir açığı nezâketi elden bırakmadan iğneleyici bir şekilde doldurma işidir. Ancak zeki insanlar nüktenin gerçek tadına varabilir. Beklenmedik cevabı alan kişi gülmekten kendini alamaz ve sözün zerafetine kendini bırakır.

### **2.1.4. Mizahın Genel Tarihsel Gelişimi**

Gülmenin tarihini inceleyecek olsak, onu kuşkusuz insanlık tarihinin başlangıcına kadar incelememiş sakıncalı olmaz.

Antik dönemden itibaren gülme ve mizah, kendini farklı toplumlarda ve farklı biçimlerde gösterir. Tüm tarih çağlarından günümüze kadar insan davranışı, birçok bilim dalının ilgisini oluşturmakla birlikte, sanatsal bir yaratı olarak gülmenin ortaya çıkışı öncelikle kendine mitlerde yer bulur.

Evrenin ve evrendeki her şeyi konu alan inanışlar aracılığıyla gülmenin önemini Sanders (2001) bir Mısır papirüsünden yaptığı aktarmayla şöyle belirtir:

“Başlangıçta gülme vardı. Yaklaşık olarak İÖ üçüncü yüzyılda yazılmış simya konusundaki bir Mısır papirüsüne göre dünya böyle oluşmuştur. Tanrı, yaratma ediminde tek bir sözcük, tek bir hece söyleyemez. Mısırlı Yaradan için sözcükler ve tümceler çok daha sonra gelecektir. “Olsun” sözü gereğinden sonra yetkecedir. İlk Mısır tanrısının Yaratı konusunda farklı, daha canlı ve daha temel bir yöntemi vardı r. Kaosla yüzleşir, onu kahkahayla uzaklaştırır, ışığın içine sevinç ve coşku dolu bir dünya salar: “Tanrı güldüğünde, dünyaya hükmedecek yedi tanrı dünyaya geldi... Kahkahaya boğulduğunda ışık oldu... İkinci kez kahkahaya boğulduğunda sular oluştu; yedinci kahkahasında ruh doğdu.” Bu tanrının gürültülü kahkahasıyla karşılaştırıldığında, yılanın kıskançlık dolu tıslaması, hava kaçırın eski bir araba lastiğini andırıyor. İki farklı kozmogoni, iki farklı hava. Ne zaman eski bir Mısırlı gülse, kendiliğinden havayı temizliyor, neşeyle dünyayı yeniden yaratıyordu (Sanders, 2001:17)”.

Gülmenin tarihi, yukarıdaki papirüste anlatılanlardan çok daha eski olmasına karşın, bu anlatım, gülmenin insan tarihinde ne denli önemli bir yere sahip olduğunu göstermesi bakımından önemli bir örnek sayılabilir.

Ağlama ve gülmek duygusu eski kil tabletlerinde arkeologların 1930’lu yıllardaki yaptıkları araştırmada iki temel duygusuydu. Ras Şamra adı verilen bu tabletleri uzun çalışmalarla inceleyen Danimarkalı bilim adamı Flemming Friis Hvidberg, Ba’al-aliyn Miti ve Baal’in Ölümü olarak adlandırılan iki dinsel metnin, yağmur, bereket ve bitkiler tanrısı Baal’in aynı anda ölümünü ve yeniden doğuşunu gözyaşları ve kahkahalarla kutlayan erken dönem bir Fenike-Kenan tapınma oyunundan söz ettiği sonucuna varmıştır. Bu tapınma yalnızca Kenan ülkesine erişmekle kalmamış, zamanla Nil’den Fırat’a uzanarak Anadolu’nun kuzeyine, daha da batıya ulaşmıştır. İki temel duyguyu birleştiren bu kutlamalar karşıt güçleri birleştiriyordu ( Sanders, 2001).

Tragedya ile komedyanın ayrımında da aynı durum söz konusudur. Antik Yunan’da Dionisos, en büyük Grek tanrısı Zeus ile Semele’nin birleşmesinden dünyaya gelir. Semele ölürken Dionisos’u doğurur. Öteki tanrılar gibi Dionisos da öldürülür; ama Zeus onu yeniden diriltir. Böylece, Dionisos, “iki kez doğan” anlamına gelen “ditrambos” niteliğini kazanır. Dionisos acı çekme ve ölümün, sevinç ve yaşam ikileminin tanrısıdır; onun için de tragedya ve komedyanın yaratıcısı sayılır (Nutku, 1985).

Yahudi geleneklerine göre abartılı yapılan mizah kendisini duyularına bıraktığını gösterir, bu yüzden mizah içeren söz sanatlarından ve mecazi ifadelerden uzak dururlar

(Sanders, 2001). Bu düşünceyle birlikte, Yahudilerde mizah ironiyle hayat bulurken abartılı gülmeler doğru sayılmaz.

Mizahın Antik Yunan'da ortaya çıkışı yergi ve komedyaya aracılığıyla sahnede karşımıza çıkar. Sokullu (1997), yerginin kusurlu olanı düzeltme yerine kötü olanı suçlamayı; kusurlu bireyi düzelterip toplumla bütünleştirme yerine onu toplumdan ayırmayı; hoşgörülü gülme yerine hoşgörülü alayı ve aşağılamayı içerdiğini belirtir. Komedyaya ise yıkmaktan çok düzeltme, onarma, bütünleştirme işlevi vardır ve ritüelin bir parçası olmaktan çıkıp bağımsız bir sanat olarak gelişmesinin Antik Yunan'da görüldüğünü söyler.

Platon mizaha eleştiri getiren ilk kişidir. Platon tarafından dile getirilmiş olan üç temel eleştiri vardır. Bunlardan ilki, mizahın insanların kusurları ile karşı karşıya getirdiğidir. İkincisi, bir şeye gülerken aptal ve sorumsuz bir duruma düşmemizdir. Üçüncüsü de Platon ve Aristoteles'in üstünlük kuramlarının bir sonucu olarak gülmenin toplumdışı bir eylem olarak sunulmasıdır (Morreall, 1997).

Antikçağdan sonra Ortaçağ Avrupa'sında dinsel öğeler mizaha engel olur ve devletin otoritesini zayıflatacağı endişesiyle olumsuz bir tepki görür. Dinin en önemli kavramlarından cennetle alay etmek olarak algılanması anlamına gelen gülme, cennetin şimdi ve burada yaşanabileceğini ima eder; çünkü kiliseye göre gülme cennetin karşılığı, ağlama ise cehennemin karşılığıdır. Dolayısıyla gülmenin dünyaya indirgenmesi bir bakıma cennetle alay etmek demektir (Sanders, 2001).

Bakhtin (2005)'e göre XVI. yüzyıl, Rabelais'in romanı ile gülmenin tarihinin zirvesini yansıtmaktadır. Rabelais'in özellikle Pantagruel ve Gargantua olmak üzere romanlarındaki kaba güldürü, palyaçolar, soytarılar, karnavallar bir bakıma Ortaçağ mizah kültürünün aynası olmuştur. Bu ayna görüşleride ikiye ayırmış ve Rabelais, romanlarında kaba güldürüyü kullanmasından dolayı Voltaire ve Lamartin gibi yazarlar tarafından eleştirilirken; Balzac, Hugo, Flaubert gibi yazarlar tarafından da el üstünde tutulmuştur.

XVI. ve XVII. yüzyıllarda İspanya'da Cervantes, Don Kişot'la modern romanın başlatıcısı sayılmış; İngiltere'de Shakespeare ise yazdığı tragedyalar ve komedylarla ün salmıştır.

Bunlara karşın batı uygarlığında ki mizah anlayışına göre İslam uygarlığındaki mizah daha ılımlı görülmektedir. Rozenhal (1997), Müslüman coğrafyasına ait notlarında İslam'ın tüm ciddiyetine ve ilerdeki kıyameti haber vermesine rağmen, bu coğrafyanın esprilere ve şaka oyunlarına her zaman büyük bir aşk duyduklarını belirtir. Fazla sınır tanımayan eğlenceye ve mizaha karşı açık bir rağbet var olmuştur. Müslümanlar ortaya çıkan iyi-kötü ikilemi ve ciddiyetin vermiş olduğu alaycılığı kendi eğlence edebiyatında konu edinmiştir.

Doğu uygarlığında, Doğu filozoflarına göre aşırı gülme, melankolik bir delilik işaretidir. Sarhoşların ve çocukların gülmeleri “ruhun sevinci” olarak açıklanabilir (Türkmen, 1998).

#### **2.1.4.1. Türk Tarihinde Genel Olarak Mizahın Yeri**

Edebiyatımızda “sözlü” ve “yazılı” olmak üzere temelde iki dönemde değerlendirilmektedir. Türk dilinin binlerce yıllık tarihsel bir geçmişi olmasına karşın, Türk edebiyatında mizah, öncelikle Divân-ı Lugatı't-Türk'te “külüt” terimiyle karşımıza çıkar. Külütün anlam ise “halk arasında ortaya çıkıp insanları güldüren şey, halk arasında gülünç olan nesne” biçiminde verilmiştir. Bu terim, uzun bir tarihî süreç içinde özellikle İslamiyet'in kabulünden sonra kıssa, mizah, nükte, latife, fıkra, gülüt biçimlerinde kullanılmıştır.

Türkler mizah duygusuna karşı her zaman açık olmuşlar ve sık sık kullanmışlardır. Her seviyeden her sınıftan insanlar mizahla ilgilenmişlerdir. Mizah tarih boyunca Türk insanının bir özelliği bir yaşayış tarzı olmuştur.

##### **2.1.4.1.1. Selçuklu Dönemi Mizahı**

Türk mizahını dönemlere ayırdığımızda karşımıza öncelikle Selçuklu Dönemi çıkar. Bu dönem, Türklerin Anadolu'ya iyiden iyiye yerleştikleri ve İslamiyet'in yaşandığı bir zaman dilimini içine alır.

Anadolu coğrafyasında tarihi seyri içerisinde Türklere ait ilk mizah ürünleri şüphesiz Selçuklu Türklerine aittir. Bu dönemde mizah; daha ziyade masalımsı olup, dededen toruna, kuşaktan kuşağa anlatıla gelen ve özellikle de çeşitli kahramanlara dair olayları

ihativa eden bir şekildedir (Türkmen, 2004). Bu özellikleri sebebiyle Osmanlılar döneminde de halk arasında etkisini devam ettirmiştir. Dede Korkut Masallarının içerisine serpiştirilen mizah unsurları, Keloğlan masalları ve Nasreddin Hoca'ya ait fıkralar, Selçuklu mizahına ait ana elemanlar olarak karşımıza çıkmaktadır (Türkmen, 1993).

Öngören (1998)'e göre Selçuklu mizahı bugün için folklorik bir nitelik taşımakta ve masal, tekerleme, bulmaca, fıkra, şiir, hikâye gibi çeşitleri bünyesinde barındıran saf bir yapıdadır.

Kortantamer (2004)'e göre Anadolu'ya gelen Türklerin bir mizahı vardı. En azından İslam öncesi döneme ait izler taşıyan Dede Korkut hikâyelerindeki mizahî çizgiler göçebe yaşantısından açık izler taşımaktadır. Özellikle Dede Korkut'taki Deli Dumrul hikâyesinde iki aykırı kültürün çatışmasından çıkan zengin mizahı izliyoruz. Deli Dumrul'un Azrail ile dövüşmesi ve birbirlerine sataşmaları ardındaki mizahı görmekteyiz.

Selçuklu mizahına “sözlü” kültürde özellikle iki tip damgasını vurur. Bunlardan birincisi Nasrettin Hoca, ikincisi de Keloğlan'dır. Her iki tip de Anadolu insanının saflığını, temiz kalpliliğini göstermenin yanında, aynı zamanda zekâsıyla zor bir durumdan kolayca nasıl çıktığının da sembolleri olmuştur.

Selçuklu döneminde yazılı mizah örnekleri çok olmamasına karşın, Yunus Emre ve Mevlana'nın yazdığı eserlerde yer yer mizah unsurları görülür. Mevlana'nın Mesnevi, Fihi Mâfih ve Mecâlis-i Sebâ adlı eserlerinde mizah unsurları görmek mümkündür (Kortantamer, 2004).

#### **2.1.4.1.2. Osmanlı Dönemi Mizahı**

Osmanlı mizahı, tıpkı diğer ürünlerinde de görüldüğü gibi, Osmanlı'nın kuruluşuyla başlamamıştır. Osmanlıların ilk dönemleri Büyük Selçuklu Devleti, Anadolu Selçuklu Devleti ve diğer Anadolu Beyliklerinden ayrı düşünülemez. Buna bağlı olarak Osmanlı mizahının doğması ve gelişmesinde Nasrettin Hoca'nın ve Keloğlan masallarının etkisi görülür. Nasrettin Hoca ve Keloğlan, dönemin Anadolu insanın temsilcileridir.



Öngören (1998)'e göre Osmanlı mizahı bir Ortaçağ mizahıdır ve bütün Ortaçağ ilgileri gibi, birtakım lonca örgütlenmeleri içinde gelişmiştir. Ayrıca her lonca, Osmanlı'da kendini belirli tarikatlara bağlamıştır. Öngören bununla ilgili olarak Karagöz'le Nakşibendi tarikatını, Bektaşî fıkralarıyla da Bektaşîliği ilişkilendirir. Öngören (2004), Osmanlı mizahını fetihden önce İstanbul mizahı olarak tanımlar. İstanbul'un fethine kadar Osmanlı mizahına Selçuklu mizahı hakimken, fetihle birlikte bir bakıma saray mizahı doğmuştur.

Türkmen'e göre ise hiçbir lonca ile ilişkisi olmayan çok zengin halk mizahı da Osmanlı mizahının içindedir. Yine kendi çevresinde kalmış nice mahallî fıkra tipleri, çeşitli meslekleri konu alan fıkra tipleri, bölge tipleri vb. sayısız tipleri, lonca ve tarikata bağlamak doğru olmaz. Herkesin başına gelebilecek yüzlerce olay fıkralara konu olabilmektedir. Hepsinin lonca kanalıyla bir tarikata bağlanması mümkün değildir. Bu dönemde şiir, fıkra, latife, nükte vb. mizah türleri yanında Karagöz, orta oyunu, meddah gibi seyirlik mizahî türleri de görmek mümkündür (Türkmen, 2000).

Osmanlı mizahı denilince; tek bir millet ve tek bir kültürle sınırlanamayan 600 yıllık bir mizah anlayışı anlaşılmalıdır. Bu anlayış daha ziyade İstanbul merkezli gelişmiştir (Türkmen, 1993). Bu alan üzerine çalışanların edindikleri ilk izlenim, Osmanlı mizahının durağan ve değişmez olduğu konusundadır. Karagöz oyunları ele alındığında bu durum daha iyi görünmektedir. Tüm Osmanlı tarihine bakıldığı zaman bu oyunlara ait perde, kahramanlar ve figürler, birkaç istisnası haricinde hiç değişmeden devam etmiştir. Aynı durumu diğer kültür özellikleri için, örneğin bir divan şiiri söz konusu olunca da aynıdır (Türkmen, 1993).

Osmanlı mizahının bir diğer özelliği, iki kültürlü bir yapıdan geliyor olmasındadır. Aynen divan-halk edebiyatı ikilemesinde görüldüğü gibi; Hacivat-Karagöz, Kavuklu-Pişekâr tiplerini bu ikili kültürün sembolleri olup, bu tipler arasında her zaman bir karşılaşma veya karşılaştırma vardır. Bu açıklamaya göre: Karagöz halkın değerlerini ve kültürünü temsil eden bir öge iken Hacivat, iyi eğitim almış, başkent kültürünü özümsemiş, tarikat öğretileri ile terbiye edilmiş, Divan Edebiyatını, Osmanlı Müziğini iyi bilen bir aydın tipi çizmektedir. Üstelik bu aydın, her karşılaştıklarında Karagöz'ü eğitmekle meşgul olmaktadır. Ancak Karagöz her söyleneni yanlış anlamakta ve bu şekilde mizah ortaya çıkmaktadır (Türkmen, 1993).

Bu dönem, başta fıkra ve nüktelerden oluşan letaifnameler, şenliklere dayalı surnameler, mesneviler, gazellerle yazılı mizahı oluştururken öte yandan sözlü mizah yönünden de zengin bir edebiyat bırakmıştır. Belli bir zümreyi temsil eden Bektaşî fıkraları, bireysel tipler olan Bekri Mustafa, İncili Çavuş fıkraları sözlü mizahın devam etmesinde Nasrettin Hoca'yla birlikte aracılık etmişlerdir. Günümüze kadar gelen bu fıkra tiplerinin yanında, fıkra kadrosunda toplumun her kesimindeki insanların oluşturduğu söylenebilir (Karadağ, 1999).

Osmanlı mizahı içinde sadece Anadolu'da yaratılan tipler bulunmaz, Aldar Köse gibi, Kemine gibi, Ahmet Akay ve Esenpolat gibi çeşitli Türk boylarına ait tipler de girer. Azınlık tipleri ise, imparatorluğun coğrafyasında yaşayan etnik ve dinî bakımdan farklı olan çeşitli grupların yarattığı tiplerdir. En yaygın olanları Rum, Yahudi ve Ermeni tipleridir (Türkmen, 2000).

Osmanlı döneminde ortaya çıkan bir başka mizah türü ise çeşitli eğlencelere dayalı seyirlik gösterilerdir. Bu seyirlik gösterilerin sergilendiği yerlerin başında kahvehaneler gelir. Osmanlı döneminde, Türklerin kahvehanelerde bulunmalarının en zevkli yanının hikâyeler anlatıp fıkralar, şiirler söyleyen meddah kişiliğidir (Nutku, 1997).

Mısır'dan gelen daha sonra kesin biçimini alan Türk gölge oyununda Karagöz, Türk toplumu içinde yaygınlaşmış, yalnızca Ramazan'da, sarayda ve belli yerlerde değil, Anadolu'nun çeşitli şehirlerinde de oynanmıştır (Nutku, 1985).

Osmanlı mizahında önemli yer tutan bir başka tür ise "orta oyunu"dur. İmparatorluğun ilk dönemlerinde rağbet görse de daha sonra büyük sanatkârların birer birer eksilmesi yüzünden gücünü kaybetmiş ve ortadan kalkmıştır (Türkmen, 1991).

Tanzimat'la birlikte Batı'dan gelen roman, modern tiyatro, deneme, makale vb. türler edebiyatta yeni bir yönelimin habercisi niteliğindedir. Bu yönelimden mizah da nasibini alır. Örneğin, Şinasi'nin Şair Evlenmesi, Ahmet Mithat Efendi'nin Felatun Bey'le Rakım Efendi ve Letâif-i Rivayet, Emin Nihad'ın Müsameratnâme gibi eserleri mizahî dille yazılır. Ayrıca Ziya Paşa'nın Zafernâme ve Terkib-i Bend'inde ya da Eşref'in şiirlerinde görüldüğü gibi mizah dilinin hicve kaydığı eserlere de rastlanır.

Tanzimat'ta Osmanlı döneminde İlk mizah dergisi olan Diyojen (1870) dergisi, Teodor Kasap tarafından Tanzimat döneminde çıkarılır. Bu dergi Türk mizahı açısından yeni bir yönelimin başlangıcı olacaktır. Diyojen'le birlikte mizah, artık kendini dergi ve

gazetelerde göstermeye başlar. Bu derginin ardından Hayal (1871), Çingiraklı Tatar (1872), Latife (1873), Kamer (1873), Şafak (1874), Kahkaha (1874), Geveze (1875), Meddah (1875), Çaylak (1876) dergileri çıkarılır. Bu dergiler Rum ve Ermeni kökenli vatandaşlar tarafından çıkarılmıştır.

II. Meşrutiyet'in ilanı ile birlikte geçici olarak estirilen hürriyet havasıyla iki ay gibi kısa bir süre içerisinde 35 -40 adet mizah dergisi yayınlanmıştır. Artık dergiler daha çok desen ve karikatür ile basılıyor ve daha büyük boyda ve fazla sayfa ile müşterilerinin karşısına çıkıyorlardı. Bu dönemden sonra batılı tarzda mizah yayınları artarak, yazılı mizah eserleri yaygınlaşmış, buna karşın geleneksel Osmanlı mizah kültürü gitgide önemini yitirmeye başlamıştır. Karagöz Loncası 1908 yılında kapanmış ama beş yıl daha hayal perdesi eski canlılığında devam edebilmiştir (Öngören, 1993).

Kurtuluş Savaşı yıllarına gelindiğinde mizahı hükümetler biçimlendirir. Ankara Hükümetini tutan mizah dergisi Güleryüz'ü Sedat Simavi çıkarır; İstanbul Hükümetini tutan Aydede dergisini ise Refik Halit Karay çıkarır. Daha sonra ise Aydede'nin aynı kadrosu, aynı biçim ve yapıyla yeni bir dergiye Akbaba dergisine dönüşür (Derman, 1984).

#### **2.1.4.1.3. Cumhuriyet Dönemi Türk Mizahı**

Cumhuriyet'le başlayan süreçte belli süreler içinde siyasî ve sosyal olaylar yaşanmıştır. 1923'ten 1928'e yeni yazıya geçişe kadarki süreç, 1928'den 1940'taki İkinci Dünya Savaşı'nın başladığı yıllar arası, 1940-1945 İkinci Dünya Savaşı, 1945-1950 yılları arası tek partili hayattan çok partili hayata geçiş yılları, 1950-1960 Demokrat Parti dönemi, ardından 1960-1970, 1970-1980, 1980-1990 askerî darbeler ve muhtıralar dönemi olarak adlandırılabilir.

Türk mizahı Cumhuriyet dönemine Karagöz, Güleryüz, Akbaba, Zümrüdüanka, Kelebek dergi ve gazetelerini görmekteyiz (Derman, 1984). Yine bu dönemde Neyzen Tevfik, Halil Nihat Boztepe, Sermet Muhtar Alus, Ercüment Ekrem Talu, Osman Celal Kaygılı, Orhan Seyfi Orhon, Yusuf Ziya Ortaç, Fahri Celaleddin, Namdar Rahmi Karatay, Faruk Nafiz Çamlıbel, Nurettin Artman gibi şair ve yazarlar göze çarpar (Öngören, 1998).

Yeni yazıya geçiş dönemine kadar Akbaba, Karagöz ve karikatür dergileri ve Keloğlan ve Nasrettin hoca derlemeleri yazıyla birlikte göze çarpar. İkinci Dünya Savaşı döneminde kuyrukta yağ, gaz alma olayları, savaşın olumsuz tarafları mizaha konu alınır. Özellikle Türk sinemasında bu olaylar sık sık işlenmiş ve mizahi karakterler ile oynanarak Türk halkının hala izlemekte olduğu yapıtlara dönüşmüştür.

Cumhuriyet mizahı, en etkili günlerini 1946-1950 arasında yaşar. Bu dönemde, mizahı canlandıracak birçok şartlar meydana gelir. Bu dönemde yayınlanan dergi Markopaşa, siyasî bir hareketin temsilcisi olarak görülür. Markopaşa, siyasi mizah alanında o dönemde yayılan ve getirilen yasaklar karşısında, zamanla adını Bizim Markopaşa, Malum Paşa gibi adlarla değiştirerek yayınıını sürdüren bir dergidir. Demokrat Parti döneminde Markopaşa dergisi yanında birçok mizahî dergi de çıkar. Karakedi, yeniden yayına başlayan Akbaba (1952), Tef (1956), Dolmuş (1956) döneme damgasına vuran dergilerdendir.

1950-1960'lı yıllar, Aziz Nesin, Rifat Ilgaz, Orhan Kemal, Haldun Taner gibi yazarların yazdıkları mizahî hikâye ve oyunlarla öne çıkarlar. 1970'li yıllarda ise mizah dergiciliği ve mizah yazarlığı artmakla birlikte 1950 ve 1960'lı yıllardaki seviyesine ulaşamaz. 1970'li yıllarla birlikte televizyonların kendini iyiden iyiye baskın hâle gelmesiyle mizah, bir bakıma yön değiştirir ve Batılı tarzda mizahî dizi filmler yaygınlık kazanır.

### **2.1.5. Mizah Kuramları**

Yüzyıllardır ilgi çekici konu olan mizah tüm medeniyetlerde kendini göstermiştir. Bazı medeniyetlerde daha fazla bazılarında daha az gündeme gelen mizah teori anlamında üretim gerçekleşmesi zaman almıştır.

Kavramın kökeni yüzyıllar öncesine dayanmaktaysa da, mizah her dönemde bugün anıldığı gibi olumlu bir özellik olarak kabul edilmemiştir. XVII. yüzyıl Avrupa'sında mizah, sosyal normlardan sapmayı, tuhaf davranışları ve karakterleri betimleyen bir kavram olarak kullanılmaktaydı. Tuhaf davranışlara sahip kimselere gülünmesi nedeniyle de kavram ilk kez komik içeriğine kavuşmuştu (Ruch, 1998).

Daha sonraları kavram, mizahla uğraşan ve diğerlerini güldürmekte yetenekli olan kimseleri betimlemek için kullanılmıştır. Ancak bu ifade bile mizaha bugün yaygın bir şekilde yüklenen olumlu anlamdan uzaktır. On yedinci yüzyılın sonlarına değin mizah, olumlu bir özellik olarak görülmemiştir (Ruch, 1998). Bu dönemde tuhaf karakterlere gülmektense, insanların nazikçe gülümsemeleri ve çevrelerindeki dünyaya hoşgörü göstermeleri gerektiği vurgulanmıştır. Bu şekilde mizah, tuhaf ve alışılmadık davranışlara ve bu davranışlara gülünmesine bağlı olarak kazandığı olumsuz yükünü on sekizinci yüzyıldaki insancıl hareketlerin etkisiyle yitirmiştir. Böylece mizah etik olarak niteliksiz bir kavram olmaktan çıkarak olumlu ve ahlaki olarak üstün bir özellik ve erdem olmuştur.

Tarihsel süreç içerisinde mizah kavramının çok farklı biçimlerde açıklandığı ve çok farklı içeriklere sahip olabildiği bilinmektedir (Martin, 1998). Mizaha ilişkin kuramlar gözden geçirildiğinde birbirinden çok farklı yaklaşımlarla karşılaşmak mümkündür. Mizahın zararlı ya da zararsız olmasına göre çeşitli yaklaşımlar kendini göstermiş ve bazı yazarlar mizahın mantığa olan üstünlüğüne ve insanın evriminin işareti olduğuna değinirken bazıları alay ve kırıcılığa dayandığı için istenmeyen özellikler kategorisinde yer alması gerektiğini dile getirmişlerdir (Keith-Spiegel, 1972).

Mizahın doğası hakkında mizah kuramcılarının farklı düşünceleri vardır (Yerlikaya, 2003). Mizah duygusunu anlamaya ve temellendirmeye çalışan mizah kuramları farklı kaynaklarda farklı biçimlerde kategorilere ayrılmıştır.

Mosak (1987)'a göre mizah kuramları; kötüleme, aşağılama ile bağlantılı mizah kuramları, uyuşmazlık ile bağlantılı mizah kuramları, rahatlama ile bağlantılı mizah kuramlarıdır.

Blythe (1999)'ın sınıflandırmasına göre mizah kuramları; bilişsel algı kuramları, sosyal davranış kuramları, psikanalitik kuramlar.

Özünü (1999)'ye göre mizah kuramları; üstünlük kuramları, uyuşmazlık kuramları, psikanalitik kuramlar, kavrama kuramları olarak sınıflandırılmıştır.

Mizahı açıklamak için yüzden fazla teori tanımlanmıştır. En genel anlamda Keith Spiegel mizah kuramlarını açıklamak için 8 farklı tipoloji oluşturmuştur. Bunlar: Biyolojik / evrim / içgüdü teorileri (Darwin), üstünlük teorileri (Hobbes), uyuşmazlık teorileri (Kant), sürpriz teorileri (Descartes), karşıt değerlilik / belirsizlik teorileri

(Joubert), rahatlatıcı/ferahlatıcı teoriler (Spencer), düzenleyici / biçimlendirici teoriler (Maier), Psikanalitik (Freud) teorilerdir.

Moran (1996)'a göre, günümüzde mizahı açıklayan çok sayıda teoride, mizahın temel olarak iki karakteristik özelliğine vurgu yapılmaktadır. Birincisi, mizah baskıyı, gerginliği azaltıcı bir yapı sağlar. İkincisi, mizah bir durum ya da olay hakkında tekrar yorum yapmamızı sağlar (Akt. İlhan, 2005).

Mizah konusundaki yaklaşımlara ilişkin farklı sınıflandırmalar yapmak mümkün olmakla birlikte (Yerlikaya, 2003), tarih boyunca mizah konusuna olan yaklaşımlara bakıldığında bu konudaki kuramların 3 ana başlıkta toplandıkları görülmektedir. Üstünlük / küçümseme kuramları, psikanalitik kuram ve uyuşmazlık kuramlarıdır.

#### **2.1.5.1. Üstünlük Kuramı**

Mizah kuramlarından en eskilerinden biri olan üstünlük kuramı gülme durumunun, başkalarındaki davranışlara bağlı olarak kendilerinde gördükleri üstünlük ile oluştuğunu ileri sürer. Buna göre kişiler başka insanların davranışlarını, içinde buldukları durumları, çevrelerini doğal olarak kontrol etmektedirler. Çevrelerindeki insanların düştükleri zor bir durumu gördüklerinde ise, kendileri aynı duruma düşmedikleri için mutluluk duymakta ve zor duruma düşenlere karşı bir üstünlük hissetmektedirler. Başkalarının düştüğü hatalar bizlere keyif veren davranışlara dönüşmektedir.

Bu kurama göre, kişinin yaşanan bir olumsuz durum karşısında bu olumsuzluğu kendisinde görmemesi bir üstünlük belirtisidir. Diğer insanlar ya da durumlar karşısında yaşanan zafer duygusunun kökleri, kuramın temelini oluşturur. Diğer insanlara göre kendimizi daha az aptal, daha az çirkin, daha az şansız ve daha az güçsüz hissetmek bizi sevindirir (Yerlikaya, 2003). Herhangi bir gülmece ögesini, fıkrayı; okuyan, duyan, seyreden bir kimse olay kahramanının yaptığı yanlışlığı kendisinin yapmayacağından emin olarak kendisini gülmece kahramanından daha üstün hisseder, bir rahatlama duyar, bu durum hoşuna gider ve güler (Özünü, 1999).

Morreall (1997) ise düşüncelerini açıklarken üstünlük kuramında, kendilerine karşı fiziksel cesaret, zekâ ya da bir başka insanî özellik konusunda üstünlük duyduğumuz kişilere güleriz, bu ise onları alaya almaktır; bu anlamda, üstünlük duygusu bizi, o insanlara karşı davranışlarımızda, hor gören bir saygısız durumuna düşürür. Bu açıdan

bir kişinin ya da kişi olarak ele aldığımız herhangi bir şeyin dışındaki hiçbir şeye gülmemiz olanaklı değildir; bunun nedeni de, kendimizi ancak kendi türümüzde varlıklarla, yani diğer insanlarla karşılaştırabilir ve böylece üstünlük duyabilir olmamızdır. Cansız nesnelere ya da durumlarla alay etmeyiz. Dolayısıyla bir kişiyi, görünüşte onunla bağlantısı olan bir takım nesnelere kötüye kullanarak taklit edebiliriz demektir.

Hobbes'a göre, insan ırkı birbiriyle sürekli savaş içinde olan bireylerin bir koleksiyonudur. Sürekli güç arzusunda olan insanların içlerini, bir kavga kazandıklarında birdenbire bir yücelik duygusu kaplamaktadır. Bu doğrultuda gülme, bir kendi kendini kutlamadır ve her şeye karşı bütün savaşta kişinin kendisini daha önceki halinden ya da bir başkasından iyi görme duygusu üzerinde yükselmektedir (Morreall, 1997).

Ünlü şairlerden biri olan Fransız Şair Baudelaire ise gülme hakkındaki görüşlerini açıklarken, gülme kişinin kendini üstün bulma düşüncesinden doğar. Bu düşünce son derece şeytansı bir düşünce. İçinde gurur ve mantık dışına çıkma var. Apaçık ortadaki tımarhanedeki delilerin tümü aşırı biçimde gelişimi üstünlük duygusuna sahip kişiler. Alçak gönüllü bir deli tanımadım ben. Bilmenizi isterim ki, deliliğin en çok, en sık görülen dışa vurum yollarından biri gülmedir. Şunu da bilin ki, her şey birbirine denk düşer ve gülme dediğimiz ortaya çıkar şeklinde dile getirmiştir (Yalçın, 1997).

Gruner (1997), ise üstünlük kuramından hareketle her mizahi öğede kaybeden ve kazananın olduğunu, mizah karşıtlık içerdiğini ve sürpriz bir şeye ihtiyaç duyduğunu söyler.

Bergson (1996), bizi güldüren şeylerin başkalarının kusurları olduğunu genel olarak kabul etmekle birlikte mizahın arı zekâyâ seslendiğini ve gülmenin heyecanla bağdaşmayacağını ileri sürmüştür. Bu kusurların gülünç olabilmesi için bizi duygulandırması gerçekten zorunlu tek koşuldur. Bergson'a göre gülme, açığa vurulmayan bir utandırma amacıyla birlikte dıştan bir düzeltme amacı taşır (Bergson, 1996).

### 2.1.5.2. Rahatlama Kuramı

Bu kuramı ilk ortaya atan Descartes, zarar gelmeyecek kötülükten duyulan bir sevinç olarak belirtir (Türkmen, 1994). Bu kuram, bir bakıma mizahın ürettiği gülme, sevinme, haz alma, memnuniyet gibi duygu ve davranışları içermektedir.

Bu kurama göre espriler, bireyin normalde bastırılacak olan cinsel ve saldırgan duygularını ifade etmesine izin veren birtakım teknikleri kapsar. Bu dürtüler basit haz ifadeleri olabileceği gibi karmaşık engelleme ifadeleri de olabilir (Martin, 1998).

Bu kurama göre toplum tarafından yasaklanan cinsellik ve saldırganlık dürtüleri vardır. Böyle sınırlamalar, insanların cinsel arzularını baskı altında tutmalarına neden olur ve ne zaman ki biri, örneğin bir komedyen, tabuları yıkar ve cinsellik üzerine konuşursa, yasaklanmış olan cinsellikle ilgili düşünceleri kışkırtır ve baskı altında tutulan cinsel enerjinin bir kısmını gülmeye salıvermesine yol açar. Böylece bastırılan duygular açığa çıkmış olur (Morreall, 1997).

Morreall (1997)'in belirttiği bir başka rahatlama özelliği, vaktiyle var olan enerjiyle değil, gülme durumunun kendisi sayesinde biriken enerjiyle rahatlama değildir. Cinsellik ve düşmanlık içermeyen belirli fıkraları dinlediğimiz zaman, örneğin öyküdeki karakterlere ilişkin anlatım, bizde çeşitli duygular uyandırabilir. Ancak daha sonra anlatının son cümlesinde öykü umulmadık bir biçimde sonuçlandırılabilir ya da karakterlerin düşündüğümüz gibi olmadıkları gösterilir; bunun sonunda, biriktirilmiş olan duygusal enerji, artık gereksizleşir ve rahatlama istenir. Bu enerjinin açığa çıkarılması, rahatlama kuramının en basit anlatımına göre, “gülme”dir.

Bu kurama dayanan diğer kuramcı Freud'dur. Psikanalitik kurucusu gülmeyi saldırı isteğinin gerçeklerle çakışması sonucu ortaya çıkan tersliğin yarattığı durum olarak görür (Özünü, 1999). Freud'a göre, gülmedeki temel zevk, ruhsal enerjinin biriktirilmesidir; gülmek bu enerjinin başka bir yerde kullanılmasıdır.

Mizah ve gülmecenin kaynakları arasındaki farklılık Freud tarafından ortaya konmuş ve mizah sınırlı anlamıyla kabul edilmeyen saldırgan ve cinsel dürtülerin açığa çıkmasını sağlayan sağlıklı bir savunma mekanizması olarak ele alınmıştır. Mizah, bireyin şanssızlık ve sıkıntılara yansız bir bakış açısı geliştirmesini sağlayabilmektedir. Freud, mizahın daraltılmış tanımını kendi yaklaşımı içerisinde erdemli ve insancıl bir biçimde



ele almıştır. Onun bakış açısına göre mizah ruh sağlığının ve mutluluğun göstergesi olan bir kavram olarak ele alınmıştır (Akt. Eroğlu, 2003).

Maslow, Allport ve Vaillant gibi kuramcılar da sağlıklı mizah duygusu konusunda Freud'la benzer görüşleri paylaşmışlardır. Bu kuramcılar sağlıklı ve olgunlaşmış bir kişiliğin göstergelerinden birinin de, düşmanca olmayan, kendini olduğu gibi kabul edebilmeyi içeren ve kendi eksiklikleri ile dalga geçebilmeyi becerebilen bir mizah tarzı olduğunu ifade etmişlerdir (Akt. Eroğlu, 2003).

Freud mizah hakkında yazıyı doğrudan yazmamıştır. Her bireyin mizah anlayışına bakan Freud için diğer teorisyenler onun bu anlayışına göre birçok çıkarımda bulunmuştur. Buna göre; saldırgan şakaları daha komik bulanlar, saldırgan dürtülerini bastırılmış kişilerdir, cinsel içerikli şakaları daha komik bulanlar, cinselliklerini bastırılmış kişilerdir. Temel savunma mekanizması bastırma olanlar ve superegoaları çok güçlü olanlar şakalara gülmezler. Psikopatlar, bastırma mekanizmalarını ortadan kaldırmaya ihtiyaç duymadıklarından şakaları eğlenceli bulmazlar. Çoğu nükte, düşmanlık barındırdığından, nükteler güçlü bilinçaltı saldırganlık öğelerini barındırır. Nükteliler normal popülasyondan daha nörotiktir. Bastırma mekanizması güçlü kişiler, basit şakalardan ziyade daha karmaşık şakaları tercih ederler (Martin, 1998)

Esprilerden ve gülünçten ayrı bir kategori olarak mizahi haz, duygu harcamasındaki tasarruftan doğar. Acıma duygusundan tasarruf, mizahi hazzın en sık kullanılan kaynaklarından biridir. Mizah türü, mizahın lehine tasarruf edilen duygunun doğasına göre olağanüstü değişiklik gösterir (Freud, 1998). Diğer bir deyişle bireyin normalde korku, üzüntü ya da öfke gibi olumsuz duygular yaşamasına yol açacak durumlarda, eğlendirici ya da birbiriyle uyuşmayan bir takım bileşenlerin algılanması kişinin bu olumsuz duyguları yaşamamasını sağlar (Martin, 1998). Savunma süreçleri, kaçma refleksinin ruhsal karşılıkları olup içsel kaynaklardan gelen hoşnutsuzluğun yaygınlaşmasını önleme görevini yerine getirirler. Mizah bu savunucu süreçlerin en üstünü sayılabilir. O bastırmanın yaptığı gibi huzursuz edici duyguyu taşıyan düşünsel içeriği bilinçli dikkatten kaçırmayı küçümser ve böylece savunmanın otomatizminin üstesinden gelir. Bütünde mizah, gülünce, espriden daha yakındır (Freud, 1998).

Freud'a göre mizah emosyonel enerjiyi korumayı sağlamaktadır. Mizahın özünün birinin kendisini durumdan ayırarak, emosyonel değişime şaka yapmayla doğallık kattığını belirtmiştir. Mizah, baş etme stratejisi olarak Freud gibi pek çok teorisyen tarafından mizah alkışlanmıştır.

Freud, zeka ya da başka zihinsel süreçlerden haz üretmeyi amaçlayan bir etkinlik olduğunu öne sürmüştür (Freud, 1998).

Freud, rüyalar ve şakalar arasında benzerlikler ve analogiler kurarak söz ve bilinçdışının ilişkisini içeren bir teori kurmuştur. Freud, bu ilişkiyi şöyle kurar; her ikisi de açık ifade edemediklerimizi dolaylı yollarla anlatma özelliğine sahiptir. Mizah, bilinçdışı ile aynı özelliklere sahiptir. Freud iki tür şakadan bahseder: Saf ve kasıtlı şakalar. Saf şakaların etkisi basit bir gülümseme iken, kasıtlı şakalar insanların kahkahalara boğulmasıdır. Kasıtlı şakalar müstehcen, düşmanca ve sinsi hikâyeler içermektedir. Kasıtlı esprilerde üç kişiye ihtiyaç vardır: Espriyi yapan, saldırının nesnesi olan ve zevki üreten (İkiz, 1998).

Freud espri yapılırken birincil ve ikincil süreçlerin olduğunu söyler. Birincil süreç daha önemlidir. Çünkü bu süreçte çocukluğa dönme görülür. Espriden alınan zevk, çocuksu davranışlara dönme ve yetişkin olmanın kısıtlılığını üzerinden atmanın verdiği zevktir. Zevkin diğer kaynağı ise bastırılan dürtülerin serbest kalmasındadır. Freud'a göre, birincil sürecin ikincil sürecin yerini alması ruhsal enerjide artırım sağlar. Egonun bu enerjisi, gülme biçimine dönüşerek harcanmaya hazır hale gelir (Brenner, 1993). Freud, neşeli olma deneyimini üç farklı türe ya da kategoriye ayırmıştır: şaka, komedi ve mizah. Şakalar bize, normal şekilde ifade edemediğimiz ve bilinç dışında hapsettiğimiz cinsellik ve saldırganlık dürtülerimizi kelimelerle oynayarak yani; onların kısaltarak, birleştirerek, yer değiştirerek ifade etme imkânı verir (Akt. İlhan, 2005). Böylece normalde bu dürtüleri bastırmaya yarayan enerji açıkta kalır ve kahkahaya dönüşür (Akt. Küçükbayındır, 2003).

Freud'un ikinci kategorisinde yer alan komedi ise palyaçolar ve gürültülü komediler gibi sözel olmayan şenlikleri içerir. Freud'a göre bu tip komedileri izlerken kişiler anlama, kavrama gibi zihinsel enerjinin bir kısmını komedyenin bir sonraki hareketinin ne olacağını tahmin etmek için seferber ederler. Tahminler doğru çıkmayınca ise bu enerji boşa kalır ve kahkahaya dönüşür (Küçükbayındır, 2003). Freud'a göre komik,

çocukluğa ait kaybedilen gülmeyi tekrar kazanma olarak tanımladığı, başkalarında ve kendimizdeki çocuksu gülme davranışlarıdır (Akt. İlhan, 2005).

Son olarak Freud (1998), üçüncü kategoride ele aldığı mizahı, şaka ve komikten ayırır ve hoş olmayan duygusal durumlardan kurtulmak için kullandığımız bir çeşit savunma mekanizması olarak tanımlar (Akt. İlhan, 2005). Diğer bir deyişle bireyin normalde korku, üzüntü yâda öfke gibi olumsuz duygular yaşamasına yol açacak durumlarda, eğlendirici ya da birbiriyle uyuşmayan bir takım bileşenlerin algılanması kişinin bu olumsuz duyguları yaşamamasını sağlar (Akt. Yerlikaya, 2003).

Rahatlama kuramcıları, sıkıntıdan ve stresten kurtulma, rahatlama üzerinde yoğunlaşmışlardır. Rahatlama kuramı, uyumsuzluk ve üstünlük teorileri ile birleşen bir alana sahiptir. Örneğin; tehlikenin ortadan kalkması ile duyulan rahatlama veya önceki durumdan daha iyi bir durumda bulunmanın verdiği duygu, gülme nedenidir diyen rahatlama kuramı ve üstünlük kuramı aynı alanda birleşmektedir.

### **2.1.5.3. Uyuşmazlık Kuramı**

Uyuşmazlık teorileri mizahı, fikir veya kavramlardaki tutarsızlıkların keşif edilmesi olarak tanımlamaktadır. Bir şaka veya yaşanan durumdaki ironiyi anlayabilecek kapasitede olmak zekâsal kıvraklık gerektirir.

Uyuşmazlık teorileri, mizahın bilişsel öğelerine odaklanır. Bu yaklaşıma göre mizah, normalde birbirinden tamamen farklı olan fikirleri, kavramları ya da durumları şaşırtıcı ya da beklenmedik bir şekilde bir araya getirir. Mizah anlayışını, yaratıcılık ve zekâ ile ilişkilendirir. Mizahı takdir etmekten ziyade mizah yaratmayı ya da kavramayı vurgulayan tanımlar ve kendini değerlendirmeye dayalı ölçümlerden ziyade yeteneği, performansı ve davranışları gözlemleyerek ölçüm yapmanın vurgusunu yapar. Öte yandan mizahı; bilişsel karmaşıklık, belirsizliğe karşı tolerans ve kesinlik ihtiyacı gibi kavramları da içeren bilişsel tarz farklılıkları açısından ele alır. Bilişsel olarak daha karmaşık olanlar daha karmaşık yapıları içeren mizahtan hoşlanırken, bilişsel yöneliminde daha somut olanlar daha az belirsizlik içeren mizahtan hoşlanabilir. Mizahın üretilmesinden ziyade mizahın takdir edilmesine vurgu yapar ve mizahın temasından ve içeriğinden ziyade tercih edilen mizah uyarısının yapısına odaklanır. Pek çok sayıda araştırma mizah anlayışını yaratıcılığın bir formu olarak araştırmıştır; mizah

yaratma yeteneği ve yaratıcılık yetenekleri arasında oldukça yakın bir ilişki bulmuştur (Martin, 1998).

Uyuşmazlık kuramı, her şeyden önce metinden uzaklaşma, bir bakıma konu dışına çıkma ve zihnimizin bilişsel yapısıyla ilgilidir. Bu kuram doğruluğunu kabul ettiğimiz herhangi bir durumun, sözün, davranışın beklenmedik biçimde dışına çıkılmasıyla ilgilidir. Bu kurama göre, herhangi bir gülmece metninde olayların akışında, dinleyici ya da okuyucuda, olayların nasıl sona ereceğine ilişkin bir beklenti vardır. Olaylar beklenilenin dışında geliştiği zaman, insanlar bir çeşit şoka uğrarlar. Umulanın tersi bulunduğunda, o sonuç insanların gülmesine neden olur (znl, 1999).

Eğlence, stnlk kuramı için birincil derecede etkili iken uyumsuzluk kuramı için umulmadık, mantıksız ya da şöyle böyle uygunsuz olan bir şeye karşı gösterilen tepkidir. Her iki kuramda da gülmeyi başlatan belli bir ikilik ya da karşıtlık vardır, ancak üstünlük kuramı, bu ikiliğin glenin kendini değerlendirmesi ile başka birini değerlendirmesi arasında olması gerektiği yolunda fazlasıyla kısıtlı bir iddiada bulunur (Morreall, 1997). Morreal tüm gülme ve mizahi durumları açıklayamayacağını düşünerek bu kuramı diğer kuramlar gibi yetersiz görmektedir. Bu durumu açıklarken, Uyumsuzluk, bütün mizah durumlarda rahatlıkla söz konusu olabilir; ancak mizah olmayan birçok gülme durumunda söz konusu olmamaktadır demektedir. Bu nedenle, uyumsuzluk kuramı, genel bir gülme kuramı olarak kabul edilmeyecektir (Morreall, 1997).

Schopenhauer (1819)'a göre gülmenin nedeni, ilişkili olduğunu düşündüğümüz nesnelere ve kavramlar arasındaki uyumsuzluğın aniden algılanmasıdır ve gülme bu uyumsuzluğın ifadesidir. Bir düşünce ve algı arasında bir çelişki olduğunda algı her zaman doğrudur. Bu nedenle, Schopenhauer'a göre bir algının düşünce üzerinde doğruluğunun gerçekleşmesi hazza yol açar (Akt. Keith-Spiegel, 1972).

Spencer (1860) ise her uyumsuzluğın gülmeye neden olamayacağını, yalnızca azalan bir uyumsuzluk durumunun gülmeye yol açacağını belirtmiştir. Örneğin, dikkate alınmayacak kadar küçük bir varlık beklenmedik bir biçimde büyük bir şeye dönüştüğünde yani artan bir uyumsuzluk durumunda ortaya çıkan duygu merak olacaktır (Akt. Keith-Spiegel, 1972).

Uyuşmazlık kuramlarından bir diğeri de Guthrie'ye aittir. Guthrie (1903)'e göre gülme, her şeyin düzenli olduğuna inandığımız bir durumda varolan uyuşmazlıktan ve kaostan doğar (Akt. Keith-Spiegel, 1972). Benzer biçimde Leacock (1935) da mizahı, bir şeyin olması gerektiği biçimiyle eşleşmesinin bir sonucu olarak görür (Akt. Keith-Spiegel, 1972).

Günümüze kadar mizah üzerine ortaya konan bu kuramlar başta Morreall ( 1997) ve Rucki ( 1993) olmak üzere birçok araştırmacı tarafından yetersiz görülmüştür.

Shibles (2005) da, mizahın anlaşılması ve çözümlenmesi için şunlara dayanmıştır.

- Mizah teorisi, bir dil teorisinin üzerine dayandırılabilir.
- Uyuşmazlık ve üstünlük kuramının parçaları kabul edilen değerlendirmelere göre mizah; kusur, mantığa aykırılık, sapma, yanlışlığa vb. dayanır.
- Metafor, mizahi tiplerin sınıflandırılmasında, yararlı bir yol olarak kullanılabilir. Hem mizah hem de metafor, benzer düşünce kalıplarıyla ilişkilidir; her ikisi de sapma ve yanlışlıkla ilgilidir.
- Duygu, düşünce, hareket ve bağlam içeren mizahı sınıflandırmadan yararlanır.
- Mizah bir “duygu”dur ve duygunun bir kuram çerçevesinde çözülmesiyle açıklanabilir. Bu çerçevede mizah, estetik bir “duygu” ya da “güzellik” formu olarak görülebilir.

Görüldüğü üzere, kuramlar mizah duygusuna farklı yaklaşımlarda bulunsalar da hepsinde bu duygunun insanın yaşadığı temel duygulardan birisi olduğu görüşü yer almaktadır. Kuramlarda mizah duygusunun biyolojik kökenli olduğuna ve insanın hayatta kalmasını kolaylaştırdığına değinilmektedir. Aynı zamanda mizahın, bireyin, kendini üstün görmesinden kaynaklandığı üzerinde durulmaktadır. Yine bu kuramlarda mizahın uyuşmazlığın, beklenmedikliğin ve ikicilik durumların mizahın kökeninde yattığı, gerginliğin hafifletilmesinin mizahın temel amacı olduğu vurgulanmaktadır. Ayrıca mizahın algılama ve bilişsel süreçler ile ilgili olduğuna ve kabul edilmeyecek cinsel ve saldırgan dürtülerin kabul edilir bir yol ile ifade edilmesine olanak tanıdığı ifade edilmektedir. Kuramların mizah duygusuna bakış açıları genel ilkelerine bağlı olarak değişimler gösterse de hepsi bu duygunun insan yaşamında vazgeçilmez olduğunun altını çizmektedir.

#### **2.1.5.4. Marvın Minsky'nin Mizah Teorisi**

Freud'un mizah teorisine dayanan Minsky'nin mizah teorisi ve görüşü, Freud'un mizah teorisini incelediğimizde çocuk şakalarının ve saldırgan esprilerin neden komik bulunduğunu ve gülündüğünü açıklamaktadır. Sadece bu durumu açıklayan teori gibi dursa da başka tür şakaların komik olduğunu veya anlamsız şakalara neden gülündüğünü açıklamamaktadır. Freud'a göre, bunun nedeni mizahın tam olarak ne olduğunu idrak etmekle ilgilidir. Ancak Minsky (1981) anlamsız mizahı da aynı şekilde açıklamanın mümkün olduğunu ileri sürmektedir (Mulder ve Nijholt, 2002).

Minsky, gülme durumunun sansürlerimizden kurtulduğumuz ya da aklımıza gelmediği zaman oluştuğunu belirtir ve "Sansür" deneyimlerle ilerledikçe daha önce duyulan şaka daha az komik bulunmaktadır (Mulder ve Nijholt, 2002).

Minsky insanın "çerçeve" adını verdiği kalıplaşmış durumları kullanmada çok basitten çok karmaşık olana doğru bir kez olmak üzere yol değiştirmek, iki durum arasındaki daha az görünen bağlar bularak elde edilen yapılar olduğunu belirtir. Pek çok espri ve şaka, özellikle kelime oyunu birden fazla anlamı olan kelimeleri kullanmaktadır. İyi bir varsayım yapabilmek için kelimenin anlam yönünü değiştirmek, akıl yürütmeye çerçevenin değişmesine yol açmaktadır. Minsky bu deneyimin mizahi durumlarda görülmesinin yanı sıra, şizofren hastalar için tehlike oluşturduğunu eklemiştir (Mulder ve Nijholt, 2002).

#### **2.1.5.5. Thomas Veatch'in Saldırganlık Mizah Teorisi**

Thomas Veatch (1998)'in öne sürdüğü saldırganlık teorisi diğer mizah teorileri gibi detaylı ve kapsamlı olduğu düşünülebilir. Bu teori, bireysel mizah anlayışına odaklanarak, mizah anlayışı ve mizah duygusu için en uygun olan üç koşul tanımlamaktadır. Bu teori, üç koşuldan biri olmadığında, mizah duygusunun da olmadığını, ancak üç koşulun da bulunduğu durumda mizah duygusunun belirdiğini ortaya koymaktadır. Bu üç koşul şu şekilde sıralanmaktadır:

V – (saldırganlık durumu) Şeylerin nasıl olması gerektiği hakkında oluşan anlayışın getirdiği sorumluluk duygusu ile meydana gelen saldırganlık durumu;

N – (normallik durumu) Kavrayan kişide belirli bir durumun normal olduğu konusundaki duyguların hakim olması;

S – (eşzamanlılık) Bu iki anlayışı veya duyguyu kişinin aynı anda hissetmesi gerektiğidir.

Başka bir ifade ile bazı durumlar ve olaylar normal görünürken, aynı zamanda yanlış bir şey olduğu veya görüldüğü takdirde mizahidir. Veatch'in değişi ile: “Mizah, acı çektirmeyen (N) duygusal bir eziyettir (V).” Veatch “V” koşulunu “öznel duygusal bir acı”, yani “duyguyu hisseden kişinin önemseydiği bir şeyin verdiği eziyet” olarak nitelendirmektedir. Diğer bir ifade ile acı olarak deneyimlenen şey, kişinin belirli durumlara karşı geliştirmiş olduğu tutuma bağlıdır (Mulder ve Nijholt, 2002).

#### **2.1.6. Mizah Tarzları**

Günlük yaşamda mizah kullanımının, uyumlu ya da uyumsuz ve bireyin kendi içinde ya da kişiler arası oluşuna göre belirlenecek 4 farklı tarz vardır. Bu tarzlar aynı zamanda mizahın kullanımındaki bireysel farklılıkları ifade etmektedir (Akt. İlhan, 2005). Bu mizah tarzlarından ikisi psikolojik olarak iyi olma durumu açısından olumlu ve sağlıklı, ikisi de psikolojik olarak iyi olma durumu açısından olumsuz ve sağlıksız mizah tarzlarıdır (Erickson ve Feildstein, 2007).

Mizahın bu 4 farklı durumunu 2X2 modeline göre kullanabiliriz. Modelde yapılan ilk ayırım kişinin mizahı hangi amaçla kullandığıdır. Mizah birey tarafından (1) kendi yararına kullanılabileceği gibi (2) başkalarıyla ilişkilerine katkıda bulunmak amacıyla da kullanılabilir. Mizahın birey tarafından kendi yararına kullanılması, Hobbes'un, gülmeye ilişkin “başkalarının zayıflığıyla ya da geçmişteki kendi zayıflığımızla yaptığımız karşılaştırma sonucunda kendimizdeki bir üstünlüğün birden farkına varmamız sonucunda ortaya çıkan ani bir zafer duygusu” tanımıyla ilişkilidir (Keith-Spiegel, 1972). Başkaları karşısında kendi üstünlüğümüzü fark ederek kendimizi iyi hissedebiliriz. Diğer yandan bu kullanım biçimi mizahın bir başa çıkma stratejisi ya da savunma mekanizması olarak kullanılmasını da içerir (Freud, 1928; May, 1953; Dixon, 1980; Lefcourt ve Martin, 1986).

2X2 modelindeki ikinci ayırım ise mizahın uyumlu ve uyumsuz kullanımı arasındaki ayırımdır. Mizah birey tarafından, (1) kimseye zarar vermeyecek bir biçimde; hem kendisini hem de başkalarını kabul edici, hoşgörülü, müşfik ve iyiliksever bir biçimde kullanılabilirdiği gibi, (2) birilerinin aleyhine; kişinin kendisine ya da diğerlerine zarar verici ve yaralayıcı bir biçimde de kullanılabilir. Bu boyut, mizahın daha önce sözü edilen iki işlevinin (bireyin kendi yararına kullanımı/diğerleri ile ilişkilerini geliştirmek için kullanımı) yer alabileceği iki uç kutbu ifade etmektedir. Diğer bir deyişle kişi mizahı kendi yararına ya da diğerleri ile ilişkilerini zenginleştirmek için kullanırken bunu ne kendisine ne de başkalarına zarar vermeyecek uyumlu bir tarzda gerçekleştirebileceği gibi mizahı kendisinin ya da diğerlerinin aleyhine de kullanabilmektedir. Bu durumda günlük yaşamda mizah kullanımına ilişkin dört farklı tarz ortaya çıkmaktadır. Mizahın birey tarafından kendi yararına ve kimseye zarar vermeyecek bir biçimde kullanılması ‘kendini geliştirici mizah’ olarak tanımlanmıştır. Bireyin mizahı kendi yararına ancak başkalarının aleyhine kullanması ise ‘saldırgan mizah’ olarak adlandırılmıştır. Mizah birey tarafından diğerleri ile ilişkilerini zenginleştirmek için kimseye zarar vermeyecek bir biçimde kullanıldığında bu tarz ‘katılımcı mizah’ olarak tanımlanmış; kişinin diğerleri ile ilişkilerini geliştirmek için mizahı kullanırken bunu kendi aleyhine yapması ise ‘kendini yıkıcı mizah’ olarak adlandırılmıştır (Martin ve ark., 2003). Mizahın birey tarafından günlük yaşamda kullanımına ilişkin 2 X 2’lik bu modele bağlı olarak ikisi kişinin kendi yararına ikisi bireyin ilişkilerini zenginleştirmek için başvurduğu; ikisi uyumlu ikisi uyumsuz olmak üzere dört farklı mizah tarzı tanımlanmıştır.

#### **2.1.6.1. Katılımcı Mizah**

Olumlu bir mizah olan katılımcı mizaha sahip olan kişiler; kişiler arası ilişkilerde gerilimi azaltmak, başkalarını eğlendirmek, ilişkileri kolaylaştırmak ve şaka yapmak için eğlenceli şeyler söyleme eğilimindedirler. Temel olarak düşmanlık içermeyen, kişiler arası ilişkileri geliştirmek için mizahın tolerans aracı olarak kullanıldığı bir tarzdır. Katılımcı Mizah, neşelilik, öz saygı, samimiyet, tatmin edici ilişki ve baskın olarak pozitif duyguların baskınlığı gibi ruh halleriyle olumlu yönde ilişkilidir (İlhan, 2005). Ayrıca Katılımcı Mizah, kendini gerçekleştirmeyle, psikolojik iyi olma haliyle



de olumlu yönde ilişkilidir. Buna karşılık Katılımcı Mizah depresyon ve sinirlilik haliyle olumsuz yönde ilişkilidir (Erickson ve Feildstein, 2007).

Girişken (katılımcı) tipteki mizah, olumlu ve uygun tipte mizah olarak tanımlanmaktadır. Katıldığı grubun moralini yüksek tutarak grup kimliği oluşturup grupta yer alan insanların kaynaşmasına yardımcı olan mizah tipidir. Bu mizah tipi şaka yoluyla gruba kendini kabul ettirerek, insanlar arasındaki olumsuz düşünceleri azaltıp iletişimi kolaylaştırmak amacıyla. Katılımcı mizah; komik sözler söyleyerek, diğer insanlara kendini kabul ettirerek şaka aracılığıyla ilişkileri kolaylaştırıp başka insanlar üzerinde saygı sınırları içerisinde diyalog kurmayı amaçlar. Saldırgan olmayan, girişken olan diğer insanlar üzerinde olumlu etki yapan mizahtır.

Katılımcı mizah tarzı, mizahın, birey tarafından kişiler arası ilişki ve etkileşimlerini geliştirmek için ne kendisine ne de diğerlerine zarar vermeyecek bir biçimde kullanılmasını ifade eder. Bu tarza yüksek düzeyde sahip olan bireyler, komik şeyler söylemeye, başkalarını eğlendirmek için espriler yapmaya, ilişkileri kolaylaştırmaya ve kişiler arası gerilimleri azaltmaya eğilimlidirler (Martin ve ark., 2003).

#### **2.1.6.2. Kendini Geliştirici Mizah**

Bu mizah tarzını kullanan kişiler, mizahı sadece mizahi görüşlerini devam ettirmek için değil, aynı zamanda başkaları olmadığı zamanlarda hatta hayatın zorluklarına, stres ve uyuşmazlıklara karşı bir başa çıkma aracı olarak kullanma eğilimindedirler. Kendini geliştirici mizah; kişiler arası ilişkilere odaklanmadan daha çok, intapsiiktir. Bu yüzden, katılımcı mizah kadar dışadönüklük ile güçlü bir ilişkiye sahip değildir. Bu mizah tarzı daha çok, depresyon, anksiyete, daha genel olarak nevrozizm gibi olumsuz duygularla negatif yönde; deneyime açıklık, öz saygı ve öznel iyi oluşla pozitif yönde ilişkilidir (İlhan, 2005). Kendini geliştirici mizah tarzı da katılımcı mizah tarzı gibi neşelilik ve kendini gerçekleştirme ile olumlu, sinirlilikle olumsuz yönde ilişkilidir (Erickson ve Feildstein, 2007).

Kendini geliştiren mizah olumlu ve uygun tipte mizah olarak tanımlanmaktadır. Kişi kendi yaşantısında kendisine stres yaratan olaylara karşı olumlu ve mizahi bakış açısını korur. Mizahı, kendisine olumsuz gelen negatif duyguları azaltmak amacıyla kullanır. Böylece hem kendi psikolojisini korur hem de diğer insanları eğlendirir. Bu tarzın,

mizahi bir bakış açısı ile olumsuz duyguların yönetimi vurgusu dikkate alındığında üzüntü ve kaygı gibi olumsuz duygularla negatif; deneyime açıklık, benlik saygısı ve psikolojik iyilik durumu ile pozitif yönde ilişkili olacağı beklenmektedir.

Kendini geliştirici mizah tarzı, Freud (1928)'un, bireyin, potansiyel olarak olumsuz bir durum karşısında gerçekçi bakış açısını yitirmeden olumsuz duygulardan kaçınmasına yardımcı olan sağlıklı bir savunma mekanizması olduğu yönündeki tanımına en yakın boyuttur. Mizahi bir bakış açısı ile olumsuz duyguların yönetimi vurgusu dikkate alındığında bu tarzın; üzüntü, kaygı, algılanan stres gibi olumsuz duygularla negatif, benlik saygısı ve psikolojik iyilik durumu ile pozitif yönde ilişkili olacağı beklenmektedir.

### **2.1.6.3. Saldırgan Mizah**

Saldırgan mizah, başkaları üzerinden yapılan ve diğerlerinin karakterine ve tavırlarına odaklanmaktadır (Saroglou ve Anciaux, 2004). Bu mizah tarzına sahip olan kişilerin mizahı kullanmadaki amacı; istihza (alay), sataşma, karşısındakini küçük düşürme, cinsel ya da ırkçı içerikli bir tarzla insanları eleştirmek yada onları baskı altında tutmaktır. Saldırgan mizah, nevrozizm, özellikle düşmanlık, kızgınlık ve saldırganlık ile pozitif yönde; yumuşak başlılık ve sorumluluk gibi kişilik özellikleriyle negatif yönde ilişkilidir (İlhan, 2005).

Bu mizah tipi bireyin, hem kendisine hem de diğer insanlara karşı hoşgörüsüz davranıp ciddi düzeyde zarar verdiği mizah tipidir. Saldırgan mizah özelliği gösteren bireyler; başka insanlarla alay ederek, onların çeşitli özellikleri ile dalga geçerek sadece kendi çıkarları için onları yönetmeyi amaç edinirler. Saldırgan mizah duygusu taşıyan birey, diğer kişilere karşı üstün ve kusursuz olmanın hazzını yaşamak ister. Böyle davranırken de başka insanların incinmesine neden olur. Söylediği sözler aracılığıyla diğer kişileri etrafından uzaklaştırır. Bu mizah duygusunu yaşayan kişilerin öfke ve saldırganlık duygularını yaşadığı düşünülebilir.

Zillman (1983)'a göre bu boyut mizahın aşağılama, alay etme, dalga geçme, yerme ya da küçük düşürme amacıyla kullanılmasını içerir (Akt. Martin ve ark., 2003). Mizahın, dalga geçme tehdidi ile diğerlerinin davranışını kendi amacına uygun biçimde yönetmek için kullanılması da bu tarzın bir diğer özelliğidir (Janes ve Olson, 2000). Genel olarak,

mizahı, başkaları üzerindeki potansiyel olumsuz etkilerini dikkate almaksızın kullanmayla ilişkilidir ve kişinin söylemekten kendini alamadığı, başkalarını incitecek ya da kendisinden uzaklaştıracak, kompulsif mizah ifadelerini içerir. Bu tarz mizahın saldırganlık, öfke ve düşmanlıkla pozitif bir biçimde; ilişki doyumu, vicdanlılık ve hoşnutlukla negatif bir biçimde ilişkili olması beklenmektedir.

#### **2.1.6.4. Kendini Yıkıcı Mizah**

Dördüncü mizah türü kendine yöneltilmiş, diğerlerine yakın olabilmek ve kendini başkalarına kabul ettirmek için kendini aşağılama pahasına komik şeyler anlatma ve yapma, kendini başkalarının maskarası yapma, kendisiyle alay edildiğinde ya da aşağılandığında diğerleriyle gülmeyi kapsayan bir mizah türü olan kendini yıkıcı mizahdır.

Bu mizah tarzına sahip olan kişiler, kendini küçük düşürme ve kendisiyle alay etme yoluyla başkalarını eğlendirmeyi amaçlarlar. Aynı zamanda bu kişiler, problemlerini yapıcı bir şekilde çözmekten kaçınmak ya da olumsuz duygularının altında yatan asıl nedenleri gizlemek için de bu mizaha başvururlar. Kendini yıkıcı mizah, depresyon ve anksiyete gibi olumsuz duygularla ve kişilik özelliklerinden nevrozizm ile pozitif yönde; tatminkar ilişkiler, öznel iyi oluş ve öz saygı ile negatif yönde ilişkilidir (İlhan, 2005).

Kendini yıkıcı mizah, uyumsuz kategori içerisinde yer alır. Burada birey; mizahı kendi ihtiyaçlarını düşünmeden, dikkate almadan kullanır. Kişi sadece başka insanları eğlendirmek adına sürekli olarak kendini yerer ve kötüler. Sıkıntı yaşadığı anlarda bu sıkıntısı yokmuş gibi davranıp inkâr eder. Bu durumun varlığı, kişide düşük benlik saygısının varlığını düşündürebilir. Çünkü bir insanın başkalarını eğlendirmek için onlara şakalar yaparak kendini yerme davranışı içerisine girmesi sosyal olarak uygun değildir.

Kendini yıkıcı mizah tarzına yüksek düzeyde sahip olan bireyler oldukça esprili ya da eğlendirici görünseler de mizahı kullanışlarının altında; bir kaçış, duygusal bir ihtiyaç ya da düşük benlik algısı bileşenleri bulunmaktadır. Bu tarz mizahın; üzüntü, kaygı gibi olumsuz duygularla pozitif yönde; ilişki doyumu, psikolojik iyilik durumu ve benlik saygısı ile negatif yönde ilişkili olması beklenmektedir.

### 2.1.7. Mizahın Psikolojik İşlevleri

Mizahın birçok psikolojik etkisinin olduğu açıktır. Yapılan gülme eyleminin vücuttaki etkileri ve ortaya çıkan psikolojik rahatlamayı Berk (2001), kaygıyı gerginliği düşürür, stresi ve depresyonu azaltır, özsaygıyı geliştirir, umut ve enerjisini iyileştirir, kontrol duygusu sağlar şeklinde açıklamaktadır.

Mizahı psikoterapilerde kullanan Klein (1999), korku, güvensizlik, ümitsizlik gibi duygularımızın yok olduğunu vurgular. İşlerin kötü gittiği zamanlarda gülebilen insanların kendilerine acımaktan vazgeçtiklerini, kendilerini güçlenmiş ve cesaret kazanmış hissettiklerini dile getirir.

Yaşanan olumsuz durumlar karşısında olaylara iyimser bir gözle bakmak, kendimizi stresten uzak tutmak mizah aracılığıyla sağlanabilir. Yaşanan olumsuz ve stresli olaylara karşı mizahın sağlayacağı katkı, bizi hem psikolojik hem de fizyolojik hastalıklara karşı daha dirençli tutacaktır.

Esprî yeteneği olan insanlar Morreall (1997)'e göre, esprî yeteneği olmayan insanlara göre, başkalarını daha kolay etkilerler. Esprî yeteneği olan insanlar daha yaratıcıdır ve genel olarak daha uyumludurlar. Böyle oldukları için her şeye kafalarını takmazlar. Bu tür insanlar başkalarından gelecek önerilere daha açıktırlar, yani daha cana yakındırlar. İnsanın esprî yeteneğinin olması onu benmerkezci olmaktan kurtarır.

Mizahın yalnızca bizim kendi durumumuza dışarıdan bakabilmemiz yanında Morreall (1997), arkadaşlarımızın kendi durumlarına da dışarıdan bakabilmelerini sağladığını dile getirdiğini söyler. Ona göre insanlar eleştirildiklerinde genellikle herhangi bir şeye kafalarını takıp kendilerini savunmak zorunda kaldıklarını; ancak eleştirilerimizi şaka ile karışık dile getirdiğimizde karşımızdakini kendisiyle yüzleşmek zorunda bırakmadan, aksine onun bir adım geri atıp eleştirmeye bizimle birlikte gülmesini sağladığımızı belirtir. Mizah yoluyla insan, yalnızca kendi dışındaki durumları eleştirmekle kalmayıp içe dönük bir eleştiri yapma yeteneği de kazanacaktır. Bu öz eleştiri yaparken de kendisini olumsuz duygulardan arındırıp mizahın gülen yüzüyle gerçekleştirecektir.

Morreall'e göre ciddi tutum almış bir insan günlük yaşamın pratik kaygılarını ön plana çıkarır. Olayların nasıl sonuçlanacağı konusunda ciddi tutum alan kişi, endişeli ve

gerginken, mizahî tutum alan kişi neşeli ve rahattır, bu nedenle başarısızlıklar karşısında daha az hayal kırıklığına uğrar.

Esri yeteneği olan bir insanın yaşamda hiçbir şeyi ciddiye almayıp günlük yaşamla ilgili hiçbir kaygısının olmayacağı anlamına gelmez; ama esri yeteneği olan insan, hiçbir şeyin yaşamsal önemi olmadığını, kendi değerlerimizle bunalmamıza ya da tek bir bakış açısına kilitlenip kalmamıza gerek olmadığını ve bu şekilde davranmanın sağlıklı olmadığını bilir.

İnsanın beden dilini, iletişimini ve kişiliğini etkileyen mizah, kullanan insanın davranışlarını etkiler, çünkü esri yapan birey daha fazla konuşur, göz iletişimi kurar ve dokunur. İnsanın yaşamında mizah duygusunun hiç olmamasının doğrudan düşük benlik saygısıyla ilgili olduğu belirtilmektedir. Mizahı kullanabilme bilişsel ve entellektüel beceriyi gerektirir. Sağlıklı bir mizah duygusu bireyin kendine gülebilmesini sağlar, bu durum bireyin benlik saygısını yükseltir ve can sıkıcı konularla baş etmesi için gerekli savunma mekanizmalarını harekete geçirir (Sultanoff, 2001). Mizah, enerjimizi başka bir yere yönelterek bizi stresli olaylardan uzaklaştırır. Gerilimi azaltır ve korku, düşmanlık, öfke gibi duyguların dinmesini sağlar (Klein, 1999).

#### **2.1.7.1. Mizah ve Psikoterapi**

Mizah birçok kurama da ışık tutmuş ve psikolojik danışmada kullanılan tekniklerden biri olmuştur. Özellikle Bilişsel Davranışçı Kuramın öncülerinden Ellis mizahı kullanmıştır. Ellis kendisi danışanı soruna götüren abartılı düşünce biçimi ile mücadele etmede mizahı iyi şekilde kullanma eğilimine sahiptir. RET, duygusal rahatsızlıkların, bir kimsenin kendini çok ciddiye almaktan ve yaşam olaylarında mizahı ve esprili bakış açısını kaybetmesi durumunda ortaya çıktığını söyler. Sonuç olarak danışmanlar bireyin aşırı ciddi taraflarına saldırıda bulunurlar ve onlara istinaden yaşam felsefelerine karşı koymada yardım etmek için mizaha yer verirler. Ellis oturumlarında ve muayenesinde özellikle rasyonel ve komik şarkılar kullanır ve insanları endişe ve depresyonda oldukları zaman şarkı söylemeye teşvik eder. O mizahın danışanların mütemadiyen sürdürdükleri düşüncelerin anlamsızlığını gösterdiğine inanır. Danışanlarını çok daha az ciddiye alarak onlara yardım ettiğini düşünen bir yaklaşımdır.

Mizahın terapi ortamındaki önemi son zamanlarda bazı araştırmacılar tarafından ele alınmış, incelenmiş ve bazı araştırmalara da konu edilmiştir. Corey (2005), güçlü terapötik etkiye sahip olan psikolojik danışmanların özelliklerini belirlemek amacıyla yapmış olduğu çalışmalarda, psikolojik danışmanların bir grup farklı özelliğe sahip olduklarını gözlemiştir. Corey'e göre, güçlü terapötik etkiye sahip olan psikolojik danışmanların ince bir mizah anlayışları vardır. Yaşanan olaylara farklı bakış açılarıyla yaklaşabilirler. Özellikle kendi zayıf yönlerini ve çelişkilerini alaya alarak gülmeyi ve kendilerini eleştirmeyi ihmal etmezler (Corey, 2005).

Mizahın psikolojik danışmada kullanılmasının da pek çok nedeni vardır. Gerginliği azaltmaktadır, iç görüyü artırabilme yeteneğine sahiptir, yaratıcılığı destekleyici etkisi vardır, danışanların ve psikolojik danışmanların süreçte var olan riskleri alabilmelerini kolaylaştırır, psikolojik danışma sürecinde mizah hayatın gerçeklerini fark edebilmeyi ve değerlendirebilmeyi kolaylaştırır. Böylelikle birey çeşitli durumların eğlenceli ve çirkin yanlarını, gerçekçi olarak daha kolay fark edebilir, 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.

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi (ADDT), duygusal rahatsızlıkların kişinin kendini fazla ciddiye almasından ve yaşamda karşılaştığı olaylar hakkında bakış açısı ve mizah duygularını kaybetmesinden kaynaklandığını belirterek, mizahın kullanımına önem vermiştir. Mizah, danışanların hiç taviz vermeden korudukları belli düşüncelerin anlamsızlığını ortaya koyar ve danışanların kendilerini daha az ciddiye almayı sağlamada yardımcı olur (Corey, 2005). Ellis (2001), danışanları sorunlara sürükleyen abartılı düşüncelerle mücadele etmek için mizaha oldukça sık başvurmuştur. Çalışma gruplarında ve terapi seanslarında mizahi şarkılar söyleyerek, insanları depresyonda hissettiklerinde ve kaygılı olduklarında tek başlarına veya grup içinde şarkı söylemeye teşvik etmiştir (Ellis, 1999, 2001; Akt. Corey, 2005).

Korkuları azaltmak için kullanılan sistematik duyarsızlaştırma yöntemiyle birlikte mizah kullanımının da etkisini araştırmış olan Ventis, Higbee ve Murdock (2001), örümcek fobisi olan 40 üniversite öğrencisinin (2 erkek, 38 kadın) katılımıyla gerçekleştirilen araştırmada, bir grup danışan sistematik duyarsızlaştırma yöntemine,

başka bir grup denek ise mizah içeren bir tedavi yöntemine tabii tutulmuşlardır. Mizah içeren tedavi yönteminin uygulandığı grup örümcekle ilgili komik ve tuhaf fikirler üretmeye teşvik edilmişlerdir. Araştırmanın sonuçları, mizah içeren yöntemin de sistematik duyarsızlaştırma yöntemi kadar etkili olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca Ventis, Higbee ve Murdock (2001)'a göre, mizahi yöntemin kullanıldığı durumlarda sistematik duyarsızlaştırma yöntemine oranla avantajlardan bahsedilebilir. Mizahi yöntemde herhangi bir acı söz konusu olmamakla birlikte danışanın eğlenceli bir süreçten geçmesi söz konusudur.

### **2.1.7.2. Mizah ve Başa Çıkma**

Freud mizahı bir savunma mekanizması olarak ele almıştır. Mishkinsky (1977) mizahı “cesaret mekanizması” olarak ifade etmiş ve savunma mekanizmaları gibi mizahın da gerçekliğin hoşla gitmeyen yönleri ile mücadele etmede bir araç olduğunu önermiştir. Vaillant (1992-1993) psikanalitik savunma mekanizması kavramını inceleyerek psikotik, nörotik, olgun olmayan ve olgun savunmaları birbirinden ayırmıştır; nüktenin daha az adaptif bir mekanizma olan yer değiştirme ile mizahın, fedakarlığa, yüceltmeye ve bastırmaya nazaran daha olgun mekanizmalar ile ilişkili olduğunu önermiştir (Martin, 1998).

Mizahı kullanan insanlar stresle baş etme kendine yeterliliğin bir fonksiyonu olarak pozitif yorumlama sonucudur. Örneğin, stresli olay bir tehditten çok meydan okuma olarak pozitif yorumlanabilir. Bu Dixon (1980)'un mizahın kognitif değişimin duyguda değişiklikle sonuçlandığı zaman yararı olduğu bulgusuyla uyumludur. Sonuçta mizah önce durumun kötülüğünün minimize edilmesi ve olayın yol açtığı negatif sonuçlarla baş etmenin bir işlevi olabilir (Akt. Nezu, Nezu ve Blissett, 1988).

Sarmany-Schuller Slovak genç yetişkinlerle mizah duygusu, başa çıkma davranışı, benlik saygısı, iyimserlik-kötümserlik arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Mizah duygusu daha yüksek olanlar bir başa çıkma stratejisi olarak kaçış gösterme bakımından daha düşük seviyede bulunmuşlardır. Mizah duygusu yüksek olanların daha az negatif özsaygılarının olduğu bulunmuştur. Mizah duygusu yüksek olanlar başa çıkma yanıtları olarak daha çok mantıksal analizi ve bilgi aramayı kullanmaktadırlar (Thorson, Powell, Sarmany-Schuller ve ark.,1997).

### 2.1.7.3. Mizah ve Stres

Bir çeşit savunma mekanizması olarak görülen mizah, psikolojik sağlığı iyileştirir, sosyal desteği artırdığı ve bireyin stresle başa çıkmasına yardımcı olur. Dolayısıyla yüksek mizah duygusuna sahip olan bireyler sosyal açıdan daha yetkin durumdadırlar.

Mizah üzerinde yapılan çağdaş psikolojik araştırmaların hemen hemen hepsi, mizah duygusunun psikolojik sağlık ve iyilik durumunu geliştiren olumlu ve istenir bir kişilik özelliği olduğu varsayımına dayanmaktadır. Araştırmacılar genellikle yüksek bir mizah duygusuna sahip olan bireylerin; iyimserlik, kendini kabul, özgüven ve özerklik gibi olumlu bir takım özelliklere de sahip olduklarını varsayımlardır. Mizah duygusu yüksek insanların aynı zamanda stresle daha etkin bir biçimde başa çıkabildikleri, genellikle daha az olumsuz duygular yaşadıkları, bedensel olarak daha sağlıklı oldukları ve diğerleri ile daha olumlu ve sağlıklı ilişkiler kurabildikleri düşünülmektedir (Kuiper ve Martin, 1998).

Olumlu mizah, daha pozitif düşüncelerle ve çevreden gelen bilgileri daha gerçekçi bir şekilde kavrama yoluyla stresin yıkıcı etkilerini yumuşatan bir başa çıkma stratejisi olarak karşımıza çıkmaktadır. Mizah, bireylerin zor ya da korkutucu durumlarda olumsuz duyguların etkisinde kalmaması için bir savunma silahı olarak ortaya çıkar. Savunma, gelişmiş ve gelişmemiş olmak üzere iki grupta incelenebilir. Gelişmiş savunma, sentezler oluşturur, özgüveni geliştirir ve stresi hafifletir. Gelişmemiş savunma ise, olayları inkar eder ve karmaşıklığa sebep olur. Olumlu mizah tarzları (katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah) gelişmiş bir savunma, olumsuz mizah tarzları (saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah) ise gelişmemiş bir savunma olarak düşünülmektedir (Erickson ve Feildstein, 2007).

Mizahın, stres yaratan durumlarda daha fazla pozitif kognitif yorumlamaya yol açtığı, stres yaratan durumları daha az tehdit edici olarak farklı perspektiflerde görmesini sağladığı ileri sürülmüştür (Dixon, 1980; Martin, 1989; Nezu, Nezu ve Blisset 1988). Mizah, bireylerin negatif duygulanımı en aza indirerek stres yaratan olayları geride bırakmalarını sağlayan bir araç sağlar (Akt. Kuiper ve Martin, 1993). Martin ve Lefcourt (1983), mizahın stresli yaşantıların neden olduğu olumsuz etkileri azaltmadaki rolünü incelemişlerdir. Araştırmacılara göre, mizahın, negatif yaşam olayları ve duygu durum düzeyleri arasındaki ilişkiyi düzenleyici etkilere sahip olduğunu ve stresin



etkilerini azalttığı ortaya konmuştur. Mizah puanları yüksek olanların, düşük puan olanlara göre yaşam olayları ve duygu durumları arasında daha düşük korelasyonlar olduğu bulunmuştur.

Mizahın psikolojik sağlığın bir göstergesi olduğu bilinmekle birlikte mizahın depresyona karşı bir savunma sağladığı ve başa çıkma mekanizması olarak terapötik bir etkisi olduğu yönünde bulgular vardır. Mizahın stresi azaltıcı etkisini inceleyen bazı araştırmacılardan Martin ve Lefcourt (1983), zor durumlarda mizah tepkileri vermenin strese karşı bir tampon görevi görerek, bireyi bu durumun olumsuz etkilerinden koruduğunu öne sürmüşlerdir. Bu araştırmacılar mizahı, stresin hafifletilmesi için kullanılan kişisel bir yetenek olarak tanımlamış ve bunu da mizah yoluyla başa çıkma olarak isimlendirmişlerdir. Aynı zamanda mizah bireyleri bireysel ve mesleki sorunlarından uzaklaştırarak bir baş etme mekanizması olarak işlev görür. Mizah, stres yaratan duyguların daha istedik, hoş duygularla yer değiştirmesini sağlar.

Gülmek, yalnızca insana özgü bir reflektir. Gülmenin görevi ise, gerilim sonrası rahatlama sağlamasıdır. Gülmek, stres hormonlarının üretimini kısıtladığından bağışıklık sistemini güçlendirmektedir. Aynı zamanda mutluluk hormonu endorfini artırarak ağrıları dindirmektedir. Mizah sorunlarla etkili bir başa çıkma mekanizmasıdır. Negatif duygusal durumlar fiziksel ve psikolojik hastalıklara neden oluyorsa, pozitif duygular da bu hastalıkların iyileştirilmesinde kullanılabilir varsayımından hareketle gülme terapisi önemsenmiş ve kullanılmaya başlanmıştır. Öncelikle güldürmeyi amaçlayan teknikleri içeren bir terapi olan gülme terapisi; stres, depresyon ve kanser gibi çağımızın hastalıklarının tedavisinde destek olarak kullanılmaktadır. Mizah, zihinsel ve fiziksel sağlığın korunmasında ve hastalıkların yenilmesinde etkin bir role sahiptir (Vural, 2004).

#### **2.1.7.4. Mizah ve Kaygı**

Mizahın stres üzerindeki azaltıcı etkisini daha önce geçirilmiş olumsuz yaşam olaylarını ve ona bağlı bozuklukları araştırmış olan Safranek ve Schill (1982), çalışmalarının sonucunda mizahın yaşam stresinin etkileri üzerine düzenleyici bir rolünün varlığını gözlemlemişlerdir (Akt.Nezu, Nezu ve Blissett, 1988).

Amacı mizah ve daha pozitif benlik kavramı arasındaki ilişkiyi incelemek olan araştırmalarında Kuiper ve Martin (1993), daha mizahi bireylerin mizah skorları daha düşük olan bireylere göre yaşamları üzerinde daha çok kontrolleri olduğunu bildirdiklerine ve daha az ezilmiş ve daha az kaygılı hissettiklerine işaret etmişlerdir.

Nezu, Nezu ve Blissett (1988)'in birlikte yaptıkları prospektif bir araştırmada, stres, mizah duygusu, ruhsal bozukluk semptomları (depresyon ve kaygı) arasındaki ilişkileri saptamak üzere analizler yapılmıştır. Araştırmada Durumluk Sürekli Kaygı Ölçeği (STAI) de kullanılmıştır. Depresif semptomlar açısından, yaşam stresi ve mizah duygusu kaygı ve depresyon skorlarını öngörmeye anlamlı bir varyans göstermiş ve bu bulgular mizah duygusunun strese bağlı ruhsal bozukluklarda önemli bir etkisinin olduğunu bildirmiştir.

Mizahın ana etkisiyle kaygı skorları ile anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Sadece olumsuz yaşam stresli anlamlı olarak kaygı skorlarıyla anlamlı ilişki göstermiştir.

McGee (1999), kahkaha atarken o sırada kullanmadığımız tüm kasların gevşediğine ve gevşemenin de acıya dayanıklılığın yanı sıra kalp krizine, baş ağrılarına ve kronik kaygıya iyi geldiğine dikkat çekmektedir (Akt. Küçükbayındır, 2003).

Mizah öğrenciler ve yetişkinler için kendilerine olumlu bir bakış açısı getirir. Öğrencileri sakinleştirmek, konuyu basitleştirip resmedebilmek ve motive etmek için de kullanılır, mizah gergin durumlarda sınırları yumuşatabilir, öğrenmeye karşı koymayı engeller. Kelly (1983), eğitimde ve özel eğitimde eğitimin kalitesi için gülmeye ve mizahın önemine değinmektedir. Kelly'e göre, mizah anlayışı bir tutumdur ve coşkuyla beraber mizah öğrencilerin daha dikkatli olmasını sağlar (Akt. Özenç, 1998). Her şeyin içerisinde biraz mizahın yer alması onların hatırlanmasını kolaylaştırır. Matematik alanında günümüzde yapılan araştırmalar, mizahın her seviyede matematik sınıflarında kullanılması öğrencilerin matematik kaygısı azalmakta ve matematiği ilginç kılmaktadır.

#### **2.1.7.5. Mizah ve Kişilik**

Günümüzde mizah, geniş bir biçimde oldukça istendik (hatta üstün) bir kişilik özelliği olarak kabul edilmekte ve yüksek mizah duygusuna sahip bireylerin olumlu bir takım

kişilik özelliklerine de sahip oldukları düşünülmektedir. Bu konuda özellikle son yıllarda yapılan çalışmalar mizahın, olumlu kişilik özellikleri ve uyumlu başa çıkma becerileri ile ilişkileri, stres ve kaygı azaltıcı etkileri ve kişiler arası ilişkileri geliştirici yönleri üzerine odaklanmaktadır (Yerlikaya, 2003).

Mizah duygusu tek boyutlu olmaktan ziyade çok yönlü bir yapıdır (İlhan, 2005). Yazında araştırmacılar mizah duygusunu bazen bir alışlagelmiş davranış örüntüsü (sık sık gülmeye, espriler yapıp başkalarını eğlendirme, başkalarının yaptığı esprilere gülmeye eğilimi gibi), bazen bir mizaç (duyguyla ilişkili karakter özellikleri, neşeli bir insan olma) ya da bir beceri (bilişsel bir yetenek, mizah yaratabilme, başkalarını güldürebilme, esprileri anlayabilme ve akılda tutabilme becerisi gibi), estetik bir davranım (belirli tip mizahtan hoşlanmak gibi), bir tutum (mizaha ve komik insanlara karşı olumlu tutumda olmak gibi), bir dünya görüşü (hayata gülümseyerek bakmak gibi) ve sorunlarla baş etme stratejisi (sıkıntılı durumlara karşı mizahi bakış açısını sürdürmek) anlamına gelecek şekillerde kullanmışlardır. Bu anlamsal çeşitlilik bu konudaki araştırma potansiyelini zengin ve zevkli kılmakla birlikte yapılan çeşitli araştırmaların sonuçları arasında tutarsızlıklara yol açmaktadır (Küçükbayındır, 2003). Ancak yine de pek çok yazar mizah duygusuna sahip olmanın bir kişilik özelliği olduğu ve yalnızca insan türüne özgü bu öznel yaşantının kendisini bir şeyi eğlenceli bulma, gülümseme ve kahkahalarla gülmeye biçiminde gösterdiği fikrinde birleşmektedirler. Ayrıca yazarlar bir kişilik değişkeni olarak mizah duygusunun, mizah anlayışı ve mizahi tepkiler verme ya da mizah üretme boyutlarından oluştuğunu ileri sürmüşlerdir (Özenç, 1998).

Kendini gerçekleştirmiş bireyin temel özelliklerinden biri Rogers (1961) ve Maslow (1954)'a göre mizahtır (Akt. Martin, 1998). Maslow (1954) kendini gerçekleştirmiş kişilerde bulunan mizah türünün, saldırgan olmadığını söylemiş ve bu insanların kendilerini üstün hissettiren şeylere ya da saldırgan ve cinsel mizaha gülmediklerini dile getirmiştir. Bunun yanında bu kişiler mazoşizme kaçmadan kendilerini eleştiren şeylere de gülmektedirler (Akt. Martin, 1998).

Kuiper ve Martin (1998), mizah ve benlik saygısı, olumlu dünya görüşü ve iyimserlik gibi kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemişler; genel psikolojik iyilik durumunu altı boyutta (kendini kabul, otonomi, olumlu sosyal ilişkiler, çevreye hakimiyet,

yaşamsal erek ve kişisel gelişim) karşılaştırıldığında yalnızca kişisel gelişim boyutunun bazı mizah puanları ile pozitif ilişkiler gösterdiği bildirilmiştir.

Mizah duygusuyla kişilik arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışmada (Rosenheim, Golan, 1986), mizah yoluyla yaklaşımları, obsesif kişiliği olan bireylerin depresif ve histerik kişilere göre daha çok reddettiği bulunmuştur. Deaner, McConatha (1993) mizah duygusunun özerklik, başatlık, gösteriş ve dışa dönük kişilik özellikleriyle; Thorson ve Powell (1993) çalışmalarında mizah duygusunun uyarlık, düzen ve sebat-dayanıklılık arasında negatif; gösteriş ve başatlık arasında ise pozitif ilişki olduğunu belirlemişlerdir (Akt. Aslan, Evlice ve ark.,1996).

Frankl (1946) bir kimsenin kendisine gülebilmesinin çok önemli bir insani nitelik olduğunu öne sürmüştür (Akt. Cohen, 1977). Allport (1961) da benzer bir şekilde, mizah duygusunun gelişmiş sağlıklı bir kişilik özelliği olduğunu ileri sürerek, gelişmiş mizah duygusunu kişinin kendine gülebilmesi olarak tanımlamış ve bunun kaba şakalar ve bayağı güldürüden farklı olduğunu dile getirmiştir. Ancak bu diğer tür mizahın sağlıksız olduğunu ya da gelişmemiş kişiliğin göstergesi olabileceğini belirtecek kadar ileri gitmemiştir (Akt. Puhlik-Dorris, 1999).

Richman (1996), çalışmasında histrionik kişilik özelliği olanların sıklıkla erotik ya da ödipal konuları, obsesif kompulsif kişilik özelliği olanların üstbenlik ve altbenlik arasındaki çatışmaları içeren fıkralar anlatırken, paranoid hastaların sıklıkla kahramanı kurban olan fıkralar, alkol bağımlılarının da içkiyle ilgili fıkralar anlattıklarını bildirilmektedir (Akt.Aslan, Alpaslan ve ark., 1999).

Mizah duygusunun, dışa dönüklük ve duygusal durağanlık (Deaner ve McConatha, 1993), içsel kontrol odağı (Lefcourt, Sordoni ve Sordoni, 1974), iyimserlik (Fry, 1995; Thorson, Powell, Sarmany-Schuller ve Hampes, 1997), mükemmeliyetçilik (Fry 1995) ve yüksek benlik saygısı (Fry, 1995; Overholser, 1992; Thorson ve ark.,1997) gibi kişilik özellikleriyle ilişkili olduğunu göstermiştir (Akt. Durmuş ve Tezer, 2001). Kişiliğin Beş Faktör Modeli ile ilgili araştırmalar, mizah anlayışı özellikle Dışadönüklük Faktörü ve Deneyime Açıklık Faktörü ile karakterize olduğunu göstermektedir. Fakat bu içe dönüklerin mizah anlayışı olmadığı anlamına gelmemektedir. Her birine ayrı faktörler elde edilmiştir. İçedönüklerin ve dışadönüklerin farklı türdeki mizahlardan hoşlandıkları bulunmuştur.

Fisher ve Fisher (1981) “komedyen”lerin kişilik özelliklerini aktörlerle karşılaştırarak incelemişlerdir ve özellikle ailevi ve çocukluğa dayalı belirleyicileri ile ilgilenmişlerdir. Aktörlerle karşılaştırıldıklarında komedyenlerin, projektif testlere verdikleri tepkiler, bu kişilerin anlamlı düzeyde daha fazla iyi ve kötü, değersizlik, kendini küçültme, görev ve sorumluluk, sır tutma ve küçüklük temaları ile zihinsel uğraş içinde oldukları bulunmuştur. Bunlara ek olarak; komedyenler aktörlerle karşılaştırıldığında, babalarını, annelerinden daha olumlu ifadelerle tanımlamışlardır. Olası çocukluk dönemi dinamiklerini daha detaylı incelemek için Fisher ve Fisher “sınıf şaklabanı” olarak tanımlanan çocukların ebeveynleri ile normal çocukların ebeveyn özelliklerini karşılaştırmıştır. Komedyen olmayan çocukların anneleri ile karşılaştırıldığında, kişilik testleri, komedyen olan çocukların annelerinin daha az şefkatli, daha az sempatik, çocukları ile ilişkilerinde daha az sıcak ve yakın olduklarını ve daha fazla bencil ve kontrolcü olduklarını ve çocuklarının daha çabuk büyümesini ve sorumluluk almasını istediklerini göstermiştir. Araştırma bulguları doğrultusunda Fisher ve Fisher, komedyenlerin mizah becerilerini; sınırlı anne sevgisi ve sıcaklığı, erken bir yaşta yetişkin sorumlulukları almasını gerektiren ve işlerin yüzeyde görüldüğünden daha farklı olduğu hissi ile karakterize olan tatsız aile ortamı içinde diğerlerini eğlendirme, onay alma ve iyiliklerini sergileme yolu ile geliştirdiklerini öne süren bir teori geliştirmişlerdir. Bundan dolayı bu kişilerde mizah, sert ve tatsız bir ortamla ilişkili olarak yaşanan kaygı ve öfke duyguları ile baş etme şekli olarak ortaya çıkmaktadır (Akt. Martin, 1998).

#### **2.1.7.6. Mizah ve Cinsiyet**

Ego savunma mekanizmalarını temel aldığı çalışmasında Rim (1988), yüksek puan alan kadın ve erkeklerin düşük puan alanlara kıyasla inkar, karşıt-tepki kurma, bastırma ve anlaksallaştırma tarzlarını daha fazla kullandıklarını; buna karşılık yüksek puan alan erkeklerden daha fazla yüceltme, yansıtma ve yer-değiştirme tarzlarına başvurduklarını; yüksek ve düşük puan alan kadınlar arasında ise bu tarzlar açısından anlamlı farklılıklar bulunmadığını göstermiştir (Akt. Durmuş ve Tezer, 2001).

Mizah seçimleri ve uygulamaları üzerine yapılan bir çalışmada Crawford ve Gressley (1991) katılımcılara farklı tür mizahı ne sıklıkla kullandıklarını sormuşlardır. Erkekler daha çok düşmanca mizahtan (örneğin; ırkçı gruplar ile alay eden şakalar) ve bu tür mizahı kullanmaktan hoşlanma eğilimi gösterirken; kadınların, yazarların “anekdota dayalı mizah” olarak adlandırdıkları mizaha daha eğilimli oldukları bulunmuştur. Anekdota dayalı mizah, katılımcıların başlarına gelen olaylar hakkında komik hikayeler anlatmalarınıdır.

Bazı araştırmacılar da cinsiyetler arasında çeşitlilikler bulmuşlardır ve bu, mizahın anlamının kadınlar ve erkekler için farklılaşabileceğini önermektedir. Labott ve Martin (1987), kadınların üzücü durumlar karşısında ağlayıp ağlamamalarından bağımsız olarak, stresin duygu durum bozuklukları üzerindeki etkisinde mizahın ayırıcı değişken olduğunu bulmuşlardır. Sıkıntı veren durumlar karşısında ağlama eğilimi olan erkekler içinse, mizahın pek etkisi olmadığı bulunmuştur. Overholser (1992), farklı duygulanımların yordanmasında mizah ve cinsiyet etkileşimi bildirmiştir. Mizah, kadınlar arasında depresyonun yordanmasında etkili bulunurken; erkekler arasında yalnızlık daha güçlü bir yordayıcı olarak bulunmuştur. Erkekler ve kadınlar arasındaki mizah farklılıkları ile ilgilenen literatürde, kadınların kendini küçümseyen mizah kullanmaya ve bu tür mizahı takdir etmeye daha eğilimli olduklarını; erkeklerin ise, nükteyi kullanmaya ve şakaları takdir etmeye daha eğilimli oldukları öne sürülmektedir. Levine (1976), stand-up komedyenlerinin programlarına yaptığı içerik analizi sonucunda kadınların daha çok kendileri ile alay eden konulara (tüm esprilerin % 64’ü) odaklandığını; erkekler arasında ise, bu tür esprilerin en az düzeyde (esprilerin % 7’si) yapıldığını göstermiştir. Şakaların odak noktası, aynı cinsiyetten olan diğer kişilerle alay etmek olduğunda erkek komedyenlerin (esprilerin % 26’sı) kadın komedyenlere (esprilerin % 6’sı) kıyasla bunu daha sık kullandığı ortaya konmuştur. Esprilerin daha çok karşı cinse yöneltildiği hipotezinin aksine Levine, bu tür şakaların sıklığında kadınlar (% 3) ve erkekler (% 9) arasında az fark bulmuştur (Akt.Lefcourt ve Thomas, 1998).

### 2.1.8. Mizahın Fizyolojik İşlevleri

Vücudumuzun olumlu mizaha ve gülmeye karşı cevabı iki aşamalıdır. Uyarılma döneminde fizyolojik belirtilerde artış gözlenir, bunun ardından ise tüm organlarımız dinlenme döneminden daha az bir enerji ile çalışmalarını sürdürürler.

Mizah ve gülme ile sistemlerimizde olan değişiklikleri sıralayacak olduğumuzda solunum sistemimizde; solunum hızı ve derinliği artar. Akciğerlerin içinde sürekli olan hava miktarı azalır. Bu da nefes alıp verme sırasında akciğerlerin daha fazla havalanmasına ve akciğerlerin bir atık ürünü olan balgamın kolay çıkmasına neden olur.

Kalp-Damar sistemimizde; başlangıçta kalp hızı ve kan basıncı artar, izleyen dönemde ise; her ikisi de düşer. Kan basıncı kişinin normal düzeyin altındadır ve el, kol, bacak gibi uç organlara kan akımı artar.

Kas ve iskelet sistemimizde; solunum kasları, solunum sisteminin etkilenmesi ile etkilenir. Yüz kasları, kol ve bacak kasları önce kasılır sonra gevşer ve bu devam eder. Kasların kasılıp gevşemesi dokuların ihtiyacı olan kanlanmayı sağlar.

Sindirim sistemimizde salgılar artar, sindirim kolaylaşır, barsak hareketleri karın kaslarının hareketlenmesi ile hızlanır. Bu da, sindirim sisteminin, sindirimde gerçekleşen kendi kendine olan hareketlerinin düzenli olmasını sağlar.

Sinir sistemimizde; ağrıya tolerans artar, stres algısı, öfke ve anksiyete azalır. Kontrol hissi, olumlu ve iyimser ruh hali ortaya çıkar. Bireyin özgüven ve özsaygısı artar.

Endokrin sistemimizde; hormonları etkisi ile hücre düzeyinde direnç artar. Direnci artan hücrenin dayanıklılığı ile vücudun savunma sistemine katkıda bulunur. Bağışıklık sistemimizde; bağışıklık sistemimizde yer alan ve bizim hastalanmamızı engelleyen vücut savunucularımızın sayısı artar. Ayrıca IgA, IgM ve IgG konsantrasyonları yükselir, B-lenfosit sayısı artar. Kompleman 3 miktarı çoğalır. Bunların kanda artması ve yüksek seviyede yaşamımızda yer alması, kanser gibi tedavisi zor hastalıkların oluşumunu engeller ve enfeksiyonlara karşı direnç artar (Koç, 2001).

Bir mizah duygusuna sahip olmak fiziksel iyi oluşla ilişkilidir. Orta çağlarda mizah kelimesi dört vücut sıvısı olan sarı ve siyah safra, kan ve balgam sıvılarından biri ile ilişkilendirilmiştir. Bu şakalar önceki doktorlar tarafından, insanların yaradılışını açıklamak için kullanılırdı. Bir kişi esprilerinde dengesizlik gösteriyorsa, davranışı,

kişiliğinin görünümündeki aşırılık eğilimiyle açıklanır. “Soğuk” kişilikler uyuşuktur, “iyimsenler” eğlence ile ilişkilidir, “melankoli” siyah safra sahibi olmakla açıklanırken, “sinirli” hiddetle ilişkilendirilir (Hill, 1988).

Mizah ve onun sonucu olan kahkahanın beden sağlığı üzerindeki olumlu etkisine ilgi 1979 yılında Norman Cousins tarafından yazılan “Anatomy of an Illness” adlı kitap ile başlamıştır. Yakalandığı “Anklosing Spondelitis” adlı ölümcül hastalıktan kurtulmasında “umut, kahkaha, sevgi, inanç” gibi olumlu duyguların oynadığı büyük role dikkat çeken yazar, mizahın ruh halini olumlu etkilemek suretiyle bağışıklık sisteminin seferberliğini artırması konusunda araştırmalara ilham kaynağı olmuştur (Akt. Küçükbayındır, 2003).

Mizah, akıl sağlığının korunmasında önemli olduğu kadar, beden sağlığının korunmasında da etkili bir güce sahiptir. Kant ve diğer düşünürlerde gülerken ciğerlerin ve diğer iç organların hareketlerinin masaj gibi yararlı olduklarını söylemişlerdir. Ayrıca gülerken fiziksel bir memnuluk hissetmemizin, bedensel olarak iyi olma hissini güçlendirdiğini de eklemiştir. Ama mizah ile sağlık arasındaki bağıntı bundan daha derindir. Tıbbi araştırmalar düşüncelerimizin, duygularımızın ve olaylara genel bakışımızın vücudumuzun organik düzeni üzerinde çok fazla etkileri olduğunu göstermiştir. İşinde çok baskı altında kalan bir insanda kas kasılmaları çoktur, sık sık baş ağrısından, yüksek tansiyondan ve ülserden şikâyet eder. Mizah baskı unsuru olan durumlarla daha rahat başa çıkmanızı sağladığı için tansiyon ve strese eşlik eden belirtileri göze çarpar bir biçimde azaltır. Kalp krizlerini çağrıştıran iki duygu öfke ve korku daha önce de gördüğümüz gibi, strese yol açarlar. Espri yeteneği olan bir insan, yalnızca strese neden olabilecek durumlarla daha iyi başa çıkmakla kalmaz, ayrıca daha kötü durumlara karşı esnek bir tutuma da sahip olur. Çevresinde hiçbir şey yolunda gitmese espri yeteneği olan bir insanın hayal gücü ve yaratıcılığı onu düşünsel alışkanlıklarından uzak tutacaktır ve kendi kendine eğlenmesini sağlayacaktır. Böylece kişi kendisini sıkıntı ve depresyondan kurtaracaktır. Kısacası espri yeteneği olan insan, espri yeteneği olmayan insana göre mutlu olmak için, daha büyük iç kaynaklara sahiptir, fiziksel olarak sağlıklı olmanın temelinde ise bu vardır (Morreall, 1997).



Mizahın fizyolojik etkileri arasında, özellikle gülme sırasında sistemler ve organlar üzerindeki görülen değişiklikler yer almaktadır. Kahkaha sırasında yüz, göğüs ve çeşitli kaslar uyarılır. Buna bağlı olarak sindirim hızı ve solunum derinliği artar. Dolaşım uyarılır, kalp hızı ve kan basıncı yükselir. Gülme sırasında kaslar kasılır ve gevşer, kas gerginliği azalır (Berk, 1998).

### **2.1.9. Zararlı Mizah**

Mizahın bilinçli ya da bilinçsiz bir biçimde kişinin sosyal çevresini ve psikolojik durumunu etkileyebilen olumsuz bir araç gibi kullanılabilmesine ve olumlu ve olumsuz biçimlerinin varlığına ilişkin kanıtlar bulunmaktadır.

Spencer (1989) yaptığı nitel bir çalışmayla mizahın potansiyel zararlı etkilerini ortaya koymuştur. Amerika'da üniversite yerleşkelerinde Yahudi öğrencilere ilişkin yapılan çalışmada, mizahın, özellikle Yahudi karşıtlığı ve cinsiyet ayrımcılığı içeren önyargı ve kalıp yargıları desteklemekte ve güçlendirmekte kullanıldığı bulunmuştur. Spencer, mizahın, iletişimin sosyal olarak kabul edilebilir bir biçimi olduğu için bu bağlamda kullanıldığını tahmin etmiştir. Bunun yanında mizah, ırkçılık ve önyargılı olma suçlamalarına karşı bir savunma sağlamaktadır. Çünkü bu tip mizahı kullanan kişi yaptığı ya da söylediği her şeyi esprî amacıyla yaptığını ve kötü bir niyeti olmadığını söyleyebilir. Ancak Spencer, Yahudilerin varlıklı ve de şık olma eğilimlerine ilişkin ince ve zararsız esprîlerin hemen hemen her zaman daha aşağılayıcı ve küçük düşürücü şakalara yol açtığını ifade etmiştir (Akt. Puhlik-Dorris, 1999).

Mizahın olumsuz etkisine ilişkin bir diğer destek de yakın zamanda Kuiper ve Olinger (1998) tarafından yapılan ve mizah kullanımı ile bağlantılı potansiyel dezavantajların tartışıldığı bir alanyazın taramasıdır. Bu çalışmada organik ya da uyuşturucu nedenli patolojisi bulunan insanlarda sosyal etkileşimlerde yıkıcı bir güç olarak ortaya çıkan gülme ve mizahın çocuklar arasında kızdırmak ya da küçük düşürmek amacıyla bir saldırganlık biçimi olarak kullanılması gibi örnekler yer almaktadır. Ayrıca yararsız mizah kullanımının sınıf ortamı ve endüstriyel organizasyonlar gibi sosyal ortamlar için de zararlı olabileceğine değinilmiştir.

Bunun yanında olumsuz mizah bireyler tarafından kendilerine karşı, kendilerini aşağılayıcı, küçük düşürücü bir biçimde de kullanılabilir. Araştırma sonuçları mizahın, bireyin kendi psikolojik durumuyla ilişkili olarak bazı zararlı öğeleri olduğunu ortaya koymuştur (Martin, 1998).

Mizah sosyal durumlarda sıklıkla görünmez bir silah olarak kullanılabilmektedir. Örneğin bir tartışma sırasında bireyler rakiplerini aşağılamak, diğerlerinin statüsünü düşürmek için mizaha başvurabilirler (Zelvys, 1990).

## **2.2. UMUTSUZLUK**

### **2.2.1. Umut ve Umutsuzluk**

Umut, bireyde ummaktan doğan güven duygusudur (Türk Dil Kurumu, 1983).

Amerikan Psikoloji Birliği (1997)'nin tanımına göre umutsuzluk, bireyin seçme özgürlüğünün bulunmadığı ya da seçeneklerinin sınırlı olduğunu gördüğü ve kendi adına enerjisini harekete geçiremediği öznel duygu durumudur.

Rideout ve Montemuro (1986), umudu, bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan fazla olan beklentiler; umutsuzluğu ise bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan az olan beklentiler şeklinde tanımlamaktadır (Akt. Dilbaz ve Seber,1993). Miller (1985), umut kavramını duygu, beklenti ve istek olarak ele almakta ve umudun insan yaşamının içgüdüsel bir ögesi olduğunu, bireyleri incinmekten koruyarak potansiyellerini göstermelerini kolaylaştırdığını belirtmektedir.

Umut kavram, genellikle herhangi bir alandaki olumlu sayılabilecek beklentileri belirtmek amacı ile kullanılır (Akman ve Korkut, 2002).

Umutsuzluk ise, bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan az olan olumsuz beklentiyi ifade eder. Umutsuzluğun en büyük özelliği ise, hayata bakıştaki olumsuz tutumlar, kötümser yaklaşım ve başarısızlıktır (Tümkaya, 2005). Umutsuzluk, ilgi kaybı, enerji eksikliği, kliniksel depresyon içinde iyi tanınan öneminden dolayı depresif semptomlar içerisinde yer alır (Pınar ve Sabuncu, 2004). Umutsuzluğun varoluş nedeni umudun yokluğudur.

Bu bağlamda umutsuzluğun anlaşılabilmesi için umudun tanımlanması gerekir. Umudun kısaca iyi olma duygusu veren kişiyi harekete geçirmek için güdüleyen bir özellik olarak tanımlanmaktadır.

Umudun, gelecek ile ilgili bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan fazla olan beklentilerdir. Bir çıkış yolu olduğuna ve yardım ile bireyin varlığında değişiklikler olabileceğine ilişkin inanç, umudun en önemli özelliğidir. Umutsuzluk ise, bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan az olan olumsuz beklentileri simgeler. Umutta plânların başarılabileceği öngörüsü varken, umutsuzlukta başarısızlık yargısı vardır (Uzbaş, 1998).

Kutlu (1998)'ya göre umudun, herhangi bir alandaki olumlu sayılabilecek beklentileri ifade etmek için kullanılmaktadır. Ayrıca umudun kavramı kişiyi harekete geçirmek için güdüleyen ve iyi olma duygusu veren bir özellik olarak bireyin yaşamını zenginleştiren ve motive eden bir güçtür. Bireyseldir ve bireyler umutlu olma konusunda farklı kapasitelere ve umudun sürdürmek için de farklı yaklaşımlar sergileyebilmektedirler (Güner, 1999).

Umutsuzluk duygusu yaşayan bireylerin bu duygularına, geleceğe ilişkin olarak, beklentilerinin, ihtiyaçlarının gerçekleşmeyeceği, gelecekte de birçok olumsuz olaylarla karşılaşacağı beraberinde ise çaresizlik, sıkıntı, karamsarlık gibi düşüncelerin yer aldığı olumsuz duygular umutsuzluğa neden olan faktörlerdir (Akandere, 2000).

Umudun, bilmekle istemek arasında bir şeydir. Literatüre göre umudun dışarıdan yardım edilmesini gerektiren içsel bir duygudur. Umudun olması ise bir şeyin olmasını inançla beklemek olarak açıklanmıştır. Umudun karşısı umutsuzluktur. Umutsuzluk, katı ve esnek olmayan duygudur, düşünce ve hareketlere dayanır. İnsanın yapmak ya da başarmak istediği şey ulaşılmazdır. Açılmayacak bir duvara çarpmıştır. Umutsuz birey aynı zamanda bir hiçlik ve fanilik duygusuna kapılabilir. Yoğun bir kayıtsızlık yaşayabilir. Örneğin problemi çözmeye ya da yaşamın zorluklarıyla başa çıkmaya çalışmaz, çünkü hiçbir değişiklik olmayacağına inanmaktadır. Umutsuzluk yaşayan birey genellikle ulaşabileceği seçenekleri görmezden gelir ve seçeneğini reddeder, yaşamını değiştirebilecek itici gücü kaybeder (Roberts, 1992; Örsal, 1998).

Umudun kavramını, duygudur, beklenti, yanılmak, istek olarak ele almakta ve umudun yaşamın içgüdüsel bir ötesi olduğunu, bireyleri incitmekten koruyarak potansiyellerini göstermelerini kolaylaştırdığını ifade etmektedir (Kutlu, 1998).

Hem umut hem de umutsuzluk, bireyin gelecekteki gerçek amaçlarına ulaşma olanaklarının olası yansımalarıdır. Umut ve umutsuzluk karşıt beklentileri simgeler. Umutta amaca ulaşmak için uygulamaya konan planların başarılacağı öngörüsü varken, umutsuzlukta başarısızlık yargısı vardır (Dilbaz ve Seber, 1993).

Umutsuzluk kavramı, bireyin çeşitli durumlarla etkili baş etmeye ilişkin inancı olan düşük öz yeterlilik kavramı ile benzerlik göstermektedir. Bu nedenle bazen umutsuzluk, öz yeterlilikle eş anlamlı olarak da kullanılmaktadır. Çünkü hem umutsuzluk hem de öz yeterlilik, bireyin hastalıkla baş etme yeteneği ve performansı üzerinde güçlü bir etkiye sahiptir (Houston, 1995).

Umutsuzluk, gelecekteki olumsuz sonuçlara yol açabilecek beklenti ve koşullara ilişkin kişi tarafından algılanan bir bilişsel bozukluktur (Beck ve diğerleri, 1974).

Horney (1993), umutsuzluğu, başarısızlık olarak değerlendirilen durumlara karşı gösterilen ve olayın gerçek boyutları ile orantılı olmayan bir tepki biçimi olarak tanımlamaktadır.

Frankl umutsuzluğun, insanın “anlam istemi”nin engellenmesi sonucunda oluşan varoluşsal bir bunalım olduğunu fakat kesinlikle bir ruh hastalığı olmadığını, onun için bu umutsuz kişiyi uyuşturucu bir takım ilaçlar atana gömmek yerine ona varoluşsal gelişim ve gelişme krizi boyunca yol gösterilmesi gerektiğini belirtmektedir (Frankl, 1997).

Uzun süren veya kontrol edilmeyen stres durumları beyinde bazı yıkıcı değişikliklere yol açar. Bu kalıcı değişiklikler bireyi stres, kaygı ya daha incinebilir hale getirebilir ve anksiyete bozuklukları, olumsuz düşünceler, depresyon gibi psikiyatrik hastalıkların gelişmesi için temel oluşturabilir. Güvensizlik duygusu, sabırsızlık, depresyon, kararsızlık, terkedilmişlik duygusu, huzursuzluk duygusu, suçluluk duygusu, karamsarlık gibi psikolojik rahatsızlıklar görülür (Kılınç ve Eşel 2002).

Öztürk (1994)'e göre ise depresyonda hastanın ruhsal yaşamına çaresizlik ve umutsuzluk duygusu ve düşünceleri egemendir. Gelecek karanlık ve umutsuzdur.

Frankl (1959)'a göre umutsuzluk, insanın anlamlandıramadığı hayatındaki varoluşsal sorundur. Umutsuzluk ruhsal bir hastalık değildir, bu nedenle umutsuz kişiye birtakım

ilaçlar vermek yerine ona varoluşsal gelişim ve gelişme krizi boyunca yol gösterilmesi gerekir (Akt. Ünal,1998).

Cassidy (1957)'e göre ise umutsuzluk, hiçbir şeyin yolunda gitmeyeceği kişinin içinde bulunduğu fiziksel, zihinsel veya toplumsal durumun düzelmeyeceğine ilişkin genel ruh halidir. Umutsuz kişi, yaşamını ilgilendiren önemli konularda kötü gelişmelerin olacağı ya da en azından iyi şeyler olmayacağı beklentisindedir. Bu durumu hiçbir şeyin değiştirmeyeceğine inanmaktadır (Yıldırım, 2007).

Stotland, umutsuzluğun bilişsel şema içinde geleceğe ait olumsuz beklentiler olarak tanımlanabileceğini belirtmiştir. Bu nedenle karamsar ya da umutsuz bir kişi hiçbir şeyin düzelmeyeceğine inanır ya da bu yönde beklentileri vardır. Hiçbir şeyde başarılı olamayacaktır. Kendisi için önemli olacak amaçlara ulaşamayacaktır ve en kötüsü de sorunları hiçbir zaman çözülemeyecektir (Öngider, 1997).

### **2.2.2. Umutsuzluk ve Depresyon**

Yalom'a göre kişinin hayata ve geleceğe umut duygusuyla yaklaşması, ona anlam yüklediğinin göstergesidir. Bireyin hayata dair yaşadığı anlamsızlık, umutsuzluk fikrini doğurur. Benjamin Wolman'ın ifadesiyle; "Hayatta bir anlam bulamama, insanın yaşamaya, mücadele etmeye, ümit etmeye degecek, hiçbir şeyi olmadığı duygusudur." Leo Tolstoy'un "itiraflarım" eserinin otobiyografik parçasında, yaşadığı anlam kriziyle içine düştüğü durumu açıklamaktadır. Tolstoy anlamın bozulmasıyla, hayatı üzerine kurduğu dayanak noktalarında çözümler olduğunu gördü. Albet Camus, felsefenin ciddi sorununun, anlamsızlığı çözümler hayata devam edebilir miyiz olduğunu dile getirmiştir. C. G. Jung anlamsızlığın hayatın tamlığını engellediğini ve bundan dolayı hastalığa eşdeğer olduğunu açıklamıştır. Victor Frankl, nevrozların % 20'sinin köken olarak hayattaki anlamsızlıktan doğduklarını ifade ederek, anlam eksikliğinin en büyük varoluşsal stres olduğunu belirtmiştir (Yalom, 1999). Dolayısıyla umutsuzluğun temelinde insanın varoluşuna bir anlam verememesi, bir amaç tayin edememesi bulunmaktadır. Kişi kendi kendisi olmak hayatına bir anlam bulmak sorumluluğunu üstlenemediğinden, dolayısıyla kendisine olan güvenini yitirmiş olduğundan umutsuzluğa düşmektedir. Kendi benliğini yitirmiş olmanın verdiği umutsuzluktan kurtulmak için de başkalarına bağımlılık geliştirmektedir.

Umutsuzluk ya da geleceğe olumsuz bakma, depresyonun genel özelliklerini belirlemesi nedeniyle önemli ve dikkat çekicidir. Beck (1963)'in bilişsel kuramına göre umutsuzluk depresyonun temelidir. Bu kuram benliğe ait olumsuz duyguların, depresif semptomların gelişmesinde ve ilerlemesindeki rolü üzerinde durur.

Öztürk (1988)'e göre ise depresyonda hastanın ruhsal yaşamına çaresizlik ve umutsuzluk duygu ve düşünceleri egemendir. Gelecek karanlık ve umutsuzdur. Umutsuzluk ilgi kaybı, enerji eksikliği, kliniksel depresyon içinde iyi tanınan öneminden dolayı depresif semptomlar içerisinde yer alır.

Umutsuzluk, depresyonda temel sebeplerden birisi olmaktadır. Zira depresyonda keder duygusuna karamsarlık eşlik etmektedir. Depresyona eğilimli kişilerde, hayatın erken dönemlerinden beri yerleşik olarak kendisine dış dünyaya ve geleceğe karşı olumsuz beklentiler söz konusu olup, bu tür kişiler söz konusu olumsuzluklardan hiçbir zaman kurtulamayacaklarına dair inancı sürekli taşımaktadırlar. Bu olumsuz tutumlar ve kavramlar kişilerin düşüncelerinde sistematik hatalara, giderek daha olumsuz yargılara ve sessiz kabullenişlere yol açmaktadır. Depresyonu normal üzüntüden ayıran en önemli husus, umutsuzluktur. Onun için depresyonu karamsarlık + üzüntü şeklinde formüle etmek mümkün olmaktadır (Gençtan, 1984).

Depresyon duygusal, zihinsel, davranışsal ve bedensel bazı belirtilerle kendisini gösteren bir durumdur. En dikkat çekici belirtisi çökkün ruh hali ile ilgi ve zevk almada belirgin azalmadır. Depresyondaki kişi duygusal açıdan mutsuz, karamsar ve ümitsizdir. Eskiden en seveceği işler bile artık zevk vermez olmuştur. Kişi kendini hüznü ve yalnız hisseder. Kendisine ve çevresine ilgisi azalır. Yoğun suçluluk duyguları olabilir. Herkese yük olduğunu düşünüp gereksiz yere sorumluluklarını yerine getirmediğini düşünür. Genellikle iç sıkıntısı, daralma, huzursuzluk ile birlikte. Bazen kendisinin tüm duygularını yitirmiş gibi hissedebilir (Yemez, 1998).

Depresyonun umutsuzluk kuramı, umutsuzluk depresyonunun önlenmesi, terapi, eğitim, belirtiler ve sebepler konusunda oldukça açıklayıcı bilgiler sunmaktadır. Kurama göre umutsuzluk beklentisi, umutsuzluk depresyonunun yeterli bir nedeni olarak görülmektedir. Depresyon ve umutsuzluktaki sebepler zinciri, olumsuz yaşam olaylarının meydana gelmesi ile başlar. Savunmasızlık faktörlerinin olumsuz yaşam olayları ile etkileşimi depresif belirtilere yol açar (Houston, 1995; akt, Yerlikaya, 2006).

Depresyona elem duygusu hakimdir. Elem duygusunu, haz duygusunun azalması, ilgisizlik, kaygı, korku, karamsarlık, kötümserlik, mutsuzluk ve umutsuzluk kapsamı içerisinde değerlendirilir. Depresyonlu hastaların karamsarlıkları, kötümserlikleri, geleceğe yönelik olumsuz beklentileri yaşamında hakimdir. Depresyonlu kişiler ruhsal, toplumsal tüm beklentilerin, yakınmaların, sorunların gelecekte de süreceği ve daha da kötüye gideceğini düşünürler. Genel olarak depresyonlu hastalarda görülen intihar düşünceleri, eğilimleri, girişimleri olumsuz beklentilerden kaynaklanır. Ciddi depresyonlu hastalar geleceği karanlık ve umutsuz görürler. Bu durumdan kurtulamayacaklarına inanırlar (Köknel, 1999).

Melges (1969)'a göre de umutsuzluğun, depresyonda temel etken olduğu, eşlik eden kavramların değersizlik, çaresizlik, kararsızlık, eyleme geçememe, işlerini sürdürememe ve suçluluk duyguları olduğu vurgulanmıştır (Dilbaz ve Seber, 1993). Beck (1963)'in bilişsel kuramına ve Minkof ve arkadaşları (1973)'na göre depresyona yatkınlığı olan kişiler kendilerini, dış dünyayı ve geleceklerini olumsuz değerlendirmektedirler. Depresif kişi kendini yetersiz, değersiz ve kusurlu bulur (Kutlu, 1998).

Beck bu kuramı geliştirirken depresyon belirtilerinden karamsarlık için önemli bir kavram olan umutsuzluk üzerinde durmuş ve umutsuzluğun ölçümü konusunda çeşitli çalışmalar yapmıştır. Araştırmacı psikoterapi gören ve intihar girişiminde bulunmuş 80 depresif hasta ile yaptığı çalışmalar sonucunda bu hastaların sorunlarının çözümü olmadığına ve hiçbir zaman çözüm bulamayacaklarına olan inanışları ile intihar girişimleri arasında bir bağ olduğunu bildirmektedir. Beck'e göre hasta objektif ve gerçekçi bir nedeni olmadığı halde deneyimlerine yanlış anlamlar yüklemekte ve amacına ulaşmak için çaba sarf etmediği halde bunlardan negatif sonuçlar beklemektedir. İşte hastaların bu durumu Beck (1963) "umutsuzluk" olarak adlandırmıştır. Bazı araştırmacılar ise umutsuzluğu gelecek hakkında negatif beklentilerden oluşan bir set olarak tanımlamışlardır (Durak ve Palabıyıkoglu, 1994).

Bilişsel-davranışçı yaklaşımın depresyonun gelişmesi ve sürmesine yönelik açıklamalarında umutsuzluk merkezi bir rol oynamaktadır. Bilişsel-davranışçı yaklaşıma göre umutsuzluk, daha çok depresyonun başlangıç ve sürdürülmesinde önceki potansiyel sebepler olarak görülür. Bu kapsamda umutsuzluk, belirli çevresel

uyarıcılara karşı kişinin savunmasızlığına yol açan bir özellik faktör olarak değerlendirilir (Henkel ve diğerleri, 2002).

### **2.2.3. Umutsuzluk ve Kişilik**

Umutsuz kişilerin, başkalarına karşı güvensizlik duymamaları demektir. Dolayısıyla onlar kendi başarısızlıklarından tamamen başkalarını sorumlu tutma eğilimi gösterirler. Horney'e göre nevrotik umutsuzluğun pençesinde bulunan insanlar şu ya da bu şekilde geçinip gitmesini başarabilirler. Eğer nevrozları yaratıcı olma yetilerine çok fazla zarar vermemişse oldukça bilinçli olan bir yoldan kendi kişisel yaşamlarına çekilebilme ve üretken olabildikleri bir alanda yoğunlaşma yetisine sahip olabilirler. Kendilerini toplumsal ya da dini bir harekete ya da bir kuruluşteki çalışmaya verebilir ve çalışmalarını da yararlı olabilir. Ancak yaşamda amaçsız olmaları yani hiçbir özel, kişisel amaca sahip olmayışları zevkten yoksun oluşlarına baskın çıkabilmektedir (Horney, 2007).

Umutsuz kişilerin, yaşam öyküsünde, düş kırıklıklarına gösterdikleri tepkilerin yoğunluğu ve süresi, uyarımla bütünüyle orantısızdır. Bu nedenle onlar, görünüşte, ilk gençlik yıllarındaki karşılıksız bir sevgiden bir arkadaşın ihanetinden, bir işten haksız yere atılmaktan dolayı umutsuzluğa düşmüş gibi görünmekte iseler de bu özel nedenlerin ötesinde genellikle, elverişsiz deneyim çukurlarının çok daha derin bir umutsuzluk kuyusu olduğu anlaşılabilir. Yine aynı şekilde bu tür kimselerde, coşku eşliğinde veya yokluğunda intihar düşüncesi, her ne kadar iyimserlik havası sergilemeye çalışsalar da, kolayca baş gösterebilmektedir. Herhangi bir şeyi ciddiye almayı reddetmek, yani genel bir ciddiyet yokluğu ve umursamazlık bu tür kişilerin bir başka belirgin özelliğidir (Horney, 2007).

Yaşamın zorlukları konusunda ümitli insanlardan daha bilinçli olmalarına rağmen cesaretlerini kolayca yitirirler. Bu tür insanların içleri güvensizlikle dolu olup daima kendilerine bir destek arama yoluna giderler. Umutsuzlar, son derece ihtiyatlı kimseler olup, genellikle korkak, çekingen, ağırdan alan ve dikkatle her şeyi hesaplayan bir davranış sergilerler. Çünkü onlar dört bir yandan tehlikelerle sarıldıklarını düşünmektedirler. Onlardaki uyku bozuklukları aşırı bir ihtiyatın ve güvensizliğin belirtisi olmaktadır (Adler, 1998).



#### 2.2.4. Umutsuzluk ve İntihar

Hastalıklarla veya zorlu yaşam olayları ile başa çıkma güçlüğü olan bireylerde umutsuzluk hislerinin daha yoğun ve intihar düşüncelerinin daha fazla olduğu bulunmuştur (Atay ve Gündoğar, 2004).

İntihar eden kişiler için yaşam adeta çekilmez olmuştur, zira onlar, acının içinde doğduklarına, yaşadıkça durumlarının daha da kötüleşeceğine dolayısıyla yalnızca ölümle huzura ereceklerine inanmaktadırlar. Neticede kişilerin kendilerini son derece güçsüz, yetersiz hissetmeleri veya acı ve şiddetli ıstıraplar çekmeleri sonucunda yaşam anlamını yitirmekte ve ölüm son bir umut kapısı olmaktadır. Hayatta umutları bir bir yıkılan kimselerin artık kendilerinden, diğer insanlardan ve yaşamdan hiçbir beklentileri kalmamakta bunlar kendi elleriyle kendilerini öldürmek suretiyle adeta onları cezalandırdıklarına inanmaktadırlar. Dolayısıyla intihar eden kimsenin umutsuzluğu bilişsel bozukluktan kaynaklanmaktadır. Zira intihar girişiminde bulunan ve tedavi edilen hastalar daha sonraları intihar anındaki umutsuzluklarının o andaki bilişsel çarpıtmadan ya da hatalı ve gerçekçi olmayan ön yargılardan köken alabileceğinin farkına vararak bunu ifade etmektedirler. Bu yüzden araştırmacılar, umutsuzluğun bilişsel tedavi gibi özgül yöntemlerle azaltılarak ve umutsuzlukla başa çıkarak, intiharların belirlenmesinde ve önlenmesinde ilerleme sağlanabileceğini belirtmektedirler (Seber, 1991).

Umutsuzluğun özünü teşkil eden “acizlik” duygusu da intiharda etkin rol oynamaktadır. Zira intihar eden kişi yaşamın güçlükleri önünde pes etmekte ve durumu düzeltmek için elinden hiçbir şeyin gelemeyeceği inancını taşımaktadır (Adler, 2004).

Özgüven (2003)’de intihara eğilimli kişiler genellikle umutsuzluk duygusu içinde olduğunu belirtmiştir. Ülkemizde yapılan bir çalışmada da intihar öyküsü bulunanlarda, diğer psikiyatrik hastalara ve normal kişilere göre umutsuzluk hislerinin yoğun olduğu saptanmıştır (Atay ve Gündoğar, 2004).

Minkoff ve Beck, geliştirdikleri umutsuzluk ölçeğini kullanarak yatarak tedavi gören intihar girişiminde bulunan hastalar üzerinde yaptıkları çalışmalarda hem depresyonun hem de umutsuzluğun intihar eğilimi ile ilişkili olduğunu, umutsuzluk kontrol edildiğinde ise depresyon ve intihar eğilimi arasındaki ilişkinin kaybolduğunu ama tersinin geçerli olmadığını saptamışlardır (Minkoff, 1975).

Umutsuzluğun, intihar ve depresyon arasında bağlayıcı etken olması (Solmaz ve diğerleri, 2000); depresyondaki her kişinin intihar girişiminde bulunmadığı gibi intihar girişiminde bulunanların tümünde de klinik düzeyde depresyon saptanamaması, araştırmacıları bu tanı içerisinde değerlendirilen kişilerin umutsuzluk düzeylerini belirlemeye yöneltmiştir. Beck, umutsuzluğu intihar ve depresyon arasındaki baş ve depresyonun merkezi bir özelliği olarak kabul etmektedir (Tümekaya, 2005).

Ülkemizde gerçekleştirilen intihar girişiminde bulunan hastalar, intihar girişimi bulunmayan psikiyatrik hastalar ve normal kişilerin karşılaştırıldığı bir çalışmada umutsuzluk düzeyinin en yüksek olduğu grubun, intihar girişimi olan hasta grubu olduğu, bunu depresif hastaların izlediği belirtilmektedir (Durak, 1994).

Umutsuzluğun intiharda belirgin rol oynadığını belirten birçok araştırmaya rağmen, Aydemir (2002) ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmada, umutsuzluk duygusunun intihar grubunda belirgin olmadığını ifade etmişlerdir. Ancak, Aydemir ve arkadaşları araştırma örneklemin küçük olduğunu ve çalışma yönteminin kısıtlılıkları barındırdığını da belirtmişlerdir. İntihara girişenler, yoğun umutsuzlukları için çözümün intihar olduğunu belirtmişlerdir (Holat ve diğerleri, 1994)

### **2.2.5. Umutsuzluk ve Nevroz**

Nevroz, toplumsal tavır ve davranışları tutuklayan ve kişide ruhen hasta olduğu bilinciyle birlikte bulunan ruhsal bir hastalıktır. Nevrozlarda kişilik derinden sarsılmasa da günlük yaşamda verimsizlik, iletişim kopuklukları, psikosomatik belirtiler ön plandadır. Nevrozlar psikozlar kadar ağır değildir. Ancak davranış ve yaşam kalitesini önemli ölçüde etkilemektedir. Nevroz kavramı oldukça eski bir kavram olup geniş bir hastalık grubunu kapsar. Bu kavram günlük pratik kullanımda halen yer almakla birlikte sınıflandırmalarda yer almamakta ancak bu başlık altında incelenen hastalıklar sınıflandırmalarda yerini korumaktadır. Nevrozlar temel olarak anksiyete (bunaltı) ve buna eşlik eden somatik belirtilerle seyreden bireyin gerçekle bağlantısının kopmadığı, kişilik bütünlüğünün korunduğu hastalığa içgörünün kaybolmadığı, psikozlara göre rölatif olarak daha az ağır olan bozukluklardır.

Bazı durumlarda mutlu olan insan her zaman bunu sağlayamaz. Örneğin yalnız olmadığı sürece ya da başkalarıyla paylaşmadığı sürece ya da herkesle onaylanmadığı

sürece hiçbir şeyden haz duymayacaktır. Mutluluk koşullarının çoğunlukla çelişik olması nedeniyle onun buna ulaşma şansı da azalır. Bir başka insanın başı çekmesinden hoşnut olabilir ama aynı zamanda buna içerleyebilir de. Bir kadın kocasının başarısından sevinç duyabilir ama ayrıca bundan ötürü onu kıskanabilir de. Bir parti vermek ister ama her şeyi öylesine kusursuz yapma zorunluluğu duyar ki parti başlamadan önce bitkin düşer ve nevrotik birey geçici bir mutluluk bulduğu zaman sahip olduğu çok çeşitli duyarlılıklar ve korkular bunu kolayca zedeler (Horney, 2007). Özel nedenlerin yarattığı umutsuzluk duygusundan öte deneyimlerinden elde edilen durumlar olabilir. Bu nedenle görünüşte ilk gençlik yıllarındaki karşılıksız bir sevgiden bir arkadaşın ihanetinden bir işten haksız yere atılmaktan sınavlardaki başarısızlıktan kaynaklanan tam bir umutsuzlukla karşılaşabilir. Elbette insan önce böylesine derin bir tepkiye yol açmış olabilecek özel nedenlerin neler olduğunu anlamaya çalışacaktır. Ama özel nedenlerin ötesinde, genellikle elverişsiz deneyim çukurlarının çok daha derin bir umutsuzluk kuyusu olduğu anlaşılacaktır (Horney, 2007).

Umutsuzluk çözülmemiş çatışmaların son bir ürünüdür ve en derin kökleri, yürekte ve bölünememiş olamamanın verdiği umutsuzlukta yatmaktadır. Bu duruma nevrotik güçlüklerdeki bir tırmanış yol açar. Burada temel olan bir kuşun bir ağa takılması gibi görünürde hiçbir kurtuluş olasılığı olmayan çatışmalara yakalanmış olma duygusudur. Bu duygunun üstünde başarısız olmakla kalmayıp bunun yanı sıra giderek bireyi daha çok kendine yabancılaştıran bütün çözüm girişimleri bulunmaktadır. Tekrarlanan deneyim ister tekrarlanan bir dönüşümle enerjinin gerektiğinden çok yönde dağılması yüzünden olsun ister yaratıcı bir süreçte baş gösteren güçlüklerin bireyi daha ileri çaba göstermekten alıkoymaya yetecek kadar ağır olması yüzünden olsun hiçbir zaman başarıya yol açmayan yetenekler umutsuzluğun artmasına yol açar. Bu ayrıca birbiri peşi sıra yıkımla sonuçlanan sevgi ilişkileri, evlilikler, arkadaşlıklar içinde söz konusu olabilir. Tekrarlanan bu tür başarısızlıklar tıpkı yiyecek için bir delikten içeri atlamaya koşullandırılan laboratuvar farelerinin tekrar tekrar atlayıp da söz konusu deliği kapalı bulmalarındaki kadar umut kırıcıdır (Horney, 2007).

Umutsuzluğa katkıda bulunan etkenler arasında son olarak, bir insanın ağırlık merkezinin kendi içinden dış dünyaya kaymasına neden olan ve kendi yaşamındaki etkin itici güç olmaktan vazgeçmesine yol açan bütün süreçleri sayabiliriz. Bunun tek

sonucuysa bir insan olarak kişinin kendine ve kendi gelişmesine olan güvenini yitirmesidir; bunun yerine vazgeçmeye eğilim gösterir (Horney, 2007).

İşe cesaretle atılmak ve sorunu doğrudan doğruya ele almak için, ilk önce yukarıda anılan türden dolaylı göstergelere dayanarak hastanın umutsuzluk içinde olup olmadığını ve eğer böyleyse bunun ne ölçüde hissedildiğini kavramak gerekir. Daha sonra hastanın içinde yaşadığı güçlükler nedeniyle umutsuzluğa kapılmak için geçerli nedenleri olduğunu anlamak gerekir. Analist hastanın durumunu sadece mevcut durum sürdüğü ve hasta bunu değişmez olarak değerlendirdiği sürece umutsuz olduğunu kavramalı ve bunu hastaya açıkça anlatmalıdır (Horney, 2007).

### **2.2.6. Umutsuzluk ve Sadistik-Mazoşistik Eğilimler**

Başkalarını kullanmak, sömürmek, onlardan çalmak, onları yok etme gibi eğilimlerin görüldüğü bir durumdur (Fromm, 1995).

Başkalarını yaralamaya yönelik basit bir hareket kendi içinde bir sadistlik eğilimine gösterge değildir. Bir insan kişisel ya da genel içerikli bir mücadeleye girmiş olabilir. Ve bu mücadelenin akışı içinde sadece düşmanlarını değil ayrıca kendi yandaşlarını da yaralamak zorunda kalabilir. Ayrıca başkalarına yönelik düşmanlık sadece tepkisel de olabilir. Bir insan kırıldığını ya da korkutulduğunu hissedebilir ve nesnel kışkırtmayla orantısız olmasına rağmen, öznel açıdan bu kışkırtmayla oldukça orantılı olan bu misilleme yapmak isteyebilir. Yine de bu çizgi de kişinin kendini aldatması kolaydır. Gerçekte sadistçe bir eğilim iş başındayken çoğunlukla haklı çıkarılabilir bir tepki öne sürülür. Ama ikisini birbirinden ayırmakta çekilen güçlük tepkisel düşmanlığın var olmadığı anlamına gelmez. Son olarak yaşamak için savaştığına inanan saldırgan tipin kullandığı kırıcı taktiklerin tamamı söz konusudur. Bu saldırganlıklardan hiçbirisini sadizm olarak adlandırmak yanlış olur; bu süreçte başkaları yaralanabilir ama yaralama ya da zarar verme temel bir niyetten çok kaçınılmaz bir yan üründür. Konuyu basit bir şekilde ortaya koymak gerekirse burada söz konusu ettiğimiz eylem türleri saldırganca ya da kaldı ki düşmanca olmasına rağmen bunların kötü bir ruhla yapılmadığını söyleyebilirdik. Yaralama olayından alınan bilinçli ya da bilinçsiz hiçbir doyum söz konusu değildir (Horney, 2007).

Sadistlik dürtülerin, varlığını sürdüren bir çocukluk eğilimi olduğu savı, hayvanlara ya da yaşça daha küçük olan çocuklara karşı sık sık acımasız olan ve bundan açıkça haz duyan çocuklardan belli bir destek almaktadır. Bu yüzeysel benzerlik açısından çocuğun temel acımasızlığının sadece damıtılmış olduğu söylenebilirdi. Yetişkin sadistliğinin acımasızlığı farklı bir yapıdadır. Daha öncede gördüğümüz gibi yetişkin acımasızlığı, çocuğun dosdoğru acımasızlığında bulunmayan belirgin tipik özelliklere sahiptir. Çocuğun acımasızlığı baskı altına alınmış ya da küçük düşürülmüş olma duygusuna gösterilen nispeten basit bir tepki gibi gözükmektedir. Çocuk kendi öç alma arzusunu kendinden zayıf bir insan üzerinde gerçekleştirerek kendini ortaya koyar. Özellikle sadistçe olan eğilimler daha karmaşıktır ve daha karmaşık köklere sahiptir (Horney, 2007).

Sadizmi nevrotik bir belirti olarak değerlendirirsek, her zaman olduğu gibi belirtiyi açıklamaya çalışarak değil, bunu geliştiren kişiliğin yapısını anlamaya çalışarak işe koyulmamız gerekir. Sonuca bu açıdan yaklaşıncı, kendi yaşamı bağlamında derin bir boşunalık duygusuna sahip olmayan hiç kimsenin belirgin sadizm eğilimleri geliştirmedini anlarız. Böylece insan yaşamdan ve içerdiği olumlu her şeyden nefret etmeye başlar. Ama bu nefrete o ölesiye arzuladığı her şeyden yoksun bırakılan bir insanın yakıcı imrenme duygusuyla nefret eder. Bu yaşamın yanından savuşup kendisini geride bıraktığına inanan bir insanın duyduğu acı ve çekemezlik dolu bir imrenmedir (Horney, 2007).

Sadistin sancıyan imrenme duygusunu dindirme yollarından birisi de, deneyimli gözlemcinin bile kolayca aldanabileceği kadar kusursuzca ustalaşan ekşi üzümler taktiğidir. Aslında bu imrenme öylesine derinlerde gömülüdür ki kişinin kendisi de bunun varlığına ilişkin her varsayımı küçümseyecektir. Dolayısıyla yaşamın acı dolu can sıkıcı ya da çirkin yanları üzerinde odaklaşması sadece kendi azabının bir anlatımı değil dahası hiçbir şeyi kaçırmadığını kendi kendini kanıtlamaya duyulan bir ilgidir de. Sürekli hata bulucu ve değer düşürücü tutumu kısmen bu kaynaktan gelir. Örneğin güzel bir kadının kusursuz olmayan bir yanına dikkat edecektir (Horney, 2007).

Sadist kişi, insan onurunun en temel şartları çiğneyişinin yanı sıra aynı zamanda da yüksek ve katı ahlak standartlarından oluşan bir ideal imaj besler. O, bu standartlarını asla yerine getiremeyecek oluşuna üzülen bilinçli ya da bilinçsizce olabildiğince kötü

olmaya karar veren insanlardan birisidir. Kötü olmayı başarabilir ve büyük bir sevinçle bu kötülük çamuru içinde yuvarlanabilir. Ama bunu yapmasıyla birlikte, ideal imajıyla güncel özü arasındaki uçurumu da kapanması olanaksız ölçüde derinleştirmiş olur. Asla onarılamayacak ve bağışlanamayacak bir durumda olduğuna inanır. Umutsuzluğu derinleşir ve kaybedecek hiçbir şeyi olmayan bir insanın pervasızlığına bürünür. Bu durum varlığını koruduğu sürece onun için kendine yönelik yapıcı bir tutuma girmesi gerçek anlamda olanaksızdır (Horney, 2007).

Sadistlik dürtülerinin bastırılmasından büyük ölçüde bu iki etken öz aşığılama ve kaygı sorumludur. Bastırmanın derinliği ve ne ölçüde olduğu farklılık gösterir. Çoğunlukla yıkıcı dürtüler sadece bilince varma düzeyinden uzak tutulur. Her şey göz önüne alınınca, sadistçe davranışlarının ne kadar çoğunun birey farkına varmaksızın gerçekleştirilebileceğini görmek şaşırtıcıdır. Sadist kişi sadece ara sıra kendinden daha zayıf bir insana kötü davranmayı arzuladığının, sadistçe edimlere ilişkin yazılar okuduğu zaman heyecanlandığının ya da içerikleri açıkça sadistlik olan bazı hayaller kurduğunun bilincindedir. Ama ara sıra gidip gelen bu anlık görüntüler yalıtılmış olarak kalır. Gündelik yaşamda başkalarına yaptıklarının çoğu çoğunlukla bilinçsizdir. Kendine ve başkalarına yönelik duygusuzluğu, konuyu bulandıran etkenlerden birisidir; bu sis dağılıncaya dek yaptığı şeyleri coşkusal olarak algılayamaz. Bunun yanı sıra sadistlik eğilimlerini gizlemek için oluşturulan haklılık temeli çoğunlukla sadece sadist kişinin kendisi için değil, acı çektirdiği insanları da aldatmaya yetecek kadar zekicedir. Sadizmin ağır bir nevrozun son basamağı olduğunu unutmamamız gerekir. Dolayısıyla haklılık temelinin türü, sadistlik eğilimlerine kaynaklık eden özgün nevrozun yapısına bağlı olacaktır. Örneğin uysal tip eşini bilinçsiz sevgi aldatmacasıyla tutsak edecektir. İsteklerini ihtiyaçlarına bağlayacaktır. Böylesine çaresiz ya da kaygılı ya da hasta olduğu için, eşi yapılacak işleri onun için yapmalıdır. Yalnız kalamadığı için eşi her zaman yanında olmalıdır. Başkalarının kendilerini ne denli acılara boğduklarını bilinçsizce sergileyerek, suçlamalarını dolaylı olarak dile getirecektir (Horney, 2007).

Mazoşizm, insanın kendi benliğinden kurtulmak, özgürlüğünden kaçmak ve kendini başka birine bağlayarak güvenliğe ulaşmak için yapmış olduğu bir denemedir. Acı çekme veya kendisine zorbalık edilme istekleriyle belirlenen mazoşistlik sadistliğin karşıtı olmaktadır (Gençtan, 1984).

Kişinin kendisini içtenlikle bir insana ya da davaya vermesi içsel bir gücün dışa vurumu olduğu halde, mazoşistçe kendisini bırakması ise sonuçta umutsuzluğun bir dışa vurumu olmaktadır (Horney, 2007).

### **2.2.7. Umutsuzluk ve Madde Bağımlılığı**

Umutsuzluğa tutsak olmuş kimseler bundan kurtulmak için bir takım nesnelere başvurabilmektedirler. Bağımlılık yaratan maddeler içinde en ucuz ve en kolay bulunan sigara olduğu için yaygın olarak ona sığınılmaktadır. Sigaraya tutsak olmuş kimselerin erken yaşlardan itibaren ailedeki yanlış eğitim sebebiyle karamsar dünya görüşü geliştirmiş ve daha sonraki gelişim dönemlerinde de bundan sıyrılmayan kimseler olduğu tespit edilmiştir (Köknel, 2005).

Kişiler sigarada olduğu gibi alkol ve uyuşturucu maddelere de umutsuzluklarından sığınmaktadırlar. Zira umutsuzluğu sebebiyle dünyası kapkara olan kişi anlık haz arayışlarına yönelmek suretiyle bir an bile olsa gözlüklerini ve dünyaya bakış açısını değiştirmek istemektedir. Dolayısıyla uyuşturucu madde ve alkole sığınmada amaçlanan nihai doyum, kendini unutmamanın ve kendini bırakmanın verdiği bir doyumdur (Horney, 2007).

### **2.2.8. Umutsuzluk ve Baş Etme**

Cüceloğlu bize problem çözmenin dört aşamasından bahsetmiştir. Bu aşamalar tanıma, üretme, kuluçka ve değerlendirme aşamaları olarak adlandırılır. Tanıma aşamasında, ortaya çıkan problemi oluşturan durumu ve engelleri tanımaya çalışırız. Üretme aşamasında değişik çözüm seçenekleri aramaya başlarız. Bu seçenekleri uygulamaya koyar ve değerlendiririz. Uygulamalardan hiçbiri çözüm getirmiyorsa, o zaman bir tür kuluçka devresine girer, problemi bir kenara bırakır başka şeylerle uğraşırız ve daha sonra probleme yeniden geri döneriz (Cüceloğlu, 2005).

Umutsuzluk duygusu ile baş etmek için; problemi tanımak, çözümler üretmek, bir çözüm seçmek ve bu çözümün etkinliğini değerlendirmek basamaklarını içeren problem çözme teknikleri üzerine yoğunlaşmak gerekir. Literatürde sosyal problemlerin çözümündeki eksiklikler ile umutsuzluk, depresyon ve intihar eğilimi arasında bir

bağlantı olduğu sonucu belirtilmektedir. Umutsuzluk depresyonun ana karakterlerinden biri olarak belirtilmiş ve bu iki durumda umutsuzluk birçok araştırmada daha önemli faktör olarak gösterilirse de intihar riski ile bağdaştırılmıştır. Bu araştırma bulgularının temelinde birçok araştırma sonucu, intihar riski olasılığını arttıran, umutsuzluk ve depresyona problem çözümündeki eksikliklerin katkıları olduğunu göstermektedir (D’Zurilla, Chang, Facini,1998 ; Konukbay, 2005).

### **2.2.9. Umutsuzluğun Nedenleri ve Belirtileri**

Amerikan Psikoloji Birliği (1997) umutsuzluğun nedenlerini aşağıdaki gibi sıralamıştır (Yıldırım, 2007):

- ✓ Çeşitli etkenlere bağlı olarak bireyin etkinliklerin uzun süre kısıtlanması ve bunun sonucunda ortaya çıkan yalnızlık
- ✓ Beden sağlığının kötüleşmesi
- ✓ Uzun süreli stres
- ✓ Kendini bırakmak
- ✓ Soyut değerlere ve/veya Tanrı’ya olan inancı kaybetmek

Umutsuzluğun belirtileri ise yine şöyle ifade edilebilir;

- ✓ Kötümser içerikli konuşmalar, dilde olumsuz ifadeler
- ✓ Edilgenlik, konuşmada azalma
- ✓ Duygularının ifadesinin azalması
- ✓ Dış uyaranlara karşı tepkilerin azalması
- ✓ Kendisiyle konuşan kişiye ilgisizlik
- ✓ Umursamaz ve aldırılmaz tavırlar
- ✓ İştahta azalma
- ✓ Uyku saatlerinde artma ya da azalma
- ✓ Kişisel bakımına özen göstermeme
- ✓ Sosyal ortamlardan kaçınma

Umutsuz bireyde, umutsuzluk, çaresizlik, yaşama isteğinin kaybı, pasiflik, sözel ve davranışsal ifadelerde ve ilgide azalma, kavramada bozulma, problem çözme, karar verme, hayal etme ve arzu etme yeteneğinde azalma, amacın tanımlanması, planlanması



ve organizasyonunda yetersizlik, ulaşılan bilgileri birleştirme ve geçmişi hatırlama yeteneğinde azalma görülür. Umutsuz bireyde kişişel hislerde azalma ve olumsuzluklar da görülür. Bunlar; cesaretini yitirme, kendini yolun sonunda gibi hissetme, gergin, sinirli ve unutkan olma, dikkatini toparlayamama, karamsarlık yaşama ve hayattan zevk alamamadır.

Umutsuzluğun temeli, geçmişte yaşanmış olumsuz bir olaya dayanır. Bireyler bir yandan meydana gelen olayın sebebi ya da sebepleri, diğer taraftan olayın neticesinde ortaya çıkacak olumsuz sonuçlar ve bunların kendisine etkisi hakkında mtalaalarda bulunurlar ve neticede umutsuzluk ortaya çıkar (şahin, 2002).

Umutsuzluk, bireyin dış dünyayı anlamsız, kendini yetersiz, kusurlu bulması, yaşamı engeller ve zorlayıcı olaylarla dolu görmesi ve böylece geleceğe ilişkin olumsuz beklentilere sahip olması duygusudur. Umutsuzlukta, gelecekte ne olacağı görüşü, imajı ve geleceği görebilme düşüncesi kaybolmuştur.

Umutsuzluk, bir hastalık sonucunda gelişebileceği gibi, bir hastalık nedeni de olabilir. Umutsuzluk, hastanın çevresindeki olayları karşı konulmaz olarak görmesine ve geri çekilmesine yol açar. Apati (ilgisizlik), keder, suçluluk, karamsarlık, umursamama gibi davranışsal tepkilere yol açabilir. Bireyin i kaynaklarını tehdit altında ya da tükenmiş hissetmesi, dışarıdan yardıma gereksinimi olduğunu gösterir. Hastalıklar bireyde çaresizlik duygularına neden olur. Bireyin hastalığını algılanması çeşitli kültürel kaynaklardan etkilenir. Birey, hastalığı üstesinden gelebileceği bir durum olarak algılayabileceği gibi, kader, felaket olarak algılayıp umutsuzluğa düşebilir (Bozkurt, 2004).

Umutsuzluğu tanımlayıcı zellikler (Bayram, 2001; Bozkurt, 2004);

- Terminal hastalıklar
- Orta dereceli ve şiddetli depresyon
- Pasiflik ve aresizlik
- Regresyon ve bağımlılık
- Apati ya da aşırı ağlama
- Vazgeçme ve güçsüzlük

- Acizlik, yardımsızlık
- Yetersizlik, yeteneksizlik
- Yaşamda anlam ya da amaç yokluğu
- “Boş” ya da “boşaltılmış” olma duygusu
- Yaşamak için ilgi ve istek kaybı
- Tuzağa düşmüşlük duygusu
- Aşırı uyku ya da uykusuzluk
- Şiddetli kilo kaybı
- Benlik saygısı kaybı
- Günlük aktivitelerde ilgi ve enerji kaybı
- Problem çözme ve karar verme yeterliliğinde azalma
- Şimdi ve burası ile değil, geçmiş ve gelecek ile ilgilenme
- Düşünsel süreçlerde esnekliğin azalması
- Hayal etme ve arzu etme yetersizliği
- Amaç ve hedeflerin farkında olmama ve/veya bunları başaramama
- Plan, düzenleme yapamama
- Umut kaynaklarının farkında olamama
- İntihar etme düşünceleri
- Öfkeyi dışarı vurmada yetersizlik
- Temel ihtiyaçlarını karşılama ve öz-bakımını yapma yeteneğinde kayıptır.

### **2.2.9.1. Umutsuzluk Nedenleri**

#### **2.2.9.1.1. Benlik Yitimi**

Benlik kendini geliştirecek ortam bulamadığında engellenir ve gerçek ile yalancı benlik arasında çatışma yaşanır. Gerçek öz ile yalancı öz arasındaki çatışmaya son vermek için gerçek öz bilinçten uzaklaştırılarak, baskı altına alınmakta, dolayısıyla söz konusu

çatışma bilinç düzeyinden uzaklaşmakla kalmayıp, yoğunluğunu yitirmektedir. Gerçek özün eylem alanından çekilmesi, yaşamı sürdürme ihtiyacı ve parçalanmama arzusundan kaynaklanmaktadır. Ancak bu durumda sonuç umutsuzluk olmaktadır. Zira umutsuzluk hiçbir kurtuluş olasılığı olmayan çatışmalara yakalanmış olma duygusudur. Gerçek özünü yitirmiş olması, kişinin kendi yaşamında aktif ve belirleyici bir güç olmamasına, yüzeysel bir canlılığa rağmen kendi duygularını hissetmemesiyle adeta canlı bir ölü gibi olmasına, kendi sorumluluğunu üstlenememesiyle gerçek bir içsel özgürlükten yoksun olmasına sebep olur (Horney, 2007).

### **2.2.9.1.2. İnanç Yitimi**

Kişilerin kendilerine, insanlara, yaşama inanmalarında, güvenmelerinde ilk çocukluk izlenimleri büyük önem arz etmektedir. Zira kişilerin hayata bakış açılarını bu izlenimler belirlemektedir. Bu dünya acı ve ıstıraptan başka bir şeyle karşılaşmayan, çocukluklarını doğru dürüst yaşamayan yani içlerinde yaşama sevinci uyandıracak bir çocukluk geçiremeyen çocuklar yaşama dost olmamakta, karamsar bir dünya görüşüne sahip olmaktadır. Ayrıca eğitimde işlenen hatalar da bu konuda büyük rol oynamaktadır. Çok sıkı ve sert bir eğitimde, çocuğu aşırı sevecenlikle sarıp sarmalayan bir eğitim de çocuğun kendine, başkalarına ve yaşama olan inancında olumsuz etkiye sahip olmak suretiyle, onda yaşama sevincinin doğmasını engellemektedir (Adler, 2005).

Kişinin inancının yok olması yani inançsız olması, onun umutsuzluğa düşmesinden önemli sebep teşkil etmektedir. Zira kişilerin, kendilerine, sevdiklerine, diğer insanlara, geleceğe, kısacası yaşama olan inançlarını yitirmeleri sonucunda umutsuzluk baş göstermektedir. Derinden aldatılan ve düş kırıklığına uğrayan kişiler yaşamdan nefret etmeye başlayabilmektedir. Eğer kişinin inanabileceği hiç kimse ve hiç bir şey yoksa o zaman yaşam nefret dolu olmakta, kişi düş kırıklıklarının acısına katlanamamakta ve adeta yaşamın, insanların, kendisinin kötü olduğunu kanıtlamak istemektedir. Böylece düş kırıklıklarına uğrayan yaşam inançlı ve yaşam aşığı bir kimse bir inançsıza ve yıkıcıya dönüşmektedir.

### **2.2.9.1.3. Anlam Yitimi**

İnsanın en temel arayışlarından biri, anlam arayışı ve önemli olma duygusudur. Anlamsızlık duygusu, yaşamda anlamın kaybı olarak kabul edilmektedir. Birey bu gerçeğe karşılaştığında ise kaygı ve çatışma yaşamaktadır.

Varoluşçu terapi danışana, yaşamında anlam bulma konusunda bir altyapı hazırlayarak bu konudaki farkındalığını artırmayı ve danışanın değişmesini sağlamayı hedef almaktadır. Anlam arayışı insan olabilmenin en temel konusudur. Yaşam kendi başına bir anlam ifade etmiyorsa, bireyler kendi anlamlarını kendileri yaratabilmeli veya keşfedebilmelidir. Anlam bulamama ya da boşluk duygusu, nevroza, psikoza ve madde bağımlılığına neden olabilmektedir (Yalom, 2003).

Yaşamında hiçbir anlam, amaç ve hedef göremeyen ve bunun sonucu olarak ta kendisine ve insanlığa olan inancını yitirmiş olan bir kimse derin bir umutsuzluğa düşmüş olmaktadır.

Hayat, ya yaşanmamış olmaktan dolayı anlamını kaybederek anlamsızlaşmakta ya da acı, ölüm vs. gibi şeyler hayatı anlamsız bırakmaktadır. Eğer kişi hayatını yaratıcı, üretici bir şekilde dolu dolu yaşayabilirse, bu durumda hayat, yaşanmamış olmaktan dolayı anlamını kaybetmemektedir. Eğer kişi, yaşadığı acıda hatta ölümden bile bir anlam bulursa yine hayat bu durumda da anlamını kaybetmemekte, anlamsızlaşmamaktadır. Acı, bir özverinin anlamı gibi bir anlam bulduğu anda acı olmaktan çıkmaktadır. Fakat kişiler maruz kaldıkları acıları, güçlükleri, kendi içsel güçlerine yönelik bir sınav olarak almayıp, yaşamlarını ciddiye almaz, anlamsız bir şeymiş gibi küçümserlerse, gözlerini kapayıp geçmişte yaşamayı tercih ederlerse bu insanlar için yaşam anlamsızlaşmaktadır (Frankl, 1995; Fromm, 1995).

### **2.2.9.1.4. Üreticilik ve Yaratıcılık Yitimi**

Yaşın ilerlemesiyle birlikte insan doğası gereği üretim ve yaratıcılık sınırlarını zorlayamamaktadır. Oysa yaşlanmadan önce üretici bir biçimde yaşayan bir insanın hiçbir zaman değerden düşmediği görülmektedir. Zira, onun üretici yaşam süreci içerisinde geliştirmiş olduğu ansal ve duygusal nitelikler, fiziksel gücü ortadan kalksa da gelişmelerini devam ettirmektedirler. Ancak üretici olamamış birisi tüm

etkinliklerinin kaynağı olan fiziksel gücü tükendiğinde tüm kişiliğiyle değer yitirmektedir.

İnsanın yaratıcılık ve üretkenlikten yoksun olması, güçsüzlük ve korkuya kapılarak umutsuzluğa düşmesine neden olmaktadır. Bazı insanların olgunluk döneminde umutsuzluğa düştükleri görülmektedir. Zira olgunluk döneminde ya ego bütünleşmesi ya da umutsuzluk söz konusudur. Yani olgunluk dönemi üretken bir yaşam geçirmiş olmanın verdiği doyum ile yıllarını anlamsız ve boş geçirmiş olmanın verdiği umutsuzluğun arasındaki çatışma ile belirlenmektedir. Yaşamını, çocuk yetiştirmek, bir takım sanat eserleri meydana getirmek vs. şeklinde üretici bir şekilde geçirmiş olan kimse, ürettiği şeylerden faydalanıldığını görünce mutluluk ve haz duymaktadır. Fakat kişi özseverci ve üretkenlikten yoksun bir yaşam geçirmişse olgunluk döneminde huzur bulamamaktadır. Kişiyi, üretken olamamış olmanın inançsızlığı, yani mevcut güçlerini ve yeteneklerini kullanmamış olması, umutsuzluk duygusu ile baş başa bırakmaktadır (Gençtan, 1984).

Psikososyal kuramcı Erikson insan hayatında 8 evreden bahsetmiş ve son aşamaya benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk demiştir. Bu döneme dek olan basamakları uygun bir şekilde, çok zedelenmeden ve büyük hatalar yapıp çevresini yıkmadan çıkmışsa bir rahatlık ve olgunluk içindedir. Etrafına güven duygusu ve olumlu diğer duyguları yansıtır. Hayatını eksi ve artıları ile kabul etmiştir, pişmanlık duyguları taşımaz. Hayata keşke tekrar başlayıp, olanları düzeltsem ya da farklı yaşasam şeklinde yaklaşmaz. Geçmişini “Yapabileceklerimin en doğru ve iyisini yaptım” şeklinde değerlendirerek, huzur içindedir.

Bu hissin yaşanmadığı ve önceki basamakların sorunlu olup, hakkıyla geçilemediği durumlarda derin bir pişmanlık, değersizlik ve depresif düşünce yumağı ile karşılaşılır. Ölüm korkusu belirgindir. Artık geçmişe tekrar dönmek, olanları düzeltmek olanaksızdır ve ne yazık ki ekilenler biçilmektedir.

#### **2.2.9.1.5. Beden ve Organ Yitimi**

Bedensel sakatlık veya organ kaybı ile sonuçlanan kazalardan sonra kişiler psikolojik sarsıntılar geçirmekte hatta daha sonra bu durum yerini ağır bir depresyona bırakabilmektedir. Zira bu durumda kişiye “kendine acıma, diğer insanlardan ayırma ve

umutsuzluk duyguları” egemen olmaktadır. Kaybının bilincine varan kişi kendisine bir yaş dönemi ilan etmektedir. Bu durum kişiliğin yeniden düzenlenmesi için gerekli bir bakıma da faydalı olabilmektedir. Çünkü kişinin eksik organla yeniden doğması, eski halinin yok edilmesi gerekmektedir. Kişinin içinde bulunduğu umutsuzluk duygusu ve bunun sebep olduğu depresyondan kurtulabilmesi, kişilik yapısının sağlamlığına ve durumu kabullenmede etrafındaki kimselerin desteğine bağlı olmaktadır. Aksi takdirde kişinin umutsuzluktan kurtularak normal yaşama dönmesi pek kolay görülmemektedir (Gençtan, 1984).

Adler tüm davranış bozukluklarının temelinde aynı ilkeler bulunduğunun görüşündedir. Çeşitli davranış bozuklukları arasındaki farklılıkları kabul etmekle birlikte en önemli değişkenin kişinin kendisi olduğu görüşündedir. Adler’e göre normal dışı eksiklik duyguları, organ eksikliği, aşırı korunma (aşırı korunan ve şımartılan çocuklar) ve ilgisizlik (istenmeyen çocukta) koşullarında ortaya çıkar. Çocuğun gelişim evrelerinde kalıtsal eksik organlara, organik sistemlere ve iç salgılamak bezelerine sahip olmanın yarattığı durumun; normal bir zayıflık ve çaresizlik duygusu aşırı ölçüde şiddetlenmiş ve derinden hissedilen bir aşağılık duygusuna dönüşmesidir. Zayıflık, hastalıklı olma, sakarlık, beceriksizlik, kekemelik, konuşma bozukluğu, yatağa işeme bozuklukları görülebilir. Bunlardan ötürü ceza gören, aşağılanan ya da dışlanan çocuk toplum içinde uyumsuz hale gelir.

Organ yetersizliği ile dünyaya gelmiş olmak da kişilerin umutsuzluğa düşmelerinde önemli rol oynamaktadır. Organ yetersizliği ile dünyaya gelen çocuklar, hayatı omuzlarında ağır bir yük gibi görmekte olup, kolayca karamsar dünya görüşünün kucağına yuvarlanabilmektedir. Dolayısıyla bu tür çocuklara karşı soğuk bir takım davranışlar sergilenmiş olması, onlar da sevgisiz bir dünya ile karşı karşıya oldukları ve böyle bir dünya ile ilişki kurulamayacağı hislerini kolaylıkla uyandırabilmektedir. Onun için bütün çocukların ve özellikle de bu tür çocukların sakat bir dünya görüşüne sahip olmamaları içinde buldukları sosyal konum ve eğitimcilerin özellikleri açısından dikkat edilmesi gereken noktalar içerisinde olduğunu göstermeye çalışmıştır (Adler, 2004).

## 2.2.10. Umutsuzluk Türleri

### 2.2.10.1. Bilinçsiz Umutsuzluk

Bilinç ne kadar artarsa, umutsuzluk o kadar şiddetlenmektedir. Böylece bilinçsizliğin en yüksek noktasında umutsuzluk en aşağıda olmaktadır. Bununla beraber bilinçli umutsuzluğa göre, umutsuzluğunu bilmeyen, yani umutsuzluğunun farkında olmayan kimse, gerçekten ve kurtuluştan uzaklığa olumsuz bir adım daha eklemiş olmaktadır. Zira umutsuzluğun kendisi bir olumsuzluktur ve umutsuzluğun bilinmemesi de başka bir olumsuzluk olmaktadır (Kierkegaard, 1997).

Bilinçsiz umutsuzluğa yakalanmış olan kimseler görünüşte gayet iyimser, mutlu, ekonomik ve sosyal hayat içerisinde oldukça iyi bir şekilde fonksiyonda bulunuyormuş gibi görünmektedirler.

Bilinçsiz umutsuzluk, kendisini can sıkıntısı, kayıtsızlık, güçsüzlük, yalnızlık, güvensizlik, duyguları gibi çeşitli duygularla hissettirebilmektedir. Dolayısıyla içten içe umutsuzluk duygusu yaşamakta olan insanlar, içlerini kemiren umutsuzluk duygusundan adeta kaçmak istercesine sahte bir takım tanrılara (parti, ideoloji, para, güç, ulus, devlet, lider vs.) bağımlılık geliştirmektedir. Bilinçsiz umutsuzluk, kendisini edilgin bir bekleyiş altında da gizleyebilmektedir. Zira çoğu kimse ümitli olduklarını ifade ettikleri halde yüreklerinin sesini, itkisini dinleme ve ona göre davranma yetisinden yoksun bulunmaktadır.

İnsanlarımızın çoğu, sonucun ne olacağından kuşku duymayacak kadar çok fazla bilinçsiz yaşamaktadırlar. Zira onları, bazen iyilik, bazen kötülük yaparken, bazen çok neşeli bir şekilde, bazen her şeye yeniden başlarken, bazen umutsuz olarak görmekteyiz.

Umutsuzlukları bazen bir öğleden sonrası kadar sürdükten sonra bir kez daha neşelendiklerini fakat bir süre sonra bütün gün umutsuzluğa kapıldıkların görmek mümkün olmaktadır. Onlar için yaşam, içine girilen bir tür oyun ve eğlenceden farksızdır. Dolayısıyla umutsuzluk gibi bir hastalık insanlar için hiç farkında olmadan onların içine yerleşebilmekte, onlara kendisini hiç hissettirmeksizin çok güzel bir şekilde saklanabilmektedir. Onun için seyrek olan umutsuz olmak değil aksine umutsuz olmamaktır. Zira bilinçsiz umutsuzluk, dünyada en sık rastlanan umutsuzluk biçimi olmaktadır (Kierkegaard, 1997).

### **2.2.10.2. Bilinçli Umutsuzluk**

Bu tür umutsuzluk kişilerin umutsuzluklarının farkında oldukları bir umutsuzluk çeşidi olmaktadır. Umutsuzluğun şiddeti bilinçle birlikte artmaktadır. Umutsuzluğun gerçek fikriyle birlikte ne kadar umutsuz kalınırsa, umutsuz olmanın o kadar açık bilincine sahip olunmakta ve umutsuzluk da o kadar şiddetli olmaktadır. Bilinçli umutsuzluk, kişilerin gitgide daha fazla umutsuzluk olan şeyin ve içinde bulunulan durumun umutsuz yapısının bilincine vardıkları umutsuzluk olmaktadır. Bu tür umutsuzlukta, umutsuz kişi durumundan içten içe bayağı kuşku duyarak, umutsuzluğunu; hangi hastalık olduğunu söylemek için fazla istek duymadan, bir hastalığın kuluçka döneminde olduğunun hissedildiği zamanki gibi hissetmekte fakat daha sonra umutsuzluğunu tamamen fark etmektedir (Kierkegaard, 1997).

Bilinçli umutsuzluk, bilinçsiz umutsuzluğa nazaran çok daha az olan, pek yaygın olmayan bir umutsuzluk çeşididir. Kierkegaard, bilinçli umutsuzluğun, “ben”in kendi olmak istediği umutsuzluk” şekli olduğunu belirterek, bunun da bir çeşit meydan okuma anlamına geldiğinden söz etmektedir. Zira ona göre “ben”in kendisi olmak istemesi” demek kendisini ortaya koyan güçle olan tüm ilişkisini kopararak böyle bir gücün varlığı fikrinden kurtulmak istemesi anlamına demektir. Bu da tam bir meydan okuma olmaktadır (Kierkegaard, 1997).

## **2.3. BOYUN EĞİCİ DAVRANIŞ**

İnsan psikolojisinin manipülasyona ne denli açık olduğu ve hangi konularda zayıflık gösterdiği gibi konuları test edebilme adına bugüne dek çok sayıda deney gerçekleştirildi. Ancak insanın otoriteye karşı ne derece zayıf olduğu, otoriteye boyun eğme adına ne kadar ileri gidebileceği ve otoritenin insanları kontrol edebilme adına ne kadar belirleyici olabileceği gibi konularda en çarpıcı deneylerden biri, 1961 yılında Yale Üniversitesi sosyal psikoloji doktoru Stanley Milgram tarafından yapıldı.

“Milgram’ı, insan psikolojisi üzerindeki otorite etkisini ölçmeye yönelik bir deney yapmaya yönelten olay, Nazi Almanyası savaş suçlusunu Adolf Eichmann’ın yargılanıp asılması oldu. Milgram bu gelişme üzerine, Eichmann’ın bir canı değil de, sadece



kendisine verilen emirleri yerine getiren bir asker olabileceği konusunu sorgulamak istedi. Daha soyut bir ifadeyle, Milgram, deneyinde, insanların bağlı buldukları bir otoriteden emir almaları durumunda, hiçbir kişisel düşmanlık beslemedikleri kimselere eziyet edebiliyor edemeyeceklerini ölçmek istedi. “İnsanlar kendilerine bu tür emirler verildiğinde ne tür tepkiler verirler?” “İtaat mi ederler, yoksa karşı mı çıkarlar?” Ve daha da önemlisi, “Hangi noktadan sonra itaat etmeyi bırakıp karşı çıkarlar?” Milgram, bu soruların yanıtlarını aradı.

Deney uygulayıcı **E**, denek **S**'i bir diğer denek olduğuna inandığı **A**'ya acı veren elektrik şokları vermeye ikna eder. **A** aslında bir aktördür ve **S** acı veren şokları arttırdıkça (arttırdığını sandıkça) feryat etmeye başlar. Aktör **A**'nın yalvarmalarına karşın denek **S** deneye devam eder.

Milgram Deneyi, farklı yaş ve meslek gruplarından insanların katılımıyla gerçekleştirildi. Deneklere, öğretmen ve öğrenci olmak üzere iki gruba ayrılacakları ve deneyin “cezanın öğrenme üzerindeki etkisi” ni ölçeceği söylendi. Buna göre, denek öğretmen ve denek öğrenci, birbirlerini göremeyecekleri, ama teknik cihazlar vasıtasıyla sesli iletişim kurabilecekleri iki farklı odaya alınacaktı. Denek öğretmen, kendisiyle aynı odada bulunacak olan bir uzmanın yönetiminde denek öğrenciye sorular soracak, yanlış cevap alması durumunda da, diğer odada elektrik kablosuna bağlı olan denek öğrenciye 15 volt gücünde elektrik verecekti. Dahası, denek öğretmen aldığı her yanlış cevapta voltajı 30 volt kadar artıracaktı. Ancak Milgram Deneyi'nde denek öğretmenlerden gizlenen bir şey vardı: Denek öğretmene denek öğrenci olarak tanıtılan kişi, aslında deney ekibindendi. Bir başka deyişle, deneyde denek öğretmenden başka denek yoktu ve elbette, denek öğretmene söylenenin aksine, deneyde “cezanın öğrenme üzerindeki etkisi” ölçülüyordu.

Milgram'ın bu deneyde ölçmek istediği şey, denek öğretmenin, yönetici durumunda uzmanın emirleri doğrultusunda voltajı ne kadar yükselteceğiydi. Milgram böylelikle, sıradan, ortalama insanların, bir otoritenin güdümüne girdiklerinde başka insanlara ne kadar eziyet edebilecekleri konusunda bir fikir elde etmeyi amaçlıyordu. Milgram Deneyi'nde elektrik şoku 15 voltla başlayacak ve her seferinde (yani her yanlış cevapta) 30 voltluk basamaklarla artırılacaktı. Deney cezasına, 450 volt gibi son derece yüksek bir üst limit belirlendi. Fazlasıyla acı verici seviyelerde seyredip öldürücü düzeylere

ulaşacak olan elektroşok, elbette diğer odadaki sözde denek öğrenciye verilmeyecek, denek öğretmene önceden kaydedilmiş olan sesler dinletilecekti. Yüksek voltaj seviyelerine ulaşılması durumunda öğrencinin ne tepki vereceği de belirlenmişti. 120 voltta öğrenci durumundan şikayetçi olmaya başlayacak, 150 voltta deneyden ayrılmayı talep edecek, 285 voltta ise acı içinde çığlık attıktan sonra sesi kesilecekti (Dolayısıyla da, diğer odadaki denek öğretmenin o noktadan sonra öğrenciye ne olduğunu bilmesi mümkün olmayacaktı). Çoğu denekten ancak bu noktadan (yani öğrenciden artık ses gelmemeye başlamasından itibaren) deneyi durdurup, öğrencinin durumuna bakma talebi gelir. Çoğu denek ancak bu noktadan sonra deneyin amacını sorgulamaya başlar.

75 voltta adamdan ‘ahh’ sesi çıkar.

90 voltta aynı ses tekrarlanır.

105 voltta ses yükselir.

120 voltta adam çok acıyor der.

Denek bu noktadan itibaren elektrik şoku vermek konusunda tereddüt etmeye başlayabilir.

135 voltta kuvvetli bir inilti sesi gelir.

150 voltta denek bağırmağa başlar, deneyin kesilmesini ister. Kalp hastası olduğunu söyler. Devam etmek istemediğini söyler.

165 volta geçilir, denek çığlık atar.

180 voltta denek acıya dayanamadığını, devam edemeyeceğini bağırarak tekrar eder.

195 volta denek beni çıkarın, kalbim sıkışıyor diye durmaksızın bağırır.

210 voltta cevap vermiyorum, bırakın beni diye şiddetle bağırır.

225, 240 ve 255 voltlarda sesi gittikçe yükselir

270 voltta acı içinde ağlamaya başlar.

285 voltta çığlıklar atar.

300 voltta çığlık atıp durmaları için yalvarır.

315 voltta sesinin son raddesinde yalvarır.

330 voltta durmaksızın yalvarıp durmalarını, kalbinin sıkıştığını söyler.

Olayın tüm ciddiyetine karşın deneklerin yüzde altmışından fazlası, karşılarında kalp hastası bir insan olduğunu düşünmelerine rağmen 450 volta kadar elektrik şoku uygulamayı kabul ederler. Emir ve komuta zincirine girildikten sonra deneye katılacak

olanların kesin emirler alınca bu verilen emri çok az kişi uygulamayı reddeder.

Milgram kendisi deneyini şöyle anlatmaktadır;

İtaat konusunun felsefi ve hukuki yönleri son derece önemlidir. Ancak somut bazı durumlarda insanların tam olarak nasıl davranacakları hakkında bize pek fikir vermez. Yale üniversitesinde hazırladığım basit bir deneyle, sıradan bir bireyin bir başka bireye sadece kendisine öyle emredildiği için ne dereceye kadar acı verebileceğini ölçmeye çalıştım.

Deneye katılanların çoğu açısından otoritenin baskısı, başkalarını incitme konusundaki temel vicdani güdülerin üstüne çıkmakta idi. Mağdurların acı çekerken attıkları çığlıklar kulaklarını tırmalasa da denekler otoritenin kendilerinden istediğini yerine getirdiler. Otoritenin emirlerini yerine getirir iken en son aşamaya kadar gitmekte bile isteksizlik göstermediler.

### **Deney Sonuçları**

Deney sonuçları psikiyatrların öngörülerinin tamamen temelsiz olduğunu ortaya çıkardı. Denek öğretmenlerin % 62'si, 450 voltluk üst sınıra kadar öğrencilere elektrik verdiler. Deneklerin çoğunun bunu yapmaktan rahatsızlık duydukları ve hatta deneyden sonra bunu yapabildiklerine inanmadıklarını ifade ettikleri gözlenirse de, bu durum, sadist olmayan, rastgele seçilmiş sıradan insanların, kendilerine hiçbir fiziksel zorlama yapılmadığı halde, tamamen masum olan başkalarına çok yüksek dozda elektrik verdikleri gerçeğini değiştirmiyordu. Bu sonuçlar karşısında, Milgram Deneyi'nin uygulanması esnasında, deney yöneticisi durumundaki uzman ile denek öğretmen arasındaki ilişkinin mahiyetinin ve de söz konusu uzmanın deneye devam etmesi adına deneye neler söylediğinin incelenmesi fazlasıyla önem kazanıyor. Milgram deneyinde, deney yöneticisi, deneyin gidişatını kendi masasından öğrencinin çektiği acıya kayıtsız tavırlarla takip ediyor ve denek öğretmenin çekinceye kaldığı durumlarda onunla konuşuyor, ancak denek öğretmeni hiçbir şekilde elektrik vermeye zorlamıyor. Bir başka deyişle, düğmeye basmaması durumunda denek öğretmenin karşılaşabileceği hiçbir ciddi yaptırım söz konusu değil. Ortada sadece aynı odada diğer masada oturan bilirkişinin, yani 'otoritenin' sözleri var. Söz konusu otoritenin, (deney tasarımı aşamasında belirlenen) sözleri dört aşamadan oluşuyor. Denek öğretmen ilk kez çekince

gösterdiğinde, otorite kendisine, sadece “Lütfen devam et” diyor. Benzeri bir durumla tekrar karşılaşıldığında (ya da aynı aşamada olunmasına rağmen denek öğretmen halen devam etmek istemediğinde), ikinci cümle ‘Deney, devam etmeni gerektiriyor’ oluyor. Üçüncüde ise, biraz daha güçlü kelimeler seçilerek ‘Devam etmen kesinlikle şart’ deniliyor. Son cümle ise, ‘Başka seçeneğin yok, devam etmelisin’ oluyor. Dördüncü cümlelerin ardından denek voltaj uygulamaya devam etmezse, deney bitiriliyor. Deneyde, bir otoriteden gelen emirlerin insan davranışlarını kontrol edebilmekte ne denli tesirli olabildiğinin ölçüldüğü düşünülecek olursa, denek öğretmenlerin denek öğrencilere yüksek dozda seviyede elektrik vermeye devam etmelerine sadece bu dört cümlelerin yeterli olduğu da söylenebilir. 285 volt seviyesinde öğrencinin acı içinde çığlık atmasının ardından sesinin kesildiği, ancak denek öğretmenlerin % 62’sinin buna rağmen tam 6 kez öğrencilere eskisinden daha yüksek seviyelerde elektrik vermiş olmaları da deneye son derece korkunç bir boyut daha getiriyor. Zira karşı taraftan ses gelmemesi üzerine denek öğretmen şayet deney yöneticisine ne yapması gerektiğini sorarsa, kendisine sadece 5 saniye kadar beklemesi ve herhangi bir yanıt almaması durumunda elektrik vermeye devam etmesi söyleniyordu!

### **Deney Hakkındaki Diğer Detaylar**

- Pek çok denek, deney sırasında ‘Adam rahatsızlanmış olabilir, bu yaptığımız gerçekten doğru mu?’ gibi sorular sorsa da, elektrik vermeye devam etti. Deney yöneticisinin sert mizaçlı olup olmaması, deney sonuçlarını değiştirmedir.
- Deney yöneticisinin odanın dışında bulunduğu zamanlarda, denek öğretmenler hile yaparak denek öğrenciye normalde vermeleri gerekenden düşük dozda elektrik verdiler. Deneklerin çoğu, bu tür durumlarda sadece minimum seviyede elektrik vermeyi tercih etti.
- Kimi deneylerde (sözde) denek öğrenci deney yöneticisine, ‘Durmanızı istersem duracaksınız değil mi?’ diye sorduğunda deney yöneticisi, onaylayıcı bir tonda mırıldandı. Ancak ilerleyen dakikalarda voltaj yükselip de denek öğrenci deneyin durdurulması için yalvarmaya başladığında, denek öğretmenlerin çok azı bu sözlü anlaşmayı deney yöneticisine hatırlattılar.

- Kimi deneylerde denek öğrenci, kendisinden önce deney yöneticisinin öğrenci olarak prova yapmasında ısrarlı davrandı ve deney yöneticisi gerekli rolü yerine getirmek üzere öğrenci odasına geçti. Yüksek voltaj seviyelerinde gelindiğinde, öğrenci koltuğundaki deney yöneticisi, salıverilmesi konusunda yalvarmaya başladı. Ancak yönetici koltuğunda oturan öğrenci, denek öğretmenlerden devam etmesini talep etti. Fakat denek öğretmenler onu değil, gerçek otorite sahibi olan deney yöneticisini dinlediler.
- Kimi deneylerde Milgram üç denek öğretmen kullandı. Ancak bu üç denek öğretmenden ikisi, deney ekibindendi. Deney esnasında bu öğretmenlerden önce biri, sonra da diğeri deney yöneticisine itaat etmeyerek deneyi terk etti. Bu deneylerde, deneklerin % 90'ı deneye devam etmeyi reddederek aynı şekilde deneyi terk ettiler.
- Kimi deneylerde, denek öğretmenin konumu değiştirildi. Şöyle ki, denek yöneticisi deneyi idare etmeye devam etti, ancak gereken durumlarda elektrik veren düğmelere deney yöneticisi basmaya başladı. Bu deneylerde, 450 volta kadar çıkan deneklerin oranı % 62'den % 92'ye yükseldi. Denek öğrenciye doğrudan acı vermeyen denek öğretmenler, yaşananlara çok daha az itiraz ettiler.
- Denek öğrencinin denek öğretmen ile aynı odayı paylaştığı durumlarda deneylerde, otoriteye itaatte azalma görüldü. ” (<http://www.gnoxis.com>, <http://www.ygslyssistemi.com>, <http://www.facebook.com>, 13.03.2010)

Boyun eğme; teslim olmak, önce direnirken zor karşısında gücü kabullenme veya karşı koyan birini boyun eğmek zorunda bırakmak, teslim olmaya zorlamak olarak tanımlanabilir. Karşıdaki güç; sevgi veya korku temelli olarak ön plana çıkabilir. Ailesinden sevgi, ilgi ve alaka gören bir genç sevgi yönlü boyun eğme gösterdiğinde; bu tür boyun eğmenin şiddete yönelik bir davranış sergileme ihtimalini azaltırken, ailesinden şiddet gören bir gencin boyun eğici davranışının kökeninde korku vardır. Bu da, ileriki hayatında şiddete meyilli bir tutum sergileyeceğine işaret eder. Öğretmen ve öğrenci, antrenör ve sporcu gibi örnekler de verilebilir. Gencin beklentileri de boyun eğici davranışa neden olabilir.

Kişiler arası ilişkiler açısından insan davranışları, pasif, atılgan, manuplatif ve saldırgan olmak üzere dört gruba ayrılabilir (Cüceloğlu, 2005). Bu davranışlardan bazıları kişiler arası ilişkilerde engellere, problemlere neden olabilmektedir. Pasif veya boyun eğici davranış özellikleri kültürümüzde sıklıkla saygı ve saygılı olma, itaatkar olma veya itaat etme kavramıyla karıştırılmaktadır. Boyun eğici davranış özelliğine sahip olan birey, kendisini daha az değerli ve önemsiz görebilmekte, farklı düşüncesini özgürce ifade edememekte ve “hayır” demekte zorlanmaktadır. Aynı şekilde bu bireyler liderlik davranışı göstermekte zorlanır, kolayca girişimde bulunamaz, kendine güveni düşüktür. Sorumluluk almaktan ve değişikliklerden kaçınırlar (Allan ve Gilbert, 2002).

Boyun eğme; bir otoritenin koyduğu kurallara veya verdiği emirlere uygun hareket etmeyi içerir. Psikoloji alanında bu terim daha çok kişinin değer yargılarını, kanılarını, düşüncelerini, vb. otoritenin gösterdiği yönde değiştirmesi anlamında kullanılır. Bu, söz konusu kişinin istenen değişikliği benimsediği anlamına gelmez; sadece, otoritenin beklentilerine uyduğu anlamına gelir. Otoriteye boyun eğen kişi, istemese bile başkalarına doğrudan zarar verebilecek boyutta davranışlar sergileyebilir (Budak, 2003).

Boyun eğici davranış diğer bir deyişle itaat; başkalarını kırmamaya, incitmeye özen gösteren, herkesi memnun etmeye çalışan, iyiliksever olma eğilimli olan, aşırı verici, hayır diyemeyen, evet demeye eğilimli, hoşlanmadığı durumları ifade etmekte zorlanan, öfkelerini göstermekte zorluk çeken, sürekli onaylanma gereksinimi duyan, düşüncelerini ve haklarını savunamayan vb. davranışlarla gözlenebilen bir kişilik özellikleri kümesidir (Gilbert ve Allan, 1994).

Cattell (1989)’a göre boyun eğici davranışların oluşumunda kalıttan çok çevre faktörü etkilidir. Bireyin çevresini oluşturan önemli faktörlerden biri de ailedir. Aile ortamının atmosferi, aile üyelerinin birbiriyle olan ilişkileri ve diğer ailesel nitelikler boyun eğici davranışların oluşumunda etkilidir.

Boyun eğici davranış; başkalarını kırmamaya, incitmeye özen gösteren, herkesi memnun etmeye çalışan, iyiliksever olma eğilimli olan, aşırı verici, “hayır” diyemeyen, “evet” demeye eğilimli, hoşlanmadığı durumları ifade etmekte zorlanan, öfkelerini göstermekte zorluk çeken, sürekli onaylanma gereksinimi duyan, düşüncelerini ve haklarını savunamayan vb. davranışlarla gözlenebilen bir kişilik özellikleri kümesidir (Göktuna,2007).

İnsanlar yapmak istemedikleri halde yapmaya zorlanırlarsa buna boyun eğici davranış deriz (Freedman, 1993). Filter ve Gross(1975) ayrı düşüklerini farklı olduklarını düşünen insanların bir isteğe boyun eğmeye ayrı düşmeyenlerden daha eğilimli olduklarını göstermiştir. Apsler (1975) insanları küçük düşürmenin ya da kaygılandırmanın boyun eğmeyi arttırdığını göstermiştir. Apsler deneklere bir gözlemcinin önünde çocukça işler yaptırdı. Sonra o deneklerden ya o gözlemci tarafından ya da onları gözlemeyen birisi tarafından bir şey istendi. Çocukça ya da biraz aptalca işleri yapan ve dolayısıyla küçük düşmekten korktukları varsayılan deneklerin böyle işleri yapmayanlardan daha fazla boyun eğdikleri görüldü. Öyle görülüyor ki, boyun eğmede görülen artışa başkalarının önünde kendilerini daha iyi gösterme konusunda özgül kaygıdan daha çok, ayıbının görülmesi korkusu ya da rahatsızlıktan kurtulma isteği yol açmaktadır (Freedman, 1993).

Boyun eğici davranış özelliğine sahip olan bireyler, kendilerini değersiz ve önemsiz görmekte, farklı düşüncelerini özgürce ifade edememekte ve “hayır” demekte zorlanmaktadır. Başkaları, kendilerini aşağıladığı ya da suçladığı zaman kendilerini savunamazlar, haklarını arayamazlar. İçlerinden gelmediği halde başkalarına yakınlık göstermeye çalışırlar, önemsiz hataları yüzünden sürekli özür dilerler. Olumsuz duygularını asla karşı tarafa söylemezler. Ayrıca bu bireyler liderlik davranışı gösteremeyip kolayca girişimde bulunamazlar, kendilerine olan güvenleri düşüktür, sorumluluk almaktan ve değişikliklerden kaçınırlar (Gilbert ve diğerleri, 1994; Arslan Özkan ve Özen, 2008).

Günümüzün rekabetçi yaşam koşullarında, beğeni ve statü kazanmaya duyulan ihtiyaç, kişilerarası ilişkilerde, bireyin doğasına uymayan davranışlar göstermesine sebep olmaktadır. Başkaları tarafından sevilme, önemsenme, kabul görme, beğenilmek vb. gibi ödüller, zaman zaman çok fazla abartıldığı için, pek çok birey bunlara ulaşabilmek uğruna kendisi olmaktan vazgeçebilmekte ve başkalarına boyun eğen, bağımlı bir kişilik sergileyebilmektedir (Can, 1990).

Adler, boyun eğen ve boyun eğdiren olmak üzere bireyleri ikiye ayırır. Ona göre boyun eğen insan, başkalarının koyduğu kural ve yasalara göre yaşar, adeta içinden gelen bir zorlamaya uyarak kendine uşakça bir yer arar. Boyun eğdiren tip ise bir yöneticiye gereksinime duyulduğu zaman ortaya çıkar ve devrimlerde başrolü oynar. Adler her iki

tipin en aşırılarını istenmeyen bireyler olarak niteler ve bunlar yanlış eğitimin bir ürünü sayar (Adler, 1985). Adler'e göre boyun eğen kişi; başkalarının koyduğu yasa ve kurallara göre yaşayan, içleri bir çeşit uşaklık duygusuyla dolu insanlardır. Bu kişiler dış görünüşlerinden de tanınabilirler; biraz kambur duruşları olan, biraz daha bellerini bükme için hep hazırda bekleyen, karşısındakinin sözlerine dikkatle kulak veren ama işittikleri üzerinde sonradan düşünüp taşınmak için değil söylenilene peki demek ve istenileni yerine getirmek için bunu yapan tiplerdir (Adler, 2002).

Sosyal Sıralama Kuramı çerçevesinde değerlendirilen boyun eğicilik kavramında, birey kendisini sosyal destek sistemi içerisinde yer alan kimselerden daha aşağıda, ikinci sırada olarak algılamaktadır (Yıldırım ve Ergene, 2003). Sosyal Başatlık Kuramına göre ise, kendilerini bir şekilde diğerlerinden alt statüde gören ve utandırılmaktan korkan kişiler muhtemelen boyun eğici davranışlar sergilerler ve bazı sosyal durumlarda bastırılmışlık hissederken, kendini diğerleriyle eşit ya da üstün gören kişiler sosyal olarak bastırılmışlık hissetmezler (Gilbert ve Allan, 1994).

Güven eksikliği yaşayan bireylerin psikolojik problemler yaşamaları normal bir durumdur. Yapılan alıştırmalarda, kendine güvenin yetersiz olması ile depresyon, sosyal anksiyete, utangaçlık, nörotizm gibi kişilik faktörleri ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur (Gilbert ve Allan, 1994). Linchan ve Egan (1979), kişinin etkileyiciliği ve doğrularının arkasında durması, kendine güven boyutu ile yakından ilişkili olduğunu vurgulamışlardır. Yine yüksek / düşük kendine güven puanı, boyun eğici davranışlar ile dominant davranışlar ile yakından ilişkilidir (Akt. Gilbert Allan, 1997). Boyun eğici davranışların kişinin kendine güveni ile ilişkili olduğu bir gerektir ve çeşitli psikolojik problemlerle de ilişkili olduğu ifade edilmektedir.

Kişinin boyun eğici davranışlar geliştirmesinde çevresel faktörlerin kalıtıma (% 18) göre daha önemli bir belirleyici olduğu bilinmektedir. Bu çevresel faktörler; bireyin çocukluk çağında içinde yetiştiği aile ortamı, sosyal çevresi ve bununla ilgili algıları olabilir (Tekin ve Filiz, 2008).

Boyun eğme davranışının ortaya çıkma sürecinde üç faktör etkilidir.

1. Bireyin boyun eğmesini, diğer bireylerin yapılacak en doğru şey gibi (iletişimsel etki) göstermesidir. Bazı kültürlerde otoriteye koşulsuz boyun eğme istenilen, beğenilen bir özellik olarak küçüklükten itibaren çocuklara öğretilir. Seligman'ın "öğrenilmiş



çaresizlik kuramı”nda tanımlandığı gibi, çocukluktan itibaren yaşanan stres ve şiddete maruz kalan organizmalar tepkisizlik içeren bir davranış geliştirirler ve sonuç olarak bu kişiler daha çok boyun eğici davranış sergilerler (Cüceloğlu, 1992).

2. Bireyin diğerleri tarafından reddedilmemek ve onaylanmak amacıyla (normatif etki) boyun eğmesidir.

3. Sosyal normların sorgulanmadan (bilinçsiz uyum) kabul edilmesidir (Aronson ve diğerleri, 1997).

Bireyin boyun eğme davranışını açıklama konusunda içsel faktörlerden çok dışsal faktörlerin etkili olduğunu öne süren davranışçı yönelimli görüşler, boyun eğme davranışlarında ödül, ceza ve tehditlerin etkili olduğunu savunurlar (Freedman ve diğerleri, 2003). Boyun eğme davranışının ortaya çıkmasında modelden öğrenme ve taklidin de etkili olduğunu öne süren görüşler vardır; başka birçok davranışta olduğu gibi birey, bir başkasının yaptığını gördüğü davranışı yapmak eğilimindedir. Bryan ve Test (1967) ve Grusec (1970)’e göre birey başkasını uymacı davranışlarına tanık olursa, başka türlü olabileceğinden daha çok uymacı olmak eğilimindedir (Freedman ve diğerleri, 2003).

Öğrenilmiş davranışlarımızın çoğu çocukluk çağından kaynaklanır. Duygularımızın, sevgilerimizin nasıl olacağına, sorunların nasıl çözüleceğini, başkalarıyla iletişim biçimimizi yakın çevremizden öğreniriz. Bunların çoğu bilinçdışıdır. Bu bilinçdışı olan öğrenilmiş davranışlar, boyun eğme, özdeşleşme, benimseme süreçleriyle kişiliğin oluşmasında rol oynar. Boyun eğme biçiminde yapılan davranışlarda temel etken korkudur; cezalandırılmaktan ya da eleştirilmekten korktuğu için, kişi, istemediği halde öyle davranır (Köknel, 1998).

İnsanoğlunun sosyal grup içerisinde ilişkilerini ve statüsünü sürdürebilmek için bazı temel davranışlara sahip olduğu kabul edilmektedir. Bunlar arasında; boyun eğcilik, kabul görme ve baş sallama söylenebilir. Bazı sosyal kaygısı olan insanlar, gruptan dışlanmamak için gereğinden fazla alttan alma ve özür dileme yoluna gidebilirler. Yine bazıları isteklerine ya da girişimlere direnmek ve kendilerini kontrol edebilmek için boyun eğici davranabilir ya da boyun eğici davranış bir savunma mekanizması olarak kullanabilmektedirler (Gilbert, 2001; Odabaşı, 2007).

Kağıtçıbaşı (2008)'na göre, uyma davranışı toplumsal yaşam için zorunludur. Nitekim toplum, davranış düzenliliklerini sağlamak için normlar (kurallar) geliştirir ve bunları erken çocukluk çağlarından başlayarak bütün bireylere ortaklaşa aşılar. Böylece insanların benzer davranışlarının çoğu, erken yaşlarda başlayan ve yaşamları boyunca devam eden “ortak öğrenme” sonucu oluşur. Kişiler arası ilişkilerde boyun eğici davranışlar, diğer bir deyişle itaat ile saygı kavramının karıştırıldığı “itaat” kavramının “saygı” olarak adlandırıldığı görülmektedir (Kağıtçıbaşı, 2008).

Türk Dil Kurumu (TDK) sözlüğünde saygı “... bir kimseye ya da bir şeye karşı dikkatli, özenli, ölçülü davranmak... ona değer vermek...”, itaat kavramı ise “söz dinlemek, boyun eğmek, buyruğa uymak...” olarak tanımlanmaktadır. Görüldüğü gibi bu iki kavram birbirinden çok farklıdır ve zıt anlamlar içermektedir (Yıldırım, 2004).

Boyun eğici davranışlar kültürlerden etkilenmektedir. Örneğin, Doğu kültürlerinde kişiler arası ilişkilerde boyun eğici davranışlar batı kültürlerine göre daha çok gözlenir. Doğu kültüründe, başkalarını dikkate alma, güçlü ilişkilerin kurulması, kişinin kendisini başka insanlara adapte etmesi sadece kişinin değerleri değildir, bunlar aynı zamanda toplum tarafından istenen davranışlardır. Yakınlık, desteklenmek ve bağımlılık gibi davranışlar doğu kültüründe kabul görürken bu davranışlar batı kültüründe sağlıklı bir durum olarak algılanmaktadır (Türküm, 2005).

Boyun eğici davranışlarla ilgili olarak literatürde sınırlı sayıda araştırma vardır. Birçok araştırma depresyon ve boyun eğici davranışlar arasındaki ilişkiye odaklanmaktadır. Gilbert ve ark. (2003) yaptıkları bir çalışmada boyun eğici davranışların korkuya dayandığını ve bireyin atılganlığını engellediğini vurgulamışlar ve boyun eğici davranışların depresyonu anlamlı şekilde yordadığını vurgulamışlardır. Yine Mackinnon, Henderson ve Andrewes (1992) ebeveynlerin çocuklarına gerektiği kadar yakın davranmaması, gerektiğinden fazla kontrol etmesinin (itaatkar), çocuğu depresyona itebileceğini vurgulamaktadır (Yıldırım ve Ergene, 2003).

## 2.4. KONU İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

### 2.4.1. Mizahla İlgili Yayın ve Araştırmalar

Bu başlık altında, mizah kuramlarıyla ve mizah ölçekleriyle ilgili yapılan çalışmalar hakkında bilgiler verilmiştir.

Altuğ (1989), Türk tiyatrosunun bize özgü olanla, evrensel insana özgü olanı birleştiren yazar Turgut Özakman'ın tiyatrosunda, mizah ve eleştirel yaklaşım incelenmiştir.

Bozkurt (1989), Örnek resimlerdeki biçim, mizahı ortaya çıkaran simge olarak düşünülmüş ve somut yaşamdan, biçimlerin soyutluğuna uzanan bir yol izlenerek mizahın çok yönlülüğü incelenmiştir.

Karacabey (1995), 1972-1992 yılları arasında yayımlanan Gırgır Dergilerinin içerik kategorilerine dayalı olarak, yetişkinlerin siyasal ve toplumsal eğitimi sürecinde olası etkilerin neler olduğu araştırılmıştır.

Martin ve Lefcourt (1983), gerçekleştirdikleri üç çalışmayla mizahın stresli yaşantıların neden olduğu zararlı etkileri azaltmadaki rolünü incelemişlerdir. 27'si kız, 29'u erkek toplam 56 kişinin dahil edildiği birinci çalışmada Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Olayları Ölçeği (Life Events of College Students), Duygudurum Profilleri Ölçeği (Profile of Mood States), Durumluk Mizah Tepkisi Ölçeği (Situational Humor Response Questionnaire), Mizah Duygusu Ölçeği (Sense of Humor Questionnaire) ve Mizah Yoluyla Başa Çıkma Ölçeği kullanılarak elde edilen verilere çoklu varyans analizi uygulanmıştır. 29'u erkek, 33'ü kız toplam 62 kişinin dahil edildiği ikinci çalışmada Yaşam Deneyimleri Anketi (Life Experiences Survey), Durumluk Mizah Tepkisi Ölçeği ve Duygudurum Profilleri Ölçeği kullanılmış ve deneklerin bu ölçeklerden aldıkları puanların korelasyonları incelenmiştir. 14'ü erkek 11'i kız 25 kişinin dahil edildiği üçüncü ve son çalışmada ise katılımcılara Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Olayları Ölçeği ve Duygudurum Profilleri Ölçeği uygulanmış ve elde edilen veriler korelasyon ve regresyon teknikleri kullanılarak çözümlenmiştir.

Bu üç çalışma sonucunda elde edilen bulgular mizahın, negatif yaşam olayları ve duygudurum düzeyleri arasındaki ilişkiyi düzenleyici etkilere sahip olduğunu ve stresin etkilerini azalttığını ortaya koymuştur. Mizah ölçeklerinden yüksek puan alan

deneklerin düşük puan alanlara göre yaşam olayları ve duygudurumları arasında daha düşük korelasyonlar olduğu bulunmuştur.

Aydın (1993), 400 lise ve üniversite öğrencisinden oluşan bir örneklem üzerinde, mizah duygusu, kontrol odağı ve genellenmiş başarı beklentisinin sağlık sorunlarının sıklığını yordama düzeylerine bakmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, dıştan denetimli, düşük mizah duygusu ve düşük başarı beklentisi erkek öğrencilerde sağlık sorunların anlamlı bir biçimde yordamaktadır. Kız öğrencilerde ise, yüksek mizah duygusu, dıştan denetimlilik ve düşük başarı beklentisi sağlık sorunların anlamlı bir biçimde yordamaktadır.

Aydın (1994) yaptığı bir başka araştırmada ise, kontrol odağı ve mizah tepkisi arasında ilişki olup olmadığına bakılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, genel olarak içten denetim ile mizah tepkisi arasında bir ilişki görülmemekte; fakat erkek öğrencilerde içten denetimlilik ve mizah tepkisi arasında ilişki görülmektedir. Ayrıca, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek mizah anlayışına sahip oldukları bir diğer bulgunun sonucudur.

Kınay (1993), mizah için bir anlambilimsel kuram ileri sürmek amacıyla çalışmasında fıkra metinlerini analiz edilmiştir. Bu çalışma, özellikle söylem çözümlemesi ve bağlamsal anlambilim bulgularını içermektedir. Çalışmada, bünyesinde mizah barındıran bir metnin dilbilimsel olarak anlaşılabilmesinin daha kolay olacağı sonucuna varılmıştır.

Göker (1993), gülme temelli sanatları açıkladığı çalışmasının birinci bölümünde “gülme”nin ne olduğu üzerinde durur. İkinci bölümde ise güldüren sanat türlerini örnekleriyle açıklar.

Tekdemir (1994), çizgi film ile mizah ilişkisi konulu araştırmasında, çizgi film yapım aşamaları içerisinde var olan mizah öğesinin, ne şekilde görsel hale getirildiğini inceleyerek, mizahın film yapım sürecindeki yerini saptamıştır. Tekdemir’e göre, çizgi filmler teknik aşamaların çokluğu nedeniyle genellikle kısa metrajlı yapımlardır. Zaman darlığı yüzünden verilmek istenen iletilerin en kısa zamanda ve en doğru biçimde seyirciye ulaşabilmesi için daima mizahtan faydalanılır. Mizah, iletilerin çabuk kavranmasına, görüntülerin bellekte kalıcılığına ve izleyicinin film karşısında sıkılmamasına olanak sağlar (Tekdemir, 1994).

Topuz (1995), popülerlik, mizah duygusu ve akademik başarı arasında bir ilişki bulunup bulunmadığını araştırmıştır. Çalışmadaki bulgular genelde, akademik başarısı yüksek olan öğrencilerin yaşlıları tarafından daha popüler algılandıklarını ve arkadaş olarak en çok tercih edilenler olduklarını göstermiştir. Mizah duygusuna sahip olma ve popülerlik arasında bir ilişki bulunamamıştır; ancak mizah duygusuna sahip olma akademik başarı ile ilişkili bulunmuştur. Bulgular ayrıca, mizah duygusuna sahip olmayan ve akademik olarak başarısız öğrencilerin, mizah duygusuna sahip olan ancak akademik anlamda başarısız öğrencilere oranla yaşlıları tarafından çok daha tercih edilen kişiler olduklarını göstermiştir. Popüler olma, mizah duygusu ve akademik başarı arasındaki ilişkiler cinsiyete bağlı olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

Bergson (1996), çalışmasında komik sözcüğünden hareket eder. Üç bölümde yaptığı bu çalışmanın birinci bölümünde biçimlerin komiği ve devinimlerin komiği; ikinci bölümde durum komiği ve söz komiği; üçüncü bölümde ise karakter komiği üzerinde durur.

Morreall (1997), gülmenin nedenleri üzerinde durduğu bu çalışmasında, mizahî gülme durumları ile mizahî olmayan gülme durumları arasındaki farkları dile getirir. Ardından mizah kuramları hakkında bilgi veren yazar, ardından kendi mizah kuramını ortaya koyar; mizah çeşitliliği, mizah ve estetik ilişki, mizahın insan yaşamı üzerindeki yeri ve mizahın toplumsal değeri hakkında da düşüncelerini ifade eder.

Koestler (1997), mizahı yaratan unsurlar üzerinde durduğu çalışmasında, öncelikle gülmenin mantığını ele alır. Ardından gülme-duygu ilişkisi üzerinde durarak mizah psikolojisini açıklar. Daha sonra mizahın çeşitlerini ve mizahın nasıl oluştuğuyla ilgili açıklamalar yapar. Kitabın sonunda ise çalışmanın genel bir görünümünü vermek amacıyla bir özet yapılmıştır.

Akün (1997), ilköğretim 4. ve 5. sınıflarda öğrenim gören çocuklarda mizah gelişimi üzerinde durur. Çocukların en çok güldüğü fıkra, Karadeniz ve Nasrettin Hoca fıkraları olmaktadır. Çalışma grubunun yaklaşık üçte biri Karadeniz ya da Nasrettin Hoca fıkralarına gülmektedir. Bu nedenle Türkçe derslerinde ve çocuk kitapları yazımında bunlara yer verilmesi gerekliliği vurgulanır. Ayrıca, çocuklara kaliteli mizah örneklerinin sunulması dile getirilmiştir.

Özenç (1998), demokratik ve otoriter olarak algılanan anne-baba tutumlarının, genç yetişkinlerin durumluk mizah tepki düzeyine etkisinin olup olmadığı incelenmiştir. Araştırmada anne-babaların algılanan tutumları ile durumluk mizah tepkisi arasında ilişki olmadığı saptanmıştır. Ayrıca cinsiyete göre durumluk mizah tepki düzeyi arasında fark olmadığı bulunmuştur. Elde edilen bulgular doğrultusunda, yapılabilecek yeni araştırmalar konusunda öneriler sunulmuştur.

Özünlü (1999), gülmecenin tarih içinde ortaya çıkışını ele alıp diğer disiplinlerle ve çeşitli kavramlarla ilişkisini vurgulamıştır. Özünlü, çalışmasında özellikle gülmece kuramları üzerinde durmuş ve bu kuramlardan hareketle gülmece metinleri üzerinde uygulama yapmıştır.

Klein (1999), mizahın insan üzerindeki etkileri anlatmıştır. Bu çalışmada Klein, mizahın psikolojik ve fizyolojik etkileri üzerinde durur, mizahla ilgili çeşitli egzersizler verir. Ayrıca, farklı alanlardan insanların mizahla nasıl ilgilendikleri ve mizahı nasıl gördükleriyle ilgili bilgiler sunar. Yazar, mizahla ilgili salt bilgi vermek yerine bu bilgileri örnek olaylarla zenginleştirmiştir.

Durmuş (2000), öğrencilerin mizah duygusu ile başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmada, öğrencilerin mizah duygusunu ölçmek amacıyla Durumluk Mizah Tepkisi Ölçeği (DMTÖ) ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği uygulanmıştır. Öğrencilerin başa çıkma strateji puanları üzerinde yürütülen MANOVA analizi sonuçları, iyimser ve çaresiz başa çıkma stratejilerinde anlamlı cinsiyet farkı bulunduğunu göstermiştir. Mizah duygusu açısından, mizah duygusu yüksek ve düşük olan öğrenciler arasında iyimser ve kendine güvenli başa çıkma stratejileri yönünden anlamlı farklar olduğunu göstermiştir. Mizah duygusu ve cinsiyet etkileşimi anlamlı bulunmamıştır.

Yücel (2000), mizah duygusu ve başa çıkma stratejileri arasında ilişki incelenmiştir. Ortadoğu Teknik Üniversitesi Eğitim Fakültesinden gönüllü olan 255 (117 erkek ve 138 kız) öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Öğrencilere Durumluk Mizah Tepkisi Ölçeği (DMTÖ) ve Stresle Basa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBTÖ) uygulanmıştır. Mizah duygusu ve cinsiyet etkileşimi arasında anlamlı bağ bulunamamıştır.

Burgess (2000), sınıfta mizahî koşulların oluşması için yapılması gerekenler üzerinde durur; mizahla nasıl bir öğretimin yapılabileceği konusunda uygulamalı çalışmalara örnekler verir.

Sanders (2001), kitabına dünyanın gülmeye başladığını dile getiren bir alıntıyla başlar, gülmenin ne olduğu açıklayarak devam eder. Yazar, mizahın tarihsel süreç içinde çeşitli uygarlıklar tarafından nasıl görüldüğü ile ilgili bilgiler verir.

Bayrak (2001), mizahla ilgili çalışmasını dört bölümde sunar. Birinci bölümde gülmece geleneğinin yazılı ve sözlü edebiyattaki yerine değinir. İkinci bölümde halk anlatı ürünlerinde gülmece; üçüncü bölümde, şiirsel ürünlerde gülmece ve yergi; dördüncü bölümde ise Batılılaşma hareketinden sonra gülmece ve yergi üzerinde durmuştur.

Loomans ve Kolberg (2002), mizah ve oyunla yapılacak öğretim için hazırladıkları çalışmada, gülmenin önemine vurgu yaparlar. Kitapta; öğretmenin yapması gerekenler, yaratıcı bir sınıf ortamı yaratmak, gülmece teknikleri, mizahın öğretimde bir araç olarak kullanımı gibi konular, çeşitli uygulamalarla birlikte verilmiştir.

Hem Abel (2002) hem de Abel ve Maxwell (2002), kadınların gündelik problemleri erkeklerden daha fazla bildirdiklerini ve algılanan stres düzeylerinin daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Abel ve Maxwell (2002), daha düşük düzeydeki durum anksiyetesinin Mizah Duygusu Ölçeği'ndeki daha yüksek puanlarla önemli ölçüde ilgili olduğunu görmüşlerdir. Olumlu duygulanımın gelişimi, katılımcıların komik bir videokaset izlerken, komik olmayan bir videokaset izleyen kontrol grubu ile karşılaştırılmalarına sonucunda anlamlı bir farklılık bulundu. Cinsiyet farklılıklara, bu çalışmanın en ilgi çekici kısmını oluşturmaktadır. Yüksek stres altındaki erkekler neşeyi açığa çıkarmak için komik bir videokaset izlediklerinde, durum anksiyetesinde büyük azalma göstermişlerdir; oysa düşük stres düzeyine sahip erkekler, durum anksiyete düzeylerinde önemli bir değişiklik göstermemişlerdir. Bulgular, kadınlar için daha farklıdır. Düşük stres altındaki kadınları komik videokasetten, komik olmayan videokaseti izleyenlere oranla daha fazla yarar görmüşlerdir. Yüksek stres düzeyi olan kadınlar için, komik olmayan videokasetin gülünçlüğü değerlendirilmesi önemli ölçüde farklı olmamasına rağmen, kadın ve erkeklerin, neşede farklı biçimde yaşantı ortaya koymaktadırlar. Dahası, Abel ve Maxwell, yüksek düzeyde stresli kadınlardaki kişilik özelliği mizahın önemli ölçüde daha yüksek düzeyde durum anksiyetesine bağlı

olduğunu ileri sürmüşlerdir. Bu komik ve komik olmayan videokasetini izleyen kadınlar için doğrudur. Yüksek düzeyde stresi olmayan kadın ve erkeklerdeki, anksiyete ve kişilik özelliği olan mizah arasında önemli hiçbir ilişki bulunmamıştır (Abel ve Maxwell, 2002).

İnceoğlu (2003), utangaçlık düzeyleri farklı lise son sınıf öğrencilerinin, durumluk mizah tepki düzeyleri, cinsiyetleri, alan türleri, algılanan aile tutumları, algılanan kişilik yapısı, algılanan popülerite, ve algılanan bedensel sağlık açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediği üzerinde bir araştırma yapmıştır. Araştırma sonunda, utangaçlık düzeyleri farklı lise son sınıf öğrencileri cinsiyetlerine göre karşılaştırıldıklarında bu değişkenlerin durumluk mizah tepki düzeyleri üzerindeki ortak etkisi bulunmamıştır. Bunun yanı sıra, utangaçlık düzeyleri farklı lise son sınıf öğrencilerinin alan (TM, TS, MF), algılanan popülerite, algılanan bedensel sağlık değişkenlerinin durumluk mizah tepki düzeyi üzerindeki ortak etkisi de anlamlı bulunmamıştır. Diğer taraftan utangaçlık düzeyleri farklı son sınıf öğrencilerinin durumluk mizah tepki düzeylerinin anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Yapılan gruplar arası karşılaştırmada ise en yüksek puan ortalamalarının utangaç olmayan lise son sınıf öğrencilerine ait olduğu görülmüştür. Buna ek olarak, algılanan popülerite değişkeninin, durumluk mizah tepki puanları üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmuştur. Bu değişkene ilişkin yapılan gruplar arası karşılaştırmada ise kendini popüler algılayan lise son sınıf öğrencilerinin durumluk mizah tepki puanlarının, kendini popüler algılamayanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Cinsiyet, alan türü ve bedensel sağlık değişkenlerinin lise son sınıf öğrencilerinin durumluk mizah tepki düzeyleri üzerindeki temel etkisinin anlamlı olmadığı bulunmuştur.

Yerlikaya (2003), mizah kullanımındaki bireysel farklılıklarla ilişkili dört boyutu ölçen çok boyutlu bir ölçeği (Humor Styles Questionnaire) Türk kültürüne uyarlamak amacıyla bir çalışma yapmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğini sınamak için yapılan analizlerde ölçeğin orijinalindeki gibi dört faktörden oluştuğu ve 32 maddenin orijinal İngilizce formda yer aldıkları faktörlere yüklendikleri görülmüştür.

Küçükbayındır (2003), mizah eğitiminin mizah duygusu, iş tatmini ve örgütsel sıcaklık üzerindeki etkilerini incelediği bu çalışmada, mizah duygusunun iş tatmini ve örgütsel iklim üzerindeki açıklayıcı gücü incelenmiştir. Toplam mizah duygusu ile iş tatmini ve



örgütsel iklim arasında ilişki bulunamamış; ancak mizah duygusunun bazı alt faktörlerinin örgütsel iklim ve iş tatmini değişkenleri ile onların alt faktörleri arasında ilişki olduğu görülmüştür.

Everts (2003), aileye mahsus mizah türünün belirlenmesi konusunda bir konuşma analizi çalışması yapmıştır. Bu amaçla; hem kişisel hem de ailevi mizah türlerinin, kişisel etkileşim stillerinin ve geleneksel espri ilişkilerinin mantıksal bir uzantısı olduğu varsayımından yola çıkarak bir Kansas ailesinin saldırgan mizahı nasıl kullandığını göstermek için doğal olarak oluşan bir saatlik aile içi etkileşim üzerine sosyolinguistik bir analiz uygulanmıştır. Analiz sonuçları, ailenin mizahı en önemlisi ilişkisel uyum olan ve büyük ölçüde bütün aile bireylerini etkileşime katılmaya yönlendirerek başarılan bazı etkileşimsel amaçları başarmak kullandığını göstermektedir (Everts, 2003).

Ülper (2004), Nasrettin Hoca fıkralarının dil, üslup ve eğitim yönünden değerlendirmesini yapar; bu fıkralara öğretimde daha fazla yer verilmesi gerektiğini belirtir.

Martin (2004), mizahın sağlığa etkisini ortaya konan düşünceleri yetersiz bulmakla birlikte bu çalışmaların gelecek için bir veri oluşturabileceğini belirtir. Martin'e göre şu ana kadar mizahın ve gülmenin etkisini gösterdiği en belirgin özellik, acıya dayanırlık göstermesidir.

Erdem (2005), Türk arkadaş gruplarının günlük karşılıklı konuşmalarında yaşanan mizahı etkileşimsel toplum dilbilim açısından incelediği araştırmasında; saldırgan mizahın zararsızdan daha az rastlanan bir mizah olduğu ve konuşma dinamikleri içerisinde, en sık işbirliğine rastlandığı sonucuna varmıştır (Erdem, 2005).

İlhan (2005), mizah tarzlarının öznel iyi oluş üzerindeki rolü ile ilgili araştırmasında, mizah tarzları içerisinde kendini geliştirici mizahın öz-yeterlik yoluyla dolaylı bir şekilde iyi oluşu etkilediğini, buna karşın öznel iyi oluş üzerinde en fazla etkiyi kişilik özellikleri (dışadönüklük ve duygusal tutarsızlık) ve öz-yeterliğin yaptığını saptamıştır. Kişilik özelliklerinden dışadönüklük ve duygusal tutarsızlık, hem doğrudan hem de kendini geliştirici mizah ve öz-yeterlik üzerinden dolaylı bir şekilde, öz-yeterlik ise orta düzeyde ve doğrudan iyi oluşa etki etmektedir. Sınıf düzeyinin ve cinsiyetin iyi oluş üzerinde çok düşük bir seviyede etkisi olduğu gözlenmiştir (İlhan, 2005).

Usta (2005), mizahı bir dil aracı ve metinsel araç olarak değerlendirdiği çalışmasının giriş bölümünde öncelikle gülmenin tanımı ve çeşitleri üzerinde durur; mizahın işlevlerini açıklar. Birinci bölümde gülmece kuramları ve gülmecelerdeki söz sanatlarını örnekleriyle verir. İkinci bölümde ise yine söz sanatları kullanılarak mizahî metinler arasında karşılaştırma yapılmıştır.

Saltuk (2006), üniversite öğrencilerinin mizah tarzlarının cinsiyet, yaş, algılanan kişilik yapısı ve algılanan popülerlik değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemiştir. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin mizah tarzları, cinsiyet ve yaş değişkenleriyle öznel iyi oluş, sürekli kaygı ve sürekli kızgınlık arasındaki ilişkileri de incelemiştir. Saltuk araştırmasını 759 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirmiştir. Araştırma verileri Mizah Tarzları Ölçeği, Öznel İyi Oluş Ölçeği, Sürekli Kızgınlık Ölçeği ve Sürekli Kaygı Ölçeği ve araştırmacının geliştirmiş olduğu Kişisel Bilgi Formu vasıtasıyla elde edilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin katılımcı ve saldırgan mizah tarzları cinsiyet değişkeni bakımından farklılıklar göstermiştir. Katılımcı mizah tarzı puanları kız öğrencilerin lehine bir farklılık gösterirken, saldırgan mizah tarzı puanları da erkek öğrencilerin lehine anlamlı bir farklılık göstermiştir. Kendini geliştirici ve kendini yıkıcı mizah tarzları puanlarının ise anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları yaşa göre (17-19, 20-22, 23 ve üstü) anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Algılanan kişilik yapısına göre mizah tarzları anlamlı bir farklılık göstermiştir. Katılımcı ve kendini geliştirici mizah tarzları puanları diğer gruplara göre girişken grubun lehine anlamlı bir farklılık gösterirken; saldırgan mizah puanları saldırgan grubun lehine; kendini yıkıcı mizah puanları da çekingen grubun lehine bir farklılık göstermiştir. Ayrıca, kendini yıkıcı mizah tarzı puanları algılanan popülerliğe göre anlamlı bir farklılık göstermezken, katılımcı, kendini geliştirici ve saldırgan mizah puanları algılanan popülerliğe göre anlamlı bir farklılık göstermiştir. Bunların dışında, mizah tarzları, yaş ve cinsiyet değişkenleri ile öznel iyi oluş, sürekli kızgınlık ve sürekli kaygı düzeyleri arasında da anlamlı ilişkilerin var olduğu bulunmuştur.

Çelik (2006), bilgisayar destekli mizah ile fizik öğretiminin öğrenci akademik başarısına ve fizik dersine yönelik tutumuna etkisinin belirlemek amacıyla 2005-2006 öğretim yılı birinci döneminde yapmış olduğu çalışmasını, fen lisesi 10. sınıfta okuyan 26 öğrenci ile fizik dersinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma, ön test-son test kontrol

gruplu deneysel araştırma modeline göre yürütülmüştür. Deney ve kontrol grubu üzerinde yürütülen araştırmada öğretim kontrol grubunda geleneksel yöntemle, deney grubunda ise bilgisayar destekli mizah ile sürdürülmüştür. Araştırmada, karikatürler kullanılmış ve karikatür konuşmaları araştırmacı tarafından geliştirilerek, deney grubuna uygulanmıştır. Araştırmanın verileri Başarı Testi ve Fizik Dersine Yönelik Tutum Ölçeği ile toplanmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, bilgisayar destekli mizah ile fizik öğretimi gören deney grubunun, geleneksel öğretim yönteminin uygulandığı kontrol grubundan hem akademik başarısı daha yüksek hem de fizik dersine yönelik tutumları daha olumlu bulunmuştur.

Aslan (2006), ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ve cinsiyetlerine göre mizah tarzlarının farklılaşp farklılaşmadığını incelediği çalışmasında; öğretmenlerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerine göre tüm mizah tarzları puanları üzerinde anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışmada bağımsız değişken cinsiyetin mizah tarzları puanları üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığı ve bunun yanı sıra mizah tarzları puanları üzerinde öğrenilmiş güçlülük ve cinsiyetin ortak etkisinin anlamlı bulunmadığı görülmüştür (Aslan, 2006).

Fidanoğlu (2006), evlilik uyumu, mizah tarzı ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelediği ve 255 gönüllü çift üzerinde gerçekleştirdiği çalışmasında; olumlu mizah özelliklerinin yüksek olduğu çiftlerde evlilik uyum düzeyinin de yüksek olduğu sonucunu elde etmiştir. Evlilik uyumu ölçümleri için Çift Uyum Ölçeği, mizah tarzları ölçümleri için Mizah Tarzları Ölçeği ve kaygı ölçümleri için de Spielberger Sürekli Kaygı Ölçeği'nin kullanıldığı bu çalışmada, araştırmaya katılan çiftlerde mizahi özelliklerinin yüksek olmasının evlilik uyumunu olumlu etkilediği, mizahi özelliklerinin olmaması ise olumsuz etkilemediği belirlenmiştir (Fidanoğlu, 2006).

Tümkaya (2006), üniversite öğretim elemanlarının; kişisel ve meslekî koşulları ile tükenmişlik değerlerinin öğretim elemanlarının kullandıkları mizah tarzlarını yordama düzeyleri araştırmıştır. Analizler sonucunda “Katılımcı Mizah” puanları açısından yaş değişkeninin temel etkisi anlamlı bulunmuştur. Regresyon analizleri tükenmişliğin ve meslekî değişkenlerin mizah tarzlarını yordamada önemli değişkenler olduğunu göstermiştir. Çalışma sonunda üniversite öğretim elemanlarındaki tükenmişliğin

giderilmesi, çalışma koşullarının iyileştirilmesi ve mizah duygusu kullanımının geliştirilmesi önerilmiştir.

Yerlikaya (2007), lise öğrencilerinin mizah tarzları ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 248 kız, 299 erkek olmak üzere toplam 647 lise öğrencisi ile yürütülen çalışmada elde edilen bulgular mizah tarzları ile başa çıkma tarzları arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. Çalışmada katılımcı mizah tarzının sosyal destek arama ile pozitif yönde, çaresiz yaklaşım ile negatif yönde ilişkili; kendini geliştirici mizah tarzının ise, kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım ile pozitif yönde, çaresiz ve boyun eğici yaklaşım ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre, saldırgan mizah tarzı kendine güvenli ve iyimser yaklaşım ile negatif yönde, boyun eğici yaklaşımla ise pozitif yönde ilişkilidir. Kendini yıkıcı mizah tarzı ise boyun eğici yaklaşım ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca çalışmanın sonuçları, mizah tarzları ve stresle başa çıkma tarzlarının cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaştığını göstermiştir. Bulgular erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla kendine güvenli ve iyimser yaklaşımları daha çok tercih ettiklerini, kız öğrencilerin ise erkeklere oranla çaresiz yaklaşıma daha fazla sahip olduklarını ortaya koymuştur. Saldırgan ve kendini yıkıcı mizah tarzlarının erkek öğrenciler tarafından daha çok tercih edildiği görülmüştür (Yerlikaya, 2007).

Tümkaya, Hamarta, Deniz, Çelik ve Aybek (2007), üniversite öğretim elemanlarının duygusal zekâ yeteneklerinin, mizah tarzları ve yaşam doyumlarını anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını, öğretim elemanlarının duygusal zekâ yetenekleri, mizah tarzları ve yaşam doyumlarının akademik unvan değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemeye yönelik bir çalışma yapmıştır. Bu amaçla Bar-On EQ Anketi, Mizah Tarzları Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemi Çukurova Üniversitesi ve Selçuk Üniversitesinin farklı fakültelerinde çalışmakta olan 134 kadın ve 228 erkek olmak üzere toplam 362 öğretim elemanından oluşmaktadır. Verilerin istatistiksel analizinde tek yönlü varyans analizi, Tukey testi, Kruskal Wallis H-Testi, Mann-Whitney-U testi ve çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda öğretim elemanlarının duygusal zeka yeteneklerinin mizah tarzlarını ve yaşam doyumunu anlamlı düzeyde açıkladığı ve yordadığı görülmüştür. Akademik unvan açısından öğretim elemanlarının duygusal zeka yetenekleri incelendiğinde kişisel beceriler, kişilerarası beceriler, uyum ve stresle başa

çıkma alt boyutlarından anlamlı düzeyde farklılaşma gözlenirken genel ruh durumu boyutlarından anlamlı düzeyde farklılaşma gözlenmemiştir. Profesörlerin kişilerarası beceriler puan ortalamaları araştırma görevlisi ve Yrd. Doç. olan öğretim elemanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Uyum alt boyutunda Profesörlerin uyum puan ortalamaları Arş. Gör. olan öğretim elemanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Stresle başa çıkma alt boyutunda ise Profesör ve Yrd. Doç. olan öğretim elemanlarının puan ortalamaları Arş. Görevlilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Akademik unvan değişkinine göre öğretim elemanlarının mizah tarzları incelendiğinde sadece saldırgan mizah tarzında anlamlı düzeyde farklılaşmanın olduğu gözlenmiş, Araştırma Görevlilerinin saldırgan mizah tarzı puan ortalamaları Öğretim Görevlisi, Yrd. Doç., Doç. ve Profesörlerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Akademik unvan değişkenine göre yaşam doyumu incelendiğinde Profesörlerin yaşam doyumları Arş. Görevlisi, Öğretim Görevlisi, Yrd. Doç. ve Doç. unvanına sahip öğretim elemanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır (Tümkiye, Hamarta, Deniz, Çelik ve Aybek, 2007).

Soyaldın (2007), ortaöğretim öğrencilerinin öfke ifade tarzları ile mizah tarzları arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmasını 2005-2006 öğretim yılı bahar döneminde 284'ü kız, 258'i erkek olmak üzere toplam 542 lise öğrencisi üzerinde gerçekleştirmiştir. Katılımcılara Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği ve Mizah Tarzları Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmanın sonuçları, öğrencilerin öfke kontrolü alt ölçeği ile kendini geliştirici mizah arasında ve öfke dışı ölçeği ile saldırgan mizah puanları arasında pozitif yönde; öfke içe alt ölçeği ile katılımcı mizah puanları arasında ve öfke kontrolü alt ölçeği ile saldırgan mizah puanları arasında negatif yönde bir ilişkinin varlığını ortaya koymuştur. Diğer yandan, 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 bulunmuştur.

Chen ve Martin (2007), Çinli ve Kanadalı üniversite öğrencilerinin akıl sağlıkları, (mental health), mizahla başa çıkmaları ve mizah tarzları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada veri toplama araçları olarak Mizah Tarzları Ölçeği (Humor Styles Questionnaire) ile Mizahla Başa Çıkma Ölçeği (Coping Humor Scale) kullanılmıştır. Mizah Tarzları Ölçeği (HSQ)'nin dört alt boyutu (katılımcı mizah,

kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah) olmasına karşın, Mizahla Başa Çıkma Ölçeği (CHS)'nin tek faktörü bulunmaktadır. Araştırmaya toplamda 354 öğrenci katılmıştır. Araştırmada öncelikle HSQ ile CHS'nin, Çinli öğrencilerin katılımı ve Semptom Tarama Envanterinin (Symptom Checklist 90) de yardımıyla Çinceye uyarlaması yapılmıştır. Daha sonra toplanan verilerin analizleri sonunda Çinli öğrencilerin mizah puanlarıyla Kanadalı öğrencilerin mizah puanları karşılaştırıldığında, Çinli öğrencilerin HSQ'nun alt ölçeklerinden (özellikle saldırgan mizah tarzı alt boyutundan) ve CHS'den Kanadalı öğrencilere göre daha düşük puan aldıkları bulunmuştur. Ayrıca Çinli öğrenciler, cinsiyet açısından HSQ ölçeğinin dört alt boyutunda da bir farklılık göstermemişken, Kanadalı erkek öğrencilerin saldırgan ve kendini yıkıcı mizah tarzını kız öğrencilerden daha fazla kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte mizahla başa çıkmada, Kanadalı öğrenciler arasında cinsiyet farklılığı görülmezken, Çinli erkek öğrencilerin bu ölçekten kızlara oranla daha yüksek puanlar almışlardır. Çinli ve Kanadalı örnekleme, genç katılımcıların saldırgan ve katılımcı mizah tarzını daha çok kullandıkları bulunmuştur. Mizahla başa çıkma ile katılımcı ve kendini geliştirici mizah tarzları arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuşken, saldırgan ve kendini yıkıcı mizah tarzları ile SCL-90 arasında olumlu yönde bir ilişki bulunmuştur. Regresyon analizleri sonucunda akıl sağlığının saldırgan ve katılımcı mizah tarzlarından daha çok kendini geliştirici, kendini yıkıcı mizah tarzları ve mizahla başa çıkma ile ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Özkan (2008) öğretmen ve öğrencilerdeki mizah anlayışları ve bu mizah anlayışlarının sınıf atmosferinin alt boyutlarına göre araştırarak, etkisi olup olmadığı ve meydana gelen etkilerini incelemiştir. Araştırma Konya ili Meram ilçesinde seçilen altı ilköğretim ve beş ortaöğretim kurumundaki öğrencilere mizah tarzları ölçeği ve sınıf atmosferi anketi, bu sınıflarda ders veren öğretmenlere de mizah tarzları ölçeği uygulanarak veri toplanmıştır. Araştırma sonucunda; erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre saldırgan mizahı tercih ettikleri gözlenmiştir. Olumlu mizah yapısı ile olumsuz mizah yapısına sahip olan öğrenciler arasında iletişim kopukluğu vardır. Kendini yıkıcı mizah yapısına sahip öğrencilerin, sosyal ortamdan daha fazla uzak durup, öğretmene karşı yakınlıklarını arttırdıkları görülmüştür. Kendini Yıkıcı Mizah yapısındaki öğrencilerin sınıf disiplinin daha fazla olması yönünde görüşleri vardır. Saldırgan Mizah Yapısındaki

öğrenciler sınıf kurallarının yetersizliği konusunda görüşleri vardır. Olumlu mizah yapısındaki öğrencilerin derse karşı katılımlarının daha fazla olduğu görülmüştür.

Savaş (2009), Türkçe dersinde yapılandırmacı yaklaşıma dayalı mizah uygulamalarının öğrencinin akademik başarısına, Türkçe dersine ve mizaha yönelik tutumlarına etkisini belirlemeyi amaçladığı araştırmasında; fıkralar, güldürücü hikayeler ve anılar, resimler ve karikatürler kullanmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, yapılandırmacı yaklaşıma dayalı mizah uygulamaları ile Türkçe dersi gören deney grubunun, yapılandırmacı yaklaşıma dayalı karma yöntemlerin uygulandığı kontrol grubundan akademik başarısı daha yüksek olmuştur. Deney grubunun Türkçe dersine yönelik tutum puan ortalamaları, kontrol grubunun Türkçe dersine yönelik tutum puan ortalamalarından daha yüksek olmuştur. Mizah kullanımı, deney grubundaki öğrencilerin mizaha yönelik tutumlarını olumlu yönde etkilemiştir. Deney grubuyla kontrol grubu öğrencilerinin mizaha yönelik tutumlarında artış olmuş, iki grup arasında deney grubu lehine anlamlı bir fark görülmüştür.

Toraman (2009), araştırmasında bilim ve sanat merkezlerine devam eden ve etmeyen ilköğretim 12 yaş çocuklarının saldırganlık, atılganlık, çekingenlik ve mizah özelliklerini çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma sonucunda 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.

Kahraman (2009), yatılı ilköğretim bölge okulu (YİBO) ve normal okullara devam eden ergenlerde mizah duygusu ile benlik algısı arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasını 13-14 yaş gruplarındaki toplam 340 öğrenci üzerinde yürütmüştür. Araştırma sonuçlarına bakıldığında araştırmaya katılan ergenlerin orta düzeyde mizah anlayışına sahip oldukları görülmüştür. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre normal okullarda okuyan öğrencilerin, YİBO'da okuyan öğrencilere göre daha esprili oldukları bulunmuştur.

Yerlikaya (2009), üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile algılanan stres, kaygı ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş; araştırma sonuçları sağlıklı mizah tarzları olan katılımcı-sosyal-mizah, kendini geliştirici mizah ve mizah yoluyla başa

çıkma ile algılanan stres, kaygı ve depresyon arasında negatif yönde ilişkiler olduğunu göstermiştir. 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 ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Yerlikaya, mizah tarzlarının büyük yaşam olayları ve olumsuz duygu durum arasındaki ilişkide düzenleyici bir etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Mizah tarzlarının bireyin stres verici yaşam olaylarından daha az olumsuz etkilenmesine yardımcı olduğu iddiasını desteklememiştir.

Karagöz (2009)'ün, ilköğretim okullarında görev yapan Türkçe öğretmenlerinin mizah tarzları ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında öğretmenlerin katılımcı -sosyal- mizah düzeyleri arttıkça, düşük düzeyde de olsa kişisel başarısızlık düzeylerinin azaldığı ortaya çıkmıştır. Ayrıca saldırgan mizah anlayışına sahip öğretmenlerin duyarsızlaşma düzeylerinin düşük olduğu da görülmüştür. Öğretmenlerin kendini yıkıcı mizah puanları ile kişisel başarısızlık ve duyarsızlaşma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Çetin (2009), çeşitli sektörlerdeki çalışanların mizah tarzları ile işe ilişkin duygusal iyilik algıları arasındaki ilişkiyi ve örgütteki sosyal iklimin bu ilişki üzerindeki şartlı değişken etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre işe ilişkin pozitif duygusal iyilik algısı ile olumlu mizah tarzlarından olan kendini geliştirici mizah tarzı ve katılımcı -sosyal- mizah tarzları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

#### **2.4.2. Umutsuzluk ile İlgili Yayın ve Araştırmalar**

Carson ve Adams (1981), yaptıkları araştırma sonucunda deneklere telkin edilen düşüncelerin duyguları ve davranışları da etkilediğini tespit etmişlerdir. Araştırmaları, umutsuz bireylerin olayları olumsuz yönleriyle ve başkalarının değil kendi hatalarının sonucu olarak hatırlamaya eğilimli olduklarını göstermiştir. Diğer bir ifadeyle, yalnızca olay değil olayın hatırlanması ya da gelecekte yeniden yaşanabileceğine ilişkin düşünceler de depresif bir duygu durumuna neden olmaktadır. (Mental Health Net, 1999).



Kutlu (1998), engelli çocuğu olan anne-babaların umutsuzluk düzeylerini incelemiştir. Araştırmaya, yirmi iki özel ve resmi eğitim kurumuna devam eden çeşitli engel grubuna sahip çocuğu olan 403 anne-baba ile beş rehberlik ve araştırma merkezine başvuran 117 anne-baba olmak üzere toplam 520 anne-baba dahil edilmiştir. Çalışmada, engelli çocuğu olan anne-babaların umutsuzluk düzeyi “Beck Umutsuzluk Ölçeği” ile anne-babalara ait kişisel bilgiler ise “Kişisel Bilgi Formu” ile elde edilmiştir. Araştırma sonunda, engelli çocuğu olan annelerin umutsuzluk düzeyinin babaların umutsuzluk düzeyinden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, çalışmada engelli kız çocuğu olan annelerin umutsuzluk düzeyi puanlarının ortalaması, erkek çocuğu olan annelerin umutsuzluk düzeyi puanlarının ortalamasından daha yüksek olmasına rağmen, engelli çocuğun cinsiyetinin annelerin umutsuzluk düzeyi üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı saptanmıştır.

Aydoğan (1999), zihinsel, fiziksel ve zihinsel+fiziksel engelli çocuğa sahip olan anne-babaların umutsuzluk düzeylerini çocuğa ait cinsiyet, yaş engel grubu ve özel eğitimde aldıkları süre ile anne babalara ait yaş, cinsiyet, eğitim ve gelir durumları gibi bazı değişkenlere göre incelemiştir. Araştırmaya her üç engel grubundan toplam 257 anne-baba dahil edilmiştir. Örnekleme alınan anne-babalara “Aile Bilgi Formu” ile birlikte, “Beck Umutsuzluk Ölçeği” verilerek doldurmaları istenmiştir. Araştırma sonunda, çocukların cinsiyetleri ve engel derecelerinin anne-babaların umutsuzluk düzeyleri üzerinde etkili olmadığı ancak çocuğun yaşının ve eğitim aldığı sürenin anne-babalarının umutsuzluk düzeylerini etkilediği bulunmuştur. Araştırmada, anne babalara ait değişkenlerden anne-babaların eğitim ve gelir durumları umutsuzluk düzeylerini etkilerken, anne-babanın cinsiyetlerinin ve yaşlarının umutsuzluk düzeyleri üzerinde etkili olmadığı saptanmıştır.

Kuloğlu (2001), bilgi verici psikolojik danışma programının ve didaktik bilgi verme programının Down sendromlu bebeği olan anne-babaların umutsuzluk, aile gereksinimleri ve eş ilişkisi düzeyleri üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırmaya, sıfır-üç yaşları arasında Down sendromlu bebeği olan 30 anne-baba olmak üzere 60 kişi dahil edilmiştir. Araştırma sonunda, uygulanan bilgi verici psikolojik danışma programı ile didaktik bilgi verme programının, anne-babaların umutsuzluk ve gereksinim düzeylerini azaltmakta, eş ilişkilerini ise olumlu yönde geliştirmekte farklı oranlarda etkili olduğu ortaya konmuştur.

Bayram (2001) tarafından yapılan Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalığı ile ilgili çalışmaya göre, hastalığın kronik olması ve hastanın bu hastalıkla uzun yıllar yaşamak durumunda kalması nedeniyle hastanın umutsuzluğunun arttığı belirtilmektedir. Bu çalışmada, sosyal güvence durumu ile öz-bakım gücü puan ortalaması arasında, birlikte yaşanan kişilerle öz-bakım gücü arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Yine aynı çalışmada, umutsuzluk puanı arttığında öz-bakım gücü puanının düştüğü görülmektedir.

Solak (2003) çalışmasında 40 meme kanserli ve 40 meme dışı kanserli hastaların yaşam kaliteleri ve umutsuzluk düzeylerini araştırmıştır. Meme kanserli hastalarının % 65'inin ev hanımı, meme dışı hastaların ise % 77,5'inin ev hanımı olduğu belirlenmiştir. Meme dışı kanserli hastaların %5'inin sorunları olduğu için psikiyatri tedavisi aldıkları belirtilmiştir. Ruh sağlığı ile ilgili yardım alma isteğini, meme kanserli hastaların % 37,5'i almak isterken, % 62,5'i almak istemediklerini, meme dışı kanserli hastaların ise % 39,47'si yardım almak istediğini belirtmiştir. Ruh sağlığı ile ilgili yardım almak isteyen meme hastalarının % 6,67'si duygusunu tanıma, % 73,33'ünün duygu boşalması, % 20'sinin bunalım-çaresizlik durumunda olduğu saptanmıştır. Meme dışı kanserli hastaların ise % 6,67'si duygusunu tanıma, % 46,67'si duygu boşalması, % 33,33'ünün bunalım-çaresizlik, % 13,33'ü başedebilmede yeterli hale gelme gibi gereçleri ileri sürdükleri gözlenmiştir. Ruh sağlığı ile ilgili yardım almak istemeyen meme hastalarının % 60'ının gereksinim duymadıklarını, %8'inin anımsamaktan kaçındıklarını, % 24'ünün yeterli başedebildiklerini, % 8'inin kendilerini iyi hissettiklerini belirttikleri saptanmıştır. Meme dışı kanserli hastaların % 73,91'i gereksinim duymadıklarını, % 21,74'ü yeterli baş edebildiklerini, % 4,35'i kendilerini iyi hissettiklerini ifade etmişlerdi.

Kantar ve Sevil (2004) Histerektomi ameliyatı olmuş 46-50 yaş grubundaki kadınlarda depresyon ve umutsuzluk düzeylerini çeşitli değişkenlere göre incelemiştir. Buna göre, öğrenim düzeyi arttıkça depresyon ve umutsuzluk puan ortalamasının düştüğü, okur-yazar kadınların ise depresyon ve umutsuzluk düzeylerinin en yüksek olduğu görülmüştür.

Doğan ve Kelleci (2004), fiziksel hastalık nedeniyle hastaneye yatan bireylerin umutsuzluk düzeylerini araştırmak amacıyla bir hastanede çeşitli kliniklerde yatan 189

hasta üzerinde bir çalışma yapmıştır. Çalışmanın sonucunda; kronik böbrek yetmezliği olan hastaların umutsuzluk düzeylerinin kanser ve diğer dâhili hastalığı olan bireylere göre daha yüksek olduğu, cerrahi sorunları olan hastalarda ise umutsuzluğun en düşük düzeyde olduğu bulunmuştur. Umutsuzluk ileri yaşta, bağımlılık düzeyi yüksek, ikincil sağlık sorunları olan hastalar ile yakınlarından destek almadığını belirtenlerde yüksek bulunmuştur. Buna göre umutsuzluğun, özellikle kronik böbrek yetmezliği gibi hasta gruplarında değerlendirilmesinin sorunla başetmeyi güçlendirmek ve daha ileri sorunları önlemek açısından ele alınmasının önemli olduğu söylenebilir

Kuo ve diğerleri (2004) tarafından umutsuzluk, depresyon, madde yokluğu ve intiharı temel alan 3000'den fazla katılımcının olduğu 13 yıl süren çalışmanın sonucunda, depresyon ile madde kullanım bozukluğu arasında ilişki ortaya çıkmıştır. Bunun yanında umutsuzluk ile intihar ve yine umutsuzluk ile madde kullanımı arasında ilişki saptanmıştır. Bu çalışmanın sonucunda, intiharı önlemek için umutsuzluğu azaltmaya yönelik stratejiler geliştirilmesi önerilmiştir.

Bayramova ve Karadakovan (2004) yaptıkları çalışmada kronik hastalığı olan 18 yaş ve üzeri 132 bireyin umutsuzluk durumlarını incelemiştir. Yapılan istatistiksel işlemler sonucunda, kronik hastalığı olan bireyler eğitim durumlarına göre incelendiğinde, okur-yazar olmayan hastaların, ortaokul mezunu ve üzeri eğitim alanlara göre daha yüksek umutsuzluk puanına sahip oldukları görülmüştür. Bireylerin yaşları ile umutsuzluk düzeyine bakıldığında anlamlı bir fark saptanmış, bu farklılığın 61 yaş ve üzerinde olan hastalardan ileri geldiği ve bu gruptaki bireylerin umutsuzluk düzeyinin arttığı belirlenmiştir. Hastaların medeni durumları ile umutsuzluk puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş, buna göre evli dul ve ayrı yaşayanların bekâr hastalardan daha fazla umutsuzluk yaşadıkları belirlenmiştir. Araştırmaya katılan bireylerin % 69,5'i geliri giderinden az olan hastalardır. Hastaların gelir durumları, tedavi ve yatış sıklığının ekonomik durumlarını etkilemeleri ile umutsuzluk puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kronik hastalığı olan bireyler, beklenenden daha kısa zamanda tekrar hastaneye yatmaktadırlar. Bu nedenle hastaneye başvuran hastalar ekonomik ve psikolojik kayıp yaşamaktadırlar. Kronik hastalığı olan bireylerin birlikte yaşadığı kişiler ile umutsuzluk puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Farklılığın ailesi ile oturan hastalar ile yalnız, eşi ve çocukları ile oturan bireyler arasındaki ilişkiden kaynaklandığı anlaşılmaktadır.

Araştırmaya katılan hastaların hastalığının aile içi rollerini ve sosyal yaşantılarını etkileme durumları ile umutsuzluk puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Hastaların % 56,8'i birden fazla kronik hastalığa sahip olduğunu, % 31,8'i hastalığı nedeniyle yılda 1-2 kez hastanede tedavi görmekte olduğunu, % 43,2'si 1-5 yıldan beri kronik hastalıkla yaşamakta olduğunu, % 65,6'sı önerilen tedaviyi düzenli olarak kullandığını, % 71,8'i tedavi ve yatış sıklığının ekonomik durumunu etkilediğini, % 86,4'ü hastalığın aile içi rollerini etkilediğini, % 87,1'i sosyal yaşantılarını etkilediğini bildirmişlerdir.

Batıgün (2005)'ün 15-65 yaş arası 683 kişiyle gerçekleştirmiş olduğu araştırmasında "Beck Umutsuzluk Ölçeğinden" (BUÖ) alınan puanlar açısından bakıldığında, hem BUÖ toplam puanı hem de üç alt ölçeğinde cinsiyet ve eğitim düzeyinin temel etkileri bulunmuştur. BUÖ toplam puan "gelecek ile ilgili duygu ve beklentiler", "motivasyon kaybı" ve "umut" alt ölçeklerinde erkekler kadınlardan daha yüksek puanlar almışlardır. Erkeklerin kadınlara göre daha yüksek umutsuzluk puanı aldıkları saptanmıştır. Benzer bir eğilim, eğitim düzeyi için de geçerlidir. BUÖ toplam puan, "gelecek ile ilgili duygu ve beklentiler", "motivasyon kaybı" ve "umut" alt ölçeklerinde ilköğretim-lise mezunları, üniversite mezunlarından daha yüksek puan aldıkları belirtilmiştir. Umutsuzluk Ölçeği'nden alınan puanlar, yaş değişkeni açısından incelendiğinde ise, ölçeğin "gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler" alt ölçeğinde 15-25 yaş 72 grubunun 26-40 yaş grubu ve 41-65 yaş grubundan daha yüksek puan almışlardır. Bu yaş grubundaki gençler ülkemizde uygulanan üniversite giriş sınavı ve mezuniyet sonrası işsizlik gibi bazı sorunlar ile karşı karşıya kalması umutsuzluk düzeyini artırıcı bir faktördür.

Sayar ve arkadaşları (2004), 100 intihara girişmiş kişiyle, 60 sağlıklı kişinin, umutsuzluk, depresyon ve intihar eğilimlerini karşılaştırmışlardır. İntihara girişmiş kişilerin, sağlıklı olanlara göre daha umutsuz, daha depresif ve intihara eğilimli yaklaşım içinde oldukları tespit edilmiştir. Depresyonun, umutsuzluk duygusundan ziyade, intihara eğilimli düşünce ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Erdem ve arkadaşlarının (2004) hemodiyaliz hastalarının yaşam doyumu ve umutsuzluk arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yaptıkları araştırmasında umutsuzluk ile yaşam doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Araştırma sonuçlarına

göre medeni durum, yaş, cinsiyet ve hemodiyalize girme süresi hemodiyaliz hastalarının umutsuzluk düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmazken, meslek ve eğitimin umutsuzluk düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturduğu saptanmıştır. Hastaların eğitim seviyeleri umutsuzluk düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturduğu belirtilmiştir. Okuma-yazma bilmeyenler en yüksek umutsuzluk puan ortalamasını alırken, yüksekokul mezunlarında en düşük puan ortalamasını almışlardır. Aradaki fark istatistiksel yönden anlamlı bulunmuştur. Aynı araştırma sonuçlarına göre, ev hanımları en yüksek umutsuzluk puanı alırken, serbest meslek sahipleri en düşük umutsuzluk puanı almışlardır.

Karataş ve Gökçakan (2005), lise düzeyinde okula devam eden öğrencilerin cinsiyet, sınıf ve okul türleri açısından umutsuzluk puanlarını incelemiştir. Araştırma sonucunda, sınıf düzeyleri ve cinsiyetleri açısından umutsuzluk puanlarının farklılaştığını bulmuşlardır. Sınıf düzeyleri açısından 9. sınıflar ile 11. sınıflar arasında, 11. sınıf öğrencilerinin; cinsiyete göre karşılaştırmada erkek öğrencilerin umutsuzluk puanları daha yüksek bulunmuştur. Okul türü açısından anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır.

Küçük ve Arıkan (2005) işitme engelli çocukların umutsuzluk düzeylerini incelemek üzere yaptıkları 13 yaş üzeri 50 çocuk ile çalışmada, işitme engelli çocukların umutsuzluk puan ortalamaları yüksek olarak bulunmuştur. Erkek çocukların umutsuzluk puanlarının kızlardan daha yüksek çıkmıştır. Bu durumda toplumda erkeklere daha fazla sorumluluk yüklenmiş olması ve çocukların da bu durumun farkında olması ile duygularını paylaşmakta zorluk çekmeleri ile açıklanmıştır. Dudak okumayı bilen çocukların umutsuzluk puan ortalamaları dudak okumayı bilmeyenlere göre daha düşük tespit edilmiştir. İşitme cihazı kullanan çocukların umutsuzluk puan ortalaması işitme cihazı kullanmayanlara göre daha düşük bulunmuştur. İşitme engelli çocuğu olan annelerin % 46'sının çocuklarına karşı ilgisiz kaldığı ve bu çocukların umutsuzluk düzeylerinin çocukları ile çok ilgilenenlere göre yüksek olduğu bulunmuştur.

Thompson ve diğerleri (2005) tarafından yapılan anksiyete, depresyon ve umutsuzluğun adölesanlarda intihar davranışları üzerindeki etkisinin incelendiği çalışmada, erkeklerin intihar davranışları ile depresyon ve umutsuzluk arasında direkt ilişki olduğu,

kadınlar için de intihar davranışları umutsuzluk arasında direkt ilişki olduğu sonucunu bulmuşlardır.

Hocaoğlu ve Tekin (2007), şizofreni de intihar davranışının doğasını aydınlatmak için yaptıkları çalışmada, şizofrenik hastalarda yüksek intihar düşüncesi tespit etmişlerdir. Bu çalışmada depresyon, umutsuzluk ve negatif belirtilerdeki artışın intihar davranışı ile ilişkili olabileceği gösterilmiştir. Ayrıca bu çalışma ile intiharı önlemek için alınacak önlemlere de katkıda bulunulmuştur.

### **2.4.3. Boyun Eğici Davranış ile İlgili Yayın ve Araştırmalar**

Cattell (1989)'a göre boyun eğici davranışların oluşumunda kalıttan çok çevre faktörü etkilidir. Bireyin çevresini oluşturan önemli faktörlerden biri de ailedir. Aile ortamının atmosferi, aile üyelerinin birbiriyle olan ilişkileri ve diğer ailesel nitelikler boyun eğici davranışların oluşumunda etkilidir.

Gilbert ve Steven (1994)'e göre, boyun eğici davranışlar, başkalarının kırılmasından korkan, herkese iyiliksever görünen kimseye hayır diyemeyen, kimseye hoşlanmadığı bir şey olsa dahi söyleyemeyen, kendi düşüncelerini savunamayan ve bunun gibi benzeri davranışlara sahip kişilik özellikleridir.

Allan ve Gilbert (2002) boyun eğici davranışların sıklıkla depresyon belirtileriyle ve diğer bazı ruhsal bozukluklarla ilişkili olduğunu ve bireyin atılganlığını engellediğini vurgulamıştır. Başka deyişle boyun eğici davranışlar depresyonun anlamlı bir yordayıcısıdır.

Budak (2003)'e göre boyun eğme, bir otoritenin koyduğu kurallara ve verdiği emirlere uygun hareket etmeyi ve psikolojik olarak da bireyin düşüncelerini, kanılarını veya değer yargılarını baskın olan otoritenin istediği yönde değiştirmesi veya değiştirmek zorunda kalmasını ifade eder. Tanımdan boyun eğici davranışın bireyin kendi istek ve niteliklerini göz ardı edip, gönülsüz de olsa başkalarının isteklerini ve beklentilerini yerine getirmek eğiliminde olduğu anlaşılmaktadır.

Yıldırım ve Ergene (2003) tarafından yapılan bir araştırmada boyun eğici davranışların akademik başarıyı manidar olarak yordadığı bulunmuştur. Yıldırım (2004) tarafından yapılan bir araştırmada ise boyun eğici davranışların 663 lise son sınıf öğrencilerindeki

yaygınlığı incelenmiştir. Araştırmanın bulgularına göre kızlardan çok erkekler arasında, ailesinin geliri düşük, ailesinden yeterince destek görmeyen, akademik başarısı düşük öğrenciler arasında boyun eğici davranışlar yaygın bulunmuştur.

Kaya, Güneş, Kaya, Pehlivan (2004) tarafından 437 tıp öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada şiddet ile boyun eğici davranışlar arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırmada aile içinde yaşanan şiddet ve şiddet öykülerinin bireylerdeki boyun eğicilik düzeyi ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Yıldırım (2004)'e göre, kişilerarası ilişkilerde çoğunlukla boyun eğici davranışlar gösteren birey, kendini daha az değerli ve önemsiz görmektedir, özgür davranmaz, söz hakkı sınırlıdır, yapması gereken buyruklara uymaktır ve herhangi bir konuda hatalı olmasa bile, hatalı olduğu söyleniyorsa, tatsızlık çıkmasın diye sesini çıkarmaz. Ayrıca bu bireyler, lider tavrı gösteremezler, kendilerine ilişkin güvenleri düşüktür ve sorumluluk almaktan, girişimde bulunmaktan kaçınırlar.

Kabasakal (2007) tarafından yapılan ve boyun eğici davranış ve şiddet arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırmada şiddet ile boyun eğici davranış arasında bir ilişki bulunmazken, boyun eğici davranış düzeyinin cinsiyete göre farklı olduğu gözlenmiştir.

Özkan ve Özen (2008) tarafından 322 hemşirelik öğrencisi üzerinde yapılan başka bir çalışmada boyun eğici davranışlar ile benlik saygısı arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırmada boyun eğici davranışlar ile benlik saygısı arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Tekin ve Filiz (2008)'e göre bireylerin boyun eğici davranış göstermelerinin boyun eğici bir yapıya sahip olmalarının kaynağını birçok araştırmacı, bu bireylerin otoriter, sıkı disiplinli ve sıkı denetimli, baskıcı, aşırı kısıtlayıcı anne-baba tutumları ile yetiştirilmiş olmalarında görmektedirler.

Dönmez ve Demirtaş (2009) tarafından yapılan bir araştırmada da 445 lise öğretmenin boyun eğici davranışa ilişkin algıları cinsiyet, medeni durum, anne baba eğitim düzeylerine göre incelenmiştir. Araştırmada boyun eğici davranış düzeyi cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmazken, anne-baba eğitim düzeylerine göre anlamlı bir fark bulunmuştur.

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

#### 3.1 ARAŞTIRMANIN MODELİ

Araştırma “korelasyon türü ilişkiler tarama modelindedir. Tarama modelleri geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlamaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez. Önemli olan araştırma konusunu uygun bir biçimde gözleyip belirleyebilmektir (Karasar, 2005).

**İlişkisel tarama modelleri**, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir. Bu tür bir düzenlemede, aralarında ilişki aranacak değişkenler, tekil taramada olduğu gibi, ayrı ayrı sembolleştirilir. Ancak bu sembolleştirme (değerler verme, ölçme), ilişkisel bir çözümlenmeye olanak verecek şekilde yapılmak zorundadır (Karasar, 2005).

Korelasyon türü ilişki aramalarda değişkenlerin birlikte değişip değişmedikleri, birlikte bir değişme varsa, bunun nasıl olduğu öğrenilmeye çalışılır.

Bir araştırmada ilişki arandığında, üç durum çıkar ortaya. Bunlar:

1. İki değişken arasında sistemli bir ilişki yoktur.
2. Değişkenler doğru (aynı yönde) orantılıdır.
3. Değişkenler ters orantılıdır (Karasar, 2005).

Araştırmada, Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören 522 öğrencinin mizah tarzları ile umutsuzluk ve boyun eğici davranışlar arasındaki ilişki aranmıştır.



Öncelikle öğrencilerin mizah tarzları, umutsuzluk ve boyun eğici davranışlar düzeyleri betimlenmiş ve mizah tarzları, umutsuzluk ve boyun eğici davranışların cinsiyete, sınıfa, okunulan bölüme, barınma şekline, yerleşim şekline ve öğrencinin dünyaya geliş sırasına göre değişip değişmediği belirlenmiştir.

### **3.2 EVREN VE ÖRNEKLEM**

Araştırmanın evrenini, Sakarya Üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklemine Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklemeye dahil olan 522 öğrenciye Kişisel Bilgi Formu, Mizah Tarzları Ölçeği, Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmaya 71 Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü, 69 Türkçe Öğretmenliği Bölümü, 57 Sosyal Bilgiler Öğretmenliği Bölümü, 52 Fen Bilgisi Öğretmenliği Bölümü, 60 Bilgisayar Öğretmenliği ve Eğitim Teknolojileri Bölümü, 67 Sınıf Öğretmenliği Bölümü, 65 Zihin Engelliler Öğretmenliği Bölümü, 81 Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümünde öğrenim görmekte öğrenci katılmıştır. Anketin uygulanması, fakülte içerisinde örneklem belirlenen sınıflarda araştırmacının kendisi tarafından yapılmıştır.

### **3.3. VERİLERİN TOPLANMASI**

Araştırma verilerinin toplanması için uygulanması uygun görülen Kişisel Bilgi Formu, Mizah Tarzları Ölçeği, Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği örneklem grubu seçilerek Şubat 2011 ile Mart 2011 tarihleri arasında uygulanmıştır. Ölçekler, gerekli açıklamalar yapıldıktan sonra öğrencilere dağıtılmıştır. Araştırmanın gizliliği konusunda öğrencilere bilgi verilmiştir. Geri dönen anketler, araştırmacı tarafından kontrol edilmiş, eksik ya da hatalı doldurulanlar değerlendirilmeye alınmamıştır. Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesinden seçilen 522 öğrenci örnekleminden elde edilen veriler 10 Mart 2011 tarihine kadar tamamlanmıştır.

### 3.4. VERİLERİN ANALİZİ

Bu araştırmada verilerin analizi SPSS 16.0 kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistiklerden frekans (f), yüzde (%), ortalama ( $X_{ort}$ ) ve standart sapma (Ss) kullanılmıştır. Verilerin analizinde mizah tarzları, boyun eğici davranış ve umutsuzluk puan ortalamalarının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşma durumunu ortaya koyabilmek için bağımsız gruplar “t” testi, mizah tarzları, boyun eğici davranış ve umutsuzluk puan ortalamalarının sınıf değişkeni, bölüm değişkeni, yerleşim birimi değişkeni, barınma şekli değişkeni ve dünyaya geliş sırası değişkeni açısından farklılaşmayı ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Mizah tarzları boyutları ile umutsuzluk alt boyutları ve boyun eğici davranışları açıklamak amacıyla da Pearson momentler çarpımı korelasyonundan yararlanılmıştır. Farkların anlamlı çıktığı analizlerde farkın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için post hoc test olarak Scheffe testi ve daha duyarlı sonuçlar alabilmek için post hoc test olarak LSD kullanılmıştır. Öğrencilerin BEDO’den aldıkları “boyun eğici davranışlar” (BED) puanlarının ortalaması bulunmuştur. 69 ve üstü puan alanlar yüksek grup(n=107), 54-68 puan alan ortast grup (n= 190), 39-53 puan alanlar orta grup (n=119), 24-38 puan alanlar ortaaltı grup(n=85),23 ve altı puan alanlar düşük boyun eğici davranışlara (n=21) sahiptir.

### 3.5. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

#### 3.5.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, bu araştırmanın amacına uygun olarak araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Form geliştirilirken uzman grlerine başvurulmuştur.

Kişisel bilgi formunda öğrencilerin cinsiyeti, okudukları bölüm, okudukları sınıf düzeyi, üniversitede barınma şekilleri, niversiteye gelmeden önce kaldıkları yerleşim tipi ve ailede çocuklar arasında dünyaya geliş sırasına ilişkin sorular bulunmaktadır.

### 3.5.2. Mizah Tarzları Ölçeği-MTÖ

Mizah Tarzları Ölçeği bireylerin mizah tarzlarındaki farklılıkları ölçmek için Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray ve Weir tarafından 2002 yılında geliştirilmiş ölçektir. Ölçek, mizah tarzlarını dört alt boyutta sınıflayarak mizahı türlere ayırır. Bunlar; Kendini Geliştirici Mizah, Katılımcı Mizah, Kendini Yıkıcı Mizah ve Saldırgan Mizah'tır. Bu dört boyut da uyumlu-olumlu mizah (Kendini Geliştirici ve Katılımcı Mizah) ve uyumsuz-olumsuz mizah (Kendini Yıkıcı ve Saldırgan Mizah) olarak gruplanır. Humor Style Questionnaire (HSQ) ise Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ) adıyla Yerlikaya (2003) tarafından Türkçeye çevrilmiş, geçerlik-güvenirlilik çalışmaları üniversite öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Toplam 32 sorudan oluşan, yedili likert tipi kendini değerlendirme aracıdır. 1-7-9-15-16-17-22-23-25-29-31 maddeler ters yönde puanlanmaktadır (Martin, Puhlik-Doris, Larsen ve ark., 2003; Yerlikaya, 2003).

Ölçekte ikisi uyumlu ikisi uyumsuz mizah kullanımı olmak üzere dört alt ölçek bulunmaktadır. Bu alt ölçekler; katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah'tır. Her alt ölçek 8'er maddeden oluşmaktadır. 32 maddeden oluşan ölçek bireylerin hangi mizah tarzını kullandığını ölçmeyi amaçlayan (1) Kesinlikle Katılmıyorum ile (7) Tamamıyla Katılıyorum arasında değişen 7'li Likert tipinde bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçek puanlanırken on madde ters yönde puanlanmaktadır. Böylece her bir alt ölçekten 7 ile 56 arasında puan alınabilmektedir. Her bir alt ölçekte yükselen puanlar, o mizah tarzının kullanım sıklığına işaret etmektedir.

Martin, Puhlik-Doris, Larsen ve arkadaşları (2003) mizahın tarzlara göre açıklamasını şöyle yapmaktadırlar: Katılımcı Mizah boyutu yüksek olanlar başkalarını eğlendirmek ilişkileri güçlendirmek, tansiyonu düşürmek için espriler, şakalar yapar, eğlencelere katılırlar. Diğerlerini rahatlatmak için kendinden veren mizaha girerler, kendileri ile ilgili komik şeyler söylerler. Bunu yaparken kendini kabulü korurlar. Düşmanca olmayan bir kullanımdır ve ilişkileri güçlendirebilir. Dışadönük neşelilik, benlik saygısı, olumlu duygulanım ve duygular ilişki tatmini ile birliktedir. Kendini Geliştirici Mizah boyutu yüksek olanlar, hayata mizahi bakış açısı ile bakarlar, hayatın güçlüklerinden mizahla eğlenebilirler, zorluk ve stresle karşılaşınca mizahi bakış açısını kaybetmemektedirler. Mizah bir baş etme mekanizması olarak işlem görür.

Freudiyan mizah tanımı ile benzeşir, yani kötü durumda kalan kişinin gerçekliği kaybetmeden kullandığı sağlıklı bir savunma mekanizmasıdır. Katılımcı mizah ile kıyaslanınca daha kendine yöneliktir ve dışadönüklükle daha az ilgilidir. Depresyon, kaygı ve nörotizmle daha negatif ilişkilidir ve tecrübe, benlik saygısı psikolojik iyilikle pozitif ilişkilidir. Saldırgan ya da Alaycı (Sarkastic) Mizah, taciz, aşağılama ve alay ile ilişkilidir. Başkalarını alay tehdidi ile manipüle etmeyi içerir. Genel olarak başkaları üzerindeki etkisini düşünmeden mizahı kullanma eğilimi ile ilgilidir (ırkçı, cinsiyetçi) ve başkalarını inciterek komik şeyler söyleme ile ilişkilidir. Dürtüseldir. Nörotizm, düşmanlık, öfke saldırganlık ile pozitif ilişki, tatminini kabul edilebilirlik ve sorumluluk alma ile negatif ilişkilidir. Kendini Yıkıcı Mizah, fazlaca kendinden veren mizahtır; 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 inkarın bir türü olduğu veya altta yatan negatif duyguları saklamak, problemle yüzleşmeden kaçmak için bir yol olduğu söylenmiştir. Bu yönü yüksek olanlar çok komik, eğlendirici olabilir, altında duygusal ihtiyaçtan kaçınma ve düşük benlik saygısı vardır. Nörotizm, depresyon, kaygı ile pozitif ilişki, psikolojik iyilik ve benlik saygısı ile negatif ilişkilidir.

Yerlikaya (2003) tarafından alt ölçeklere ilişkin Cronbach alfa iç tutarlık katsayılarının ,67 ile ,78 arasında, toplam puan için ise ,81 olduğu; test-tekrar test korelasyon katsayılarının ise ,83 ile ,88 arasında olduğu bulunmuştur. MTÖ alt ölçeklerinin, halihazırda Türkçeye kazandırılmış olan Durumluk Mizah Tepkisi Ölçeği ile ilişkisini incelemek amacıyla hesaplanan korelasyonlar gözden geçirildiğinde DMTÖ puanları ile Kendini Geliştirici Mizah alt ölçeği arasında ,60 düzeyinde, Katılımcı Mizah alt ölçeği arasında ,54 düzeyinde, Saldırgan Mizah alt ölçeği ile ,25 düzeyinde pozitif yönde ve Kendini Yıkıcı Mizah alt ölçeği arasında ,37 düzeyinde pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir (Yerlikaya, 2003). Oral, tarafından yapılan güvenirlilik çalışmasında Cronbach-alfa değeri kendini geliştirici mizah tarzı için ,83; katılımcı mizah tarzı için ,75; saldırgan mizah tarzı için ,65 ve kendini yıkıcı mizah tarzı için ,46 olarak bulmuştur (Oral, 2004).

### 3.5.3. Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)

Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin, umutsuzluk gibi önemli bir ruhsal belirtinin nicel Ölçümünü ortaya koyarken; kısa, güvenilir ve kolay uygulanabilme gibi önemli özellikleri bulunmaktadır (Seber, Dilbaz ve diğerleri, 1993). BUÖ, geleceğe yönelik negatif tutumların ölçülmesi için düzenlenmiştir. Ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Beck, bu ölçeği orijinal olarak bireylerin intihar edip etmeyeceğini belirlemek için geliştirmiştir. Sorulara 'evet' ve 'hayır' şeklinde yanıt verilmektedir (Beck 2006).

**Ölçeğin Puanlanması:** Maddelerin 11 tanesinde "evet" seçeneği 9 tanesinde ise "hayır" seçeneği 1 puan almaktadır. 1., 3., 5., 8., 10., 13., 15. ve 19. Sorularda "hayır"; 2., 4., 7., 11., 12., 14., 16., 18. ve 20. sorulara ise "evet" yanıtı için birer puan verilmektedir. Puan ranjı 0-20'dir.

**Yorumlanması:** Alınan puanlar yüksek olduğunda bireydeki umutsuzluğun yüksek olduğu varsayılmaktadır (Savaşır ve Şahin 1997).

#### Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Geçerliliği

Seber ve Dilbaz (1993) çalışmasında Umutsuzluk Ölçeğinin geçerlik çalışması yapı ve uyum geçerliliği açısından incelenmiştir.

**Yapı Geçerliliği:** Ölçeğin yapılan faktör analizi sonucunda; "gelecekle ilgili duygular ve beklentiler" (1. , 3. , 7. , 11. , ve 18. maddeler alfa = 0,78), "motivasyon kaybı" (2. , 4. , 9. , 12. , 14. , 16. , 17. ve 20. maddeler alfa = 0,72) ve "umut" ( 5. , 6. , 8. , 10. , 13. , 15. ve 19. maddeler alfa = 0,72) olmak üzere üç faktörden oluştuğu belirtilmektedir (Durak 1994).

Umutsuzluk Ölçeğinin hasta ve kontrol gruplarındaki olgulara uygulanması sonucunda elde edilen puan uygulamaları arasındaki farkın önemliliği student-t testi ile sınanmıştır. Her iki grubun puan ortalamaları önemli düzeyde farklı bulunmuştur ( $t=12,49$ ,  $P<0,001$ ). Bu anlamlı fark umutsuzluk ölçeğinin bu iki grubu birbirinden anlamlı düzeyde ayırdığını ortaya koymaktadır (Seber, Dilbaz ve diğerleri, 1993).

**Uyum Geçerliliği:** Ölçeğin uyum geçerliliği hasta grubunu oluşturan olguların geçerlik ölçütleri olarak alınan Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)'nden aldıkları puanlar arasındaki ilişkinin incelenmesi ile kontrol edilmiştir. Deneklerin umutsuzluk ölçeği ve BDÖ'den aldıkları puanlar üzerinden

Pearson Moment tekniği ile hesaplanan güvenilirlik katsayısı 0,651 ( $P<0,001$ ) iken umutsuzluk ölçeği ve RBSÖ'den aldıkları puanların katsayısı 0,558 ( $P<0,001$ ) olarak bulunmuştur. Bu sonuç hasta grubundaki olguların BDÖ, RBSÖ ve BUÖ'den aldıkları puanların birbiri ile anlamlı düzeyde ilişkili ve umutsuzluk ölçeğinin uyum geçerliğinin yüksek olduğunun kanıtı olarak yorumlanabilir (Seber, Dilbaz ve diğerleri, 1993).

Durak (1994) Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin geçerlik çalışmasında, Beck Depresyon Ölçeği, geçerlik kriteri olarak kullanılması ve BUÖ ile ilişkisi tüm örneklem ( $N=373$ ) için  $r= ,69$  ( $P<,001$ ), depresyon tanısı almış hastalar ( $N=40$ ) için  $r= ,71$  ( $P<,001$ ), intihar girişiminde bulunan hastalar ( $N=31$ ) için  $r= ,68$  ( $P<,001$ ) ve karşılaştırma grubu ( $N=172$ ) için ise  $r= ,69$  ( $P<,001$ ) olarak bulunmuştur (Durak, 1994).

### **Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Güvenirliği**

Ölçeğin güvenilirlik çalışması iç tutarlık ve puan değişmezliği olmak üzere iki kısımda yürütülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin analizler hasta grubunun umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar üzerinden yapılmıştır. Bu ölçeğin tümü için Cronbach alfa katsayısı 0,86 bulunmuştur. Alfa katsayısının anlamlılığını saptamak amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda bu değer ( $P<0,001$ ) ileri düzeyde anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bu da ölçeğin iç tutarlılığının tatmin edici olduğunu göstermektedir. Bu sonuç ölçeğin güvenilirliğinin bir ölçütü olarak yorumlanmaktadır. Ölçeğin madde korelasyonu olguların ölçeğin her bir maddesinden aldıkları puanlar ile tüm ölçekten aldıkları toplam puan arasındaki madde-test korelasyon katsayısı hesaplanarak gösterilmiştir. Elde edilen en düşük madde-test korelasyonu katsayısı 0,076, en yüksek katsayı ise 0,719 ( $P<0,001$ ) olarak bulunmuştur. Ölçeğin puan değişkenliğine ilişkin analizler, test-tekrar test yöntemi ile yapılmıştır. Ölçek 30 kişilik bir gruba 4 hafta ara ile iki kez uygulanmıştır. Her iki uygulamadan alınan puanlar üzerinden hesaplanan Pearson Momentler çarpımı korelasyonu ile hesaplanan güvenilirlik katsayısı 0,74, ileri derecede anlamlı ( $P<0,001$ ) olarak bulunmuştur. Elde edilen bu sonuç ölçeğin puan değişmezliği açısından da güvenilir olduğunu göstermektedir (Seber, Dilbaz ve diğerleri, 1993).

İntihar (özkıyım) girişiminde bulunulan 294 hasta üzerinde yapılan çalışmadan elde edilen Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı ,93'dür. Aynı çalışmada elde edilen madde

toplam puan korelasyonları ise ,39 ile ,76 arasında değişmektedir (Savaşır veŞahin, 1997).

Durak (1994) Beck Umutsuzluk Ölçeğinin tüm örneklem üzerinden (N=373), iç tutarlılığına bakılmış Coefficient Alpha güvenilirlik katsayısı alfa = ,85 bulunmuştur. Bu katsayı, karşılaştırma grubu (N=172) için alfa = ,78, çalışma grubu (N=201) için alfa= ,85, intihar girişiminde bulunan hastalar (N=31) için alfa = ,81 ve depresyon tanısı almış hastalar (N=40) için alfa = ,82 olarak bulunmuştur. Güvenirlik katsayısı bir kez de iki yarım test (split-half) tekniği ile hesaplanmıştır. Ölçeğin tek ve çift sayılı maddelerinden oluşmuş iki yarım test güvenilirliği, tüm örneklem için  $r = ,85$  ( $P < ,001$ ), karşılaştırma grubu için  $r = ,79$  ( $P < ,001$ ) ve çalışma grubu için ise  $r = ,89$  ( $P < ,001$ ) olarak bulunmuştur. Bu katsayılar intihar girişiminde bulunan hastalar için  $r = ,81$  ( $p < ,001$ ), depresyon tanısı almış hastalar için ise  $r = ,83$  ( $P < ,001$ ) tür.

Ölçeğin her bir maddesinden alınan puanlar ile tüm ölçekten alınan puanlar arasındaki madde-test korelasyonları hesaplanmış ve tüm örneklem üzerinden (N=373) elde edilen en düşük korelasyon katsayısı da  $r = ,31$  ( $P < ,001$ ) en yüksek korelasyon katsayısı  $r = ,67$  ( $P < ,001$ ) olarak bulunmuştur. Bu değerler, çalışma grubu için (N=2001)  $r = ,32$  ( $P < ,001$ ) ile  $r = ,68$  ( $P < ,001$ ) arasında, karşılaştırma grubu için ise (N = 172)  $r = ,20$  ( $P < ,001$ ) ile  $r = ,60$  ( $P < ,001$ ) arasındadır. Tüm bu analizler sonucunda, BUÖ'nin hem normal kişiler için, hem de psikiyatrik ve de kronik-fiziksel hastalığı olanlarda umutsuzluğu ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu söylenebilir (Durak, 1994).

#### **3.5.4. Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği (BEDÖ)**

Gilbert ve Allan (1994) tarafından geliştirilen ölçek depresyonla ilişkili boyun eğici sosyal davranışları ölçmek amacıyla oluşturulmuş bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Türkçe formu Şahin ve Şahin (1992) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 16 maddeden oluşup bireyin kendi kendine yanıtlayabildiği, uygulanması kolay bir ölçektir. Her maddede sözü edilen davranışların kişiyi ne kadar iyi tanımladığı sorulmaktadır. Yanıtların “Hiç tanımlamıyor”, “Biraz tanımlıyor”, “Oldukça tanımlıyor”, “İyi tanımlıyor” ve “Çok iyi tanımlıyor” seçeneklerine göre verilmesi istenmektedir. Maddeler 1-5 arasında, 5’li Likert tipi puanlama esasına göre değerlendirilir. Ölçekten en düşük 16, en yüksek 80 puan alınabilir. Yüksek puanlar, daha fazla boyun eğici

davranışa işaret eder. Ölçeğin orijinalinden elde edilen Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ,89 olarak belirtilmektedir.

Dört ay ara ile yapılan ile yapılan ikinci uygulama sonucu test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ,84 olarak bulunmuştur. Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği'nin Beck Depresyon Envanteri ile korelasyonu ,66; Sosyotropi Ölçeği ile korelasyonu ,65; Otonomi Ölçeği ile korelasyonu ,06; Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ile Korelasyonu ,50 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanmış formu toplam 560 lise ve üniversite öğrencisiyle yapılan bir araştırmada Cronbach Alfa değeri ,74 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Beck Depresyon Envanteri ile korelasyonu ,32; Sosyoterapi Ölçeği ile ,36; Otonomi Ölçeği ile korelasyonu -,05'tir. Şahin ve Durak tarafından 627 üniversite öğrencisi ile yapılan bir başka çalışmada, Kısa Semptom Envanterinin alt ölçekleri ile BEDÖ'nin korelasyonlarının ,16 ile ,42 arasında değiştiği, ölçeğin strese yatkın olan ve olmayan grupları ayırt edebildiği görülmüştür (Savaşır ve Şahin, 1997).



## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Anketle ilgili bulgulara geçmeden önce araştırmamıza katılan öğrencilerle ilgili genel bilgiler vermemizin değerlendirme ve anket sonuçlarının daha iyi anlaşılması açısından daha faydalı olacağını düşünüyoruz.

Araştırmamızda öğrencilerin bölümleri, sınıf düzeyleri, cinsiyetleri, barınma şekilleri, yerleşim biçimleri ve dünyaya geliş sırası ile ilgili bilgiler verilmiştir.

#### 4.1. ANKETE KATILAN ÖĞRENCİLERLE İLGİLİ GENEL BİLGİLER

##### 4.1.1. Cinsiyet Durumu

Tablo 1. Öğrencilerin Cinsiyet Dağılımının Yüzdelik Dilimlerini Gösteren Tablo

	N	%
Erkek	205	39,3
Kız	317	60,7
Toplam	522	100,0

Araştırma yapılan örneklem grubunun % 39,3'ünü erkek öğrenciler, % 60,7'sini ise kız öğrenciler meydana getirmektedir.

#### 4.1.2. Sınıf Seviyeleri

Tablo 2. Öğrencilerin Sınıf Seviyesinin Yüzdelerle Dilimlerini Gösteren Tablo

	N	%
1. sınıf	121	23,2
2. sınıf	136	26,1
3. sınıf	128	24,5
4. sınıf	137	26,2
Toplam	522	100,0

Tablo 2’de görüldüğü gibi araştırma yapılan grubun % 23,2’si 1.sınıf, % 26,1’i 2.sınıf, % 24,5’i 3.sınıf ve % 26,2’si ise 4.sınıfta öğrenim görmektedir.

#### 4.1.3. İkamet Edilen Yer

Tablo 3. Öğrencilerin İkamet Edilen Yerleşim Biriminin Yüzdelerle Dilimlerini Gösteren Tablo

	N	%
Köy kasaba	69	13,2
İlçe	119	22,8
İl	146	28,0
Büyükşehir	188	36,0
Toplam	522	100,0

Öğrencilerin Sakarya Üniversitesi’ne gelmeden önce ikamet ettikleri yerleşim birimine bakıldığında, % 36’sının bir büyükşehirde, % 28’inin il merkezinde, % 22,8’inin ilçe merkezinde ve % 13,2’sinin ise köy ya da kasabada ikamet ettiği görülmektedir.

#### 4.1.4. Öğrencilerin Okuduğu Bölümler

Tablo 4. Öğrencilerin Okuduğu Bölümlerin Yüzdelik Dilimlerini Gösteren Tablo

	N	%
Pdr	71	13,6
Türkçe Öğretmenliği	69	13,2
Sosyal Bilgiler Öğretmenliği	57	10,9
Fen Bilgisi Öğretmenliği	52	10,0
Bilgisayar Öğretmenliği	60	11,5
Sınıf Öğretmenliği	67	12,8
Zihin Engelliler Öğretmenliği	65	12,5
Okul Öncesi Öğretmenliği	81	15,5
Toplam	522	100,0

Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlerin dağılımına baktığımızda %13,6'sı Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü, % 13,2'si Türkçe Öğretmenliği Bölümü, % 10,9'u Sosyal Bilgiler Öğretmenliği Bölümü, % 10'u Fen Bilgisi Öğretmenliği Bölümü, % 11,5'i Bilgisayar Öğretmenliği Bölümü, % 12,8'i Sınıf Öğretmenliği Bölümü, % 12,5'i Zihin Engelliler Öğretmenliği Bölümü, % 15,5'i Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümünde öğrenim görmekte olduğu gözükmektedir. Araştırmada en fazla anket uygulanan öğrenci 81 kişi Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü olduğu görülmektedir.

#### 4.1.5. Öğrencilerin Barınma Şekilleri

Tablo 5. Öğrencilerin Barınma Şekillerini Yüzdelerle Gösteren Tablo

	N	%
Ailesiyle birlikte	36	6,9
Devlet yurdu	123	23,6
Özel yurdu	225	43,1
Evde	138	26,4
Toplam	522	100,0

Öğrencilerin üniversite okurken ikamet ettikleri yerlerin dağılımına baktığımızda % 6,9'u ailesiyle birlikte yaşamaktadır. Öğrencilerin % 23,6'sı devlet yurdunda, % 43,1'i özel yurtda, % 26,4'ü evde kalmaktadır.

#### 4.1.6. Öğrencilerin Doğum Sırası

Tablo 6. Öğrencilerin Dünyaya Geliş Sırasının Yüzdelerle Gösteren Tablo

	N	%
İlk çocuk	125	23,9
Ortanca	179	34,3
Son çocuk	218	41,8
Toplam	522	100,0

Öğrencilerin dünyaya geliş sırası dağılımına baktığımızda % 23,9'u ilk çocuk, % 34,3'ü ortanca çocuk, % 41,8'i son çocuktur.

## 4.2. ANKETE KATILAN ÖĞRENCİLERİN PUAN ORTALAMALARI

### 4.2.1. Öğrencilerin Mizah Tarzlarına Ait Bulgular

Tablo 7. Öğrencilerin Mizah Tarzlarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Puanları

	N	Ortalama	Std. Sapma
KATILIMCI MIZ.	522	41,72	7,36
KENDİNİ GELİSTİRİCİ MIZ.	522	36,87	6,85
SALDIRGAN MIZ.	522	24,54	4,98
KENDİNİ YIKICI MIZ.	522	29,64	6,25
Valid N (listwise)	522		

Üniversite öğrencilerinin mizah tarzlarına ilişkin ortalama ve standart sapma puanları tablo 7’de incelenmiştir. Yapılan incelemede öğrencilerin katılımcı mizah tarzları puan ortalamaları ( $X_{ort}=41,72$ ) ve standart sapması ( $S=7,36$ ), kendini geliştirici mizah tarzları puan ortalamaları ( $X_{ort}=36,87$ ) ve standart sapması ( $S=6,85$ ), saldırgan mizah tarzları puan ortalamaları ( $X_{ort}=24,54$ ) ve standart sapması ( $S=4,98$ ), kendini yıkıcı mizah tarzları puan ortalamaları ( $X_{ort}=29,64$ ) ve standart sapması ( $S=6,25$ ) bulunmuştur.

### 4.2.2. Öğrencilerin Boyun Eğici Davranışlarına Ait Bulgular

Tablo 8. Öğrencilerin Boyun Eğici Davranışlarına İlişkin Frekans ve Yüzdeler Sonuçları

	N	%
düşük	21	4,0
orta alti	85	16,3
orta	119	22,8
orta üstü	190	36,4
yüksek	107	20,5
Total	522	100,0

Üniversite öğrencilerinin boyun eğici davranışları tablo 8’de incelenmiştir. Yapılan incelemede, örnekleme oluşturan üniversite öğrencilerinin %4’ünün boyun eğici davranış düzeyinin düşük, % 16,3’ünün boyun eğici davranış düzeyinin ortaaltı, % 22,8’inin boyun eğici davranış düzeyinin orta, % 36,4’ünün boyun eğici davranış düzeyinin orta üstü ve % 20,5’inin boyun eğici davranış düzeyinin yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 9. Öğrencilerin Boyun Eğici Davranışlarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Puanları

	N	Ortalama	Std. Sapma
Boyun Eğici Davranış	522	54,036	14,022

Üniversite öğrencilerinin boyun eğici davranışlarına ilişkin ortalama ve standart sapma puanları tablo 9’da incelenmiştir. Yapılan incelemede öğrencilerin boyun eğici davranışlarına ilişkin puan ortalamaları ( $X_{ort}=54,04$ ) ve standart sapması ( $S=14,02$ ) bulunmuştur.

#### 4.2.3. Öğrencilerin Umutsuzluk Düzeylerine Ait Bulgular

Tablo 10. Öğrencilerin Umutsuzluk Düzeylerine İlişkin Frekans Ve Yüzdeler Sonuçları

	N	Ortalama	Std. Sapma
GELECEKLE İLGİLİ DUYGU VE BEK.	522	1,521	2,181
MOTİVASYON KAYBI	522	3,079	1,918
UMUT	522	2,163	2,746

Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk puanlarına ilişkin ortalama ve standart sapma puanları tablo 10’da incelenmiştir. Yapılan incelemede öğrencilerin gelecekle ilgili

duygu ve beklenti puan ortalamaları ( $X_{ort}=1,52$ ) ve standart sapması ( $S=2,18$ ), motivasyon kaybı puan ortalamaları ( $X_{ort}=3,08$ ) ve standart sapması ( $S=1,92$ ), umut puan ortalamaları ( $X_{ort}=2,16$ ) ve standart sapması ( $S=2,75$ ) bulunmuştur.

### 4.3.ALT PROBLEMLERE İLİŞKİN BULGULAR

#### 4.3.1. Ankete Katılan Öğrencilerin Demografik Özellikleri İle Mizah Puanlarının T-Testi ve One Way ANOVA Sonuçları.

##### 4.3.1.1. Cinsiyet Değişkeni İle Mizah Tarzı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 11. Cinsiyet Değişkenine Göre Mizah Tarzları Puan Ortalamalarına Ait T Değerleri.

	Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	t	sd	p
Katılımcı Mizah	Erkek	205	43,161	6,973	3,637	520	,000
	Kız	317	40,789	7,467			
Kendini Geliştirici Mizah	Erkek	205	37,980	6,272	3,007	520	,003
	Kız	317	36,148	7,119			
Saldırgan Mizah	Erkek	205	25,244	5,168	2,613	520	,009
	Kız	317	24,085	4,802			
Kendini Yıkıcı Mizah	Erkek	205	30,239	5,914	1,765	520	,078
	Kız	317	29,252	6,440			

Bay ve bayan öğrencilerin mizah tarzı puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin t değerleri tablo 11’de yer almaktadır. Ortalama puanlara baktığımızda erkek öğrencilerin tüm mizah türlerinde kız öğrencilerden daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Bu puan ortalamaları arasında farkın olup olmadığını belirlemek için yapılan ortalamaların eşitliği için t testi sonucunda mizah tarzları ölçeğinin katılımcı mizah boyutunda ( $t_{(3,637)}$ ,  $p<0,01$ ), kendini geliştirici mizah boyutunda ( $t_{(3,007)}$ ,  $p<0,01$ ) ve saldırgan mizah boyutunda ( $t_{(2,613)}$ ,  $p<0,01$ ) cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Fakat mizah tarzlarının kendini yıkıcı boyutunda ise cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $t_{(1,765)}$ ,  $p>0,01$ ).

### 4.3.1.2. Öğrencilerin Okuduğu Bölüm Değişkeni İle Mizah Tarzı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 12. Öğrencilerin Okuduğu Bölüm Değişkenine Göre Mizah Tarzları Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri

		N	Ortalama	Std. Sapma	Sd	KO / KT		F	P	Farkın kaynağı
						Kareler Ort.	Kareler Toplamı			
Katılımcı Mizah	1. pdr	71	46,099	4,203						1>3,6,7,8
	2.Türkçe öğrt.	69	43,971	5,549						2>3,6,7,8
	3.Sosyal bilg öğrt.	57	36,421	8,343		1340,310	9382,173	36,534	,000	
	4.Fen bilgisi öğrt.	52	45,692	5,786		36,687	18856,992			4>3,6,7,8
	5.Bilgisayar öğrt.	60	48,200	4,133	7-514		28239,165			5>2,3,6,7,8
	6.Sınıf öğrt.	67	38,642	6,705						
	7.Zihin eng. öğrt.	65	38,000	5,937						
	8.Okul öncesi öğrt.	81	37,877	6,792						
	Toplam	522	41,720	7,362						
Kendini Geliştirici Mizah	1. pdr	71	41,662	4,793						1>2,3,6,7,8
	2.Türkçe öğrt.	69	37,449	5,782						2>7,8
	3.Sosyal bilg öğrt.	57	36,316	5,520						3>7,8
	4.Fen bilgisi öğrt.	52	41,885	5,670		1187,090	8309,628			4>2,3,6,7,8
	5.Bilgisayar öğrt.	60	41,517	6,124	7-514	31,421	16150,251	37,780	,000	5>2,3,6,7,8
	6.Sınıf öğrt.	67	34,507	5,953			24459,879			
	7.Zihin eng. öğrt.	65	31,969	4,157						
	8.Okul öncesi öğrt.	81	31,778	6,389						
	Toplam	522	36,868	6,852						
Saldırgan Mizah	1. pdr	71	21,944	3,451						
	2.Türkçe öğrt.	69	23,101	3,348						
	3.Sosyal bilg öğrt.	57	23,579	3,605		623,728	4366,097			
	4.Fen bilgisi öğrt.	52	30,115	5,071	7-514	16,606	8535,558	37,560	,000	4>1,2,3,6,7,8
	5.Bilgisayar öğrt.	60	29,900	4,546			12901,655			5>1,2,3,6,7,8
	6.Sınıf öğrt.	67	23,119	4,534						
	7.Zihin eng. öğrt.	65	23,308	3,762						
	8.Okul öncesi öğrt.	81	23,333	4,210						
	Toplam	522	24,540	4,976						
Kendini Yıkıcı Mizah	1. pdr	71	28,169	3,813						
	2.Türkçe öğrt.	69	28,275	5,726	7-514					
	3.Sosyal bilg öğrt.	57	28,789	5,453		521,740	3652,181			
	4.Fen bilgisi öğrt.	52	34,615	5,481		32,506	16708,110	16,051	,000	4>1,2,3,6,8
	5.Bilgisayar öğrt.	60	32,550	5,552			20360,291			5>1,2,8
	6.Sınıf öğrt.	67	30,597	6,160						6>8
	7.Zihin eng. öğrt.	65	30,908	7,386						7>8
	8.Okul öncesi öğrt.	81	25,531	5,532						
	Toplam	522	29,640	6,251						



Üniversite öğrencilerinin bölümleri ile mizah tarzları puan ortalaması arasındaki ilişki tablo 12’de incelenmiştir. Yapılan incelemede öğrencilerin mizah tarzları ile okudukları bölüm arasında anlamlı bir farkın olup olmadığına bakılmıştır. Yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda katılımcı mizah boyutunda ( $F_{(7-514)}= 36,534$ ,  $p<0,01$ ), kendini geliştirici mizah boyutunda ( $F_{(7-514)}= 37,78$ ,  $p<0,01$ ), saldırgan mizah boyutunda ( $F_{(7-514)}= 37,56$ ,  $p<0,01$ ) ve kendini yıkıcı boyutunda ( $F_{(7-514)}= 16,051$ ,  $p<0,01$ ) anlamlı bir fark bulunmuştur.

Bölümler arası farkların hangi bölümler arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre katılımcı mizahta PDR bölümünde ( $X_{ort}=46,01$ ,  $SS=4,20$ ) öğrenim gören öğrencilerin Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Türkçe Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=43,97$ ,  $SS=5,55$ ) öğrenim gören öğrencilerin Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Fen Bilgisi Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort} =45,69$ ,  $SS=5,79$ ) öğrenim gören öğrencilerin Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek ve Bilgisayar Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=48,2$ ,  $SS=4,13$ ) öğrenim gören öğrencilerin Türkçe Öğretmenliği, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Kendini geliştirici mizahta PDR Bölümünde ( $X_{ort} =41,66$ ,  $SS=4,79$ ) öğrenim gören öğrencilerin Türkçe Öğretmenliği, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Türkçe Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=37,45$ ,  $SS=5,78$ ) öğrenim gören öğrencilerin Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Sosyal Bilgiler Öğretmenliğinde ( $X_{ort}=36,31$ ,  $SS=5,52$ ) öğrenim gören öğrencilerin Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Fen Bilgisi Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=41,88$ ,  $SS=5,67$ ) öğrenim gören öğrencilerin Türkçe Öğretmenliği, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek

ve Bilgisayar Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=41,51$ ,  $SS=6,12$ ) öğrenim gören öğrencilerin Türkçe Öğretmenliği, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Saldırgan mizahta Fen Bilgisi Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=30,11$ ,  $SS=5,07$ ) öğrenim gören öğrencilerin PDR, Türkçe Öğretmenliği, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek ve Bilgisayar Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=29,9$ ,  $SS=4,55$ ) öğrenim gören öğrencilerin PDR, Türkçe Öğretmenliği, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Kendini yıkıcı mizahta ise Fen Bilgisi Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=34,61$ ,  $SS=5,48$ ) öğrenim gören öğrencilerin PDR, Türkçe Öğretmenliği, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Bilgisayar Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=32,55$ ,  $SS=5,55$ ) öğrenim gören öğrencilerin PDR, Türkçe Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Sınıf Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=30,6$ ,  $SS=6,16$ ) öğrenim gören öğrencilerin Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek ve Zihin Engelliler Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=30,91$ ,  $SS=7,39$ ) öğrenim gören öğrencilerin Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

#### 4.3.1.3. Öğrencilerin Okuduğu Sınıf Değişkeni İle Mizah Tarzı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 13. Öğrencilerin Okuduğu Sınıf Değişkenine Göre Mizah Tarzları Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri.

	N	Ortalama	Std. Sapma	sd	KO / KT		F	P	Farkın kaynağı
					Kareler Ort	Kareler Toplamı			
Katılımcı Mizah	1. sınıf	121	42,5620	6,335					1>2
	2. sınıf	136	40,4412	7,525		175,946	527,837		
	3. sınıf	128	41,0938	7,517	3-518	53,497	27711,328	3,289	,021
	4. sınıf	137	42,8321	7,706			28239,165		4>2
	Toplam	522	41,7203	7,362					
Kendini Geliştirici Mizah	1. sınıf	121	36,6942	6,322					
	2. sınıf	136	37,0294	6,885		28,959	86,877		
	3. sınıf	128	36,2969	6,710	3-518	47,052	24373,002	,615	,605
	4. sınıf	137	37,3942	7,406			24459,879		
	Toplam	522	36,8678	6,852					
Saldırgan Mizah	1. sınıf	121	24,4793	4,992					
	2. sınıf	136	24,3824	5,069		5,976	17,929		
	3. sınıf	128	24,8594	5,106	3-518	24,872	12883,726	,240	,868
	4. sınıf	137	24,4526	4,785			12901,655		
	Toplam	522	24,5402	4,976					
Kendini Yıkıcı Mizah	1. sınıf	121	30,0248	6,591					
	2. sınıf	136	30,1176	6,244		68,362	205,086		
	3. sınıf	128	29,8828	6,761	3-518	38,910	20155,205	1,757	,154
	4. sınıf	137	28,5985	5,336			20360,291		
	Toplam	522	29,6398						

Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile mizah tarzları puan ortalaması açısından tablo 13'te incelenmiştir. Katılımcı mizahta 4.sınıf öğrencilerinin ( $X_{ort}=42,83$ ) puan ortalaması, kendini geliştirici mizahta 4.sınıf öğrencilerinin ( $X_{ort}=37,39$ ) puan ortalaması, saldırgan mizahta 3.sınıf öğrencilerinin ( $X_{ort}=24,85$ ) puan ortalaması ve kendini yıkıcı mizahta 2.sınıf öğrencilerinin ( $X_{ort}=30,11$ ) puan ortalaması daha

yüksektir. Sınıf düzeyleri ile mizah tarzları arasında fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda atılımcı mizah boyutunda ( $F_{(3-518)} = 3,289$ ,  $p < 0,05$ ) anlamlı fark bulunmuştur. Fakat kendini geliştirici mizah boyutunda ( $F_{(3-518)} = 0,615$ ,  $p > 0,05$ ), saldırgan mizah boyutunda ( $F_{(3-518)} = 0,24$ ,  $p > 0,05$ ) ve kendini yıkıcı boyutunda ( $F_{(3-518)} = 1,757$ ,  $p > 0,05$ ) anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Sınıflar arası farkların hangi sınıflar arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan LSD testinin sonuçlarına göre katılımcı mizahta 1. sınıfta ( $X_{ort}=42,56$ ,  $SS=6,34$ ) öğrenim gören öğrencilerin 2. Sınıf öğrencilerinden daha yüksek, katılımcı mizahta 4. sınıfta ( $X_{ort}=42,83$ ,  $SS=7,71$ ) öğrenim gören öğrencilerin 2. Sınıf öğrencilerinden daha yüksek bulunmuştur.

#### 4.3.1.4. Öğrencilerin Barınma Şekli Değişkeni İle Mizah Tarzı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 14. Öğrencilerin Barınma Şekli Değişkenine Göre Mizah Tarzları Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri

		N	Ortalama	Std. Sapma	Sd	KO / KT		F	P
						Kareler Ort	Kareler Toplamı		
Katılımcı Mizah	Ailesiyle birlikte	36	41,778	7,612					
	Devlet yurdu	123	42,350	7,273			185,933		
	Özel yurdu	225	41,951	7,234	3-518	61,978	28053,232	1,144	,331
	Evde	138	40,768	7,569		54,157	28239,165		
	Toplam	522	41,720	7,362					
Kendini Geliştirici Mizah	Ailesiyle birlikte	36	36,472	9,388					
	Devlet yurdu	123	37,585	6,798		31,211	93,632		
	Özel yurdu	225	36,791	6,255	3-518	47,039	24366,247	,664	,575
	Evde	138	36,457	7,086			24459,879		
	Toplam	522	36,868	6,852					
Saldırgan Mizah	Ailesiyle birlikte	36	24,250	5,294					
	Devlet yurdu	123	24,545	4,764		3,042	9,126		
	Özel yurdu	225	24,667	5,048	3-518	24,889	12892,529	,122	,947
	Evde	138	24,406	5,007			12901,655		
	Toplam	522	24,540	4,976					
Kendini Yıkıcı Mizah	Ailesiyle birlikte	36	28,889	5,726					
	Devlet yurdu	123	29,472	5,593			31,130		
	Özel yurdu	225	29,729	6,586	3-518	10,377	20329,161	,264	,851
	Evde	138	29,841	6,421		39,245	20360,291		
	Toplam	522	29,640	6,251					

Üniversite öğrencilerinin barınma şekilleri ile mizah tarzları puan ortalaması açısından tablo 14'te incelenmiştir. Katılımcı mizahta devlet yurdunda kalan öğrencilerinin ( $X_{ort}=42,35$ ) puan ortalaması, kendini geliştirici mizahta devlet yurdunda kalan öğrencilerinin ( $X_{ort}=37,59$ ) puan ortalaması, saldırgan mizahta özel yurtlarda kalan öğrencilerinin ( $X_{ort}=24,67$ ) puan ortalaması ve kendini yıkıcı mizahta evde kalan öğrencilerinin ( $X_{ort}=29,84$ ) puan ortalaması daha yüksektir. Öğrencilerin barınma şekilleri ile mizah tarzları arasında fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda katılımcı mizah boyutunda ( $F_{(3-518)} = 1,144, p>0,05$ ), kendini geliştirici mizah boyutunda ( $F_{(3-518)}=0,664, p>0,05$ ), saldırgan mizah boyutunda ( $F_{(3-518)} = 0,122, p>0,05$ ) ve kendini yıkıcı boyutunda ( $F_{(3-518)} = 0,264, p>0,05$ ) anlamlı bir fark bulunmamıştır.

#### 4.3.1.5. Yerleşim Birimi Değişkeni İle Mizah Tarzı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 15. Yerleşim Birimi Değişkeni İle Mizah Tarzı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

		N	Ortalama	Std. Sapma	Sd	KO / KT		F	P
						Kareler Ort.	Kareler Toplamı		
Katılımcı Mizah	Köy kasaba	69	40,608	7,575					
	İlçe	119	41,840	8,130		109,923			
	İl	146	41,69	7,175	3-518	36,641	28129,242	,675	,568
	Büyükşehir	188	42,069	6,922		54,304	28239,165		
	Toplam	522	41,720	7,362					
Kendini Geliştirici Mizah	Köy kasaba	69	37,579	6,264					
	İlçe	119	36,697	7,107		44,817			
	İl	146	36,904	6,285	3-518	14,939	24415,062	,317	,813
	Büyükşehir	188	36,686	7,333		47,133	24459,879		
	Toplam	522	36,867	6,851					
Saldırgan Mizah	Köy kasaba	69	24,275	5,209					
	İlçe	119	24,621	5,348			18,614		
	İl	146	24,787	4,568	3-518	6,205	12883,041	,249	,862
	Büyükşehir	188	24,393	4,978		24,871	12901,655		
	Toplam	522	24,540	4,976					
Kendini Yıkıcı Mizah	Köy kasaba	69	28,753	5,610					
	İlçe	119	29,588	6,738			73,347		
	İl	146	29,698	6,614	3-518	24,449	20286,944	,624	,600
	Büyükşehir	188	29,952	5,869		39,164	20360,291		
	Toplam	522	29,639	6,251					

Üniversite öğrencilerinin üniversiteye gelmeden önce yaşadıkları yerleşim birimi ile mizah tarzları puan ortalaması açısından tablo 15'te incelenmiştir. Katılımcı mizahta büyükşehirde yaşayan öğrencilerinin ( $X_{ort}=42,07$ ) puan ortalaması, kendini geliştirici mizahta köy veya kasabada yaşayan öğrencilerinin ( $X_{ort}=37,58$ ) puan ortalaması, saldırgan mizahta il merkezinde yaşayan öğrencilerinin ( $X_{ort}=24,79$ ) puan ortalaması ve kendini yıkıcı mizahta büyükşehirde yaşayan öğrencilerinin ( $X_{ort}=29,95$ ) puan

ortalaması daha yüksektir. Öğrencilerin üniversiteye gelmeden önce yaşadıkları yerleşim birimi ile mizah tarzları arasında fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda katılımcı mizah boyutunda ( $F_{(3-518)} = 0,675$ ,  $p > 0,05$ ), kendini geliştirici mizah boyutunda ( $F_{(3-518)} = 0,317$ ,  $p > 0,05$ ), saldırgan mizah boyutunda ( $F_{(3-518)} = 0,249$ ,  $p > 0,05$ ) ve kendini yıkıcı boyutunda ( $F_{(3-518)} = 0,624$ ,  $p > 0,05$ ) anlamlı bir fark bulunmamıştır.

#### 4.3.1.6. Dünyaya Geliş Sırası İle Mizah Tarzı Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 16. Dünyaya Geliş Sırası İle Mizah Tarzı Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

						KO / KT			
		N	Ortalama	Std. Sapma	Sd	Kareler Ort.	Kareler Toplamı	F	P
Katılımcı Mizah	İlk çocuk	125	41,632	7,343					
	Ortanca	179	41,262	7,113			78,131		
	Son çocuk	218	42,146	7,579	2-519	39,065	28161,034	,720	,487
	Toplam	522	41,720	7,362		54,260	28239,165		
Kendini Geliştirici Mizah	İlk çocuk	125	36,888	7,372					
	Ortanca	179	36,659	6,996		6,700	13,400		
	Son çocuk	218	37,027	6,437	2-519	47,103	24446,479	,142	,867
	Toplam	522	36,867	6,851			24459,879		
Saldırgan Mizah	İlk çocuk	125	24,864	5,244					
	Ortanca	179	24,553	5,211		10,762	21,524		
	Son çocuk	218	24,344	4,621	2-519	24,817	12880,131	,434	,648
	Toplam	522	24,540	4,976			12901,655		
Kendini Yıkıcı Mizah	İlk çocuk	125	29,800	6,248					
	Ortanca	179	29,005	6,275		57,664	115,329		
	Son çocuk	218	30,068	6,219	2-519	39,008	20244,962	1,478	,229
	Toplam	522	29,639	6,251			20360,291		

Üniversite öğrencilerinin dünyaya geliş sırası ile mizah tarzları puan ortalaması açısından tablo 16'da incelenmiştir. Katılımcı mizahta ailede son çocuk olan

öğrencilerinin ( $X_{ort}=42,17$ ) puan ortalaması, kendini geliştirici mizahta son çocuk olan öğrencilerinin ( $X_{ort}=37,03$ ) puan ortalaması, saldırgan mizahta ailede ilk çocuk olan öğrencilerinin ( $X_{ort}=24,86$ ) puan ortalaması ve kendini yıkıcı mizahta ailede son çocuk olan öğrencilerinin ( $X_{ort}=30,07$ ) puan ortalaması daha yüksektir. Öğrencilerin üniversiteye gelmeden önce yaşadıkları yerleşim birimi ile mizah tarzları arasında fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda katılımcı mizah boyutunda ( $F_{(2-519)} = 0,72$  ,  $p>0,05$ ), kendini geliştirici mizah boyutunda ( $F_{(2-519)} = 0,142$  ,  $p>0,05$ ), saldırgan mizah boyutunda ( $F_{(2-519)} = 0,434$  ,  $p>0,05$ ) ve kendini yıkıcı boyutunda ( $F_{(2-519)} = 1,478$  ,  $p>0,05$ ) anlamlı bir fark bulunmamıştır.

### 4.3.2. Ankete Katılan Öğrencilerin Demografik Özellikleri İle Umutsuzluk Puanlarının T-Testi ve One Way ANOVA Sonuçları.

#### 4.3.2.1. Cinsiyet Değişkeni İle Umutsuzluk Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 17. Cinsiyet Değişkenine Göre Umutsuzluk Puan Ortalamalarına Ait T Değerleri.

	Cinsiyet	N	Ortalama	Std.	t	sd	p
				Sapma			
Gelecek İle İlgili Duygu Beklentiler	Erkek	205	1,741	2,279	1,861	520	,063
	Kız	317	1,379	2,107			
Motivasyon Kaybı	Erkek	205	3,473	1,916	3,830	520	,000
	Kız	317	2,823	1,878			
Umut	Erkek	205	2,351	2,794	1,261	520	,208
	Kız	317	2,041	2,712			

Bay ve bayan öğrencilerin umutsuzluk puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin t değerleri tablo 17’de yer almaktadır. Ortalama puanlara baktığımızda erkek öğrencilerin gelecek ile ilgili duygu ve beklenti puan ortalamaları ( $X_{ort}=1,74$ ) kız öğrencilerin puan ortalamasından ( $X_{ort}=1,38$ ), erkek öğrencilerin motivasyon kaybı puan ortalamaları ( $X_{ort}=3,47$ ) kız öğrencilerin puan ortalamalarından ( $X_{ort}=2,82$ ), yine erkek öğrencilerin umut puan ortalamaları ( $X_{ort}=2,35$ ) kız öğrencilerin puan ortalamalarından ( $X_{ort}=2,04$ ) daha yüksektir.



Bu puan ortalamaları arasında farkın olup olmadığını belirlemek için yapılan ortalamaların eşitliği için t testi sonucunda umutsuzluk ölçeğinin motivasyon kaybı boyutunda ( $t_{(3,830)}$  ,  $p<0,01$ ) cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Fakat umutsuzluk ölçeğinin gelecek ile ilgili duygu ve beklenti boyutunda ( $t_{(1,861)}$  ,  $p>0,01$ ) ve umut boyutunda ( $t_{(1,261)}$  ,  $p>0,01$ ) cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır.

#### 4.3.2.2. Öğrencilerin Okuduğu Bölüm Değişkeni İle Umutsuzluk Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 18. Öğrencilerin Okuduğu Bölüm Değişkenine Göre Umutsuzluk Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri

				KO / KT						
		N	Ortala ma	Std. Sapma	Sd	Kareler Ort.	Kareler Toplamı	F	P	Farkın kaynağı
Gelecek İle İlgili Duygu Beklentile r	1. pdr	71	1,380	1,915						
	2.Türkçe öğrt.	69	1,667	2,160						
	3.Sosyal bilg öğrt.	57	1,263	2,117						
	4.Fen bilgisi öğrt.	52	2,750	2,440		42,016	294,109			4>7,8
	5.Bilgisayar öğrt.	60	2,833	2,416	7-514	4,249	2184,159	9,888	,000	5>1,3,6,7,8
	6.Sınıf öğrt.	67	1,403	2,223			2478,268			
	7.Zihin eng. öğrt.	65	0,923	1,906						
	8.Okul öncesi öğrt.	81	0,519	1,379						
	Toplam	522	1,521	2,181						
Motivasy on Kaybı	1. pdr	71	3,155	1,564						1>8
	2.Türkçe öğrt.	69	3,319	2,011						2>7,8
	3.Sosyal bilg öğrt.	57	2,930	1,657		71,003 2,760	497,018			3>8
	4.Fen bilgisi öğrt.	52	4,654	1,856			1418,761			4>1,2,3,6,7,8
	5.Bilgisayar öğrt.	60	4,617	1,718	7-514		1915,780	25,723	,000	5>1,2,3,6,7,8
	6.Sınıf öğrt.	67	2,866	1,740						6>8
	7.Zihin eng. öğrt.	65	2,200	1,543						
	8.Okul öncesi öğrt.	81	1,642	1,207						
	Toplam	522	3,079	1,918						
Umut	1. pdr	71	1,873	2,390						
	2.Türkçe öğrt.	69	2,420	2,569						
	3.Sosyal bilg öğrt.	57	2,053	2,594		57,348 6,863	401,437			
	4.Fen bilgisi öğrt.	52	3,519	3,090	7-514		3527,722			4>7,8
	5.Bilgisayar öğrt.	60	3,717	3,043			3929,159	8,356	,000	5>1,7,8
	6.Sınıf öğrt.	67	2,030	2,839						
	7.Zihin eng. öğrt.	65	1,323	2,399						
	8.Okul öncesi öğrt.	81	1,037	2,147						
	Toplam	522	2,163	2,746						

Üniversite öğrencilerinin bölümleri ile umutsuzluk puan ortalaması arasındaki ilişki tablo 18’de incelenmiştir. Yapılan incelemede öğrencilerin umutsuzluk ile okudukları

bölüm arasında anlamlı bir farkın olup olmadığına bakılmıştır. Yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda gelecek ile ilgili duygu beklentiler boyutunda ( $F_{(7-514)} = 9,888$  ,  $p < 0,01$ ), motivasyon kaybı boyutunda ( $F_{(7-514)} = 25,723$  ,  $p < 0,01$ ) ve umut boyutunda ( $F_{(7-514)} = 8,356$  ,  $p < 0,01$ ) anlamlı bir fark bulunmuştur.

Bölümler arası farkların hangi bölümler arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre gelecek ile ilgili duygu beklentiler boyutunda Fen Bilgisi Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=2,75$ ,  $SS=2,44$ ) öğrenim gören öğrencilerin Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek ve Bilgisayar Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=2,83$ ,  $SS=2,42$ ) öğrenim gören öğrencilerin PDR, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek. olduğu bulunmuştur.

Motivasyon kaybı bölümünde ( $X_{ort}=3,16$ ,  $SS=1,57$ ) öğrenim gören öğrencilerin Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Türkçe Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=3,32$ ,  $SS=2,01$ ) öğrenim gören öğrencilerin Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Sosyal Bilgiler Öğretmenliğinde ( $X_{ort}=2,93$ ,  $SS=1,66$ ) öğrenim gören öğrencilerin Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Fen Bilgisi Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=4,66$ ,  $SS=1,86$ ) öğrenim gören öğrencilerin PDR, Türkçe Öğretmenliği, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek ve Bilgisayar Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=4,62$ ,  $SS=1,72$ ) öğrenim gören öğrencilerin PDR, Türkçe Öğretmenliği, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Sınıf Öğretmenliği, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek ve Sınıf Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=2,87$ ,  $SS=1,74$ ) öğrenim gören öğrencilerin Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Umut boyutunda Fen Bilgisi Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=3,52$ ,  $SS=3,09$ ) öğrenim gören öğrencilerin Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek ve Bilgisayar Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=3,72$ ,

SS=3,04) öğrenim gören öğrencilerin PDR, Zihin Engelliler Öğretmenliği ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

#### 4.3.2.3. Öğrencilerin Okuduğu Sınıf Değişkeni İle Umutsuzluk Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 19. Öğrencilerin Okuduğu Sınıf Değişkenine Göre Umutsuzluk Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri.

	N	Ortalama	Std. Sapma	sd	KO / KT		F	P
					Kareler Ort.	Kareler Toplamı		
Gelecek İle İlgili Duygu Beklentiler	1. sınıf	121	1,355	2,101				
	2. sınıf	136	1,574	2,193	9,527	28,582		
	3. sınıf	128	1,883	2,333	3-518	4,729	2449,686	2,015 ,111
	4. sınıf	137	1,277	2,064			2478,268	
	Toplam	522	1,521	2,181				
Motivasyon Kaybı	1. sınıf	121	3,174	1,824				
	2. sınıf	136	3,015	1,889	3,065	9,195		
	3. sınıf	128	3,242	1,971	3-518	3,681	1906,585	,833 ,476
	4. sınıf	137	2,905	1,977			1915,780	
	Toplam	522	3,079	1,918				
Umut	1. sınıf	121	1,934	2,661				
	2. sınıf	136	2,316	2,710	12,488	37,463		
	3. sınıf	128	2,523	2,903	3-518	7,513	3891,696	1,662 ,174
	4. sınıf	137	1,876	2,686			3929,159	
	Toplam	522	2,163	2,746				

Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile umutsuzluk puan ortalaması açısından tablo 19’de incelenmiştir. Gelecek ile ilgili duygu beklentiler boyutunda 3.sınıf öğrencilerinin ( $X_{ort}=1,88$ ) puan ortalaması, motivasyon kaybı boyutunda 3.sınıf öğrencilerinin ( $X_{ort}=3,24$ ) puan ortalaması ve umut boyutunda 3.sınıf öğrencilerinin ( $X_{ort}=2,52$ ) puan ortalaması daha yüksektir. Sınıf düzeyleri ile umutsuzluk arasında fark olup olmadığını

belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda Gelecek ile ilgili duygu beklentiler boyutunda ( $F_{(3-518)}=2,015$  ,  $p>0,05$ ), motivasyon kaybı boyutunda ( $F_{(3-518)}=0,833$  ,  $p>0,05$ ) ve umut boyutunda ( $F_{(3-518)}=1,662$  ,  $p>0,05$ ) anlamlı bir fark bulunmamıştır.

#### 4.3.2.4. Öğrencilerin Barınma Şekli Değişkeni İle Umutsuzluk Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 20. Öğrencilerin Barınma Şekli Değişkenine Göre Umutsuzluk Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri

		N	Ortalama	Std. Sapma	sd	KO / KT		F	P
						Kareler Ort.	Kareler Toplamı		
Gelecek İle İlgili Duygu Beklentiler	Ailesiyle birlikte	36	1,444	2,261					
	Devlet yurdu	123	1,146	1,936		8,302	24,906		
	Özel yurdu	225	1,618	2,241	3-518	4,736	2453,362	1,753	,155
	Evde	138	1,717	2,247			2478,268		
	Toplam	522	1,521	2,181					
Motivasyon Kaybı	Ailesiyle birlikte	36	2,861	1,807					
	Devlet yurdu	123	2,911	1,950		3,198	9,593		
	Özel yurdu	225	3,218	1,881	3-518	3,680	1906,187	,869	,457
	Evde	138	3,058	1,977			1915,780		
	Toplam	522	3,079	1,918					
Umut	Ailesiyle birlikte	36	2,083	2,872					
	Devlet yurdu	123	1,870	2,548		6,352	19,055		
	Özel yurdu	225	2,187	2,784	3-518	7,548	3910,104	,841	,472
	Evde	138	2,406	2,825			3929,159		
	Toplam	522	2,163	2,746					

Üniversite öğrencilerinin barınma şekilleri ile umutsuzluk puan ortalaması açısından tablo 20’de incelenmiştir. Gelecek ile ilgili duygu beklentiler boyutunda evde kalan öğrencilerinin ( $X_{ort}=1,72$ ) puan ortalaması motivasyon kaybı boyutunda özel yurtlarda kalan öğrencilerinin ( $X_{ort}=3,22$ ) puan ortalaması ve umut boyutunda evde kalan öğrencilerinin ( $X_{ort}=2,41$ ) puan ortalaması daha yüksektir. Öğrencilerin barınma

şekilleri ile mizah tarzları arasında fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda gelecek ile ilgili duygu beklentiler boyutunda ( $F_{(3-518)}=1,753$ ,  $p>0,05$ ), motivasyon kaybı boyutunda ( $F_{(3-518)}=0,869$ ,  $p>0,05$ ) ve umut boyutunda ( $F_{(3-518)}=0,841$ ,  $p>0,05$ ) anlamlı bir fark bulunmamıştır.

#### 4.3.2.5. Yerleşim Birimi Değişkeni İle Umutsuzluk Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 21. Yerleşim Birimi Değişkeni İle Umutsuzluk Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

		N	Ortalama	Std. Sapma	sd	KO / KT		F	P
						Kareler Ort.	Kareler Toplamı		
Gelecek İle İlgili Duygu Beklentiler	Köy kasaba	69	1,681	2,220					
	İlçe	119	1,496	2,224		2,721	8,164		
	İl	146	1,651	2,221	3-518	4,769	2470,105	,571	,635
	Büyükşehir	188	1,378	2,115			2478,268		
	Toplam	522	1,521	2,181					
Motivasyon Kaybı	Köy kasaba	69	2,942	1,970					
	İlçe	119	3,336	1,928		4,657	13,972		
	İl	146	3,130	2,008	3-518	3,671	1901,808	1,269	,284
	Büyükşehir	188	2,926	1,813			1915,780		
	Toplam	522	3,079	1,918					
Umut	Köy kasaba	69	2,522	2,983					
	İlçe	119	2,076	2,713		10,802	32,407		
	İl	146	2,411	2,771	3-518	7,523	3896,752	1,436	,231
	Büyükşehir	188	1,894	2,647			3929,159		
	Toplam	522	2,163	2,746					

Üniversite öğrencilerinin üniversiteye gelmeden önce yaşadıkları yerleşim birimi ile umutsuzluk puan ortalaması açısından tablo 21’de incelenmiştir Gelecek ile ilgili duygu beklentiler boyutunda köy veya kasabada yaşayan öğrencilerinin ( $X_{ort}=1,68$ ) puan ortalaması, motivasyon kaybı boyutunda ilçede yaşayan öğrencilerinin ( $X_{ort}=3,37$ ) puan ortalaması ve umut boyutunda köy ve kasabada yaşayan öğrencilerinin ( $X_{ort}=29,95$ ) puan ortalaması daha yüksektir. Öğrencilerin üniversiteye gelmeden önce yaşadıkları yerleşim birimi ile umutsuzluk arasında fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek

yönlü ANOVA testi sonucunda gelecek ile ilgili duygu beklentiler boyutunda ( $F_{(3-518)} = 0,571$ ,  $p > 0,05$ ), motivasyon kaybı boyutunda ( $F_{(3-518)} = 1,269$ ,  $p > 0,05$ ) ve umut boyutunda ( $F_{(3-518)} = 1,436$ ,  $p > 0,05$ ) anlamlı bir fark bulunmamıştır.

#### 4.3.2.6. Dünyaya Geliş Sırası İle Umutsuzluk Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 22. Dünyaya Geliş Sırası İle Umutsuzluk Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

						KO / KT			
		N	Ortalama	Std. Sapma	Sd	Kareler Ortalaması	Kareler Toplamı	F	P
Gelecek İlgili Beklentiler	İle İlk çocuk	125	1,384	2,139					
	Ortanca	179	1,682	2,272			7,576		
	Son çocuk	218	1,468	2,130	2-519	3,788	2470,692	,796	,452
	Total	522	1,521	2,181		4,760	2478,268		
Motivasyon Kaybı	İlk çocuk	125	2,896	1,921					
	Ortanca	179	3,307	1,923		7,518	15,036		
	Son çocuk	218	2,995	1,902	2-519	3,662	1900,744	2,053	,129
	Total	522	3,079	1,918			1915,780		
Umut	İlk çocuk	125	1,944	2,662					
	Ortanca	179	2,346	2,734		6,077	12,154		
	Son çocuk	218	2,138	2,805	2-519	7,547	3917,005	,805	,448
	Toplam	522	2,163	2,746			3929,159		

Üniversite öğrencilerinin dünyaya geliş sırası ile umutsuzluk puan ortalaması açısından tablo 22’de incelenmiştir. Gelecek ile ilgili duygu beklenti boyutunda ailede ortanca çocuk olan öğrencilerinin ( $X_{ort}=1,68$ ) puan ortalaması, motivasyon kaybı boyutunda ailede ortanca çocuk olan öğrencilerinin ( $X_{ort}=3,31$ ) puan ortalaması ve umut boyutunda ailede ortanca çocuk olan öğrencilerinin ( $X_{ort}=2,35$ ) puan ortalaması daha yüksektir. Öğrencilerin üniversiteye gelmeden önce yaşadıkları yerleşim birimi ile mizah tarzları arasında fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda gelecek ile ilgili duygu beklenti boyutunda ( $F_{(2-519)} = 0,796$ ,  $p > 0,05$ ),

motivasyon kaybı boyutunda ( $F_{(2-519)} = 2,053$  ,  $p > 0,05$ ) ve umut boyutunda ( $F_{(2-519)} = 0,805$  ,  $p > 0,05$ ) anlamlı bir fark bulunmamıştır.

#### 4.3.3. Ankete Katılan Öğrencilerin Demografik Özellikleri İle Boyun Eğici Davranış Puanlarının T-Testi ve One Way ANOVA Sonuçları.

##### 4.3.3.1. Cinsiyet Değişkeni İle Boyun Eğici Davranış Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 23. Cinsiyet Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış Puan Ortalamalarına Ait T Değerleri.

	Cinsiyet	N	Ortalama	Std.	t	sd	p
				Sapma			
Boyun eğici Davranış	Erkek	205	51,429	14,959	-3,452	520	,001
	Kız	317	55,722	13,133			

Bay ve bayan öğrencilerin boyun eğici davranış puan ortalamaları arasındaki farka ilişkin t değerleri tablo 23'te yer almaktadır. Ortalama puanlara baktığımızda kız öğrencilerin boyun eğici davranış puan ortalamaları ( $X_{ort}=55,72$ ) erkek öğrencilerin puan ortalamasından ( $X_{ort}=51,43$ ) daha yüksektir.

Bu puan ortalamaları arasında farkın olup olmadığını belirlemek için yapılan ortalamaların eşitliği için t testi sonucunda boyun eğici davranışın ( $t_{(-3,452)}$  ,  $p < 0,01$ ) cinsiyete göre anlamlı bir farkı bulunmuştur.



#### 4.3.3.2. Öğrencilerin Okuduğu Bölüm Değişkeni İle Boyun Eğici Davranış Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 24. Öğrencilerin Okuduğu Bölüm Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri

				KO / KT						
		N	Ortalama	Std. Sapma	Sd	Kareler Ort.	Kareler Toplamı	F	P	Farkın kaynağı
Boyun eğici davranış	1. pdr	71	59,901	11,259						1>4,5,6
	2.Türkçe öğrt.	69	59,565	12,661						2>4,5,6
	3.Sosyal bilg öğrt.	57	58,702	11,973						3>4,5,6
	4.Fen bilgisi öğrt.	52	41,558	12,815		4497,932	31485,527			
	5.Bilgisayar öğrt.	60	40,050	11,385	7-514	138,052	70958,781	32,581	,000	
	6.Sınıf öğrt.	67	48,881	14,326			102444,308			6>5
	7.Zihin eng. öğrt.	65	58,892	9,665						7>4,5,6
	8.Okul öncesi öğrt.	81	59,642	9,754						8>4,5,6
Toplam		522	54,036	14,022						

Üniversite öğrencilerinin bölümleri ile boyun eğici davranış puan ortalaması arasındaki ilişki tablo 24'te incelenmiştir. Yapılan incelemede öğrencilerin umutsuzluk ile okudukları bölüm arasında anlamlı bir farkın olup olmadığına bakılmıştır. Yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda boyun eğici davranışın öğrencilerin okudukları bölüme göre ( $F_{(7-514)} = 32,581$ ,  $p < 0,01$ ) anlamlı bir fark bulunmuştur.

Bölümler arası farkların hangi bölümler arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre PDR bölümünde ( $X_{ort}=59,90$ ,  $SS=11,26$ ) öğrenim gören öğrencilerin Fen Bilgisi Öğretmenliği, Bilgisayar Öğretmenliği ve Sınıf Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Türkçe Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=59,57$ ,  $SS=12,66$ ) öğrenim gören öğrencilerin Fen Bilgisi Öğretmenliği, Bilgisayar Öğretmenliği ve Sınıf Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Sosyal Bilgiler Öğretmenliğinde ( $X_{ort}=58,70$ ,  $SS=11,97$ ) öğrenim gören öğrencilerin Fen Bilgisi Öğretmenliği, Bilgisayar Öğretmenliği ve Sınıf Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Sınıf Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=48,88$ ,  $SS=14,33$ ) öğrenim gören öğrencilerin Bilgisayar Öğretmenliği

Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek, Zihin Engelliler Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=58,89$ ,  $SS=9,67$ ) öğrenim gören öğrencilerin Fen Bilgisi Öğretmenliği, Bilgisayar Öğretmenliği ve Sınıf Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek ve Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümünde ( $X_{ort}=59,64$ ,  $SS=9,75$ ) öğrenim gören öğrencilerin Fen Bilgisi Öğretmenliği, Bilgisayar Öğretmenliği ve Sınıf Öğretmenliği Bölümü okuyan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

#### 4.3.3.3. Öğrencilerin Okuduğu Sınıf Değişkeni İle Boyun Eğici Davranış Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 25. Öğrencilerin Okuduğu Sınıf Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri

		N	Ortalama	Std. Sapma	Sd	KO / KT		F	P
						Kareler Ort.	Kareler Toplamı		
Boyun eğici davranış	1. sınıf	121	54,455	14,101					
	2. sınıf	136	53,971	14,603					
	3. sınıf	128	52,000	13,982	3-518		902,674	1,535	,204
	4. sınıf	137	55,635	13,302		300,891	101541,634		
	Toplam	522	54,036	14,022		196,026	102444,308		

Üniversite öğrencilerinin okuduğu sınıf ile boyun eğici davranış puan ortalaması arasındaki ilişki tablo 25'te incelenmiştir. Yapılan incelemede öğrencilerin boyun eğici davranış ile okudukları sınıf arasında anlamlı bir farkın olup olmadığına bakılmıştır. Yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda boyun eğici davranışın öğrencilerin okudukları bölüme göre ( $F_{(3-518)}= 1,535$ ,  $p>0,01$ ) anlamlı bir fark bulunmamıştır. Öğrencilerin boyun eğici puan ortalamalarına baktığımızda 4.sınıf öğrencilerinin( $X_{ort}=55,64$ ) daha yüksek olduğu görülmektedir.

#### 4.3.3.4. Öğrencilerin Barınma Şekli Değişkeni İle Boyun Eğici Davranış Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 26. Öğrencilerin Barınma Şekli Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış Puan Ortalamalarına Ait F Değerleri

		N	Ortalama	Std. Sapma	Sd	KO / KT		F	P
						Kareler Ortalaması	Kareler Toplamı		
Boyun eğici davranış	Ailesiyle birlikte	36	54,028	12,929					
	Devlet yurdu	123	56,504	12,886		363,078			
	Özel yurdu	225	52,818	14,354	3-518	195,666	1089,233	1,856	,136
	Evde	138	53,826	14,572			101355,075		
	Toplam	522	54,036	14,022			102444,308		

Üniversite öğrencilerinin barınma şekilleri ile boyun eğici davranış puan ortalaması açısından tablo 26’da incelenmiştir. Boyun eğici davranışlarda devlet yurdunda kalan öğrencilerinin ( $X_{ort}=56,50$ ) puan ortalaması daha yüksektir. Öğrencilerin barınma şekilleri ile boyun eğici davranışları arasında fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda ( $F_{(3-518)} = 1,856, p>0,05$ ) anlamlı bir fark bulunmamıştır.

#### 4.3.3.5. Yerleşim Birimi Değişkeni İle Boyun Eğici Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 27. Yerleşim Birimi Değişkeni İle Boyun Eğici Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

		N	Ortalama	Std. Sapma	Sd	KO	/	KT	F	P
						Kareler Ortalamasi	Kareler Toplamı			
Boyun eğici davranış	Köy kasaba	69	53,725	14,501						
	İlçe	119	54,513	14,104		63,296				
	İl	146	53,164	13,532	3-518	197,402	189,887	,321	,810	
	Büyükşehir	188	54,527	14,242			102254,421			
	Toplam	522	54,036	14,022			102444,308			

Üniversite öğrencilerinin üniversiteye gelmeden önce yaşadıkları yerleşim birimi ile boyun eğici davranış puan ortalaması açısından tablo 27’de incelenmiştir boyun eğici davranışlarda köy veya kasabada yaşayan öğrencilerinin ( $X_{ort}=53,73$ ) puan ortalaması daha yüksektir. Öğrencilerin üniversiteye gelmeden önce yaşadıkları yerleşim birimi ile boyun eğici davranış arasında fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda boyun eğici davranış ile yerleşim birimi arasında ( $F_{(3-518)} = 0,321$ ,  $p>0,05$ ) anlamlı bir fark bulunmamıştır.

#### 4.3.3.6. Dünyaya Geliş Sırası İle Boyun Eğici Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 28. Dünyaya Geliş Sırası İle Boyun Eğici Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin F Değerleri

		N	Ortalama	Std.	Sd	KO	/	KT	F	P
						Kareler	Kareler			
						Ortalamasi	Toplami			
Boyun eğici davranış	İlk çocuk	125	54,040	14,452						
	Ortanca	179	53,497	13,785	2-519	47,187				
	Son çocuk	218	54,477	14,016		197,206	94,375	,239	,787	
	Toplam	522	54,036	14,022			102349,934			

Üniversite öğrencilerinin dünyaya geliş sırası ile boyun eğici davranış puan ortalaması açısından tablo 28’de incelenmiştir. Boyun eğici davranışlarda ailede son çocuk olan öğrencilerinin ( $X_{ort}=54,47$ ) puan ortalaması daha yüksektir. Öğrencilerin dünyaya geliş sırası ile boyun eğici davranışları arasında fark olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda ( $F_{(2-519)} = 0,239$ ,  $p>0,05$ ) anlamlı bir fark bulunmamıştır.

#### 4.3.4. Öğrencilerin Mizah Tarzları, Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranışları Arasındaki İlişki İle İlgili Bulgular

##### 4.3.4.1. Mizah Tarzları İle Umutsuzluk Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular.

Tablo 29. Mizah Tarzları İle Umutsuzluk Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları

		Katılımcı	Kendini	Kendini	Gelecek	Motivasyon	
		1	geliştirici	Saldırgan	yıkıcı		
Kendini geliştirici	r	,589**					
	p	,000					
	N	522					
Saldırgan	r	,117**	,179**				
	p	,007	,000				
	N	522	522				
Kendini Yıkıcı	r	,076	,108*	,192**			
	p	,082	,014	,000			
	N	522	522	522			
Gelecek İle İlgili Beklentiler	r	,155**	,132**	,123**	,054		
	p	,000	,002	,005	,215		
	N	522	522	522	522		
Motivasyon Kaybı	r	,190**	,225**	,204**	,125**	,668**	
	p	,000	,000	,000	,004	,000	
	N	522	522	522	522	522	
Umut	r	,139**	,122**	,112*	,050	,907**	,506**
	p	,001	,005	,010	,251	,000	,000
	N	522	522	522	522	522	522

\*\* . 0,01 düzeyinde korelasyon anlamlı

\* . 0,05 düzeyinde korelasyon anlamlı

Mizah tarzlarının alt boyutları ile Umutsuzluk alt boyutları (gelecek, motivasyon, umut) arasındaki ilişki Pearson Momentler Çarpımı korelasyon ile incelenmiştir. Ayrıca mizah tarzlarının alt boyutlarının birbirleri arasındaki ilişki ve umutsuzluk alt boyutlarının da birbirleri arasındaki ilişkide incelenmiştir.

Üniversite öğrencilerinin katılımcı mizah puanları ile gelecek puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,155;p<,01$ ). Kendini geliştirici mizah puanları ile gelecek puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,132;p<,01$ ). saldırgan mizah puanları ile gelecek puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,123;p<,01$ ). Kendini yıkıcı mizah puanları ile gelecek puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r=,054;p>,01$ ).

Üniversite öğrencilerinin katılımcı mizah puanları ile motivasyon kaybı puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,190; p<,01$ ). Kendini geliştirici mizah puanları ile motivasyon kaybı puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,225; p<,01$ ). Saldırgan mizah puanları ile motivasyon kaybı puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,204; p<,01$ ). Kendini yıkıcı mizah puanları ile motivasyon kaybı puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,125; p<,01$ ).

Üniversite öğrencilerinin katılımcı mizah puanları ile umut puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,139; p<,01$ ). Kendini geliştirici mizah puanları ile umut puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,122; p<,01$ ). Saldırgan mizah puanları ile umut puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,112; p<,01$ ). Kendini yıkıcı mizah puanları ile umut puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r=,050; p<,01$ ).

#### 4.3.4.2. Mizah Tarzları İle Boyun Eğici Davranış Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular.

Tablo 30. Mizah Tarzları İle Boyun Eğici Davranış Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları

		Boyun eğici
Katılımcı	r	-,098*
	p	,025
	N	522
Kendini geliştirici	r	-,143**
	p	,001
	N	522
Saldırgan	r	-,300**
	p	,000
	N	522
Kendini Yıkıcı	r	-,197**
	p	,000
	N	522

\*\* . 0,01 düzeyinde korelasyon anlamlı

\* . 0,05 düzeyinde korelasyon anlamlı

Mizah tarzlarının alt boyutları ile boyun eğici davranış arasındaki ilişki Pearson Momentler Çarpımı korelasyon ile incelenmiştir.

Üniversite öğrencilerinin katılımcı mizah puanları ile boyun eğici davranış puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,098$ ;  $p<,05$ ).

Üniversite öğrencilerinin kendini geliştirici mizah puanları ile boyun eğici davranış puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,143$ ;  $p<,01$ ).

Üniversite öğrencilerinin saldırgan mizah puanları ile boyun eğici davranış puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,300$ ;  $p<,05$ ). Buna göre öğrencilerin saldırgan mizah düzeyleri artıkça düşük düzeyde de olsa boyun eğici davranış düzeyleri azalmaktadır.



Üniversite öğrencilerinin kendini yıkıcı mizah puanları ile boyun eğici davranış puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,197$ ;  $p<,05$ ). Mizah tarzlarının her alt boyutu ile boyun eğici arasında negatif ilişki çıkmıştır.

#### 4.3.4.3. Umutsuzluk İle Boyun Eğici Davranış Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Tablo 31. Umutsuzluk İle Boyun Eğici Davranış Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları

		Boyun eğici
Gelecek	r	-,180**
	p	,000
	N	522
Motivasyon	r	-,228**
	p	,000
	N	522
Umut	r	-,143**
	p	,001
	N	522

\*\* . 0,01 düzeyinde korelasyon anlamlı

Umutsuzluk alt boyutları ile boyun eğici davranış arasındaki ilişki Pearson Momentler Çarpımı korelasyon ile incelenmiştir.

Üniversite öğrencilerinin gelecek puanları ile boyun eğici davranış puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,180$ ;  $p<,01$ ). Üniversite öğrencilerinin motivasyon kaybı puanları ile boyun eğici davranış puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,228$ ;  $p<,01$ ). Üniversite öğrencilerinin katılımcı umut ile boyun eğici davranış puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,143$ ;  $p<,01$ ).

#### 4.3.4.4. Mizah Tarzları, Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranışları Arasındaki İlişki İle İlgili Bulgular

Tablo 32. Mizah Tarzları, Umutsuzluk İle Boyun Eğici Davranış Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları

		Umutsuzluk	Mizah
Mizah	r	,228**	
	p	,000	
	N	522	
Boyun eğici	r	-,199**	-,268**
	p	,000	,000
	N	522	522

\*\* .01 düzeyinde korelasyon anlamlı

Üniversite öğrencilerinin mizah ile umutsuzluk puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,228$ ;  $p<,05$ ). Buna göre öğrencilerin mizah düzeyleri artıkça düşük düzeyde de olsa umutsuzluk düzeyleri artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin mizah ile boyun eğici puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,268$ ;  $p<,05$ ). Üniversite öğrencilerinin boyun eğici ile umutsuzluk puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,199$ ;  $p<,05$ ).

## BÖLÜM V

### SONUÇ VE ÖNERİLER

#### 5.1. SONUÇ

Mizah tarzları puanları açısından cinsiyet değişkenine göre cinsiyetler arasında katılımcı mizah boyutunda ( $p<0,01$ ), kendini geliştirici mizah boyutunda ( $p<0,01$ ) ve saldırgan mizah boyutunda ( $p<0,01$ ) cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Fakat mizah tarzlarının kendini yıkıcı boyutunda ise cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,01$ ). Tüm mizah türlerinde erkek öğrencilerin puan ortalamaları kız öğrencilerden daha fazla bulunmuştur.

Mizah tarzları puanları açısından öğrencilerin okudukları bölümler arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $p<0,01$ ). İstatistiksel olarak anlamlı olmakla birlikte tüm mizah türlerinde fen bilgisi öğretmenliği ve bilgisayar öğretmenliği bölümü öğrencilerin mizah puan ortalamaları daha yüksektir. Saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzlarında yani olumsuz mizah tarzlarında sayısal bölüm ağırlıklı olan bölümlerin daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir.

Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin 1.sınıftan 4.sınıfa kadar her sınıf boyutunda sağlıklı mizah tarzları olan Katılımcı Mizah ve Kendini Geliştirici Mizah alt boyutlarında aldıkları puan ortalamaları sağlıksız mizah tarzları olan Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizah puan ortalamalarından daha yüksektir. Bu araştırma bulguları literatürdeki araştırmalarla benzer sonuçlar göstermektedir. Elde edilen bu ortalamalar Belçika'da lise öğrencileri (Saroglou ve Scariot, 2002) ve Lübnan'da üniversite öğrencileri (Kazarian ve Martin, 2004) ile ve ölçeğin geliştirilmesi için Kanada'da geniş bir yaş grubu üzerinde gerçekleştirilen çalışmalarda (Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray ve Weir, 2003) elde edilen değerlerle tutarlıdır.

Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin sınıf düzeyleri ile mizah tarzları alt boyutlarından kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizahtan aldıkları puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Sadece katılımcı

mizah alt boyutunda  $p<0,05$  düzeyinde anlamlı fark bulunmuştur. Führ (2002), tarafından yaşları 11-14 arasında değişen öğrencilerle yapılan araştırmada erkek çocukların saldırgan ve cinsel içerikli mizahı daha sık kullandıkları kızların ise mizahı kendilerini neşelendirmek için kullandıkları ve yaşla birlikte kız çocuklarında bu durumun artış gösterdiği görülmüştür. Aslan (2006)'ın öğretmenler üzerinde yaptığı araştırmada ise, cinsiyetin mizah tarzları açısından tek başına etkili bir değişken olmadığı saptanmıştır.

Mizah puanları açısından öğrencilerin yerleşim şekli arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ). İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte katılımcı mizah büyükşehirde yaşayan, kendini geliştirici mizah köy kasabada yaşayan, saldırgan mizah ilde yaşayan ve kendini yıkıcı mizah büyükşehirde yaşayan öğrencilerde daha fazla bulunmuştur.

Mizah puanları açısından öğrencilerin barınma şekli arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ). İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte olumlu mizah türleri olan katılımcı ve kendini geliştirici mizah türlerinde devlet yurdunda kalan öğrencilerin daha yüksektir. Olumsuz mizah türlerinde ise saldırgan mizahta özel yurtlarda kalan, kendini yıkıcı mizahta evde kalan öğrencilerin puan ortalamaları daha yüksektir.

Mizah puanları açısından, doğum sırası grupları arasında anlamlı farklılık olmadığı saptanmıştır ( $p>0,05$ ). Saldırgan mizah dışında diğer mizah tarzlarında son çocukların puan ortalamaları daha yüksek bulunmuştur. Saldırgan mizahta ise ilk çocukların puan ortalaması daha yüksektir.

Umutsuzluk puanları açısından cinsiyet değişkenine göre cinsiyetler arasında motivasyon kaybı boyutunda ( $p<0,01$ ) cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Fakat gelecek ile umut boyutunda cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,01$ ). Erkek öğrencilerin gelecek, umut ve motivasyon puanları daha yüksektir. Erkek öğrencilerin gelecek ile ilgili beklentileri arttıkça umutları da yükselmektedir. Kız öğrencilerin ise gelecek beklentileri ve umutları erkek öğrencilere göre daha düşüktür.

Umutsuzluk puanları açısından öğrencilerin okudukları bölümler arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $p<0,01$ ). İstatistiksel olarak anlamlı olmakla birlikte tüm boyutlarda fen bilgisi öğretmenliği ve bilgisayar öğretmenliği okuyan öğrencilerin puanları daha

yüksektir. İş bulma olanağı zor görülen bu bölümlerin umutsuzluk puanlarının yüksek olması normal görülebilir. Eğitim ve öğretimde karşılaşılan güçlükler, işsizlik, yoksunluk ve yoksulluk gibi etkenler ergenlerdeki umutsuzluk düzeyini daha da artırmaktadır (Özmen ve ark., 2008). Kız öğrencilerin puan ortalamalarının düşük olması büyük çoğunluğu kız öğrenci olan okul öncesi öğretmenliği bölümü öğrencilerin puan ortalaması en düşüktür. Yapılan araştırmada Eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin cinsiyete, öğrenim gördükleri anabilim dallarına göre umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir (Şahin, 2009).

Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin sınıf düzeyleri ile umutsuzluk puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir ( $p>0,01$ ). Tüm alt boyutlarda 3. Sınıf öğrencilerin puan ortalaması daha yüksek iken tüm boyutlarda 4. Sınıf öğrencilerinin puan ortalamaları daha düşüktür. 3. Sınıfa kadar korunan beklenti ve umutlar, son sınıfa geçişle birlikte beklentileri ve umutları düşüşe geçmiştir.

Umutsuzluk açısından öğrencilerin barınma şekli arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ). İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte gelecek ile ilgili beklenti evde yaşayanların daha yüksek, motivasyon kaybı özel yurttaki yaşayanların daha yüksek ve umut puanları da evde yaşayan öğrencilerin daha yüksektir. Evde yaşayan öğrencilerin beklenti ve umut seviyeleri daha iyi durumdadır.

Umutsuzluk açısından öğrencilerin yerleşim şekli arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ). İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte gelecek ve umut puanları köy ve kasabada yaşayan öğrencilerin daha yüksektir. Motivasyon kaybını ilçede yaşayan öğrenciler daha fazla yaşamaktadır.

Umutsuzluk açısından öğrencilerin doğum sırası grupları arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ). İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte tüm boyutlarda ortanca çocuk olanların puan ortalamaları daha yüksek bulunmuştur.

Boyun eğici davranış puanları açısından cinsiyet değişkenine göre cinsiyetler arasında ( $p<0,01$ ) cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Kız öğrencilerin boyun eğici davranış puanları daha yüksektir.

Boyun eğici davranış puanları açısından öğrencilerin okudukları bölümler arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $p<0,01$ ). İstatistiksel olarak anlamlı olmakla birlikte tüm boyutlarda PDR, okul öncesi öğretmenliği ve Türkçe öğretmenliği bölümü öğrencilerin

boyun eğici davranış puanları daha yüksektir. Kız öğrencilerin puan ortalamalarının yüksek olması büyük çoğunluğu kız öğrenci olan PDR, okul öncesi öğretmenliği ve Türkçe öğretmenliği bölümü öğrencilerin puan ortalaması en yüksek çıkarmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin sınıf düzeyleri ile boyun eğici davranış puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir ( $p>0,01$ ). İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte 4. Sınıf öğrencilerin puan ortalaması daha yüksek iken tüm boyutlarda 3. Sınıf öğrencilerinin puan ortalamaları daha düşüktür.

Boyun eğici davranış açısından öğrencilerin barınma şekli arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ). İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte devlet yurdunda yaşayanların daha yüksek, özel yurttan kalan öğrencilerin daha düşük çıkmıştır. Koç (2010)'un yaptığı bir araştırmada, barınma şekline göre üniversite öğrencilerinin boyun eğici davranışlarında anlamlı farkın çıkmama nedeni, barınma şekli ne olursa olsun benzer özelliklere sahip insanlarla kalma durumu söz konusu olmasındandır. Yurttan da arkadaşları, eve çıkma durumunda belirlenen arkadaşların benzer dinamiklere sahip olması bu süreçte farkın yaşanmamasına neden olabilmektedir (Koç, 2010).

Boyun eğici davranış açısından öğrencilerin yerleşim şekli arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ). İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte büyükşehirde yaşayan öğrencilerin daha yüksektir.

Boyun eğici davranış açısından öğrencilerin doğum sırası grupları arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ). İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte son çocuk olanların puan ortalamaları daha yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin toplam mizah puanları ile umutsuzluk puanları arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Yani mizah düzeyi arttıkça umutsuzlukta artmaktadır ( $r=,228$ ;  $p<,05$ ). Öğrencilerin mizah ile boyun eğici puanları arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur ( $r=-,268$ ;  $p<,05$ ). Üniversite öğrencilerinin boyun eğici ile umutsuzluk puanları arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur ( $r= -,199$ ;  $p<,05$ ).

Üniversite öğrencilerinin katılımcı mizah ( $r=,155$ ;  $p<,01$ ), kendini geliştirici mizah ( $r=,132$ ;  $p<,01$ ) ve saldırgan mizah ( $r=,123$ ;  $p<,01$ ) puanları ile gelecek puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Fakat kendini yıkıcı mizah ( $r=,054;p>,01$ ) ile gelecek puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin katılımcı mizah ( $r=,190; p<,01$ ), kendini geliştirici mizah ( $r=,225; p<,01$ ), saldırgan mizah ( $r=,204; p<,01$ ) ve kendini yıkıcı mizah ( $r=,125; p<,01$ ) puanları ile motivasyon kaybı puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Üniversite öğrencilerinin katılımcı mizah ( $r=,139; p<,01$ ), kendini geliştirici mizah ( $r=,122; p<,01$ ), saldırgan mizah ( $r=,112; p<,01$ ) ve kendini yıkıcı mizah ( $r=,050; p<,01$ ) puanları ile umut puanları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin katılımcı mizah ( $r=-,098; p<,05$ ), kendini geliştirici mizah ( $r=-,143; p<,05$ ), saldırgan mizah ( $r=-,300; p<,05$ ) ve kendini yıkıcı mizah ( $r=-,197; p<,05$ ) puanları ile boyun eğici davranış puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Üniversite öğrencilerinin gelecek ( $r=-,180; p<,01$ ), motivasyon kaybı ( $r=-,228; p<,01$ ) ve umut ( $r=-,143; p<,01$ ) ile boyun eğici davranış puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Yapılan araştırmada öğrencilerin mizah tarzları, umutsuzluk ve boyun eğici puanları açısından barınma ve yerleşim şekillerine, doğum sırasına, sınıf düzeylerine ilişkin anlamlı farklar elde edilmemiştir. Sadece bölümlere göre ve mizah ve boyun eğici davranışların cinsiyete göre anlamlı farklar bulunmuştur.

Mizahı fen bilgisi ve bilgisayar öğretmenliği öğrencileri daha fazla kullanmaktadırlar. Hem olumlu hem olumsuz mizahı kullanan bu bölümlerdeki öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri de fazla çıkmıştır. Yani mizahı çok kullanan öğrencinin umutsuzluk düzeyi de daha az çıkmalı gibi bir yargıya ulaşılmamış görülmektedir. Bu bölümdeki öğrenciler umutsuzluk düzeyi 4. Sınıfta daha fazla olmaktadır. Son sınıfın verdiği stres ve baskı umutsuzluk duygu oluşturmaktadır. Bunun başlıca sebebi mezun olunca iş bulma sıkıntısı daha baskın söylenebilir. Bilinmektedir ki fen bilgisi ve bilgisayar bölümü mezunlarının öğretmen atamalarındaki sıkıntılı branşlar olduğu açıktır.

Mizahı kullanan öğrencilerin boyun eğici puanları düşüktür. Mizahı daha kullanan okul öncesi öğretmenliği, Türkçe öğretmenliği ve PDR öğrencilerinin boyun eğici davranış puanları daha yüksektir.

Yine beklenen sonuç umutsuzluk ile boyun eğici arasında pozitif ilişki olmasıydı fakat umutsuzluk ve boyun eğici puanları ters ilişki vermiştir. Tümkaya, Aybek ve Çelik (2010)'in yaptığı çalışmada boyun eğici ile umutsuzluk arasında düşük korelasyon çıkmıştır. Yani boyun eğici davranış gösteren PDR, okul öncesi öğretmenliği, zihin engelliler öğretmenliği bölümleri aslında umutsuz değildirler. Çünkü geleceğe ait iş bulma olanakları diğer bölümlere göre daha fazla olduğu için boyun eğici davranış göstermeleri onların umutsuz olacağı anlamını vermemiştir. Kabasakal (2007) yaptığı araştırmasında da kız öğrencilerin boyun eğici davranış düzeyleri erkek öğrencilere göre daha fazla çıkmıştır. Kız öğrenciler otorite karşısında daha kırılgan yapıya sahip olduklarından karşıdakini kırmak, üzme davranışları gösterememektedir. Fakat erkekler otoriteye boyun eğme doğasına aykırıdır ve yıkılmadığını göstermek istemektedir.

## 5.2. ÖNERİLER

Bu çalışmadan elde edilen sonuçlardan yola çıkılarak gelecekte hem uygulamaya yönelik hem de ileriki araştırmalara yönelik aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir.

Araştırmanın ve literatür taramalarının yapıldığı süreç, bu konu ile ilgili pek çok çalışmanın yapılması gerekliliğini ortaya koymuştur. Üniversite öğrencilerinin mizah tarzlarının tam bir haritası çıkarılmalı ve birçok problem konusu ile incelenmesi sağlanmalıdır. Yapılan bu çalışmada umutsuzluk ve boyun eğici davranış açısından incelememiz anlamlıdır. Çünkü psikolojik sağlığımızda mizah ne kadar rol oynamaktadır ve öğretmen adayı olan üniversite öğrencileri kendilerini mizah kullanarak ne kadar rahatlatabilmektedir soruları her araştırmanın konusu olabilir. Öğretmen adayları mizah tarzları hakkında bilgilendirilerek, olumlu mizah tarzlarını (sosyal ve kendini geliştirici) kullanmaları ve derslerde bu mizah tarzlarını



desteklemelerinin teşvik edilmesi faydalı olacaktır. Bu araştırma Eğitim Fakültesinde yer alan bölümlerde gerçekleştirilmiştir. Araştırma diğer fakültelerde yer alan bölümleri de kapsayacak şekilde genişletilerek, farklı fakültelerde bulunan üniversite öğrencilerinin kullandıkları mizah tarzlarının nasıl bir dağılım gösterdiği bulunabilir.

Mizah duygusu ve psikolojik sağlık konusunda yapılacak çalışmalar açısından Mizah Tarzları Ölçeği'nin araştırmacıların ihtiyaç duyacakları ölçümleri onlara sağlayacağını göstermektedir. Mizah Tarzları Ölçeği'nin değişik yaş grupları ve farklı eğitim düzeyindeki kişiler için geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılabilir ve konuyla ilgili araştırmaların üniversite ve lise öğrencilerinden farklı örneklem (çalışanlar, yetişkinler, yöneticiler, öğretmenler vb.) üzerinde de gerçekleştirilmesi sağlanabilir.

Üniversite öğrencilerine sunulan psikolojik danışma hizmetleri sırasında; uyumsuz mizah tarzlarını kullanan danışanların mizah anlayışlarının kendilerini olumsuz duygulardan korumak yerine bu duygulara nasıl daha açık hale getirdiği konusunda iç görü kazanmalarına yardımcı olunabilir.

Ayrıca, ruh sağlığı uzmanlarının hem mizahı kullanması, kullananların da nerede, kime, nasıl kullanacağını bilebilmesi, farkındalığını bu konularda arttırabilmesi için de üniversite eğitim müfredatı içinde işlenebilmesi sağlanmalıdır. Öğrencilerin yaşadıkları uyum sorunlarının nedenselliği konusunda fikirler verebileceği öğrenci merkezli yaklaşım ve eğitim tarzının yapılandırılmasına yol gösteren çalışmalar müfredatlarda yapılmalıdır. Müfredat içinde doğrudan mizahın yer alması şeklinde olmasa bile psikolojik sağlığımız ve uyum sürecimiz açısından kendimizi nasıl koruyabiliriz sorusuna yanıt aramak amaçlı bir plan ve program müfredatlar da yer almalıdır. Yaptığımız araştırma içinde umutsuzluk ve botun eğici davranışlar açısından da bu müfredatın yararlı olabileceği görüşü hakimdir. Özellikle eğitim fakültelerinin günümüz koşullarında iş bulma sıkıntısını göz önüne aldığımızda bu konu daha da önem kazanmaktadır.

Üniversite sayılarının hızla çoğalması, mezun sayılarının hızla artması, işe giriş önceliği konusunda binlerce gençle rekabet edebilecek düzeyde kendilerini yetiştirmenin önemini giderek kavranması, hele ülkede baş gösteren işsizlik sorununun varlığı gençlerin işsizlik kaygılarının daha da fazlasıyla ortaya çıkmasına yol açmıştır. Üniversiteden mezun olma aşamasına gelen öğrencilerin gelecek ve iş ile ilgili

kayguların azaltılabilmesi için, ülkemizde gelecekte ihtiyaç duyulan hizmet alanlarının daha iyi belirlenerek, bu alanlara yönelik okulların yaygınlaştırılması ve mezunlara istihdam olanaklarının geliştirilmesi önerilebilir. Üniversite son sınıfta öğrenim gören öğrencilerin kaygı ve umutsuzluklarını etkileyen faktörlerden en önemlisi gelecek ve iş bulma endişesidir. Özellikle Türkiye’de gençler ve eğitimli işgücü içerisinde işsizliğin yaygın olması bu kaygı ve umutsuzluğun daha da artmasına neden olmakta, işsizlik hata ve beceriksizlik ya da utanç kaynağı olan bir kusur gibi değerlendirilmektedir.

Sonuçta, umutsuzluk yaşayan öğrencilerin yaşadıkları sıkıntıların azaltılabilmesi ve onların umutsuzluğa kapılmamaları için desteklenmeleri gerektiği söylenebilir. Bundan dolayı bu öğrencilerin içinde buldukları yaşam alanlarında destek alabilecekleri profesyonel hizmet vermesi amacıyla psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin verildiği bir danışmanlık birimi kurulması okul içinde müfredatlara yapılacak yeniliklerin yanı sıra bu durumda öğrencilerin geleceğe güvenle bakmasında etkili olabileceği düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin sağlıklı bir mizah anlayışı ve kişilik gelişimine sahip olabilmeleri için öğrencilere atılan davranışlar kazandıracak eğitimsel ve uygulamalı çalışmalar, projeler geliştirilmesi imkanı sağlanmalıdır. Araştırmaya çalıştığımız boyun eğici davranışların yaygınlık kazanması bireyin kişilik gelişimini olumsuz yönde etkileme yanında, toplumsal yaşamın temel sorunlarını sağlıklı biçimde çözmeye yönelik tutum ve beceri geliştirmesini engelleyecek, toplum lideri olma gücünü ortadan kaldıracak, şiddeti onaylayan ve üreten bir kimlik geliştirme olasılığını artıracaktır (Kaya, 2001; Tolan, İsen ve Batmaz, 1985). Bu nedenle üniversite öğrencilerinde boyun eğici davranışları saptama, önleme ve yarattığı olumsuz sonuçları gidermenin yanında, bu durumu besleyen sosyal ve ekonomik kaynakların da ortadan kaldırılması gerekliliği ortaya çıkmaktadır.

Boyun eğici davranışlar bireyin lisans eğitimi sürecinde mesleki kimlik anlamında kazanması gereken bilişsel yeterlik, duyuşsal özellik ve davranışsal becerileri kazanmasını engellediği için tüm öğretim elemanlarının ortak anlayış ve tutum içerisinde olmalarına yönelik çalışmalar yapılmalıdır. Lisans eğitimi süresince sorgulayıcılığın bir mesleki kimlik özelliği olarak kazandırılmasına yönelik etkinlikler

düzenlenmelidir. Bu bağlamda lisans eğitim programlarına bu beceriyi kazandırmaya yönelik seçmeli dersler önerilmelidir (Koç, 2010).

Bireylerin saptanan boyun eğici yapı ve davranış özelliklerinin değiştirebilmeye yönelik bilişsel-davranışçı yönelimli çalışmalara yer verilmelidir.

#### Araştırmacıya öneriler

1. Mizah tarzlarını üniversite öğrencilerinde daha kapsamlı araştırma yaparak inceleyebilir. Farklı örnekler grupları ve değişkenler ile araştırma yapılabilir. Sadece eğitim fakültesi öğrencilerinde değil diğer fakülte örneklemi seçilerek sonuçlar karşılaştırılabilir. Özellikle diğer fakülte öğrencilerinin iş bulma kaygısı ve mizah arasında yapılacak araştırmalara yaptığımız çalışma faydalı olacağı görüşünü paylaşmaktayız.
2. Mizahın psikolojik sağlığa etkisini araştırılabilir. Mizahın anksiyete bozuklukları ile ilişkisi incelenebilir. Literatürde kaygı ile ilgili araştırmalar olsa da sadece kaygı ve stres üzerine yoğunlaştığı görülmektedir. Bu yüzden diğer anksiyete bozuklukları açısından incelendiği zaman karşılaştırma imkanı doğabilir ve mizah kullanımının bu rahatsızlıklarda ne gibi farklar olduğu da görülebilir.
3. Mizahın kültürler açısından farklılığı ve kullanım şekilleri daha ayrıntılı bir şekilde incelenebilir. Mizahın kültürler arası boyutunun ele alınması Türk mizah anlayışının diğer kültürlerin mizah anlayışını karşılaştırmamız açısından da önemlidir.
4. Mizah tarzları ülkemiz içerisinde değişik yörelerde araştırılarak ortaya çıkan sonuçlar karşılaştırılabilir. Böylece mizah kullanımının bölgeler arası farklılıkları da ortaya çıkabilir. Bununla ilgili araştırmaya literatürde rastlanılmaması yapılacak olan bu araştırmayı önemli kılmaktadır.
5. Mizahı umutsuzluk ve anlamsızlık anında kullanabilecek programlar ve oturumlar geliştirilebilir ve deneysel çalışmalar yürütülecek araştırmalar yapılabilir.

## KAYNAKLAR

- Abel, M. H., Maxwell, D. (2002). Humor And Affective Consequences Of A Stressful Task. *Journal Of Social And Clinical Psychology*, 21 (2), 165-190.
- Adler, A.(1985). *İnsanı Anlama Sanatı*. (Çev. Şelale Başar). İstanbul: Dergah Yayınları.
- Adler, A.(1998). *İnsanı Tanıma Sanatı*. (Çev. Kamuran Şipal). İstanbul: Say Yayınları.
- Adler, A.(2002). *İnsanı Tanıma Sanatı*. (Çev. Kamuran Şipal). İstanbul: Say Yayınları.
- Akandere, M. (2000). *Beck Umutsuzluk Ölçeğinin (Buö) Besyo Yetenek Sınavına Katılan Öğrencilere Uygulanması Üzerine Bir Araştırma*. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimler Dergisi, Konya.
- Akman, Y., Korkut, F. (1993). *Umut Ölçeği Üzerine Bir Çalışma*. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 9, 193-202.
- Akün, D.(1997). *9-11 Yaş Çocuklarda Mizah Duygusunun Gelişimi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Allan, S., Gilbert, P. (2002). Anger And Anger Expression İn Relation To Perceptions Of Social Rank, Entrapment And Depressive Symptoms. *Personal Individual Difference*, 32, 551-565.
- Altuğ, D. (1989). *Turgut Özakman Tiyatrosunda Mizah Ve Eleştirel Yaklaşım*. Yüksek Lisans Tezi. Doku Eylül Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Apaydın, M. (2001). *Türk Hiciv Edebiyatında Ziya Paşa*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.

- Aronson, E. (2005). *Social Psychology*. 5. Baskı, *Upper Saddle River*, Nj: Pearson/Prentice Hall.
- Arslan Ö. İ., Özen, A. (2008). *Öğrenci Hemşirelerde Boyun Eğici Davranışlar ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişk.*, TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 7, 53-58.
- Aslan, S.H., Alparslan, N., Evlice, Y., Aslan, O. ve Cenkseven, F. (1996). Mizah Duygusunun Depresyon Ve Kişilikle İlişkisi. *Depresyon Dergisi*, 1 (3), 99-102.
- Aslan, S.H., Alparslan, N., Evlice, Y., Aslan, O. ve Cenkseven, F. (1999). Çok Boyutlu Mizah Duygusu Ölçeği: Faktör Yapısı, Güvenirlik Ve Geçerlik Çalışması. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji (3p) Dergisi*, 7 (1), 33-39.
- Astedt, K. P., Isola, A., Tammentie, T. ve Kervinen, U. (2001). Importance Of Humour To Client-Nurse Relationships And Clients' Well-Being. *International Journal Of Nursing Practice*, 7 (2), 119-125
- Astedt, K. P., (2001). Humor Between Nurse And Patient And Among Staff: Analysis Of Nurses Diaries. *Journal Of Advanced Nursing*, 35
- Atay, M., Gündoğar, D. (2004). İntihar Davranışında Risk Faktörleri: Bir Gözden Geçirme. *Kriz Dergisi*, Cilt: 12, 3, 39-52.
- Aydın, A. (2005). Hemşirelik ve Mizah. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 9 (1).
- Aydın, G. (1993). İç-Dış Kontrol Odağı İnancı İle Durumluk Mizah Tepkisi Arasındaki İlişki. *II. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmaları*, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 87-98.
- Aydoğan, A. (1999). *Özürlü Çocuğa Sahip Anne Babaların Umutsuzluk Düzeylerinin Belirlenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık

Bilimleri Enstitüsü.

- Aytaç, S. (2002). İşsizliğin Çalışan Birey Üzerindeki Etkisi: İşsizlik Kaygısı. *İş-Güş Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, Cilt 4, 2, (E.T. 12/09/2006), [Http://Www.İsguc.Org](http://www.İsguc.Org)
- Bahar, A. (2006). Diabetes Mellituslu Hastalarda Depresyon Ve Anksiyete Düzeyleri. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 1 (1), 3-15.
- Bakhtin, M. (2005). *Rabelais Ve Dünyası*, (Çev. Çiçek Öztekin). İstanbul: Ayrıntı Yayınları
- Batıgün, D. A. (2005). İntihar Olasılığı: Yaşamı Sürdürme Nedenleri. Umutsuzluk Ve Yalnızlık Açısından Bir İnceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 29-39.
- Baudelaire, C. (1997). *Gülmenin Özü*, (Çev. İrfan Yalçın). İstanbul: Reis Yayıncılık
- Bayrak, M. (2001). *Halk Gülmecesi*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Bayram, M. (2001). *Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalığı Olan Hastalarda Umutsuzluk Ve Umutsuzluğun Öz-Bakım Gücüne Etkisinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi, İzmir.
- Bayramova, N., Karadakovan, A. (2004). Kronik Hastalığı Olan Bireylerin Umutsuzluk Durumlarının İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 7 (2), 39-47.
- Beck, A.T., Weissman, A., Lester, D. ve Trexler, L. (1974). The Assessment Of Pessimism. The Hopelessness Scale. *Journal Of Consulting And Clinical Psychology*, 42, 861 - 865.
- Beck, Aaron T . (2006). Beck Hopelessness Scale, The Psychological Corporation.

13.12.2006. [Http://Www.Cps.Nova.Edu/Cpphelp/Bhs.Html](http://Www.Cps.Nova.Edu/Cpphelp/Bhs.Html), 3-4.

- Bennett, M. P., & Lengacher, C. (2006). Humor and laughter may influence health: II. Complementary therapies and humor in a clinical population. *Advance Access Publication*, 3(2), 187–190.
- Bergson, H. (1996). *Gülme*. (Çev. Yaşar Avunç). 1.Basım, İstanbul: Ayrıntı Yayınları
- Berk, R. A. (2001). The Active Ingredients İn Humor: Psychophysiological Benefits And Risks For Older Adults. *Educational Gerontology*, 27, 323-339.
- Berk, R. A. (1998). Professors Are From Mars. *Students Are From Snickers*. Madison, W1: Mendota Pres.
- Bozkurt, M. (1989). *Çağdaş Resimde Mizah*. Hacettepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Sanat Eseri Çalışması Raporu, Ankara.
- Bozkurt, Ö. D. (2004). *Klimakterium Dönemindeki Kadınların Yaşam Kalitelerinin Ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Brenner, C. (1993). Sürçmeler Ve Espri. Psikanalizin Temelleri. (Çev. Savaşır, I. Ve Y. Savaşır). *Hekimler Yayın Birliği*, Ankara, 129-149.
- Budak, S. (2003). *Psikoloji Sözlüğü*, 2. Basım, Ankara: Bilim Ve Sanat Yayınları.
- Burgess, R. (2000). *Laughing Lessons*. Minneapolis: Free Spirit Publusing.
- Can, G. (1990). Sosyal Etki Karşısında Nasıl Etki Gösteriyoruz?. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Eskişehir, 3-2.
- Cattell, H. B. (1989). The16pf: Personality İn Depth. *Champaign, Illinois:Institute For*

*Personality And Ability Testing, Inc.*

Chen, G., Martin, R.A. (2007). A Comparison Of Humor Styles, Coping Humor, And Mental Health Between Chinese And Canadian University Students. *International Journal Of Humor Research*, 20 (3), 215-234.

Cohen, D. (1977).Hu mor, Irony And Self-Detachment. Ed: Chapman, A. J., Foot, H.C, It's A Funny Thing Humor , *Oxford: Pergamon Press* 157-158.

Corey, G.(2005), *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram Ve Uygulamaları*. (Çev. Tuncay Ergene). Mentis Yayıncılık.

Cüceloğlu, D. (1992). *İnsan Ve Davranışı*, 3. Basım, İstanbul: Remzi Kitabevi

Cüceloğlu, D. (2005). *İnsan Ve Davranışı*, 14. Basım, İstanbul: Remzi Kitabevi

Çelik, E. (2006). *Fizik Öğretiminde Bilgisayar Destekli Mizahın Öğrenci Başarısına Ve Tutumuna Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Çetin, M. (2009). *Çalışanların Mizah Tarzlarının İşe İlişkin Duygusal İyilik Alguları Üzerine Etkisi Ve Sosyal İklimin Bu İlişki Üzerindeki Şartlı Değişken Rolü*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul

Derman, H. (1984). *Türkiye'de Dergiler Ansiklopediler*. İstanbul: Gelişim Yayınları.

Dilbaz, N., Seber, G. (1993). Umutsuzluk Kavramı: Depresyon Ve İntiharda Önemi. *Kriz Dergisi*, 1 (3), 134–138.

Dixon, N. F. (1980). Humor: A Cognitive Alternative To Stress. Ed. Spielberger, C. D. Ve I. G. Sarason, *Anxiety And Stress*, Cilt VII, Washington, Dc: Hemisphere, 7,



281-289.

- Doğan S., Kelleci, M. (2004). Fiziksel Hastalık Nedeniyle Hastanede Yatan Bireylerin Bazı Tanı Gruplarına Göre Umutsuzluk Düzeyleri. *İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 13 (52), 23–37.
- Doğan, D. M. (1992). *Büyük Türkçe Sözlük, Türkçe /Osmanlıca/Yabancı Dillerden Türkçeye Geçen Ve En Çok Kullanılan Kelimeler*, Ankara: Rehber Yayınları.
- Dönmez, B., Demirtaş, H. (2009). Lise Öğretmenlerinin Boyun Eğici Davranışlarına İlişkin Algıları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 17(2), 445-456.
- Durak, A. (1994). Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, İstanbul, 9(31), 1–11.
- Durmuş, Y. (2000), The Relationship Between Sense Of Humor And Coping Strategies.
- Durmuş, Y., Tezer, E. (2001). Mizah Duygusu Ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojisi Dergisi*, L6 (47), 25-32.
- Erdem, B. (2005). *Conversational Humor In Turkish Peer Groups: An Interactional Sociolinguistic Approach*. Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Erdem, N., Karabulutlu, E., Okanlı, A. ve Tan, M. (2004). Hemodiyaliz Hastalarında Umutsuzluk Ve Yaşam Doyumu. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, Issn: 1303-5134, 1-14
- Erickson, S. J., Feldstein, S. W. (2007). Adolescent Humor And Its Relationship To Coping, Defense Strategies, Psychological Distress And Well-Being. *Child Psychiatry And Human Development*, 37, 3, 255-271.
- Eroğlu, M. (2003). *Utangaçlık Düzeyleri Farklı Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Durumluk*

*Mizah Tepki Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Eşigül, E. (2002). *Cumhuriyet Dönemi Mizahı Üzerinde Değerlendirmeli Bir Bibliyografya Çalışması*. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi, İzmir.

Everts, E. (2003). Identifying A Particular Family Humor Style: A Sociolinguistic Discourse Analysis. *Humor International Journal Of Humor Research*, 16–4, 369–412.

Fidanoğlu, O. (2006). *Evlilik Uyumu, Mizah Tarzı Ve Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Frankl, E.V. (1997). *İnsanın Anlam Arayışı*. (Çev. Selçuk Budak). Ankara: Öteki Yayınevi

Freedman, J.L. (2003). *Sosyal Psikoloji*. (Çev. Ali Dönmez) 4. Baskı, İstanbul: İmge Kitabevi.

Freud, S. (1928). Humor, *International Journal Of Psycho-Analysis*, 9, 1-6.

Freud, S. (1998). *Espriler Ve Bilinçdışı İle İlişkileri*. (Çev. Emre Kapkın). 3.Basım, İstanbul: Payel Yayınları

Freud, S.(1999). *Esprî Sanatı*. (Çev. Erdoğan Alkan). İstanbul: Zafer Matbaası.

Gençtan, E. (1984). *Çağdaş Yaşam Ve Normal Dışı Davranışlar*. Ankara: Maya Yayınları.

Gilbert, P., Allan, S. (1994). Assertiveness, Submissive Behaviour And Social Comparison. *The British Journal Of Clinical Psychology*, 33, 295-306.

- Göker, C. (1993). *Gülme Ve Güldüren Sanat Türleri*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları
- Göktuna, Z. S. (2007). *Çözüm Odaklı Kısa Terapi Tekniğinin Alt Sosyo Ekonomik Seviyedeki Kadınların Geleceğe Umut ile Bakabilme ve Boyun Eğici Davranışlarına Etkisinin İncelenmesi*. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi , İstanbul, s. 55.
- Gruner, C. (1997). *The Game Of Humor: A Comprehensive Theory Of Why We Laugh*. New Brunswick, Nj: Transaction Publishers.
- Güleri, M. (1998). Üniversiteli Ve İşçi Gençliğin Gelecek Beklentileri Ve Kötümserlik-İyimserlik Düzeyleri. *Kriz Dergisi*, 6(1), 55-65.
- Güner, P. (1999). *Evre I-İt Meme Kanseri Tanısı Alan Hastalarda Uygulanan Problem Çözme Eğitiminin Anksiyete, Depresyon, Umutsuzluk Ve Baş Etme Biçimine Etkisi*. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Henkel, V., Bussfeld, P., Möller, H.J. ve Hegerl, U. (2002). Cognitive-Behavioural Theories Of Helplessness / Hopelessness: Valid Models Of Depression? *European Archives Of Psychiatry And Clinical Neuro-Science*, 252, 240 – 249.
- Hill, D. J. (1988). *Humor In The Classroom : A Handbook For Teachers And Other Entertainers*. Springfield,III : Charles C. Thomas.
- Hocaoğlu, Ç., Tekin, Z. (2007). Bir Psikiyatri Hastanesinde Tedavi Gören Şizofrenik Hastalarda İntihar Düşüncesi: Pozitif Ve Negatif Belirtiler, Depresyon Ve Umutsuzluk İle İlişkisi. *Kriz Dergisi*, 45(4), 180-188.
- Holat, H., Bitlis, V., Dilbaz, N., Tüzer, T. ve Bayam, G. (1994). İntihar Girişiminde Ümitsizlik Ve Depresyon. *Kriz Dergisi*, 2(2), 320-322.
- Horney, K. (1993). *Nevrozlar Ve İnsan Gelişimi Öz Gerçekleştirme Kavgası*. (Çev.

Selçuk Budak). Ankara.

Horney, K. (2007). *Ruhsal Çatışmalarımız*. (Çev. Selçuk Budak)., 6.Baskı, İstanbul: Öteki Yayınevi.

Houston, D..M. (1995). Surviving A Failure: Efficacy And A Laboratory Based Test Of The Hopelessness Model Of Depression. *Europeanjournal Of Socialpsychology*, 25, 545 - 558.

İkiz, T. (1998). *Mizah Ve Psikanaliz*, Ed. Işık Şimşek, 3.Baskı, Cogito. Yüz Yılın Psikanalizi, 9, 201- 204.

İlhan, T. (2005). *Öznel İyi Oluşa Dayalı Mizah Tarzları Modeli*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Janes, L. M., Olson J. M. (2000). The Behavioral Effects Of Observing Ridicule Of Others. *Personality And Social Psychology Bulletin*, 26, 474-485.

Kabaklı, A. (1983). *Türk Edebiyatı*, Cilt1, İstanbul: Türk Edebiyatı Vakfı Yayınları.

Kabasakal, K. (2007). *Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinde Boyun Eğici Davranışlar Ve Şiddetle İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2008). *Günümüzde İnsan Ve İnsanlar*. Sosyal Psikolojiye Giriş. İstanbul, 71-106.

Kantar, B., Sevil, Ü. (2004). Histerektomi Ameliyatı Olmuş Kadınlarda Depresyon Ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi. *Jinekoloji Ve Obstetrik Dergisi*, 18(1), 17-24.

Karaalioglu, S. K. (1983). *Ansiklopedik Edebiyat Sözlüğü*. İstanbul: İnkılap Ve Aka Kitapevi Yayınları

- Karacabey, M. (1995). *Mizah Dergilerinin Halk Eğitimindeki Yeri Ve Önemi: Gırgır Dergisi Örneği*, Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Karadağ, M. (1999). *Türk Halk Edebiyatı Anlatı Türleri*, Ankara: Ürün Yayınları
- Karagöz, O. (2009). *İlköğretim Türkçe Öğretmenlerinin Mizah Tarzları İle Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, 15.Baskı, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Karata, T. (2004). *Ansiklopedik Edebiyat Terimleri Sözlüğü*. 2. Baskı, Ankara: Akça Yayınları.
- Karataş, Z., Gökçakan, N. (2005). *Lise Öğrencilerinin Umutsuzluk Duygularının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. VIII. Ulusal Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri Kitapçığı*, Ankara: Nobel Basımevi
- Kavcar, C. (1999). *Edebiyat Ve Eğitim*, Ankara: Engin Yayıncılık.
- Kaya, M., Güneş, G., Kaya, B. Ve Pehlivan, E. (2004). Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Boyun Eğici Davranışlar Ve Şiddetle İlişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 5, 5-10.
- Kazarian, S. S, Martin, R. A. (2006). Humor Styles, Culture-Related Personality, Wellbeing And Family Adjustment Among Armenians İn Lebanon”, *Humor*, 19, 4, 405-423.
- Keith-spiegel, P. (1972). *Early Conceptions Of Humor: Varieties And Issues*, Editörler: Goldstein, J.H. Ve E. P.McGhee, The Psychology Of Humor. London: Academic

Press.

Kılınç, C, Eşel, E. (2002). Stres Tepkisi Süreci. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni Dergisi*, 12, 41-48.

Kınay, S. Ş. (1993), The Language Of Humor In Turkish Verbal Jokes, Master's Thesis, Ankara.

Kierkegaard, G. S. (1997). *Ölümcül Hastalık Umutsuzluk*. (Çev. M.Mukadder Yakupoğlu). Baskı 1, İstanbul: Ayrıntı Yayınları

Klein, A. (1999), *Mizahın İyileşici Gücü*. (Çev. Sibel Karayusuf). İstanbul: Epsilon Yayınları.

Koç, S. (2009). *İyileşme Ve İyileştirmede Gülümsemenin Gücü*. 1. Baskı, İstanbul: Sistem Yayıncılık.

Koç, M. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Boyun Eğici Davranışlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 28, 257-280.

Koestler, A. (1997). *Mizah Yaratma Eylemi*, (Çev. Kabakçioğlu, Sevin Ve Özcan Kabakçioğlu), İstanbul: İris Yayıncılık.

Konukbay, D. (2005). *Engelli Çocuk Ebeveynlerinin Umutsuzluk Düzeyleri Ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Gülhane Askeri Tıp Akademisi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Kortantamer, T. (2004). *Osmanlı Dönemi Türk Mizah Anlayışı, Eski Türk Edebiyatı Makaleler*. Ankara: Kültür Ve Turizm Bakanlığı Yayınları.

Köknel, Ö. (1998). *Korkular, Takıntılar, Saplantılar*. 4. Basım. İstanbul: Altın Kitaplar

Yayınevi.

Köknel, Ö. (1999). *Günlük Hayatta Ruh Sağlığı*. 1. Baskı. İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım.

Köktuna, Z. S. (2007). *Çözüm Odaklı Kısa Terapi Tekniğinin Alt Sosyo Ekonomik Seviyedeki Kadınların Geleceğe Umut İle Bakabilme Ve Boyun Eğici Davranışlarına Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kuiper, N. A., Martin, R.A. ve Olinger, L. J. (1993). Coping Humor Stress And Cognitive Appraisals. *Canadian Journal Of Behavioral Science*, 25, 81-96.

Kuloğlu, N. (2001). *Bilgi Verici Psikolojik Danışma Ve Didaktik Bilgi Verme Programlarının Down Sendromlu Bebeği Olan Anne-Babaların Umutsuzluk, Gereksinim Ve Eş İlişkisi Düzeylerine Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kuo W. (2004). Hopelessness, Depression, Substance Disorder, And Suicidality. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 39, 497–501.

Kutlu, M. (1998). *Özürlü Çocuğu Olan Ana-Babaların Umutsuzluk Düzeyleri*, Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Samsun.

Küçükbayındır, Z. (2003). *The Effect Of Humour Training On Job Sat İsfaction And Organisational Climate*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Lefcourt, H. M., Martin, R.A. (1986). *Humor And Life Stress: Antidote To Adversity*, Springer-Verlag, New York.

- Lefcourt, H. M., Thomas, S. (1998). *Humor And Stres Revisited*, Editör: W Ruch, The Sense Of Humor, Mouton De Gruyter, New York, 179-202.
- Loomans, D., Kolberg, K. (2002). *The Laughing Classroom everyone's Guide To Teaching With Humor And Play*. New World Library, California.
- Martin, R. A. ve Lefcourt, H. M. (1983). Sense Of Humor As A Moderation Of The Relation Between Stressors And Moods. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 45(6), 1313-1324.
- Martin, R. A. (1998). *Approaches To The Sense Of Humor: A Historical View*. (Ed) Ruch, W. Sense Of Humor, Mounten De Gruyter, New York.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J. J. ve 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 In Personality*, 37 (1), 48–75.
- Martin, R. A. (2004). Sense Of Humor And Physical Health: Theoretical Issues, Recent Findings, And Future Directions”, *Humor: International Journal Of Humor Research*, 17 Iss1/2, 1-19.
- Mental Health Association (1999). Theories About The Causes Of Depression (On Line). Depression, Helplessness And Helplessness, Negative Views. dosya:// [www.mental.health.com/theories.html](http://www.mental.health.com/theories.html).
- Miller, J. F. (1985). Hope Doesn't Necessary Spring Eternal Sometimes it Has To Be Carefully Mined And Channeled”, *American Journal Of Nursing*, 85, 22 - 25.
- Minkoff, K. (1973). Hopelessness, Depression And Attempted Suicide”, *Psychiatry*, 130, 455–459.



- Mizah (1991). *Büyük Larousse*, Cilt: 16, S. 8237.
- Moran, B. (1994). *Edebiyat Kuramları Ve Eleştiri*, Cem Yayınları., İstanbul.
- Morreall, J. (1997). *Gülmeyi Ciddiye Almak*. (Çev. Aysevener, Kubilay Ve Şenay Soyer). İstanbul: İris Yayıncılık.
- Mulder, M.P., Nijholt, A. (2002). Humor Research: State Of Art”, [<http://doc.utwente.nl/38233/>]. (Technical Report CTIT-02-34), Enschede: Center For Telematics And Information Technology TKI-Parlevink Research Group University Of Twente, Netherlands, S. 7-11.
- Nezu, M., Nezu, M. C. ve Blissett, E.S (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.
- Nutku, Ö. (1985). *Dünya Tiyatrosu Tarihi*, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Nutku, Ö. (1997). *Meddahlık Ve Meddah Hikâyeleri*, Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Başkanlığı Yayınları.
- Odağ, C. (1995). *İntihar (Özkıyım) Tanım-Kuram-Sağaltım*. İzmir Psikiyatri Derneği, Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir.
- Oral, T. (1998). *Yaza Çize*. İstanbul: Reis Yayıncılık.
- Öngider, Nilgün (1997). *Kronik Fiziksel Hastalığı Olan Kişilerde Umutsuzluk Ve Yaşamı Sürdürme Nedenlerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İzmir.
- Öngören, F. (1976). *50 Yılın Türk Mizah Ve Karikatürü*. İstanbul: İş Bankası Yayınları.

- Öngören, F. (2004). *Osmanlı Mizahı*. Toplumsal Tarih, 122, 66-71.
- Örsal, Ö. (1998). *Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuklar Velilerinin Sosyal Destek Ve Umutsuzluk Düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özbek, E. (2004). *Çizgi Ve Kumaları*. 10. Uluslararası Karikatür Festivali, Ankara.
- Özcan, Ö. (2002). *Türk Edebiyatında Hiciv Ve Mizah*. İstanbul: İnkılap Kitabevi Yayınları.
- Özer, A. (1998). *Kuramsal Ve Uygulamalı Karikatür*. Etam Aş., Eskişehir.
- Özkan, A., Özen, A. (2008). Öğrenci Hemşirelerde Boyun Eğici Davranışlar Ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki. *Tsk Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 7(1), 53-58.
- Özkan, H. İ. (2008). *Öğretmen Ve Öğrencideki Mizah Anlayışının Sınıf Atmosferine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Özmen, D. (2008). Lise Öğrencilerinde Umutsuzluk Ve Umutsuzluk Düzeyini Etkileyen Etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 9, 8-15.
- Öztürk, M. O. (1988). *Ruh Sağlığı Ve Bozuklukları*. Ankara: Nurol Matbaa.
- Öztürk, M.O. (1994). *Ruh Sağlığı Ve Bozuklukları*. İstanbul: Hekimler Birliği Yayınları.
- Özünü, Ü. (1999). *Gülmecenin Dilleri*. Ankara: Doruk Yayınları.
- Pınar, P., Sabuncu, N. (2004). Long-Termtraumatic Stress Responses Of Survivors Of The August 1999 Earthquake In Turkey. *Journal Of Loss And Trauma*, 9, 257-268.

- Puhlik-Dorris, P. (1999). *The Humor Styles Questionnaire: A New Multidimensional Measure Of Sense Of Humor*. Master Thesis, The University Of Western Ontario, London, Ontario.
- Rozenhal, F. (1997). *Erken İslam'da Mizah*. (Çev. Ahmet Arslan). İstanbul: İris Yayıncılık.
- Ruch, W. (1998). *Sense Of Humor: A New Look At An Old Concept*, Ed. Ruch, W: The Sense Of Humor, Mouton De Gruyter, New York.
- Rucki, E. (1993). *Disrupting Humor: A Critical Study Of Philosophical Theories Of Humor*. Unpublished Ph.D. Diss, Queen's University At Kingston Canada.
- Saltuk, S. (2006). *Üniversite Öğrencilerinin Mizah Tarzları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sanders, B. (2001). *Kahkahanın Zaferi*. (Çev. Kemal Atakay). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Saraglou, V., Scariot, C. (2002). Humor Styles Questionnaire: Personality And Educational Correlates In Belgian High School And College Students *European Journal Of Personality*, 16, 43-54.
- Saraglou, V., Anciaux, L. (2004). Liking Sick Humor: Coping Styles And Religion As Predictors. *Humor*, 17/3, 257-277.
- Savaşır, I., Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Savaş, S. (2009). *İlköğretim 7. Sınıf Türkçe Derslerinde Mizah Kullanımının Öğrenci Tutum Ve Başarısına Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Zonguldak

Karaelmas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Zonguldak.

Sayar, K., Köse, S., Acar, B., Ak, İ. ve Reeves, R. (2004). Predictors Of Suicidal Behavior In A Sample Of Turkish Suicide Attempters. *Journal Of Loss And Trauma*, 28, 137-150.

Shibles, W. (2005). Humor Reference Guide: A Comprehensive Classification And Analysis. <http://facstaff.uww.edu/shibles> (Erişim: 05.05.2011).

Sokullu, S. (1997). *Türk Tiyatrosunda Komedyanın Evrimi*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.

Solak, M. ve Baser, G. (2003). Meme Ve Meme Dışı Kanserli Kadın Hastaların Umutsuzluk Ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin İncelenmesi. *Hemşirelik Forumu*, 1 6(6), 38-47.

Solmaz, M., Sayar, K., Özer, Ö., Öztürk, M. ve Acar, B. (2000). Sosyal Fobi Hastalarında Aleksitimi, Umutsuzluk Ve Depresyon: Kontrollü Bir Çalışma. *Klinik Psikiyatri*, 3, 235-241.

Soyadlın, S. Z. (2007). *Orta Öğretim Öğrencilerinin Öfke İfade Tarzları İle Mizah Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Sultanoff, S. M. (1995). what is humor, [http://www.aath.org/art\\_sultanoff01.html](http://www.aath.org/art_sultanoff01.html). 09.01.2012 tarihinden alınmıştır.

Şahin, C. (2009). *Eğitim Fakültesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Umutsuzluk Düzeyleri*. Ahi Evran Üniversitesi.

Tekdemir, M. (1994) *Çizgi Film-Mizah İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.

- Tekin, M., Filiz, K. (2008). Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokullarının Antrenörlük Eğitimi Ve Spor Yöneticiliği Bölümlerinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Umutsuzluk Ve Boyun Eğici Davranış Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*. Cilt: VI, 1, 27-37.
- Thompson, E. (2005). The Mediating Roles Of Anxiety, Depression, And Hopelessness On Adolescent Suicidal Behaviors. *Suicide And Lifethreatening Behavior*. 35 (1), 12–20.
- Thorson, A., Powell, F., Sarmany-Schuller, I. ve Hampes, P. (1997). Psychological Health And Sence Of Humor”, *Journal Of Clinical Psychology*, 53 (6), 605-619.
- Tolan, B., İsen, G. ve Batmaz, V. (1985). *Ben Ve Toplum: Sosyal Psikoloji-I*. Ankara:Teori Yayınları.
- Topuz, S. (1995). *The Relationships Among Popularity, Sense Of Humor And Akademik Achievement*, Thesis Of Master. Ankara.
- Toraman, Ö. S. (2009). *Bilim Sanat Merkezlerine Devam Eden Ve Etmeyen İlköğretim 12 Yaş Çocuklarının Saldırganlık, Atılganlık, Çekingenlik Ve Mizah Özelliklerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tuzcuoğlu, S., Korkmaz, B. (2001). Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Öğrencilerinin Boyun Eğici Davranış Ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 14, 135–152.
- Tümkiye, S. (2005). Ailesi Yanında Ve Yetiştirilme Yurdunda Kalan Ergenlerin Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(4), 445-457.

- Tümkaya, S., Hamarta, E., Deniz, M.E., elik, M., Aybek, B. (2007). Duygusal Zekâ Mizah Tarzı Ve Yaşam Doyumu: Üniversite ğretim Elemanları zerine Bir Araştırma. *IX. Ulusal Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Kongresi*, İzmir.
- Tümkaya, S. (2006). Öğretim Elemanlarının Mizah Tarzları Ve Mizahı Yordayıcı Değişkenler. *Eğitim Araştırmaları*, 23, 200-208.
- Türk Dil Kurumu (1983), *Türkçe Sözlük*, 7. Baskı, Türk Tarih Kurumu Basımevi, Ankara.
- Türkmen, F. (1998). *Doğu Ve Batı Dünyasında Mizah Anlayışı*. Türk Kültürü Araştırmaları (Fuat Köprülü Armağanı), 34/1-2, Ankara: Türk Kültürü Araştırmaları Enstitüsü Yayınları.
- Türkmen, F. (2000). *Osmanlı Döneminde Türk Mizahı*. Türk Dünyası İncelemeleri Dergisi, 4, 1-10.
- Türkmen, N. (1991). *Orta Oyunu*. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Türküm, S. (2005). Do Optimism, Social Network Richness, And Submissive Behaviour Well-Being? Study With A Turkish Sample. *Social Behavior And Personality*, 33 (6), 619-628.
- Usta, . (2005). *Mizah Dilinin Gizemi*. Ankara: Akçağ Yayınları.
- Uzbaş, A. (1998). *ocukların aresizlik Davranışlarının Depresyon Düzeylerine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Ülper, H. (2004). *Nasrettin Hoca Fıkralarının Dil, slp Ve Eğitim Yönünden İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. DE Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

- Ünal, N. (1998). *Dini İnanç, İbadet Ve Dua'nın Umutsuzlukla İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Ventis, W., Higbee, ,L., G. ve Murdock, S.A. (2001). Using Humor İn Systematic Desensitization To Reduce Fear”, *The Journal Of General Psychology*, 128 (2), 241-253.
- Vural, A. (2004). *Mizah Ve Gülmenin İnsan Yaşamındaki Yeri Ve Önemi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Yalom, I. (2003). *Varoluşçu Psikoterapi*. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yalom, I. (1999), *Varoluşçu Psikoterapi*. (Çev. Zeliha İyidoğan Babayiğit) İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yemez, B. (1998). *Depresyon Etiyolojisi*. *Psikiyatri Dünyası*, 1, 21-25.
- Yerlikaya, E. E. (2003). *Mizah Tarzları Ölçeği'nin (The Humor Styles Questionnaire) Uyarlama Çalışması*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yerlikaya, E. E. (2009). *Üniversite Öğrencilerinin Mizah Tarzları İle Algılanan Stres, Kaygı Ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yerlikaya, İ. (2006). *Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım Ve Hobi Terapiye Dayalı Umud Eğitimi Programlarının İlköğretim Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyine Etkisi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yerlikaya, N. (2007). *Lise Öğrencilerinin Mizah Tarzları İle Stresle Başa Çıkma*

*Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Adana.

Yıldırım, İ., Ergene, T. (2003). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Yordayıcısı Olarak Sınav Kaygısı, Boyun Eğici Davranışlar Ve Sosyal Destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25, 224-234.

Yıldırım, İ. (2004a). Depresyonun Yordayıcısı Olarak Sınav Kaygısı, Gündelik Sıkıntılar Ve Sosyal Destek. *H. Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27, 241-250.

Yıldırım, İ. (2004b). Lise Öğrencilerinde Boyun Eğici Davranışların Yaygınlığı. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26, 220-228.

Yıldırım, S. (2007). *Anaokulu Öğretmenlerinde Tükenmişlik Düzeyi Ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yoltaş, N. (2004). *Karikatür Ve Mizah*. 10. Uluslararası Karikatür Festivali. Ankara.

Yüksel, İ. (2003). İşsizliğin Psiko-Sosyal Sonuçlarının İncelenmesi (Ankara Örneği). *Cumhuriyet Üniversitesi, İktisadi Ve İdari Bilimler Dergisi*. Cilt 4, 2, 21-38.

Zelvys, V.I. (1990). Obscene Humor: What The Hell? *Humor: International Journal Of Humor Research*, 3, 323-332.



### **İnternet Kaynakları**

[http://www.facebook.com/note.php?note\\_id=10150107887553800&id=49108326384](http://www.facebook.com/note.php?note_id=10150107887553800&id=49108326384)

<http://www.gnoxis.com/milgram-deneyi-29448.html>

<http://www.ygslyssistemi.com/insan-ve-davranisi/3410-sosyal-etk-kurami.pdf>

**Ek 1**

**Kişisel Bilgi Formu**

1. Cinsiyetiniz

Kız

Erkek

2. Bölüm

Pdr

Türkçe Öğretmenliği

Sosyal Bilgiler Öğretmenliği

Fen Bilgisi Öğretmenliği

Bilgisayar Öğretmenliği

Sınıf Öğretmenliği

Okul Öncesi Öğretmenliği

Zihin Engelli Öğretmenliği

3. Sınıf

1.Sınıf

2.Sınıf

3.Sınıf

4.Sınıf

4. Barınma Şekli

Ailesiyle Birlikte

Devlet Yurdu

Özel Yurt

Arkadaşlarıyla

5. Yerleşim Şekli

Köy

İlçe

İl

Büyükşehir

6. Dünyaya Geliş Sırası

İlk Çocuk

Ortanca

Son Çocuk

**EK 2****MİZAH TARZLARI ÖLÇEĞİ**

İnsanlar Mizahı Çok Farklı Biçimlerde Yaşar Ve Dışa Vururlar. Aşağıda Mizahın Yaşanabileceği Farklı Biçimleri İfade Eden Cümleler Yer Almaktadır. Lütfen Her Bir Cümleyi Dikkatle Okuyarak O İfadeye Ne Ölçüde Katıldığınızı Ya Da Katılmadığınızı Belirtin. Lütfen Mümkün Olduğunca Dürüst Ve Tarafsız Olarak Yanıtlamaya Çalışın.

	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 İzin Veriyorum.							
5. İnsanları Güldürmek İçin Çok Fazla Uğraşmam Gerekmez - Doğuştan Espriyi Bir İnsan Gibiyimdir.							
6. Tek Başıma Bile Olsam Çoğunlukla Yaşamın Gariplikleriyle Eğlenirim.							
7. İnsanlar Asla Benim Mizah Anlayışım Yüzünden Gücenmez Ya Da İncinmezler.							
8. Kendimi Yermem Ailemi Ya Da Arkadaşlarımı Güldürüyorsa Eğer, Çoğunlukla Bu İşi Kendimden Geçerek Yaparım.							
9. Başımdan Geçen Komik Şeyleri Anlatarak İnsanları Pek Güldürmem.							
10. Üzgün Ya Da Mutsuzsam, Kendimi Daha İyi Hissetmek İçin Genellikle O Durumla İlgili Gülünç Bir Şeyler Düşünmeye Çalışırım.							
11. Espri Yaparken Ya Da Komik Bir Şey Söylerken Genellikle Karşımdakilerin Bunu Nasıl Kaldıracağını Pek Önemsemem.							
12. Çoğunlukla Kendi Gücsüzlüklerim, Gaflarım Ya Da Hatalarımla İlgili Gülünç Şeylerden Söz Ederek, İnsanların 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 İçin Kullanmalarından Hoşlanmam.							
16. Çoğunlukla Kendi Kendimi Kötüleyen Ya Da Alaya Alan Espriler Yapmam.							
17. Genellikle Fıkra Anlatmaktan Ve İnsanları Eğlendirmekten Hoşlanmam.							
18. Tek Başınaysam Ve Mutsuzsam, Kendimi Neşelendirecek Gülmüş Şeyler Düşünmeye Çalışırım.							
19. Bazen Öyle Komik Şeyler Gelir Ki Aklıma Bunlar İnsanları İncitebilecek, 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 İçin 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 Espirili Şeyler Gelmez.							
30. Neşelenmek İçin Başkalarıyla Birlikte Olmam Gerekmez, Genellikle Tek Başınaysam Bile Gülecek Şeyler Bulabilirim.							
31. Bir Şey Bana Gerçekten Gülmüş Gelse Bile, Birini Gücendirecekse Eğer, Buna Gülmem Ya Da Bununla İlgili Espri Yapmam.							
32. Başkalarının Bana Gülmesine İzin Vermek; Benim, Ailemi Ve Arkadaşlarımı Neşelendirme Tarzımdır.							

**EK 3****BECK UMUTSUZLUK ÖLÇEĞİ**

Aşağıda Geleceğe İlişkin Düşünceleri İfade Eden Bazı Cümleler Verilmiştir. Lütfen Her Bir İfadeyi Okuyarak, Bunların Size Ne Kadar Uygun Olup Olmadığına Karar Veriniz. Okuduğunuz İfade Size Uygun İse “Evet”, Uygun Değil İse “Hayır” İfadesinin Altındaki Kutunun İçine (X) İşareti Koyunuz.

	<b>EVE T</b>	<b>HAYI R</b>
1. Geleceğe Umut Ve Coşkuyla Bakıyorum.		
2. Kendim İle İlgili Şeyleri Düzeltemediğime Göre Çabalamayı Bıraksam İyi Olur.		
3. İşler Kötüye Giderken Bile Her Şeyin Hep Böyle Kalmayacağını Bilmek Beni Rahatlatıyor.		
4. Gelecek On Yıl İçinde Hayatımın Nasıl Olacağını Hayal Bile Edemiyorum.		
5. Yapmayı En Çok İstedğim Şeyleri Gerçekleştirmek İçin Yeterli Zamanım Var		
6. Benim İçin Çok Önemli Konularda İleride Başarılı Olacağımı Umuyorum.		
7. Geleceğimi Karanlık Görüyorum.		
8. Dünya Nimetlerinden Sıradan Bir İnsandan Daha Fazla Yararlanacağımı Umuyorum		
9. İyi Fırsatları Yakalayamıyorum. Gelecekte Yakalayacağıma İnanmam İçin De Hiçbir Neden Yok.		
10. Geçmiş Deneyimlerim Beni Geleceğe İyi Hazırladı.		
11. Gelecek Benim İçin Hoş Şeylerden Çok Tatsızlıklarla Dolu Görünüyor.		
12. Gerçekten Özlediğim Şeylere Kavuşabileceğimi Umuyorum.		
13. Geleceğe Baktığımda Şimdikine Oranla Daha Mutlu Olacağımı Umuyorum.		
14. İşler Bir Türlü Benim İstedğim Gibi Gitmiyor.		
15. Geleceğe Büyük İncamım Var.		
16. Arzu Ettiğim Şeyleri Elde Edemeyeceğime Göre Bir Şeyler İstemek Aptallık Olur.		
17. Gelecekte Gerçek Doyuma Ulaşmam İmkansız Gibi.		
18. Gelecek Bana Bulanık Ve Belirsiz Görünüyor.		
19. Kötü Günlerden Çok, İyi Günler Bekliyorum.		
20. İstedğim Şeyleri Elde Etmek İçin Çaba Göstermenin Gerçekten Yararı Yok, Nasıl Olsa Onu Elde Edemeyeceğim.		

## EK 4

### BOYUN EĞİCİ DAVRANIŞLAR ÖLÇEĞİ

Aşağıda, İnsanların Sosyal Ortamlardayken Yaptıkları Bazı Davranışlar Ve Yaşadıkları Bazı Duygular Verilmiştir. Her Cümleyi Dikkatle Okuyun Ve Böyle Bir Davranışın Sizin İçin Ne Kadar Geçerli Olduğunu, Sizi Ne Kadar Tanımladığını Aşağıdaki Ölçeği Dikkate Alarak, O Cümlenin Yanındaki Bölmede İşaretleyin.

**1.Hiç Tanımlamıyor 2.Biraz Tanımlıyor 3.Oldukça İyi Tanımlıyor 4. İyi Tanımlıyor 5. Çok İyi Tanımlıyor**

1. Belirli Bir Konuda Benim Hatam Olmasa Da Hatalı Olduğum Söyleniyorsa Tatsızlık Çıkmasın Diye Sesimi Çıkarmam	1	2	3	4	5
2. Kendim Yapmaktan Hoşlanmasam Da Diğer İnsanlar Yapıyor Diye Bazı Davranışları Yaparım.	1	2	3	4	5
3. Paramın Üstü Eksik Verilmiş Olsa Da, Sesimi Çıkarmadan	1	2	3	4	5
4. Başkalarının Beni Eleştirmesine Ve Aşağılamasına İzin Verir Kendimi Savunamam	1	2	3	4	5
5. Sevdiğim Kişi Benden Yakınlık İstediyinden, O Anda İçimden	1	2	3	4	5
6. Konuşmaya Çalışırken Birisi Lafımı Ağzımdan Alıp Konuşmayı Sürdürse, Ben Susarım.	1	2	3	4	5
7. Küçük Hatalarım Yüzünden Sürekli Özür Dilerim.	1	2	3	4	5
8. Annem / Babam Benim Hakkımda Hoş Olmayan Şeyler Söylerken, Ben Sessizce Dinlerim.	1	2	3	4	5
9. Arkadaşlarıma Kızdığım Zaman, Bu Kızgınlığımı Onlara Söylemem	1	2	3	4	5
10. Arkadaş Toplantılarında Konuşmaları Yönlendirmeyi Başkalarına Bırakırım.	1	2	3	4	5
11. İnsanların, Benimle Konuşurken Gözlerimin İçine	1	2	3	4	5
12. Herhangi Biri Benim İçin Küçük Bir İyilikte Bile Bulunsa, İçtenlikle Ve Tekrar Tekrar Teşekkür Ederim.	1	2	3	4	5
13. İnsanlarla Göz Göze Gelmekten Kaçınırım.	1	2	3	4	5
14. Arkadaş Toplantılarında, Konuyu Açan Kişi Hiçbir Zaman Ben Olmam.	1	2	3	4	5
15. İnsanlar İsrarla Bana Baktıklarında Yüzüm Kızarır.	1	2	3	4	5
16. Birinin Davetini Geri Çevirirken Mutlaka Hastalık Gibi Önemli Bir Bahane Bulmaya Çalışırım.	1	2	3	4	5

## ÖZGEÇMİŞ

1988 yılında Bursa'da doğdu. 1994 yılında ilköğrenime başladı ve ilköğrenimini Bursa'nın Hacı Huriye Tınç İlköğretim okulunda "pekiyi" derecesiyle tamamladı. 2002 yılında ortaöğrenime kaydoldu ve ortaöğrenimini Bursa'da Yıldırım Bayezid Lisesinde birincilikle tamamladı. 2005 yılında Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Ana Bilim Dalını kazandı. 2009 yılında yükseköğretimini bölüm birinciliği ve Eğitim Fakültesi birinciliği ile tamamladıktan sonra 2009 yılında Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümünde yüksek lisans yapmaya hak kazandı.

buraksayar16@gmail.com