

**T.C.  
ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ (UYGULAMALI / KLİNİK PSİKOLOJİ)  
ANABİLİM DALI**

**KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE PSİKOLOJİK BELİRTİLER  
ARASINDAKİ İLİŞKİDE KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI  
VE MİZAH TARZLARININ ARACI ROLÜ**

Yüksek Lisans Tezi

Serel AKDUR

Ankara – 2014

**T.C.  
ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ (UYGULAMALI / KLİNİK PSİKOLOJİ)  
ANABİLİM DALI**

**KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE PSİKOLOJİK BELİRTİLER  
ARASINDAKİ İLİŞKİDE KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI  
VE MİZAH TARZLARININ ARACI ROLÜ**

Yüksek Lisans Tezi

Serel AKDUR

Tez Danışmanı  
Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN

Ankara – 2014

T.C.  
ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ (UYGULAMALI-KLİNİK PSİKOLOJİ)  
ANABİLİM DALI

**KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE PSİKOLOJİK BELİRTİLER  
ARASINDAKİ İLİŞKİDE KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI  
VE MİZAH TARZLARININ ARACI ROLÜ**

Yüksek Lisans Tezi

Tez Danışmanı: **Prof. Dr. Ayşegül DURAK-BATIGÜN**

Tez Jürisi Üyeleri

**Adı ve Soyadı**

**İmzası**

.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

Tez Sınavı Tarihi .....

**T.C.**  
**ANKARA ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE**

Bu belge ile, bu tezdeki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak toplanıp sunulduğunu beyan ederim. Bu kural ve ilkelerin gereği olarak, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce ve sonuçları andığımı ve kaynağını gösterdiğimi ayrıca beyan ederim.(...../...../20...)

Tezi Hazırlayan Öğrencinin  
Adı ve Soyadı

.....

İmzası

.....

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisans tez sürecimin her aşamasında sahip olduğu bilgi ve tecrübenin yanı sıra sıcaklığı, güler yüzü ve sonsuz desteğiyle bana rehberlik eden, karşılaştığım her problemde çekinmeden yanına gidebildiğim değerli hocam, tez danışmanım Prof. Dr. Ayşegül Durak Batıgün'e teşekkürlerimi sunuyorum. Tez jürimde yer alan Doç. Dr. Banu Yılmaz'a ve Yrd. Doç. Dr. Okan Cem Çırakoğlu'na, tezimi son haline getirmemdeki değerli katkı ve önerileri için teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca verdikleri derslerle ufkumu genişleten Ankara Üniversitesi Psikoloji Bölümü değerli öğretim üyelerine ve motivasyonumu yüksek tutmama yardımcı olan, desteklerini esirgemeyen araştırma görevlisi arkadaşlarıma teşekkür ederim.

Tezime katkılarının yanı sıra yardıma ihtiyaç duyduğum her anda ve her alanda tüm sıcaklıkları, içtenlikleri ve yardımseverlikleriyle yanımda olan değerli meslektaşlarım Gözde Gökçe, Melike Guzey, İbrahim Yiğit, Melis Çelik, Ahmet Çağlar Ok ve FatmaYaşın'a çok teşekkür ederim.

Tanıştığımız gün temelini attığımız ve sonrasında kat üstüne kat çıktığımız tüm anlarımız, samimiyetimiz, mutluluklarımız, hüznlerimiz ve birbirimizi anlayabilmemizin verdiği huzur için İrem Eker'e ve Damla Yanıkkol'a teşekkürlerimi borç bilirim.

Önüme çıkan engeller karşısında desteğini esirgemediği, pratik çözümleriyle bu süreci kolaylaştırdığı ve varlığıyla kendimi daha güçlü hissetmemi sağladığı için Arş. Gör. Gökhan Kabacaoğlu'na teşekkür ederim.

Kelimlelerle ifade edemeyeceğim sıcak dostluğunun yanı sıra birlikte yürüttüğümüz tez sürecinde, yeri geldiğinde bana kendimden çok inanan ve güvenen, sıkıldığım ve sıkıştığım her an yanımda olan, bilgilerini ve düşüncelerini paylaşarak bana yeni kapılar açabilen Arş. Gör. Büşra Aslan'a her şeyden önce hayatımda olduğu için teşekkür ederim.

Bugün olduğum yerde bulunmamda büyük katkısı olan, yaşadığım her an'a, her duyguya nerede olursa olsun eşlik edebilen, koşulsuz güvенеbildiğim dostum Gökçe Karayeğen'e teşekkür ederim.

Son olarak, verdiğim her kararda arkamda olan, bu zamana kadar bana her türlü desteklerini veren, sevgilerini her an yanımda hissettiğim, varlıklarıyla kendimi dünyanın en şanslı kişisi saymamı sağlayan annem Elife, babam Serdal ve kardeşim Veysi'ye bütün kalbimle teşekkür ederim.

## İÇİNDEKİLER

<b>BÖLÜM I.....</b>	<b>1</b>
<b>GİRİŞ .....</b>	<b>1</b>
<b>1.1. MİZAH VE MİZAH DUYGUSU .....</b>	<b>3</b>
1.1.1. Mizah Kuramları .....	6
1.1.1.1. Psikoanalitik Kuram.....	6
1.1.1.2. Uyuşmazlık Kuramları .....	8
1.1.1.3.Üstünlük Kuramları .....	9
1.1.2. Mizah Tarzları .....	11
1.1.2.1. Katılımcı Mizah .....	13
1.1.2.2. Kendini Geliştirici Mizah.....	13
1.1.2.3. Saldırgan Mizah .....	14
1.1.2.4. Kendini Yıkıcı Mizah.....	14
1.1.3.Mizah Tarzları ile İlişkili Demografik Değişkenler.....	15
<b>1.2. KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ.....</b>	<b>19</b>
1.2.1. Beş Faktör Kişilik Modeli.....	21
1.2.2. Kişilik Özellikleri ve Mizah Tarzları ile İlgili Çalışmalar .....	24
<b>1.3. KİŞİLERARASI İLİŞKİLER.....</b>	<b>30</b>
1.3.1. Kişilerarası İlişkiler ile İlgili Çalışmalar.....	34
<b>1.4. YAŞAM DOYUMU.....</b>	<b>37</b>
1.4.1.Yaşam Doymu ile Mizah Tarzları, Psikolojik Belirtiler ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Çalışmalar .....	40
<b>1.5. ARAŞTIRMANIN AMACI.....</b>	<b>51</b>
<b>BÖLÜM II .....</b>	<b>53</b>
<b>YÖNTEM.....</b>	<b>53</b>

2.1. Katılımcılar .....	53
2.2. Veri Toplama Araçları .....	54
2.2.1. Bilgilendirilmiş Onam .....	55
2.2.2. Kişisel Bilgi Formu .....	55
2.2.3. Beş Faktör Kişilik Envanteri (BFKÖ).....	56
2.2.4. Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ).....	57
2.2.5. Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği (KITÖ) .....	58
2.2.6. Kısa Semptom Envanteri (KSE) .....	59
2.3. İşlem .....	60
<b>BÖLÜM III.....</b>	<b>62</b>
<b>BULGULAR.....</b>	<b>62</b>
3.1. Sosyo-Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular .....	62
3.2. Korelasyon Analizleri .....	66
3.2.1. Kısa Semptom Envanteri Alt Boyutları ile Tüm Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar.....	66
3.2.2. Diğer Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar .....	69
3.3. Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenler.....	73
3.4. Kişilik Özellikleri ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Mizah Tarzlarının ve Kişilerarası İlişki Tarzlarının Aracı Rolünün Değerlendirilmesi.....	76
3.4.1. Kişilik Özellikleri ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Mizah Tarzlarının Aracı Rolü.....	80
3.4.1.1. Dışadönüklük ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Mizah Tarzlarının Aracı Rolü.....	80
3.4.1.2. Özdenetim ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Mizah Tarzlarının Aracı Rolü.....	83
3.4.1.3. Yumuşak Başlılık ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Mizah Tarzlarının Aracı Rolü.....	86



3.4.1.4. Nevrotiklik ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Mizah Tarzlarının Aracı Rolü.....	88
3.4.2. Kişilik Özellikleri ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Kişilerarası İlişki Tarzlarının Aracı Rolü.....	91
3.4.2.1. Dışadönüklük ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Kişilerarası İlişki Tarzlarının Aracı Rolü.....	91
3.4.2.2. Özdenetim ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Kişilerarası İlişki Tarzlarının Aracı Rolü.....	94
3.4.2.3. Yumuşak Başlılık ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Kişilerarası İlişki Tarzlarının Aracı Rolü.....	96
3.4.2.4. Nevrotiklik ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Kişilerarası İlişki Tarzlarının Aracı Rolü.....	98
3.5. Regresyon ve Aracı Değişken Analizlerinde Elde Edilen Bulguların Bir Arada Gösterilmesi.....	100
<b>BÖLÜM IV .....</b>	<b>102</b>
<b>TARTIŞMA .....</b>	<b>102</b>
4.1. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler.....	120
<b>ÖZET.....</b>	<b>122</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>124</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>126</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>145</b>
<b>EK 1.</b> Bilgilendirilmiş Onam.....	145
<b>EK 2.</b> Kişisel Bilgi Formu .....	146
<b>EK 3.</b> Beş Faktör Kişilik Envanteri .....	148
<b>EK 4.</b> Mizah Tarzları Ölçeği .....	149

**EK 5.** Kişilerarası İlişki Tarzı Ölçeği ..... 151

**EK 6.** Kısa Semptom Envanteri..... 153

## TABLULAR DİZİNİ

<b>Tablo 2.1.</b> Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	54
<b>Tablo 3.1.</b> Cinsiyet Değişkenine Göre Araştırma Değişkenlerinden Alınan Puanlar için Yapılan Çok Değişkenli Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları .....	63
<b>Tablo 3.2.</b> SED Değişkenine Göre Araştırma Değişkenlerinden Alınan Puanlar için Yapılan Çok Değişkenli Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları .....	65
<b>Tablo 3.3.</b> KSE ile Diğer Tüm Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar .....	66
<b>Tablo 3.4.</b> Diğer Değişkenlerin Birbirleri ile Arasındaki Korelasyon Değerleri .....	70
<b>Tablo 3.5.</b> Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenler .....	75
<b>Tablo 3.6.</b> Kişilik Özellikleri ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü İncelenen Değişkenler.....	79
<b>Tablo 3.7.</b> Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları (Dışadönüklük- Mizah Tarzları) .....	83
<b>Tablo 3.8.</b> Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları (Özdenetim- Mizah Tarzları) .....	85
<b>Tablo 3.9.</b> Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları (Yumuşak Başlılık- Mizah Tarzları).....	88
<b>Tablo 3.10.</b> Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları (Nevrotiklik- Mizah Tarzları) .....	90
<b>Tablo 3.11.</b> Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları (Dışadönüklük- Kişilerarası İlişki Tarzları).....	93
<b>Tablo 3.12.</b> Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları (Özdenetim- Kişilerarası İlişki Tarzları).....	96

<b>Tablo 3.13.</b> Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları (Yumuşak Başlılık- Kişilerarası İlişki Tarzları) .....	98
<b>Tablo 3.14.</b> Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için NoktaTahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları (Nevrotiklik- Kişilerarası İlişki Tarzları).....	100
<b>Tablo 3.15.</b> Regresyon ve Aracı Değişken Analizi Bulguları.....	101

## ŞEKİLLER

<b>Şekil 1.1.</b> Mizah Tarzları .....	12
<b>Şekil 3.1.</b> Psikolojik belirtileri yordayan değişkenlere ilişkin hiyerarşik regresyon analizi aşamaları.....	74
<b>Şekil 3.2.</b> Katılımcı Mizah, Kendini Geliştirici Mizah ve Saldırgan Mizahın, Dışadönüklük ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini .....	81
<b>Şekil 3.3.</b> Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizahın, Özdenetim ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini.....	84
<b>Şekil 3.4.</b> Katılımcı Mizah, Kendini Geliştirici Mizah ve Saldırgan Mizahın, Yumuşak Başlılık ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini....	86
<b>Şekil 3.5.</b> Katılımcı Mizah, Kendini Geliştirici Mizah ve Saldırgan Mizahın, Nevrotiklik ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. ....	89
<b>Şekil 3.6.</b> Besleyici Tarz ve Ketleyici Tarzın, Dışadönüklük ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. ....	92
<b>Şekil 3.7.</b> Besleyici Tarz ve Ketleyici Tarzın, Özdenetim ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. ....	94
<b>Şekil 3.8.</b> Besleyici Tarz ve Ketleyici Tarzın, Yumuşak Başlılık ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini.....	96
<b>Şekil 3.9.</b> Besleyici Tarz ve Ketleyici Tarzın, Nevrotiklik ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini .....	98

## BÖLÜM I

### GİRİŞ

Sözlük anlamı açısından incelendiğinde mizahın, “kimi düşünceleri nükte, şaka ve takılmalarla süsleyip anlatan söz ya da yazı çeşidi” (TDK Sözlüğü, 1969) ve “gülmece” (TDK Sözlüğü, 2009) olarak tanımlandığı görülmektedir. The Oxford English Dictionary ise mizahı (humour) “gülünç veya eğlenceli şeyleri algılama ve bunları konuşarak, yazarak ya da diğer şekillerde ifade etme becerisi” olarak tanımlamaktadır (The Oxford English Dictionary, 1989).

Bu alandaki literatür incelendiğinde, mizah duygusunun psikolojik sağlığa olumlu katkıları olduğu fikrinin yaygın olduğu görülmektedir. Freud (1905), bireyin olumsuz durumlarla karşılaştığında, gerçekçi bakış açısını yitirmeden olumsuz duygularından kaçınmasına yardımcı olması bakımından mizahı, sağlıklı savunma mekanizmalarından biri olarak tanımlamaktadır. Mizahı stresle başa çıkmak için kullanan bireylerin kaygı ve depresyon düzeylerinin, kullanmayan bireylerden daha düşük olduğunu gösteren araştırma sonuçları da literatürde mevcuttur (Abel, 2002; Kuiper, Martin ve Olinger, 1993; Nezlek ve Derks, 2001). Ancak bu araştırmaların en önemli sınırlılığı, mizahın sadece tek bir boyutuyla ele alınması ve olumlu/uyumlu bir kavram olarak değerlendirilmesidir. Bu sınırlılığı göz önünde bulunduran Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray ve Weir (2003), mizahı açıklamaya çalışan Uyuşmazlık Kuramlarını ve mizah kullanımındaki bireysel farklılıklara odaklanan *birey odaklı* (agency) ve *grup odaklı* (communion) kişilik yapılarını referans alarak, mizah duygusu modelini geliştirmişlerdir. Bu modele göre günlük hayatta kullanılan dört temel mizah tarzı bulunmaktadır: katılımcı mizah (affiliative humor), kendini

geliştirici mizah (self-enhancing humor), saldırgan mizah (aggressive humor) ve kendini yıkıcı mizah (self-defeating humor).

Kullanılan mizah tarzı ile depresyon, anksiyete ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara bakıldığında; kendini yıkıcı mizah tarzına sahip olan bireylerin depresyon ve anksiyete düzeylerinin, katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah tarzına sahip olan bireylerden daha yüksek; yaşam doyumu düzeylerinin ise daha düşük olduğu sonucuyla karşılaşılmaktadır (Cheung ve Yue, 2013; Frewen, Brinker, Martin ve Dozios, 2008; Kuiper, Grimshaw, Leite ve Kirsh, 2004; Martin ve ark., 2003). Buradan da anlaşılacağı gibi sadece mizah kullanımı değil; kullanılan mizah tarzı da bireylerin psikolojik belirtilerini ve yaşam doyumu düzeylerini etkilemektedir.

Bireylerin kullandıkları mizah tarzları, sahip oldukları kişilik özelliklerine göre farklılaşmaktadır. Bu alanla ilgili literatür incelendiğinde nevrotiliklik (neuroticism) düzeyi yüksek olan bireylerin kendini yıkıcı mizah; dışadönüklük (extraversion) ve gelişime açıklık (openness to experience) düzeyi yüksek olan bireylerin katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah; yumuşak başlılık (agreeableness) ve özdenetim (conscientiousness) düzeyi düşük olan bireylerin ise saldırgan mizah kullanma eğiliminde oldukları görülmektedir (Jovanovic, 2011; Martin ve ark., 2003; Saroglou ve Scariot, 2002).

Toplumsal bir varlık olan insan, diğer bireylerle iletişim kurarken sıklıkla mizahtan yararlanmaktadır. Martin'e (2007) göre mizah sürecini psikolojik bir perspektifle ele aldığımızda karşılaştığımız en önemli bileşen sosyal bağlamdır. Bu bileşen, bireylerin diğer insanlarla birlikteyken şaka yapıp gülmelerine dikkat

çekmektedir. Mevcut çalışma da bu noktalardan hareketle planlanmıştır. Bireylerin sahip oldukları kişilerarası ilişki tarzlarının, kişilik özellikleriyle ilişkili olabileceği düşünülmüş; başka bir deyişle, kişilerarası ilişkilerde sahip olunan “besleyici” ve “ketleyici” tarz ile kişilik özellikleri ve kullanılan mizah tarzı arasında bir ilişki olabileceği varsayımı ile hareket edilmiştir. Ayrıca tüm bu ilişkilerin psikolojik belirtiler bağlamında da ele alınabileceği düşünülmüştür.

Yukarıda belirtilen bilgilerden hareketle, bu çalışmada üniversite öğrencilerinin kullandıkları mizah tarzlarına ilişkin bilgi sağlamak ve kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide mizah tarzlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı rolünü belirlemek hedeflenmiştir. Üniversite öğrencilerinde psikolojik belirtileri yordayan değişkenleri saptamak da bu araştırmanın başka bir amacını oluşturmaktadır. Bu amaçlar doğrultusunda, izleyen bölümlerde mizah kavramını açıklamaya yönelik kuramlar ve mizah duygusu modeli ele alındıktan sonra, mizah tarzlarının kişilik özellikleri, kişilerarası ilişkiler, psikolojik belirtiler ve yaşam doyumu ile olan ilişkilerine değinilecektir.

## **1.1. MİZAH VE MİZAH DUYGUSU**

Mizah, yüzyıllar boyunca felsefe, sosyoloji, psikoloji, edebiyat gibi farklı bilimlerin ilgilendiği; Platon, Aristoteles, Descartes, Kant, Schopenhauer, Spencer, Hobbes, Bergson, Darwin, Piaget ve Freud gibi pek çok düşünür ve bilim adamının tanımlamaya ve açıklamaya çalıştığı bir kavramdır. Konu hakkında çok fazla şey yazılmış olsa da bu kavramla ilgili üzerinde uzlaşılan açık bir tanım yapılamamıştır (Yerlikaya, 2009).



Mizah kavramının etimolojisi incelendiğinde, bu kelimenin Latince akışkan, akıcı, sıvı anlamlarına gelen “humorem”den geldiği görülmektedir. Antik Yunan’da yaşamış olan ve tıbbın babası olarak kabul edilen Hipokrat, fiziksel sağlığın, beden tarafından üretilen kan, balgam, kara safra ve sarı safra olmak üzere dört sıvı (humor) arasındaki dengeye bağlı olduğunu; aynı zamanda bu dört salgının insanın karakterini oluşturduğunu söylemiştir. Daha sonra Galen, iyimser ve neşeli mizaca sahip olmayla vücuttaki kan oranının yüksek olması arasındaki ilişkiye dikkat çekmiştir. “Humor” kavramı, Hipokrat’ın tezinden yola çıkılarak zamanla ruh halini anlatır hale gelmiş, sonra da günümüzde kullanılan anlamına kavuşmuştur (Martin, 2007).

Martin’e (2007) göre mizah süreci psikolojik bir perspektifle ele alındığında dört temel bileşenle karşılaşılmaktadır: (1) sosyal bağlam, (2) bilişsel-algısal süreç, (3) duygusal tepki ve (4) sesli ve davranışsal gülme ifadesi. Bireyler, genellikle diğer insanlarla birlikteyken şaka yaparlar ve gülerler. Yalnız olduklarında ise çoğunlukla izledikleri komedi programlarına, okudukları komik kitaplara ve hatırladıkları eğlenceli olaylara gülerler. Bu açıdan değerlendirdiğimizde bireylerin yalnızken güldükleri şeylerin bile diğer insanları içerdiği ve mizahın bu yönüyle sosyal bir olgu olduğu söylenebilir. Ayrıca insanların bir olayı sadece duyması, görmesi ya da hatırlaması o olayı komik bulması için yeterli olmamaktadır. Mizah sürecinin bilişsel-algısal bileşeni olarak, bireylerin çevreden ya da kendi belleklerinden getirdikleri bilgileri işlemeleri, yorumlamaları ve komik olduğuna karar vermeleri gerekmektedir. Bir durumun komik olarak algılanması, zihinsel tepkinin yanı sıra eğlence, neşe, keyif gibi bir duygusal tepkiyi de harekete geçirmektedir. Mizah

sürecine eşlik eden bu hoş tepkiler de gülme ya da gülümseme şeklinde davranışsal bir tepkiye de yol açmaktadır.

Mizah duygusu (sense of humor) ise mizah gibi yüzyıllardır üzerinde çalışılmış olmasına rağmen tanımı konusunda fikir birliğine varılamamış başka bir kavramdır. Platon, Aristoteles, Hobbes, Descartes, Kant, Freud ve Bergson gibi pek çok düşünür ve kuramcı, neden bazı durumlarda gülerken bazı durumlarda gülmediğimizi ve hangi zihinsel, duygusal ve güdüsel süreçlerde mizahı deneyimlediğimizi açıklamaya çalışmışlardır. Mizah duygusuna sahip olabilmek için gerekli olan bireysel özellikler belirgin olarak tanımlanamamış olsa da bireylerin farklı derecelerde mizah duygusuna sahip oldukları konusunda fikir birliği sağlanmıştır.

Eysenck (1972) mizah duygusu kavramını üç farklı durumu ifade etmek için kullanmaktadır: (1) karşımızdaki bireyin bizimle aynı şeye gülmesi, (2) bireyin çok fazla şeye gülüyor ve kolayca eğlenebiliyor olması, (3) bireyin komik şeyler söyleyerek çevresindekileri çok fazla güldürmesi.

Hehl ve Ruch (1985), Eysenck'in listesini geliştirerek bireylerin mizah duygusuna farklı derecelerde sahip olmalarına neden olabilecek farklılıkları açıklamaya çalışmışlardır. Bu görüşe göre bireylerin (1) mizahi uyarınları ve şakaları anlama dereceleri; (2) mizahı niteliksel ve niceliksel olarak ifade ediş tarzları; (3) mizahi yorumlar ve algılar yaratma becerileri; (4) farklı tarzlardaki şakaları, karikatürleri ya da diğer mizahi materyalleri beğenmeleri; (5) etkin bir biçimde kendilerini güldürebilecek kaynaklar aramaları; (6) komik olayları ve fıkraları

hatırlamaları ve (7) mizahı bir başa çıkma mekanizması olarak kullanma eğilimleri mizah duygusundaki bireysel farklılıklara sebep olmaktadır.

Sonuç olarak mizah duygusu, mizahın sadece olumlu (uyumlu) kullanımının ele alındığı, diğer insanları güldürebilme ve eğlendirebilme yeteneğini içeren, sosyal olarak arzu edilen tutarlı bir kişilik özelliğidir. Ayrıca mizah duygusu, tek boyutlu bir kavram değil; mizahın farklı bileşen, yapı ve işlevlerine sahip olmak üzerine kurulmuş bir grup beceri ve yetenektir (Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray ve Weir, 2003).

### **1.1.1. Mizah Kuramları**

Mizah kuramları incelendiğinde, mizah kavramını tanımlarken ortaya çıkmış olan fikir ayrılıklarının, mizahın doğasını açıklamaya çalışan kuramcılar arasında da devam ettiği görülmektedir. Literatürde sıkça yapıldığı gibi mizahın doğasına ilişkin kuramlar, Psikoanalitik Kuram, Uyuşmazlık Kuramları ve Üstünlük Kuramları olmak üzere üç temel başlık altında incelenebilmektedir.

#### **1. 1. 1.1. Psikoanalitik Kuram (Psychoanalytic Theory)**

Freud, mizah hakkındaki düşüncelerini iki yayımla ortaya koymuştur. Bunlar; 1905 yılında yayınlamış olduğu “Espriler ve Bilinçdışı ile İlişkisi” isimli kitabı ve 1928 yılında yayınlamış olduğu “Mizah” başlıklı makalesidir. Freud’a (1905) göre gülmeye ilişkili konular, “espriler”, “gülünç durumlar” ve “mizah” başlıkları altında

ele alınabilmektedir. Bu üç süreçte de farklı durumlarda kullanılmak üzere saklanmış psişik enerjinin gülme davranışıyla birlikte harcanması söz konusudur.

Esprilerde süperegonun ifade etmeye izin vermediği cinsellik ve saldırganlık dürtülerinin, kelimelerin yerini değiştirmek, kısaltmak, birleştirmek gibi birtakım teknikler kullanarak ifade edilmesi sonucu ortaya çıkan haz söz konusudur. Freud, esprileri masum espriler ve kasıtlı espriler olarak ikiye ayırmaktadır. Masum espriler, daha çok zihinsel bileşenlerle ilişkili olan, espriyi dinleyen kişide hafif bir gülümsemenin oluşmasını sağlayan esprilerdir. Ancak kasıtlı espriler, cinsellik ve saldırganlık dürtülerinden beslenirler ve hem espriyi yapanın hem de dinleyen kişinin gülmesine sebep olurlar. Espriyi yapan kişide de dinleyen kişide de bastırılmış bu dürtülerin ifade edilmiş olması, normalde bu dürtüleri bastırmak için kullanılan psişik enerjinin, artık ihtiyaç duyulmadığı için gülme yoluyla boşaltılmasına neden olmaktadır (Freud, 1905).

Gülmeyle ilişkili konularda ikinci kategoriye oluşturan gülünç durumlar, düşme ve kalkmalara dayanan sakarlıklardan oluşmaktadır. Espriden farkı ise sözel olarak ifade edilmemesi ve ortaya çıkması için ikinci bir kişiye ihtiyaç duyulmamasıdır. Gülünç durumlara gülmemizin sebebi, olayı gözleyen ya da deneyimleyen kişi olarak mantık çerçevesinde ne olacağına dair bir beklenti içine girmemiz ve bu esnada bir enerjiyi harekete geçirmemizdir. Beklentilerimiz gerçekleşmediğinde, bu enerji gereksiz hale gelmekte ve gülme davranışıyla boşaltılmaktadır. Freud, gülünç durumlara gülmemizin sebebini, aslında çocukluğa ait gülme davranışını yeniden kazanmamıza bağlamaktadır (Freud,1905).

Üçüncü kategori olan mizahta ise, bireylerin normalde öfke, korku, üzüntü gibi olumsuz duyguları deneyimleyeceği durumlardaki eğlendirici ve aykırı bileşenleri fark etmeleri sonucu bakış açılarını değiştirmeleri ve olumsuz duyguları yaşamaktan kaçınmaları söz konusudur. Freud'un tanımlamış olduğu mizah, bireyin kendi kusurlarına ve zayıflıklarına gülebilmesini beraberinde getirmekte ve stresle başa çıkmayı sağlamaktadır (Martin, 2007).

### **1. 1. 1. 2. Uyuşmazlık Kuramları (Incongruity Theory)**

Psikoanalitik kuramlar mizahın duygusal ve güdüsel bileşenlerinin üzerinde dururken, uyumsuzluk kuramları mizahın bilişsel ya da düşünsel yönüne odaklanmaktadır. Bu yaklaşıma göre mizah, normalde birbirinden tamamen farklı olan iki ayrı düşünce, kavram ya da durumun bir araya gelmesi ve bu farklılığın beklenmedik bir şekilde fark edilmesi sonucu yaşanan şaşkınlıkla ortaya çıkmaktadır (Martin, 1998).

Uyuşmazlık teorilerinin kökenleri, Kant ve Schopenhauer'ın yazılarına kadar uzanmaktadır. Kant'a göre gülme davranışı, bireyin beklentisinin aniden bir anlam ifade etmemesi sonucu ortaya çıkmaktadır. Başka bir ifadeyle, bir durum hakkında sahip olunan algı, farklı bir perspektiften bakıldığında, aniden ve beklenmedik bir şekilde tamamen farklı bir algıya dönüşebilmektedir. Başlangıçtaki algının saçma ve mantıksız bulunması üzerine ortadan kalkması ise gülmeye sebep olmaktadır (Martin, 1998).

Schopenhauer'ın açıklamaları Kant'ın açıklamalarına benzemektedir. Schopenhauer'a göre gülme davranışı, ilişkili olduğunu düşündüğümüz nesnelere

kavramların arasında uyumsuzluk olduğunu aniden algılamamız sonucu ortaya çıkmaktadır (Martin, 2007). Ancak burada mizah, Kant'ın görüşünden farklı olarak başlangıçtaki beklentilerin ortadan kaybolmasıyla değil, beklentilerle sonuçlar arasındaki uyumsuzlukla açıklanmaktadır.

Cicero (1881) ise gülme davranışını üstünlük ve uyumsuzluk kuramlarını sentezleyerek açıklamıştır. Cicero'ya göre bu davranış, beklentilerimiz yaptığımız hatalardan dolayı hayal kırıklığı ile sonuçlandığında, kendimizi küçük görmemiz ve beklentilerimizin boşa çıkmasına karşılık ortaya çıkmaktadır (akt; Eastman, 1922).

Eysenck (1942) de mizahın bilişsel öğelerine odaklanmış ve gülme davranışının başlangıçta birbirleriyle alakalı olduğu düşünülen düşünce, tutum ve görüşlerin objektif olarak değerlendirilmesi sonucu çelişkili ya da tutarsız olduğunu fark etmeyle ortaya çıktığını söylemiştir.

Uyumsuzluk kuramları çerçevesinde ele alındığında, mizah duygusuna sahip olma konusundaki bireysel farklılıkların yaratıcılık ve zekayla ilişkili olabileceği söylenebilir (Martin, 1998). Çünkü bu kuramlara göre mizah, birden fazla düşünce, tutum ve görüş arasındaki uyumsuzluğa verilen zihinsel bir tepki olarak açıklanmaktadır.

### **1. 1. 1. 3. Üstünlük Kuramları (Superiority Theory)**

Mizahın doğasını anlatmaya çalışan mizah kuramları arasında en eski olanı, Platon ve Aristoteles'e kadar uzanan üstünlük kuramlarıdır. Platon'a göre gülme davranışının kaynağı hasettir. Çevremizdeki kişilerin yaşadıkları talihsizlikler

karşısında kendimizi onlardan daha üstün görerek bu durumdan haz almamız, gülme davranışına sebep olmaktadır. Başka bir ifadeyle, diğer insanlara duyduğumuz hasetin yarattığı acının hazza dönüşmesi ancak onların başına gelen talihsizliklere gülmemiz sonucunda gerçekleşebilir (Eastman, 1922). Aristoteles'e göre ise gülme davranışı, zayıflıklara ve çirkinliklere verilen bir tepkidir (Martin, 2007). Platon'un ve Aristoteles'in mizah konusunda söyledikleri incelendiğinde, bu görüşlerin mizahtan ziyade gülme davranışı üzerine temellendirilmiş olduğu görülmektedir.

Platon ve Aristoteles'ten yüzyıllar sonra, onların gülme konusundaki fikirlerini geliştiren ve modern mizah teorisinin babası olarak görülen Hobbes (1651) ise gülmeyi, kendimizi geçmişimizdeki zayıflığımızla ya da diğer insanların mevcut zayıflıklarıyla kıyasladığımızda, şu anki halimizin üstünlüğünün farkına varmamız sonucu ortaya çıkan ani bir zafer duygusu olarak tanımlamaktadır (akt; Janes ve Olson, 2000).

Üstünlük kuramının çağdaş temsilcilerinden olan Gruner (1997) ise mizahı açıklarken "alay etme" davranışını temel almış ve mizahi bir materyali anlamak için kiminle, neden ve nasıl alay edildiğinin üzerinde durulması gerektiğini söylemiştir. Mizahi bir materyalin ne kadar masum görünürse görünsün içinde öfke ve düşmanlığı içerdiğini savunan Gruner (1997), başarılı bir mizahın zafer ve üstünlük içermesi gerektiğini de vurgulamıştır.

Bergson (1924) da başkalarının kusurlarına güldüğümüzü kabul etmekle birlikte, gülmenin aslında toplumdan dışlanan bireylere, toplum tarafından verilen düzeltici bir ceza olduğunu ifade etmiştir. Çünkü gülme davranışında açıkça ifade edilmemiş olsa bile karşımızdaki bireyin aşağılanması ve utandırılması söz

konusudur. Karşımızdaki kişiye güldüğümüzde, onun bu davranışını düzeltmesini bekleriz.

Üstünlük kuramları çerçevesinde mizahı açıklamaya çalışan kuramcılar, mizah duygusuna sahip olma konusundaki bireysel farklılıklara değil; tüm bireylerin deneyimlediği şekilde mizah ve gülme davranışıyla ilgili dinamiklere odaklanmışlardır. Bahsedilen kuramcılar dışında çağdaş mizah kuramcılarında Bain, Leacock, Ludovici, Sidis ve Rapp da rakipleri geçmiş olmanın vermiş olduğu haz ve mutluluk, başkalarının acıları, kusurları ve çirkinlikleri gibi üstünlükle ilgili kavramları temel alarak mizah olgusunu açıklamaya çalışmışlardır (Martin, 1998).

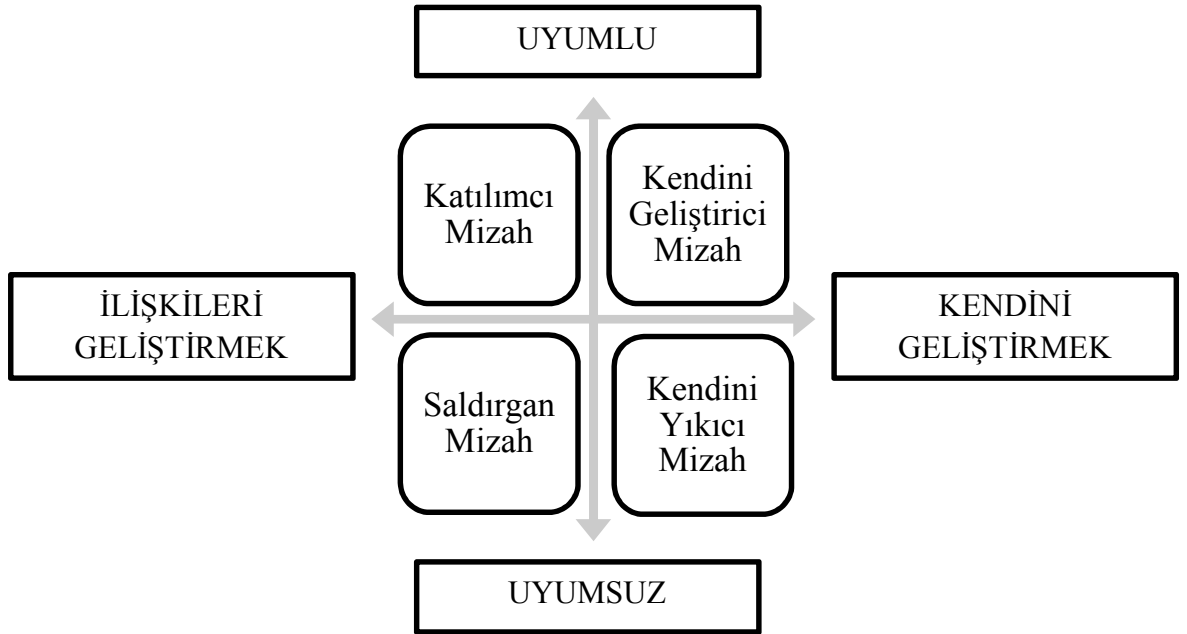
Kuramsal açıklamalar göz önünde bulundurulduğunda mizahın tam anlamıyla olumlu bir olgu olduğu ya da mizah anlayışının bir bütün olarak olumlu bir kişilik özelliği olduğu söylenememektedir. Bu temelden yola çıkan Martin ve arkadaşları (2003), sosyal ilişkiler, stresle başa çıkma gibi günlük yaşam olaylarında mizahın uyumlu ve uyumsuz kullanımındaki bireysel farklılıkları açıklamak üzere mizah duygusu modelini geliştirmiş ve dört farklı mizah tarzı tanımlamışlardır. Aşağıda bu model ayrıntılı olarak anlatılacaktır.

### **1. 1. 2. Mizah Tarzları**

Martin ve arkadaşları (2003) mizahın günlük hayattaki kullanımına ilişkin iki boyutlu bir model ortaya koymuşlardır (Şekil 1.1). Bu modeldeki ilk ayırım bireyin mizahı (a) kendini geliştirmek ya da (b) diğerleriyle ilişkisini geliştirmek için kullanması şeklindedir. Diğer ayırımda ise mizahın (a) uyumlu, kimseye zarar vermeyecek şekilde kullanılmasına karşılık (b) uyumsuz, kendisinin ya da diğer



insanların aleyhinde, kendisine ya da diğer insanlarla ilişkisine zarar verecek şekilde kullanılması söz konusudur. Bir başka deyişle, birey mizahı kendi içinde ya da diğerleriyle ilişkisinde kullanırken uyumlu, kimseye zarar vermeyecek şekilde kullanabileceği gibi hem kendisine hem de başkalarına zarar verecek, yaralayıcı şekilde kullanabilmektedir. Bu model çerçevesinde **katılımcı mizah** (affiliative humor), **kendini geliştirici mizah** (self-enhancing humor), **saldırgan mizah** (aggressive humor) ve **kendini yıkıcı mizah** (self-defeating humor) olmak üzere mizahın günlük hayattaki kullanımına ilişkin dört farklı tarz ortaya çıkmaktadır (Martin, 2003). Bu modele göre bireyler, hangi mizah tarzını kullanacaklarına bilinçli bir seçim yaparak karar vermemektedirler. Kullanılan tarz, bireylerin içinde buldukları durumlara göre kendiliğinden şekillenmektedir (Martin, 2007).



**Şekil 1.1.** Mizah Tarzları.

### **1. 1. 2. 1. Katılımcı Mizah**

Katılımcı mizah tarzı, bireylerin mizahı, kimseye zarar vermeyecek, uyumlu şekilde kişilerarası ilişkilerini geliştirmek için kullanmasını ifade etmektedir. Bu mizah tarzına sahip olan bireyler diğer insanları eğlendirmek ve kişilerarası ilişkilerdeki gerilimi azaltmak için eğlenceli şeyler söyleme, şakalar yapma eğilimindedirler (Martin, 2007). Kazarian ve Martin'e (2004) göre düşmanca olmayan, hoşgörülü yaklaşımı içeren bu mizah tarzı, kişilerarası ilişkilerdeki bağlılığı ve çekiciliği arttırmak için kullanılabilir.

### **1. 1. 2. 2. Kendini Geliştirici Mizah**

İki uyumlu mizah tarzının bir diğeri olan kendini geliştirici mizah tarzı, mizahın intrapsişik yönlerini kapsamaktadır. Bireylerin başkalarına zarar vermeden, stresle başa çıkmada, sorunlara dair perspektiflerini değiştirerek olumsuz duygularını azaltmada kullandıkları mizah türünü ifade etmektedir. Bu mizah tarzı, Freud'un (1905) mizah tanımında yer alan, bireyin kendi kusurlarına ve zayıflıklarına gülebilmesi ve stresle baş edebilmesi öğeleriyle ilişkilidir. Bu tarz, yaşam karşısında genel olarak mizahi bir bakış açısına sahip olmayı, yaşamdaki uyuşmazlıklar karşısında eğlenme eğilimini ve olumsuz durumlar karşısında bile mizahi perspektifini korumayı içermektedir (Kuiper, Martin ve Olinger, 1993).

### **1. 1. 2. 3. Saldırgan Mizah**

Uyumsuz mizah tarzlarından ilki olan saldırgan mizah, bireylerin mizahı sadece kendi çıkarlarını gözeterek, çevresindekilere zarar verecek şekilde kullanmalarını ifade etmektedir. Bu mizah tarzına sahip olan bireyler mizahı, diğer bireyleri incitecek ya da kendisinden uzaklaştıracak şekilde kullanırlar ve söylediklerinin başkası üzerindeki olası olumsuz etkisini dikkate almazlar (Martin ve ark., 2003). Bu bireylerin, cinsiyetçi ve ırkçı şakalar yapma eğiliminde oldukları ve mizahı iğneleme, alay etme, yerme ya da dalga geçme amacıyla kullandıkları söylenmektedir (Kazarian ve Martin, 2004).

### **1. 1. 2. 4. Kendini Yıkıcı Mizah**

Uyumsuz mizah tarzlarının diğeri ise kendini yıkıcı mizahtır ve mizahın bireyin kendi ihtiyaçlarını göz önünde bulundurmadan, diğer bireylerle ilişkisini geliştirmek için kullanılmasını ifade etmektedir. Bu mizah tarzına sahip olan bireylerin kendilerini küçük düşürecek ve kendileriyle alay edecek şakalar yaparak çevresindekileri eğlendirdikleri ve onlarla birlikte kendilerine güldükleri söylenebilir. Kendini yıkıcı mizah tarzında, olumsuz duygular yaşamaktan ya da sorunlarla etkili bir şekilde başa çıkmaktan kaçınmak için mizahı bir inkar mekanizması olarak kullanmak söz konusudur (Kazarian ve Martin, 2004). Fabrizi ve Pollio'ya (1987) göre, bu mizah tarzına yüksek düzeyde sahip olanlar, esprili ve eğlenceli kişilermiş gibi görünseler de aslında mizahı kullanışlarının altında bir kaçış, duygusal muhtaçlık ve düşük benlik saygısı yatmaktadır.

Martin ve arkadaşlarının (2003) geliştirmiş olduğu mizah duygusu modelinde, sahip olunan mizah tarzı tutarlı bir kişilik özelliği olarak ele alınmıştır. Ancak uyumlu ve uyumsuz mizah tarzlarından hangisinin kullanıldığını karar verirken, o durumda hangi mizah tarzının ne derece kullanıldığını bakmak önemlidir. Günlük hayattaki mizah kullanımına bakıldığında, mizah tarzlarının kimi zaman iç içe geçtiği; uyumlu ve uyumsuz mizah tarzlarının bir arada kullanılabilirdiği görölmektedir. Örneğin uyumlu bir mizah tarzı olan katılımcı mizah, gruptaki bağlılığı ve grup içi aidiyeti arttırmak için, karşı grupla dalga geçen şakalar yapmayı içerebilmektedir. Böyle bir durumda katılımcı mizahın kullanımında aslında saldırgan mizaha dair ögelerin de yer aldığı söylenebilir. Farklı bir örnek olarak, bireylerin kendini geliştirici mizah kullanırken kimi zaman, rakiplerinin küçük düştüğünü gözlemlediklerinde ya da hayal ettiklerinde üstünlük duygusu ve haz yaşadıkları verilebilir. Kısacası bireylerin bu mizah tarzlarının her birine çeşitli ölçülerde sahip oldukları söylenebilmektedir.

### **1. 1. 3. Mizah Tarzları ile İlişkili Demografik Değişkenler**

Mizah tarzlarıyla ilgili literatüre bakıldığında sahip olunan mizah tarzının **cinsiyete** göre farklılaşmakta olduğu görölmektedir. Martin ve arkadaşları'nın (2003) 14-87 yaşları arasındaki Kanadalı bireylerle yaptıkları bir araştırmada saldırgan ve kendini yıkıcı mizah tarzlarında erkeklerin kadınlardan daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Belçikalı (Saroglou ve Scariot, 2002) ve Lübnanlı (Kazarian ve Martin, 2004) katılımcılarla yapılmış olan araştırma sonuçları da bu bulguyu

desteklemektedir. Bulgular karşılaştırıldığında ise Lübnanlı bireylerin, katılımcı ve kendini geliştirici mizah tarzlarında Kanadalı bireylerden; katılımcı ve saldırgan mizah tarzlarında ise Belçikalı bireylerden daha düşük puanlar aldıkları saptanmıştır. Bu üç araştırmada da uyumlu mizah tarzlarına (katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah) sahip olma bakımından cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Üniversite öğrencileriyle yürütülen başka araştırmalarda da erkeklerin kadınlardan daha fazla saldırgan mizah (Frewen, Brinker, Martin ve Dozios, 2008; Stokenberga, 2008) ve daha az kendini geliştirici mizah (Zhao, Kong ve Wang, 2012) kullandıkları bulunmuştur.

İlişki doyumu ve mizah tarzları arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda ise sonuçlar farklılaşmaktadır. Cann, Norman, Welbourne ve Calhaun'a (2008) göre kadınlar erkeklerden daha az saldırgan ve kendini yıkıcı mizah kullanmaktadırlar. Campbell, Martin ve Ward (2008) ise kadınların ve erkeklerin saldırgan mizahı aynı derecede kullandıklarını, ancak erkeklerin kadınlardan daha fazla katılımcı mizah kullanma eğiliminde olduklarını söylemektedirler.

Ergenlerle yapılmış bir çalışmada ise mizah tarzlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı belirtilmektedir (Erickson ve Feldstein, 2006). Ülkemizde yapılmış, örneklemini lise öğrencilerinin oluşturduğu bir çalışmada ise erkeklerin daha fazla kendini geliştirici mizah kullandıkları bulunmuştur (Ay, Gökler ve Koçak, 2013).

Mizah tarzlarının cinsiyete değişkeni açısından incelendiği çalışmalara ülkemizde de rastlanmaktadır. Erkeklerin kadınlardan daha fazla saldırgan ve kendini yıkıcı mizah kullandıkları sonucuna üniversite öğrencileriyle (Bilge ve Saltuk, 2007;

Traş, Aslan ve Taş, 2011; Tümkaya, 2011), ğretmenlerle (Altnkurt ve Yılmaz, 2011; Kızıltepe, Yaşar, Uyanık ve nsal, 2012) ve romantik ilişkisi olan 18-65 yaş arası bireylerle (Sevim,2011) yapılmış çeşitli araştırmalarda ulaşılmıştır. Bu bulguların yanı sıra kullanılan mizah tarzının cinsiyete göre farklılaşmadığını belirten araştırma sonuçları da mevcuttur (Tümkaya, 2006; Yerlikaya, 2009).

Avşar'ın (2008) niversite öğrencileriyle gerçekleştirmiş olduğu çalışmada ise erkeklerin kadınlardan daha fazla saldırgan mizah kullandıkları; kadınların ise erkeklerden daha fazla katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah kullandıkları saptanmıştır. Bu çalışmada, anne eğitim düzeyi ve baba eğitim düzeyine göre kullanılan mizah tarzlarının nasıl farklılaştığına da bakılmış; annenin eğitim düzeyi yükseldikçe daha fazla katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah ve kendini yıkıcı mizah kullanıldığı; babanın eğitim düzeyi ykselike ise sadece katılımcı mizahı kullanma eğiliminde artış olduğu bulunmuştur.

Martin ve arkadaşlarının (2003) 14-87 yaşları arasındaki bireylerle yaptıkları çalışmada, mizah tarzları **yaş** değişkeni açısından da karşılaştırılmış ve yaş arttığıca kadınların daha fazla kendini geliştirici mizah kullandıkları, ancak bu durumun erkekler için geçerli olmadığı sonucu bulunmuştur. Bu durum kadınların yaşla birlikte mizahı daha fazla başa çıkma mekanizması olarak kullanmalarıyla açıklanmıştır.

Ülkemizde yapılan bazı araştırmaların sonuçlarına göre yaş arttığıca, kendini geliştirici mizah daha fazla (Yılmaz, 2011), katılımcı mizah daha az kullanılmaktadır (Sevim, 2011).

Literatürde mizah tarzlarının **gelir düzeyine** göre farklılaştığını gösteren araştırmalar da mevcuttur. Fındıklı (2013), yaptığı bir çalışmada okul yöneticilerinin mizah tarzları ile gelir düzeyi arasındaki ilişkiye bakmış; gelir düzeyi arttıkça katılımcı mizahın daha fazla, saldırgan mizahın daha az kullanıldığını saptamıştır. Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada ise gelir düzeyi arttıkça katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizahın daha fazla kullanıldığı belirtilmektedir (Sümer, 2008).

Yukarıda aktarılan çalışmalardan da anlaşılacağı gibi, sosyodemografik değişkenler ile mizah tarzları arasındaki ilişkileri inceleyen araştırma bulguları birlikte değerlendirildiğinde, kadınların uyumlu mizah (katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah), erkeklerinse uyumsuz mizah (saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah) kullanma eğiliminde oldukları; yaş ile birlikte hem kadınların hem de erkeklerin uyumlu mizah tarzını kullanma eğiliminde artış olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca bireylerin, gelir düzeyleri yükseldikçe, daha fazla uyumlu mizah tarzları kullandıkları görülmektedir.

Mizah ile ilgili literatüre bakıldığında, mizah tarzları ile kişilik özellikleri arasında güçlü bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu nedenle sonraki bölümde kişilik özelliklerinden bahsedilecek; kişilik özellikleri ile ilgili kuramsal bilgi verildikten sonra mizah tarzları ile ilişkisini ele alan araştırma sonuçlarına yer verilecektir.

## 1. 2. KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ

Kişilik (personality) kavramının, klasik Roma Tiyatrosu oyuncularının, oynadıkları karakterleri daha iyi ifade etmesi için taktıkları, Latince’de “persona” adı verilen maskelerden geldiği öne sürülmektedir (Erdoğan, 1983). Kişiliğin tanımı en genel haliyle “*bireyin kendisinden kaynaklanan tutarlı davranış kalıpları ve kişinin nasıl davranıp hissedeceğini etkileyen bütün duygusal, güdüsel ve bilişsel süreçleri kapsayan kişilik içi süreçler*” olarak yapılabilmektedir (Burger, 2004). Allport ise kişiliği “Bireyin içinde yer alan karakteristik duygu, düşünce ve davranış örüntülerini yaratan psikofiziksel sistemlerin dinamik bir organizasyonu” olarak tanımlamaktadır (Yazgan ve Yerlikaya, 2012).

Kişilik, farklı ekollere ve farklı bakış açlarına göre değişik şekillerde tanımlanabilmektedir. *Psikoanalitik yaklaşım*, kişiliğin temeline bilinçdışı ve genelde cinsel olan güdü ve çatışmaları koyarken; *insancıl yaklaşım* kişilik farklılıklarının kişisel sorumluluk ve kendini onaylama duygusundan kaynaklandığını öne sürmektedir. *Bilişsel-sosyal öğrenme kuramları* ise insanların çevreleri algılamaları, düşünmeleri ve tepki gösterme biçimleri üzerine kişiliği temellendirmektedir (Morris, 2002; Burger 2004). Buradan da anlaşılacağı gibi farklı yaklaşımlar, kişiliği ve bireylerin sahip oldukları kişilik özellikleri arasındaki farklılıkları değişik şekillerde açıklamaya çalışmışlardır.

Kişiliği açıklama konusunda literatürde değişik yaklaşımların yer almasına karşılık; kişisel farklılıklar ve gözlemlenebilen davranışlar üzerine temellendirilmiş *ayırıcı özellik yaklaşımının* diğer yaklaşımlara göre daha ön planda olduğu dikkat çekmektedir. Bu yaklaşıma göre kişiliğin temel yapısını temsil eden özellikleri



tanımlamaya yönelik çalışmaların temelini faktör analizleri oluşturmaktadır (Cattell, 1956; Eysenck, 1951).

Kişilik özelliklerini belirlemenin temel yaklaşımlarından biri olan ayırıcı özellik yaklaşımı, insanların bireysel farklılıklarının dünyadaki diğer dillerde de karşılığı olduğu hipotezinden yola çıkarak bir sınıflama oluşturmaya çalışmaktadır. Dilden hareketle kişilik özelliklerinin sınıflandırılması anlamına gelen ve sözcüksel varsayım olarak geçen bu yöntem, ilk olarak Galton tarafından kullanılmıştır. Bu varsayımdan hareketle Allport ve Odbert, İngiliz dilindeki kişilik özelliklerinin kaynağını oluşturan 18000 sıfat üzerinde çalışmışlardır (McAdams, 1992). Cattell, Eber ve Tatsuoka (1970), bir dizi çalışma sonrasında kişiliğin temel yapısını belirleyebilmek için ayırıcı özellik yaklaşımı kapsamında sayısını 4500'e düşürdükleri sıfatlarla faktör analizi yapmışlardır. İlk yapılan analizlerde buldukları on iki (12) faktörden sonra, sonraki analizlerde dört (4) faktör daha bulmuşlar ve toplamda on altı (16) faktörden oluşan bir kişilik modeli tanımlamışlardır (akt; Martin, 1998). Kişiliği oluşturan temel özelliklere kaynak özellikler adını veren Cattell, bu özellikleri şu şekilde isimlendirmiştir: sıcaklık, mantıklı düşünme, duygusal kararlılık, üstünlük, neşelilik, kural bilinci, sosyal cesaret, hassaslık, tedbirlilik, dalgınlık, hususiyet, endişe duygusu, değişikliğe açıklık, kendine yetme, mükemmeliyetçilik ve gerginlik (Burger, 2004).

Eysenck de Cattell gibi faktör analizini kullanarak kişiliğin temel yapısını belirlemeye çalışmış ve elde ettiği faktörlere süper ayırıcı özellik adını vermiştir. Eysenck'in modeli, biyolojik yaklaşım temelli hiyerarşik kişilik modelidir. Bu modelde hiyerarşinin en alt basamağında bulunan belirli tepki düzeyi, bireysel davranışları, geçici duyguları ve bilişsel durumları içermektedir. Modelin ikinci

basamağında, alışkanlık haline gelmiş davranışlar ve genel ruh halinden oluşan alışma tepkisi bulunmaktadır. En üst basamakta ise birbiriyle ilişkili durumların bir araya gelerek oluşturduğu kişilik özelliklerinden oluşan üç süper ayırıcı özellik yer almaktadır (Burger, 2004; Martin, 1998). Bu süper ayırıcı özellikleri başlangıçta Dışadönüklük/İçe Dönüklük ve Nevrotiklik olmak üzere iki temel boyutta tanımlayan Eysenck (1968), sonrasında yapılan araştırmalar doğrultusunda modeline Psikotiklik boyutunu da eklemiştir (Eysenck,1970; akt, Digman, 1990).

Kişiliğin temel boyutlarını belirlemek ve tanımlamak için yapılan çalışmalar Eysenck ve Cattell'in modelleriyle sınırlı değildir. Farklı araştırmacılar tarafından bireysel farklılıkları oluşturan boyutları belirlemeyi hedefleyen faktör analizi çalışmaları yapılmış ve kişilik özelliklerinin çoğunun beş faktör altında incelenebileceği görülmüştür. Bu kapsamda Beş Faktör Kişilik Modeli geliştirilmiştir.

### **1. 2. 1. Beş Faktör Kişilik Modeli**

Farklı araştırmacılar tarafından farklı kişilik verileri kullanılarak yapılan bu çalışmaların bulguları tutarlı bir şekilde kişiliğin benzer beş faktörü olduğuna işaret etmiştir (Digman, 1990; Goldberg, 1990, 1992; McCrea ve Costa, 1986, 1987; McCrea, Costa ve Busch, 1986; Noller, Law ve Comrey, 1987). Beş Faktör Kişilik Modeli'ne göre, kişilik özelliklerinin çoğu bu beş boyut ile açıklanabilmektedir. Bu beş boyut, literatürde farklı şekillerde isimlendirilmiş olsa da bu boyutlar için en sık kullanılan kavramlar şu şekilde sıralanabilmektedir: (1) nevrotikliğe karşı duygusal

denglilik, (2) dışadönüklük, (3) gelişime açıklık, (4) yumuşak başlılık ve (5) özdenetim (Digman,1990; Mccrae ve John, 1992).

1. *Nevrotiklik / Duygusal Denglilik (Neuroticism / Emotional Stability):*

Nevrotiklik boyutu; korku, kaygı, üzüntü, tedirginlik, alınganlık, güvensizlik ve sinirlilik faktörleriyle birlikte değerlendirilmektedir (Barrick ve Mount, 1991; Basım, Çetin ve Tabak, 2009; Erkuş ve Tabak, 2009). Nevrotiklik düzeyi yüksek olan bireylerin kaygı, suçluluk, öfke gibi çok sayıda farklı olumsuz duyguyu bir arada yaşamaları; rahatsız edici düşünce ve davranışları daha çok deneyimlemeleri muhtemeldir. Bu bireylerin benlik saygıları ve dürtü kontrol düzeyleri düşüktür. Başlarına gelen olumsuz olaylar karşısında kendilerini suçlama eğilimleri vardır; bu durumla kolay baş edemeyip büyük hayal kırıklıkları yaşarlar. Ayrıca bu boyuttan yüksek puan alan bireyler, depresyon, anksiyete gibi psikopatolojiler yaşamaya yatkındırlar. Nevrotiklik düzeyi düşük bireyler ise daha sakin ve dengelidirler, kendilerine güvenleri yüksektir ve olumsuz yaşantılar karşısında daha soğukkanlı kalabilirler (McCrae ve Costa, 1987; McCrae ve John, 1992).

2. *Dışadönüklük (Extraversion):* Dışadönüklük boyutu enerjiklik, baskınlık,

sosyallik, etkileyicilik özellikleriyle ilişkili bir boyuttur (Benet-Martinez ve John, 1998). Dışadönüklük düzeyi yüksek olan bireyler, insanlarla kolay iletişim kurabilen, eğlenceyi seven, arkadaş canlısı, heyecan arayan, girişken ve konuşkan bireylerdir. Daha fazla olumlu duygular yaşama ve olumlu davranışlar deneyimleme eğilimindedirler. Özellikle sosyallik ve diğer insanların varlığından memnun olma, dışadönüklük boyutunun en önemli

bileşenleridir (Costa ve McCrae, 1992; McCrae ve Costa, 1987). Dışadönüklük düzeyi düşük olan, diğer bir deyişle içedönük olan bireyler ise çekingen, sessiz, içine kapanık, diğer insanlara karşı mesafeli duran bireyler olarak değerlendirilmektedir (Benet-Martinez ve John, 1998).

3. *Gelişime Açıklık (Openness to experience)*: Gelişime açıklık boyutu, bazı araştırmacıların zeka, bazı araştırmacıların kültür ve bazılarının ise deneyime açıklık olarak adlandırması bakımından Beş Faktör Kişilik Modeli'nde üzerinde en az görüş birliğine varılan boyuttur (Barrick ve Mount, 1991). Bu boyut, genel olarak bireylerin zihinsel süreçlerindeki ve deneyimledikleri olaylardaki özgürlüğü, derinliği ve karmaşıklığı ifade etmektedir (Benet-Martinez ve John, 1998). Gelişime açıklık düzeyi yüksek olan bireylerin aykırı düşünme becerileri yüksektir. Birçok farklı alanda bilgi sahibidirler, sosyal ilgileri gelişmiştir, yeniliklere açıktırlar, daha yaratıcıdırlar ve bilişsel olarak daha esneklerdir (McCrae, 1987). Ancak burada dikkat edilmesi gereken nokta, bu boyutun entelektüel bir yetenekten ziyade, bir kişilik boyutu olmasıdır. Zekanın bazı yönleri gelişime açıklık boyutuna dahildir, ancak bu boyut zekadan daha farklı ve geniş bir boyuttur (McCrae ve John, 1992). Gelişime açıklık düzeyi düşük olan bireyler ise yeniliklere kapalı, değişime karşı dirençli, değerlere bağlı ve tutucu bireyler olarak değerlendirilmektedir (Erkuş ve Tabak, 2009).

4. *Yumuşak Başlılık (Agreeableness)*: Yumuşak başlılık boyutunun önemli bileşenleri; sempati, anlayış, güven ve özgecildir. Bu boyutun daha iyi

anlaşılabilmesi için kişilerarası süreçler çerçevesinde değerlendirilmesi gerekmektedir. Yumuşak başlılık düzeyi yüksek olan bireyler empati yeteneğine sahiptirler, diğer insanlara karşı saygılı ve anlayışlıdırlar (Erkuş ve Tabak, 2009). Ayrıca bu bireyler fedakarlık, güvenilirlik, işbirliğine açıklık ve uyumluluk özelliklerine de sahiptirler (Costa ve McCrae, 1992). Yumuşak başlılık düzeyi düşük olan bireyler ise diğer insanlara düşmanca yaklaşırlar. Diğer insanlarla iletişim kurarken onlara karşı küçümseyici, duyarsız ve alaycı bir tavır sergilerler. Yardım etmekten hoşlanmazlar ve sadece kendi çıkarlarını düşünürler (Zitny ve Halama, 2011).

5. *Özdenetim (Conscientiousness)*: Özdenetim boyutu, koyulan hedeflere ulaşabilmeyi kolaylaştırmak için dürtü kontrolüne sahip olmayla ilişkilidir (Benet-Martinez ve John, 1991). Bu kişilik boyutu, okul ve iş başarısıyla en yüksek ilişkiye sahip olan boyuttur (Digman, 1990). Yüksek özdenetime sahip olan bireyler, planlı, dikkatli, azimli, hırslı, sorumluluk sahibi ve çalışkandırlar. Düşük özdenetime sahip olan bireyler ise plansız, dikkatsiz, ihmalkar, disiplinsiz ve erteleyici olma eğilimindedirler (Barrack ve Mount, 1991; Costa ve McCrae, 1995).

## **1. 2. 2. Kişilik Özellikleri ve Mizah Tarzları ile İlgili Çalışmalar**

Mizah duygusuyla yapılmış çalışmalara bakıldığında; mizahi öğeleri takdir edebilme (Ruch ve Hehl, 1998), mizah üretme (Ruch ve Köhler, 1998) ve iletişim sırasında kendiliğinden mizah üretme yeteneklerinin (Saroglou ve Jaspard, 2001) beş

faktör kişilik özellikleri ile ilişkili olduğu görülmektedir. Bu araştırmalar göz önünde bulundurulduğunda, mizah tarzlarının da kişilik özelliklerine göre değişmesi beklenmiş ve bu kapsamda beş faktör kişilik özellikleri ile mizah tarzları arasındaki ilişki incelenmiştir.

Martin ve arkadaşlarının (2003) Mizah Tarzları Ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlik çalışmasını yaptıkları araştırmada mizah tarzları ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırmanın bu aşamasında 152 bireyden Beş Faktör Kişilik Envanteri ve Mizah Tarzları Ölçeği'ni doldurmaları istenmiştir. Araştırma sonuçlarına bakıldığında, dışadönüklük ve gelişime açıklık boyutları ile katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah arasında pozitif yönde; özdenetim ve yumuşak başlılık boyutları ile saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Ayrıca nevroitiklik düzeyinin kendini yıkıcı mizah ile pozitif, kendini geliştirici mizah ile negatif yönde ve anlamlı ilişkisi olduğu da bulgular arasında yer almaktadır.

Saroglou ve Scariot (2002), lise öğrencileriyle yaptıkları bir çalışmada kişilik özellikleri ile okul performansı arasındaki ilişkide mizah tarzlarının aracı rolünü incelemişlerdir. Yapılan analizler sonucunda özdenetim düzeyi yüksek ve dışadönüklük düzeyi düşük olan bireylerin okul performanslarının yüksek olduğu; ancak bu ilişkilerde mizah tarzlarının aracı rolünün olmadığı bulunmuştur. Bu araştırmanın sonuçlarına göre dışadönük bireyler daha fazla katılımcı mizah ve saldırgan mizah, nevroitik bireylerin ise daha fazla kendini yıkıcı mizah kullanma eğilimindedir. Ayrıca yumuşak başlılık ve gelişime açıklık düzeyi yüksek olan bireylerin daha fazla katılımcı ve kendini geliştirici mizah kullandıkları da bulgular arasında yer almaktadır.

Galloway (2010), kişilik özellikleri ve mizah tarzları arasındaki ilişkiyi belirlemek için Avusturalyalı katılımcılarla bir çalışma gerçekleştirmiş ve bulguların Martin ve arkadaşlarının (2003) ve Saroglou ve Scariot'un (2002) elde etmiş olduğu sonuçlarla aynı olduğunu saptamıştır. Bunun üzerine araştırmacı tarafından bireylerin mizah tarzlarından aldığı puanlara göre, (1) tüm mizah tarzlarından yüksek puan alan, (2) tüm mizah tarzlarından düşük puan alan, (3) uyumlu mizah tarzlarından yüksek puan alan ve (4) uyumsuz mizah tarzlarından yüksek puan alan bireylerden oluşan dört küme oluşturulmuştur. Bu kümelerin kişilik özelliklerine göre nasıl değiştiğine bakıldığında ise birinci kümenin dışadönüklük ve gelişime açıklık düzeyinin yüksek; özdenetim ve yumuşak başlılık düzeyinin düşük olduğu görülmüştür. Özdenetimden yüksek puan almak ve dışadönüklükten düşük puan almak ikinci kümeyle ilişkilendirilmiştir. Üçüncü kümenin özdenetim, dışadönüklük ve uyumluluk düzeylerinin ortalamanın üstünde, nevroitiklik düzeyinin ise ortalamanın altında olduğu saptanmıştır. Son olarak dördüncü kümenin nevroitiklik düzeyinde ortalamanın üzerinde, diğer kişilik özelliklerinde ise ortalamanın altında puanlara sahip olduğu bulunmuştur. Araştırma sonuçları diğer çalışmalarla karşılaştırıldığında, beklenildiği gibi uyumsuz mizah tarzlarından yüksek puan alan bireylerden oluşan kümenin, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzını kullanan bireylerle; uyumlu mizah tarzlarından yüksek puan alan bireylerden oluşan kümenin ise katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah tarzından yüksek puan alan bireylerle benzer kişilik özelliklerine sahip oldukları görülmektedir. Farklı bir sonuç olarak, bütün mizah tarzlarından yüksek puan almış bireylerden oluşan birinci kümenin kişilik özelliklerinin de katılımcı mizah kullanan bireylerin kişilik özellikleriyle aynı olduğu görülmüştür.

Stokenberga (2008) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılmış bir çalışmada, mizah tarzları ile beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişkiye bakılmış ve literatürle tutarlı sonuçlar elde edilmiştir. Bu çalışmada da katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah ile dışadönüklük arasında pozitif; kendini geliştirici mizah ile nevroitiklik arasında negatif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Ayrıca saldırgan mizahın yumuşak başlılık ve özdenetim ile negatif; kendini yıkıcı mizahın ise yalnızca özdenetim ile negatif yönde anlamlı ilişkilerinin olduğu da bulgular arasında yer almaktadır.

Vernon, Martin, Schermer ve Mackie (2008) tarafından yapılmış bir ikiz çalışmasında ise 300 tek yumurta ve 156 çift yumurta ikizlerinden toplanan verilerle genetik faktörler, paylaşılmış ve paylaşılmamış çevre faktörleri ile mizah tarzları ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırma sonuçlarında, olumlu mizah tarzlarının (katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah) genetik faktörler ve paylaşılmamış çevresel faktörlerle; olumsuz mizah tarzlarının ise (saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah) paylaşılmış ve paylaşılmamış çevresel faktörlerle ilişkili olduğu bulunmuştur. Kişilik özellikleri ile mizah tarzları arasındaki ilişkiye bakıldığında ise daha önceki araştırma sonuçlarıyla tutarlı olarak katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah ile dışadönüklük ve gelişime açıklık arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler; saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah ile nevroitiklik arasında pozitif, özdenetim arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Yapılan çoklu analiz sonuçlarında ise kişilik özellikleri ile olumlu mizah tarzları arasındaki bireysel farklılıkların genetik faktörlerle ve paylaşılmamış çevresel faktörlerle ilişkili olabileceği; olumsuz mizah tarzları



arasındaki bireysel farklılıkların ise paylaşılmış ve paylaşılmamış çevresel faktörlerle ilişkili olabileceği saptanmıştır.

Literatürde yer alan beş faktör kişilik özellikleri ile mizah tarzları arasındaki ilişkiye bakan araştırmalar birlikte değerlendirildiğinde benzer sonuçlar elde edilmekte ve bu sonuçlar benzer şekilde yorumlanmaktadır. Katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah kullanan bireylerin daha fazla dışadönük ve gelişime açık olmaları, bu kişilik özelliklerine sahip olan bireylerin daha sosyal, aktif, yeniliklere açık olmaları ve daha fazla olumlu duygular yaşama eğiliminde olmalarıyla açıklanmaktadır. Bu bireyler, sosyal ilişkilerini geliştirmek ve yaşadıkları olumsuz duygularla başa çıkmak için söz konusu mizah tarzlarını kullanmaktadırlar. Nevrotik bireylerin daha fazla kendini yıkıcı mizah kullanmaları ise, bu iki değişkenin ortak paydası olan olumsuz duygular yaşamak ve depresyon, anksiyete gibi psikolojik belirtiler yaşamakla ilişkilendirilmektedir.

Mizah tarzlarının kişilik özelliklerine göre nasıl değiştiğini araştıran çalışmalar beş faktör kişilik özellikleriyle sınırlı değildir. Karanlık üçlü kişilik özellikleri (Makyevelizm, narsisizm ve psikopati) ile mizah tarzları arasındaki ilişkiyi inceleyen ikiz çalışmasında (Veselka, Schermer, Martin ve Vernon, 2010) ve bu araştırmanın tekrarı niteliğinde olan, üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilmiş bir çalışmada (Martin, Lastuk, Jeffery, Vernon ve Veselka, 2012) benzer sonuçlar elde edilmiştir. Bu çalışmaların bulgularına göre Makyevelizm ve psikopati ile uyumsuz mizah tarzları; narsisizm ile uyumlu mizah tarzları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler mevcuttur. Bu bulgular Makyevelist bireylerin diğer insanları manipüle edebilmek için; psikopati düzeyi yüksek olan bireylerin ise dürtüsellik düzeyleri yüksek ve sosyal farkındalık düzeyleri düşük olduğu için saldırgan mizah

kullanabilecekleri ile açıklanmıştır. Narsisizm ile katılımcı mizah arasındaki ilişki ise narsistik bireylerin, benlik saygısını yükseltmek amacıyla diğer bireylerle olumlu ilişkiler kurarken bu mizah tarzını kullanmalarıyla ilişkili olabileceği şeklinde tartışılmıştır.

Ülkemizde beş faktör kişilik özelliklerine göre mizah tarzlarının nasıl değiştiğini inceleyen az sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmalardan biri, İlhan ve Bacanlı'nın (2007) üniversite öğrencileriyle yapmış olduğu bir araştırmadır. Bu araştırmada katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah ile dışadönüklük boyutu arasında pozitif; saldırgan mizah ile yumuşak başlılık boyutu arasında negatif, kendini yıkıcı mizah ile özdenetim boyutu arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır.

Dışadönüklük ve gelişime açıklık boyutundan yüksek puan alan bireylerin daha fazla katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah; nevrotiklik boyutundan yüksek, özdenetim boyutundan düşük puan alan bireylerin ise daha fazla saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah kullanma eğiliminde oldukları ise Sevim'in (2011) yapmış olduğu bir çalışmada belirlenmiştir. Ayrıca bu çalışmanın bulguları arasında yumuşak başlılık kişilik özelliği ile katılımcı mizah arasında pozitif, saldırgan mizah arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu da yer almaktadır. Bu konuyla ilgili Türkiye'de yapılmış çalışmalara bakıldığında, yurtdışında yapılmış araştırmalarla tutarlı sonuçlar elde edildiği görülmektedir.

Daha önce de bahsedilmiş olduğu gibi toplumsal bir varlık olan insan, diğer bireylerle iletişim kurmakta ve bu süreçte mizahtan yararlanabilmektedir. Mizahın, kişilerarası ilişkiler içerisinde sıklıkla karşılaşılabilecek bir unsur olması sebebiyle,

sonraki bölümde kişilerarası ilişkiler hakkında kuramsal bilgi verilecek, sonrasında mizah tarzları ile ilişkisine değinilecektir.

### 1. 3. KİŞİLERARASI İLİŞKİLER

Toplumsal bir varlık olan insan, doğası gereği ilişkiler ağının içerisine doğmakta ve yaşamının her evresinde çeşitli türden ilişkiler kurmaktadır. İnsan yaşamında çok büyük rolü olan kişilerarası ilişkiler, bir bireyin diğer bir bireye ya da bireylere karşı sergilediği davranışların bütünü olarak tanımlanmaktadır (Leary, 1957). En az iki kişi arasında gerçekleşen bu ilişki, bireyin diğer birey hakkındaki duygu ve düşünceleri, diğer bireyi nasıl algıladığı, diğer bireye karşı davranışları, diğer bireyin düşünce ve davranışları hakkındaki beklentileri, diğer bireyin davranışına ne tepki verdiği gibi çok sayıda bileşeni içermektedir (Heider, 1958).

Kişilerarası ilişkiler ile ilgili ilk kuramsal çalışmaların Freud ve onu takip eden psikoanalitik kuramcılarla başladığı görülmektedir. Bu kuramcılar, kişilerarası ilişkileri nesne ilişkileri temelinde kavramsallaştırmışlar; bu ilişkileri kişiliğin ve psikopatolojinin oluşumunda önemli bir boyut olarak değerlendirmişlerdir. Nesne ilişkileri kuramına göre, kişilerarası ilişkilerin, ilişkilerin içselleştirilmiş imgelerine dönüştürülerek yaşandığı söylenebilmektedir. Diğer bir deyişle, bireyler, ilişki içerisinde oldukları bireylerden çok, ilişkinin kendisini içselleştirerek yaşamaktadırlar (Geçtan, 2000). Bu bağlamda ele alındığında, kişilerarası ilişkilerin bireylerin ihtiyaçları temelinde ortaya çıktığı, bu ihtiyaçları gidermek için diğer bireylere bağımlı olması sebebiyle kurulduğu ve ihtiyaçları ile paralel şekilde

geliştiği söylenebilmektedir (Hirschfeld, Klerman, Gough, Korchin ve Chodoff, 1977).

Psikoanalitik kuramcların dışında kişilerarası ilişkilere yönelik ilk sistematik çalışmaların ise Sullivan'ın (1953) Kişilerarası Teorisi ile başladığı görülmektedir. Sullivan (1953), nasıl bir sosyal organizasyonun içinde bulunduğumuzun önemi olmadığını belirterek, belirli yollarla sosyal ortama adapte olduğumuzu vurgulamış ve kişilerarası etkileşimin zihinsel problemlerin ortaya çıkışında ve günlük yaşamda önemli olduğunu öne srmştr. Bu bağlamda, insanları hayvanlardan ayrı kılan ileri düzeyde dil becerisine dikkat çekerek, iletişim becerisinin önemini vurgulamıştır. Sullivan'a göre kişilik, kişilerarası ilişkilerin bir ürünü olarak ortaya çıkmaktadır ve ilişkilerden bağımsız olarak değerlendirilememektedir. Kişilerarası etkileşimin sonuçlarını gelişimsel süreç üzerinden değerlendirilen Sullivan, teorisinde kişileştirme anlamına gelen personifikasyon kavramına vurgu yapmaktadır.

Personifikasyon, kişinin kendisine ya da başka bir bireye ilişkin olarak geliştirdiği imgedir. Gelişim sürecinde bakıcıyla bağlantılı olarak, "iyi-ben", "kötü-ben" ve "ben-değil" olarak ortaya çıkmaktadır. Başlangıçta, ocuk için bireyin çevresindeki kişileri değerlendirirken, kendisine algı dayanağı sağlaması amacıyla geliştirilen personifikasyonlar bir kez oluştuktan sonra, bireyin diğer insanlara karşı tutumlarını sürekli ve değermez bir şekilde etkilemektedirler. Dolayısıyla personifikasyonlar, çoğu kez geliştirildikleri bireylerin gerçek niteliklerini yansıtmamakta; kişinin çevresini yanlış algılamasına ve kişilerarası ilişkilerinin bozulmasına sebep olmaktadırlar. Aynı zamanda bu durum, bireyin kendisini değerlendirmesinde de söz konusu olmaktadır (Geçtan, 2000). Kişilerarası teoriye göre, bireylerin, diğer bireylerle iletişim kurma eğiliminin altında yatan temel

motivasyon gelişim sürecinde “kötü-ben” personifikasyonunun oluşturduğu kaygıyı azaltmak ve karşılıklı kendilik algısını doğrulamaktır (Sullivan, 1953).

Kişilerarası ilişki kavramına yönelik başka bir kuramsal açıklama ise Bowlby'nin Bağlanma kuramından gelmektedir. Bowlby (1969, 1973, 1980), bağlanmayı bireylerin kendileri için önemli ve özel gördükleri kişiler için geliştirdikleri güçlü duygusal bağlar olarak tanımlamakta ve insanların yakın duygusal ilişki kurma ihtiyacını kavramsallaştırmaktadır (Akt., Saymaz, 2003).

Bağlanma Kuramına (Ainsworth, 1989; Bowlby, 1969/1982) göre, bireyin erken dönemde birincil bakıcısı ile kurduğu ilişkiler, kişinin kendisine ve kendisi için önemli diğer insanlara yönelik temsillerini etkileyebilmektedir (Akt., İmamoğlu ve İmamoğlu, 2007). Örneğin, bireyin birincil bakıcısı ile kurduğu ilişki, ihtiyaçlarının giderilmesi, kendini güvende hissetmesi gibi beklentilerini olumlu bir şekilde karşılayabiliyorsa ve bakıcı, birey için “güvenli sığınak” görevi üstleniyorsa, birey bu ilişkiden tatmin olacaktır. Bu süreçte kendisini değerli ve önemli hissederken, karşısındaki kişiyi de güvenilir ve olumlu algılayacaktır. Eğer birincil bakıcı daha az duyarlı ve sıcaksa; bireyin ihtiyaçlarını karşılamak için daha az hazır bulunmaktaysa, birey bu ilişkiden tatmin olmayacak ve karşısındakini güvenilmez algılayacaktır. Bu algılamalar zaman içerisinde bireyde zihinsel temsiller olarak yer edinecek; bireyin kendisine ve ilişkide olduğu kişilere yönelik algılayışını etkileyecektir (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanma Kuramına göre erken dönemde oluşmuş olan bağlanma stillerinin, bireylerin ileriki dönemlerde kurdukları yakın ilişkilerindeki beklentilerini, ihtiyaçlarını, duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını etkileyeceği

söylenmektedir. Bundan dolayı erken dönemde yaşanan olumsuz ilişkilerin, ilerde olumsuz kişilerarası ilişkiler yaşamaya neden olabileceği öne sürülmektedir.

Kişilerarası ilişki kavramının ele alındığı başka bir kuram ise Safran'ın (1990) Bilişsel Kişilerarası kuramıdır. Bu kuram temel olanın bilişsel süreçler olduğunu söylerken; söz konusu psikopatolojinin anlaşılması ve tedavisi olduğunda bu bilişsel süreçlerin kişilerarası süreçlerden ayrı ele alınmasının mümkün olmadığını vurgulamaktadır. Diğer bir deyişle, bu kuram kişilerarası süreçler ile bilişsel süreçleri birlikte ele almakta; bilişleri, duyguları ve davranışları, kişilerarası bağlamda gelişen ve işlev gören yapılar olarak bütünleştirerek, bir bilişsel modele oturtmaktadır. Bu kurama göre, duygusal sistem, bir olay tarafından uyarıldığında, bireyin bu uyarana uygun davranışa hazır olmasına yönelik bilgi ile bağlantının sürekliliğine ilişkin bilgi birlikte duygusal yaşantıya işlenmekte ve organizma uygun tepkiyi ortaya çıkarmaktadır. Bu bilişsel süreç, kişilerarası ilişkilerin sürekliliğini sağlamaya yönelik doğuştan gelen bir eğilim şeklinde gerçekleştirilmektedir. Bu kapsamda işlevsel olmayan kişilerarası şemalar, işlevsel olmayan kişilerarası ilişkilerin oluşumuna sebep olabilmekte; bu durum ise kişilerarası şemaların işlevsel olmamasını sürdürerek kısır döngü yaratabilmektedir.

Kişilerarası ilişkilere yönelik yapılmış kuramsal açıklamalar birlikte değerlendirildiğinde, çocukluk döneminde kurulan ilişkilerin, gelecekteki kişilerarası ilişkilerde sergilenen tutumları belirlemede önemli bir yere sahip olduğu söylenebilmektedir. Bireyler kişilerarası ilişkiler kurarlarken besleyici ve ketleyici olmak üzere belirli tarzlar kullanmaktadırlar. Bu tarzlar, kişilerarası ilişkilerin dinamik bir parçasıdır. Besleyici ilişkiler, dolaysız ve dürüst konuşmalardan oluşan, açık ve doğal ilişkilerdir. Ketleyici ilişkiler ise, besleyici ilişkilerin tersine,

doğallıktan uzak, diğer bireylerle kurulan iletişimi geliştirme çabası içermeyen ilişkiler olarak tanımlanabilmektedir (Greenwald, 1973). Besleyici ilişki tarzı, ihtiyaçlarını karşısındakine açıkça ifade etme, karşısındakine kabullenici ve saygılı bir tarzda yaklaşma, yapıcı konuşma gibi açık ve saygılı olarak değerlendirilebilecek olumlu özelliklerle karakterizeyken; ketleyici ilişki tarzı kendini üstün görme, karşısındakini küçümseme, başkalarına sözle sataşma ya da onlarla alay etme, kolayca öfkelenebilme gibi özelliklerle açıklanmaktadır (Şahin, Durak ve Yasak, 1994).

### **1.3.1. Kişilerarası İlişkiler ile İlgili Çalışmalar**

Literatürde kişilerarası ilişki tarzları ile psikopatolojiler arasındaki ilişkilerden söz edilmektedir. Şahin, Durak ve Yasak'ın (1994) gerçekleştirmiş oldukları bir çalışmada, kendilerinin geliştirmiş oldukları Kişilerarası İlişkiler Ölçeği kullanılmış ve zehirleyici (ketleyici) ilişki tarzı ile kaygı, depresyon, somatizasyon, olumsuz benlik ve hostilite arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kişilerarası ilişki tarzları ile ilgili literatüre bakıldığında, psikopatolojiler ile ketleyici ilişki tarzı arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. İlgili araştırmalarda anksiyete (Şahin, Batıgün ve Uzun, 2011), depresyon (Şahin, Batıgün ve Koç, 2011) ve cinsel işlev bozukluğu (Şahin, Demirel ve Pazvantoğlu, 2011) tanısı almış bireylerin ketleyici ilişki tarzını daha fazla kullandığı görülmektedir. Ayrıca kalp-damar, mide-barsak, cilt ve şeker hastalığı olmak üzere dört farklı tanı almış bireylerle gerçekleştirilen bir çalışmada, bu bireylerin daha fazla stres yaşantısı gösterdikleri ve kişilerarası ilişkilerde daha fazla ketleyici tarzı kullandıkları

sonucuna ulaşılmıştır (Batıgün, şahin ve Demirel, 2011). Bu çalışmalarda, daha fazla ketleyici tarz kullanan bireylerin, yaşam doyumunu düzeylerinin kontrol grubundan daha düşük olduğu da saptanmıştır.

Oktay (2010) tarafından, 18-60 yaşları arasındaki bireylerle gerçekleştirilmiş bir çalışmada, aleksitimi düzeyi yüksek olan bireylerin kişilerarası ilişkilerinde daha fazla ketleyici tarz, aleksitimi düzeyi düşük olan bireylerin ise daha fazla besleyici tarz kullandıkları bulunmuştur.

Üniversite ğrencileriyle yapılmış başka çalışmalarda ise sosyal fobi belirti düzeyi (Bayramkaya, 2009) ve internet bağımlılığı belirti düzeyi (Batıgün ve Hasta, 2011) yüksek olan bireylerin daha fazla ketleyici ilişki tarzı kullandıkları belirtilmektedir.

Yukarıda özetlenen çalışmalardan da anlaşılacağı gibi, psikolojik belirti düzeyi yüksek olan bireylerin daha fazla ketleyici ilişki tarzı kullandıkları ve yaşamdan duydukları memnuniyetin daha az olduğu sonucuna ulaşılabilmektedir.

Literatüre bakıldığında, kişilerarası ilişki tarzlarının beş faktör kişilik özelliklerine ve mizah tarzlarına göre nasıl değişebileceğini gösteren çalışmaların olmadığı görülmektedir. Ancak kişilerarası ilişkilerin, kişilik özelliklerinin ve mizah tarzlarının kuramsal yapısı incelendiğinde, bu değişkenlerin birbiriyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Mevcut alışma da bu noktadan hareketle yapılandırılmıştır. Örneğin; kişilerarası ilişki tarzı ile beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişki söz konusu olduğunda nevrotiklik, dışadönüklük ve yumuşak başlılık kişilik özelliklerinin ön plana çıkabileceği düşünülmektedir. Nevrotiklik boyutundan yüksek puan alan bireyler kaygılı, zgn, güvensiz ve öfkeli bireyler



olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca bu bireylerin depresyon, anksiyete gibi psikopatolojiler yaşamaya daha yatkın oldukları da bilinmektedir. Bu kapsamda bu bireylerin, psikolojik belirtilerle ilişkisi yüksek olan ve iletişim sırasında karşısındaki bireye kolayca öfkelenme özelliğine sahip olan ketleyici ilişki tarzını kullanmaları beklenmektedir. Dışadönük bireylerin ise arkadaş canlısı, sosyal, girişken ve konuşkan bireyler oldukları bilinmektedir. Bu bireylerin sosyal ilişkilerini geliştirebilmek adına daha açık, saygılı, karşısındakinin ihtiyaçlarına duyarlı olabilecekleri düşünülmekte, bu nedenle besleyici ilişki tarzına sahip olmaları beklenmektedir. Yumuşak başlılık boyutu söz konusu olduğunda ise bu boyuttan yüksek puan alan bireylerin anlayışlı, güvenilir ve saygılı; düşük puan alan bireylerin ise küçümseyici, duysarsız ve anlayışsız oldukları bilgisinden hareketle yumuşak başlılık düzeyi yüksek olan bireylerin, kişilerarası ilişkilerinde besleyici tarza, yumuşak başlılık düzeyi düşük olan bireylerin ise ketleyici tarza sahip olmaları beklenmektedir.

Literatürde kişilerarası ilişki tarzları ile mizah tarzları arasındaki ilişkiyi gösteren çalışmalar da çok kısıtlıdır. Üniversite öğrencileri ile yapılmış bir çalışmada, kişilerarası ilişki tarzları insan severlik, dengelilik, bağımsızlık, duyarlılık ve dışadönüklük boyutlarıyla ele alınmıştır. Bu çalışmada, tüm boyutların katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah ile pozitif yönde, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah ile negatif yönde anlamlı ilişkileri olduğu saptanmıştır (Erözkan, 2009). Ancak literatürde mizah tarzları ile besleyici ve ketleyici ilişki tarzları arasındaki ilişkileri gösteren çalışmalar bulunmamaktadır.

Mizah tarzlarının kişilerarası ilişkilerde kullanımı söz konusu olduğunda katılımcı mizah ve saldırgan mizah ön plana çıkmaktadır. Buradan hareketle mevcut

çalışmada, uyumlu mizah tarzlarından biri olarak tanımlanan ve kişilerarası ilişkilerdeki gerilimi azaltıp, bu ilişkileri geliştirmeyi içeren katılımcı mizah ile olumlu bir ilişki tarzı olarak değerlendirilen besleyici tarz arasında ilişki olabileceği düşünülmektedir. Irkçı ve cinsiyetçi şakalar yapma, mizahı çevresindeki bireylere saldırma amaçlı kullanma özelliklerini taşıyan saldırgan mizahı kullanan bireylerin ise ketleyici tarza sahip olabilecekleri düşünülmektedir.

Buraya dek aktarılan bölümde, kişilerarası ilişkiler ile ilgili kuramsal bilgi verildikten sonra, kişilerarası ilişki tarzları açıklanmıştır. Bu ilişki tarzlarının psikolojik belirtiler ile ilişkisini araştıran çalışmalar açıklanmış, kişilik özellikleri ve mizah tarzları ile olası ilişkileri kuramsal yapı çerçevesinde aktarılmıştır. Bundan sonraki bölümde ise, yaşam doyumu ile ilgili açıklamalara yer verildikten sonra, söz konusu değişkenin, diğer değişkenlerle ilişkisine değinilecektir.

#### **1.4.YAŞAM DOYUMU**

Yaşam doyumu, bireyin kendi belirlediği kriterler doğrultusunda yaşamını olumlu değerlendirmesidir (Diener, Emmons, Laresen ve Griffin,1985). Bu kavram ilk kez, Neugarten, Havinghurst ve Tobin (1961) tarafından, bireylerin istedikleri ile sahip olduklarını karşılaştırması sonucu elde ettikleri durumu tanımlamak için kullanılmıştır. Yaşam doyumu kavramından, belirli bir duruma özgü doyum değil, yaşamın bütün olarak değerlendirilmesi sonucu elde edilen doyum anlaşılmaktadır (Özer ve Karabulut, 2003).

Doyumla ilgili yargılar, daha önce de belirtildiği gibi, bireylerin şu anki durumlarıyla, olması gerektiğini düşündüğü standartları karşılaştırması sonucu ortaya

çıkmaktadır. Bireylerin mevcut durumlarından ne kadar doyum aldıklarına dair yargılarını dışsal faktörler değil; kendi değerlendirmeleri belirlemektedir. Bu anlamda yaşam doyumunun öznel iyi oluşun bilişsel bileşeni olduğu söylenmektedir. Diener ve arkadaşları (1985), aslında tüm bireyler tarafından arzu edilen sağlık, enerji gibi kaynaklara, farklı insanların farklı değerler yükleyebileceğini söylemişlerdir. Bu nedenle bireylerin farklı alanlardaki doyumlarına ilişkin puanlarının tek tek toplanması sonucu elde edilen puan yerine, bütün yaşamlarını değerlendirmeleri sonucu elde edilen puanın yaşam doyumunu belirlediğini savunmuşlardır.

Yaşam doyumunu ile ilgili yapılan çalışmalarda, bireylerin cinsiyetinden, ırkından ve gelir düzeyinden ziyade kişilik özelliklerinin, yakın ilişkilerinin, iş deneyimlerinin ve içinde yaşadıkları kültürün yaşam doyumunu açıklamada daha fazla etkiye sahip oldukları bulunmuştur (Myers ve Diener, 1995).

Literatürdeki ergenler ve üniversite öğrencileriyle yapılmış araştırmalara bakıldığında ebeveyn desteği, ebeveyn tutumları, sosyal ilişkiler, benlik saygısı, sosyoekonomik düzey ve akademik başarı gibi değişkenlerin yaşam doyumunu ile ilişkisinin çalışıldığı görülmektedir. Young, Miller, Norton ve Hill (1995), yaptıkları boylamsal bir araştırmada, ergenlerin algıladıkları ebeveyn desteklerinde özellikle anneden algılanan içsel destek ve yakınlık arttıkça, yaşam doyumlarının yükseldiğini bulmuşlardır. Shek'in (1999) üniversite öğrencileriyle yapmış olduğu bir çalışmada, ebeveyn tutumları ile yaşam doyumunun ilişkili olduğu bulunmuştur. Chow'un (2005) üniversite öğrencileriyle yaptığı bir araştırmada yüksek sosyoekonomik düzey ve ortalamanın üzerinde not ortalamasına sahip olanlar ile geçmişteki akademik başarılarından ve sosyal ilişkilerinden memnun, benlik saygıları yüksek bireylerin

daha yüksek yaşam doyumuna sahip oldukları saptamıştır. Paolini, Yanez ve Kelly ise (2006) maddi olanaklarının yetersiz olduğunu ve bu yüzden hayatlarının kısıtlandığını düşünen üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin diğer öğrencilerden daha düşük olduğunu bulmuşlardır.

Bu konuda ülkemizdeki üniversite öğrencileriyle yapılmış araştırmalara bakıldığında, yurtdışında yapılmış çalışmalarla benzer değişkenlerin yanı sıra bireycilik, hakimiyet, depresyon, inanç biçimleri gibi değişkenlerin de yaşam doyumuyla ilişkisinin çalışıldığı görülmektedir. Yetim (2003), üniversite öğrencileri ve öğretim üyeleriyle yapmış olduğu kapsamlı bir araştırmada bireycilik, hakimiyet ve benlik saygısı düzeyi yüksek olan bireylerin yaşam doyumu düzeylerinin yüksek olduğunu bulmuştur. Dost'un (2007), üniversite öğrencileriyle yapmış olduğu bir çalışmada, algılanan akademik başarı, algılanan ekonomik durum, iyimserlik düzeyi, dini inançlar ve yalnızlık düzeyinin, yaşam doyumunun yordayıcıları olduğu saptanmıştır. Türkiye'deki ve Güney Afrika'daki üniversite öğrencilerinin yaşam düzeylerinin karşılaştırıldığı bir çalışmada Güney Afrika'daki öğrencilerin yaşam doyumu düzeyinin daha yüksek olduğu; yaşam doyumunun algılanan akademik başarı, algılanan ekonomik durum ve algılanan anne baba tutumlarına göre farklılaştığı bulunmuştur (Dost, 2010). Cirhinlioğlu ve Ok (2010) ise intiharın kabul edilebilirliği, inanç biçimleri ve depresyon ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiye bakmışlar; depresyon ve intiharın kabul edilebilirlik düzeyi yüksek ve gerilimli inanç biçimine sahip olan bireylerin yaşam doyumlarının daha düşük olduğu saptamışlardır.

#### **1.4.1. Yaşam Doyumu ile Mizah Tarzları, Psikolojik Belirtiler ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Çalışmalar**

Yaşam doyumu, mizah tarzları ve psikolojik belirtiler ile ilgili literatür incelendiğinde, katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzının vurgulandığı görülmektedir. Bu çalışmalarda, uyumlu mizah tarzlarının düşük psikolojik belirtiler ve yüksek yaşam doyumu ile ilişkili olduğu bulunurken, uyumsuz mizah tarzlarından sadece kendini yıkıcı mizahın bu değişkenlerle ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

Martin ve arkadaşlarının (2003) Mizah Tarzları Ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlik çalışmasını yaptıkları araştırmada mizah tarzları ile depresyon, anksiyete, hostilite ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkiye bakılmış; psikolojik belirti düzeyini belirlemek için SCL-90 kullanılmıştır. Araştırma sonucunda katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah ile depresyon ve anksiyete arasında negatif, kendini yıkıcı mizah ile depresyon ve anksiyete arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah ile hostilite arasında ise pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kendini yıkıcı mizah ile psikolojik belirtiler arasındaki pozitif yönde ve anlamlı ilişki de bulgular arasında yer almaktadır.

Çin'de okuyan üniversite öğrencileriyle yapılmış bir çalışmada mizah tarzları ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye bakılmış; psikolojik belirtileri ölçmek için SCL-90 kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda SCL-90'ın dokuz boyutu (somatizasyon, obsesif-kompulsif belirtiler, kişilerarası duyarlılık, depresyon, anksiyete, öfke-düşmanlık, fobik anksiyete, paranoid düşünceler ve psikotik

belirtiler) ile katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah arasında negatif; saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür (Yue, Hao ve Goldman, 2010).

Mizah tarzları ve depresif belirtiler arasındaki ilişkileri araştıran çalışmalarda, katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah kullanımının artmasının ve kendini yıkıcı mizah kullanımının azalmasının, depresif belirtilerin artmasıyla ilişkisinin olduğu bulunmuştur (Frewen, Brinker, Martin ve Dozios, 2008; Hugelshofer, Kwon, Reff ve Olson, 2006; Kuiper, Grimshaw, Leite ve Kirsh, 2004).

Üniversite öğrencileriyle yapılmış bir çalışmada, mizah tarzları ile yaşam doyumu ve depresif semptomlar arasındaki ilişkide sosyal desteğin aracı etkisi incelenmiştir. Bu çalışmada, daha önceki çalışma sonuçlarıyla tutarlı bulgular elde edilmiş; bunun yanı sıra katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah ile yüksek yaşam doyumu ve düşük depresif semptomlar arasındaki ilişkide sosyal desteğin yüksek olmasının; kendini yıkıcı mizah ile düşük yaşam doyumu ve yüksek depresif semptomlar arasındaki ilişkide ise sosyal desteğin düşük olmasının aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır (Dyck ve Holtzman, 2013).

Hong Kong'daki bireylerle gerçekleştirilmiş bir çalışmada, bireylerin mizah tarzları ile depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Bu çalışmada depresyon, anksiyete ve stres ile katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah arasında negatif yönde, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah ile pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca depresyon, anksiyete ve stresin yordayıcılarını belirlemek için yapılmış aşamalı hiyerarşik regresyon analizlerinde,

kendini yıkıcı mizahın, üç değişkenin de anlamlı yordayıcısı olduğu saptanmıştır (Cheung, 2011).

Zhao, Wang ve Kong (2014) tarafından, Çin'de okuyan üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilmiş bir çalışmada, sosyal destek ve benlik saygısı düzeyinin yüksek olmasının, uyumlu mizah tarzları kullanımı ile yaşam doyumunu düzeyi arasında aracı rol oynadığı saptanmıştır. Ancak bu çalışmada saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah ile yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Kuiper ve McHale'in (2009) üniversite öğrencileriyle yapmış oldukları bir çalışmada kendini değerlendirme standartları ile psikolojik iyilik hali arasında mizah tarzlarının aracı rolüne bakılmıştır. Bu çalışmanın sonucunda pozitif kendini değerlendirme standartlarının yüksek olmasının, daha fazla katılımcı mizah kullanımını sağlayarak, daha yüksek benlik saygısına ve daha az depresif belirtiye sahip olmayı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır. Negatif kendini değerlendirme standartlarının yüksek olmasının ise, daha fazla kendini yıkıcı mizah kullanımına sebep olarak, bireylerin daha düşük benlik saygısına ve daha fazla depresif belirtiye sahip olmasına neden olduğu saptanmıştır.

Ülkemize yapılan araştırmalara bakıldığında; örneklemin üniversite öğrencileri olarak seçildiği ve yurt dışında yapılmış çalışmaları benzer sonuçların elde edildiği görölmektedir. Avcı'nın (2012) gerçekleştirmiş olduğu bir çalışmada, uyumsuz mizah tarzlarına sahip olan bireylerin uyumlu mizah tarzlarına sahip olan bireylerden daha fazla psikolojik belirti gösterdikleri bulunmuştur. Yerlikaya'nın (2009) üniversite öğrencileriyle yaptığı bir çalışmada ise mizah tarzları ile algılanan stres, kaygı ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Bu araştırmanın

sonucunda algılanan stres, kaygı ve depresyon ile katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah arasında negatif; kendini yıkıcı mizah ile pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Düşünceli'nin (2011) yapmış olduğu bir çalışmada mizah tarzları ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye bakılmış; psikolojik belirtileri ölçmek için SCL-90 kullanılmıştır. Psikolojik belirtiler, anksiyete bozuklukları, duygudurum bozuklukları ve psikotik bozukluklar olmak üzere üç boyutta incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda, anksiyete bozukluklarını ve psikotik bozukluklarını, kendini geliştirici mizahın olumlu, kendini yıkıcı mizahın olumsuz yönde yordadığı; duygudurum bozukluklarını ise katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizahın olumlu, kendini yıkıcı mizahın olumsuz yönde yordadığı saptanmıştır.

Tümkaya'nın (2011) yapmış olduğu bir çalışmada ise öznel iyi oluşu yordayan değişkenlere bakılmış; öznel iyi oluşu, saldırgan mizahın negatif, kendini geliştirici mizahın ise pozitif yönde yordadığı saptanmıştır.

Yukarıda yer alan çalışmalar birlikte değerlendirildiğinde, kendini yıkıcı mizah tarzına sahip olan bireylerin daha fazla psikolojik belirtiyeye sahip oldukları ve yaşam doyumlarının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılabilmektedir. Bunun yanı sıra uyumlu mizah tarzları olan katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizaha sahip bireylerin daha az psikolojik belirtiyeye sahip oldukları ve yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu da görülmektedir.

Bu çalışmaların yanı sıra, literatürde kişilik özellikleri, mizah tarzları, psikolojik sağlık ve yaşam doyumu değişkenlerini ele alan çalışmalar da yer almaktadır. Greven, Chamorro-Premuzic, Arceche ve Furnham (2008) tarafından



gerçekleştirilmiş bir çalışmada, kişilik özellikleri ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkide mizah tarzlarının ve duygusal zekanın aracı etkisini belirlemek amacıyla 17-48 yaşları arasındaki 1038 üniversite öğrencisi araştırmaya dahil edilmiştir. Yapısal Eşitlik Modeli sonucunda dışadönüklük, gelişime açıklık, yumuşak başlılık ve özdenetim ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkide duygusal zekanın ve üç mizah tarzının (katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah ve kendini yıkıcı mizah) aracı etkisi olduğu saptanmıştır. Ayrıca kişilik özellikleri ile mizah tarzları arasındaki ilişkide duygusal zekanın aracı etkisinin olduğu da bulgular arasında yer almaktadır. Duygusal zekanın sadece mizah tarzları aracılığı ile psikolojik sağlıkla ilişkilendirilebileceği sonucu ise bu çalışmanın en önemli bulgusu olarak sunulmuştur.

Üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilmiş bir çalışmada beş faktör kişilik özelliklerinden olan dışadönüklük ve nevrozizm ile öznel iyilik hali arasındaki ilişkide mizah tarzlarının aracı rolü incelenmiştir (Jovanovic, 2011). Katılımcıların öznel iyilik halinin bilişsel boyutunu belirleyebilmek için yaşam doyumu düzeyleri; duygusal boyutunu belirleyebilmek için olumlu ve olumsuz duygu düzeyleri belirlenmiştir. Elde edilen verilere uygulanan korelasyon analizi sonucunda daha önceki çalışmaların bulgularıyla tutarlı olarak uyumlu mizah tarzları ile yaşam doyumu düzeyi ve duygusal iyilik hali arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Uyumsuz mizah tarzlarına bakıldığında, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizahın duygusal iyilik hali ile negatif yönde ilişkisinin olduğu, ancak yaşam doyumu ile ilişkisinin olmadığı saptanmıştır. Mizah tarzlarının aracı rolü incelendiğinde ise dışadönüklük ve nevrozizm ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide kendini geliştirici mizahın etkisinin olduğu görülmüş; bu ilişki kendini geliştirici

mizahın en önemli bileşeni olan mizahı stresle başa çıkma stratejisi olarak kullanmakla açıklanmıştır. Yani, dışadönük bireyler, mizahı başa çıkma stratejisi olarak kullandıkları için yaşam doyumu düzeyleri yüksek olmakta; nevrotiklik bireyler ise kendini geliştirici mizah kullanmadıkları için mizahı stresle başa çıkmak için kullanmamakta ve yaşam doyumu düzeyleri düşük olmaktadır. Mizah tarzlarının kişilik özellikleri ile duyuşsal iyilik hali arasındaki ilişki incelendiğinde ise hiçbir mizah tarzının bu ilişkide aracı rolünün olmadığı görülmüştür.

Literatürde, kişilik özellikleri, psikolojik belirtiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar da bulunmaktadır. Bu araştırmalara bakıldığında dışadönüklük ve nevrotikliğin, bu değişkenleri yordayan en önemli kişilik özellikleri olduğu görülmektedir. Dışadönüklük düzeyi yüksek olan bireylerin yaşam doyumlarının yüksek, nevrotiklik düzeyi yüksek olan bireylerin ise düşük olması, dışadönüklüğün memnuniyeti, nevrotikliğin ise memnuniyetsizliği temsil etmesiyle açıklanabilmektedir.

DeNeeve ve Cooper'ın (1999) yapmış oldukları bir meta analiz çalışmasında dışadönüklük ve yumuşak başlılık kişilik özelliklerinin yaşam doyumuyla pozitif, nevrotikliğin ise negatif yönde anlamlı ilişkisi olduğu bulunmuştur. Yaşlılarla yapılmış bir çalışmada ise, gelişime açıklık boyutuna dikkat çekilmiş ve gelişime açıklığın yaşam doyumunu yordamada rolü olduğu saptanmıştır (Stephan, 2009).

Literatürde kişilik özelliklerine bağlı olarak bireylerin deneyimlediği yaşam olaylarının farklılaşabileceği ve bu farklılıklara bağlı olarak yaşam doyumu düzeylerinin de değişebileceği görüşüne dayanan araştırmalar da mevcuttur. Bu görüş çerçevesinde Magnus ve Diener (1991) 136 üniversite öğrencisiyle yürüttükleri

bir takip çalışmasında, kişilik özelliklerinden dışadönüklük düzeyi yüksek olan bireylerin olumlu yaşam olaylarını, nevrotiklik düzeyi yüksek olan bireylerin olumsuz yaşam olaylarını ve gelişime açıklık düzeyi yüksek olan bireylerinse hem olumlu hem olumsuz yaşam olaylarını daha fazla yaşama eğiliminde olduklarını bulmuşlardır. Yaşam olaylarının yaşam doyumu üzerindeki etkisine baktıklarında ise bu etkinin kısa süreli olarak var olduğunu, yaşam doyumu üzerinde kişilik özelliklerinin yaşam olaylarından daha fazla etkisinin bulunduğunu saptamışlardır. Bu kapsamda nevrotiklik düzeyi yüksek olan bireylerin yaşam doyumlarının düşük; dışadönüklük ve gelişime açıklık düzeyi yüksek olan bireylerin ise yaşam doyumlarının yüksek olduğunu söylemişlerdir.

Aynı değişkenler, Hong Kong'da yaşayan 12-18 yaşları arasındaki ergenlerle çalışılmış, kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide olumlu ve olumsuz yaşam olaylarının aracı etkisi saptanmaya çalışılmıştır. Diğer araştırma sonuçlarıyla tutarlı olarak, bu çalışmada da nevrotiklik, dışadönüklük ve özdenetim kişilik özelliklerinin yaşam doyumuyla ilişkisi olduğu bulunmuştur. Ancak kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide sadece olumsuz yaşam olaylarının aracı etkisi olduğu saptanmıştır. Olumlu yaşam olaylarının yaşam doyumunu arttırıcı etkisinin bulunmaması ise bireylerin olumlu bilgilere kıyasla olumsuz bilgilere karşı daha duyarlı olmaları ve daha fazla tepki vermeleri ile açıklanmıştır (Ho, Cheung ve Cheung, 2008).

Shimmack, Diener ve Oishi'nin (2002) üniversite öğrencileriyle yaptığı bir çalışmada ise bu çalışmalardan farklı olarak kişilik özellikleri ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide hem geçmişte yaşanmış hem de şu anda mevcut olan yaşam olaylarının etkisi saptanmaya çalışılmıştır. Kişilik özelliklerinin öznel iyilik hali

üzerindeki etkisine bakıldığında dışadönüklüğün memnuniyeti, nevrotilikliğin ise memnuniyetsizliği yordadığı görölmüş ve bu iki etki birleştirilerek hazsal denge puanı elde edilmiştir. Aracı değişkenler olarak akademik başarı, romantik ilişkiler, aile ilişkileri, fiziksel sağlık ve haz dengesi ele alınmış ve kişilik özelliklerinin sadece bu aracı değişkenlerin etkisiyle yaşam doyumunu etkiledikleri söylenmiştir. Bu kapsamda üç ilişki anlamlı bulunmuştur: (1) nevrotiliklik düzeyi yüksek olan bireylerin yaşam doyumunun düşük olmasında hazsal dengenin düşük olması etkilidir, (2) dışadönüklük düzeyi yüksek olan bireylerin yaşam doyumunun yüksek olmasında hazsal dengenin yüksek olması etkilidir, (3) özdenetim düzeyi yüksek olan bireylerin yaşam doyumunun yüksek olmasında akademik başarının yüksek olması etkilidir.

Schimmack, Radhakrishnan, Oishi, Dzokoto ve Ahadi'nin (2002) yapmış olduğu költürlerarası bir çalışmada, özellikle nevrotiliklik ve dışadönüklük kişilik özellikleri ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide öznel iyi oluş bileşenlerinden olan hazsal dengenin aracı rolünün, bireyci költürlerde toplulukçu költürlerden daha fazla olduğu saptanmıştır. Bu bulgu toplulukçu költürlerin, bireyci költürlerden daha az yaşam doyumları üzerine düşünmeleriyle açıklanmaya çalışılmış; ancak kişilik özellikleri, genetik ve sosyoköltürel özelliklerin ele alındığı daha kapsamlı çalışmaların yapılması gerektiği vurgulanmıştır.

Literatürde kişilik özellikleri ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide aracı rolüne bakılan bir başka değişken ise özyeterlidir. Bu kapsamda Fogle, Huebler ve Laughin (2002) 10-15 yaşları arasındaki ortaokul öğrencileriyle bir çalışma yapmışlar; yaşam doyumunu ile dışadönüklük ve sosyal özyeterlik arasında pozitif, nevrotiliklik arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca

dışadönüklük ve yaşam doyumu arasında sosyal özyeterliliğin aracı etkisi olduğunu; ancak nevroitiklik ve yaşam doyumu arasında bu değişkenin aracı etkisinin bulunmadığını saptamışlardır. Benzer şekilde Rigby ve Huebner (2005), ergenlerle yaptıkları bir çalışmada olumlu sonuçlara uyumlu yüklemeler yapmanın nevroitiklik ve yaşam doyumu arasında aracı etkisinin olduğunu bulmuşlardır. Diğer bir ifadeyle duygusal dengeliliği yüksek olan bireylerin, olumlu sonuçlara daha uyumlu yüklemeler yaptıkları için yaşam doyumları yükseldiğini söylemektedirler.

Çevrimiçi oyun oynayan bireylerle yürütölmüş bir araştırmada nevroitiklik düzeyi yüksek, gelişime açıklık ve özdenetim düzeyi düşük bireylerin yaşam doyumlarının düşük olduğu saptanmıştır (Chen, Tu ve Wang, 2008). Ülkemizde ise üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ile kişilik özellikleri, psikolojik belirtiler ve yaşam doyumu değişkenleri arasındaki ilişkileri saptamaya yönelik bir çalışma yapılmış ve internet bağımlılığı puanı yüksek olan bireylerin özdenetim ve yaşam doyumlarının düşük; nevroitiklik, anksiyete ve somatizasyon düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur (Batıgün ve Kılıç, 2011).

Yurtiçinde de kişilik özellikleri ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmalara rastlanmaktadır. Üniversite öğrencileriyle yapılmış bir çalışmada yaşam doyumunun yordayıcıları araştırılmış; nevroitikliğin yaşam doyumunun %29'unu, dışadönüklükle birlikte ise %40.9'unu açıkladığı saptanmıştır (Cenkseven ve Akbaş, 2007). Eryılmaz ve Öğülmüş (2010), 14-18 yaşları arasındaki lise öğrencilerinin yaşam doyumunu yordayan kişilik özelliklerine bakmış; dışadönüklük, nevroitiklik ve özdenetimin ergenlerin yaşam doyumunun %37'sini açıkladığını bulmuştur. Doğan (2013) ise 18-61 yaşları arasındaki bireylerin oluşturduğu bir örnekleme aynı değişkenler arasındaki ilişkiyi araştırmış;

dışadönüklük, özdenetim, yumuşak başlılık ve gelişime açıklık kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasında pozitif, nevrotiklik ile yaşam doyumu arasında negatif yönde ve anlamlı ilişkiler bulmuştur. Ayrıca yapılan regresyon analizi sonucunda nevrotikliğin tek başına yaşam doyumunun %25'ini, dışadönüklükle birlikte ise %33'ünü açıkladığı saptanmıştır.

Daha önce de belirtildiği gibi kişilik özellikleri ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen, yurtiçinde ve yurtdışında yapılmış çalışmalarda nevrotiklik ve dışadönüklük kişilik özelliklerinin öne çıktığı görülmektedir. Bu konuda aktarılmış olan çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda, nevrotiklik ve dışadönüklüğe ek olarak özdenetim kişilik özelliğinin de yaşam doyumu ile ilişkisinin olduğu söylenebilmektedir.

Literatürde psikolojik belirtiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri araştıran çalışmalara bakıldığında ise depresyon düzeyine vurgu yapıldığı dikkat çekmektedir. Headey, Kelley ve Wearing (1991) yaptıkları takip çalışmasında 18-65 yaşları arasındaki bireylerin yaşam doyumları ile depresyon ve anksiyete düzeylerinin ilişkisine bakmışlardır. Yaşam doyumu ile depresyon arasında olumsuz yönde güçlü bir ilişki bulurken; aynı ilişkiyi anksiyete ile bulamamışlardır. Bu durumu anksiyete düzeyinin yaşam doyumunu etkileyebileceği, ancak etki derecesinin mutsuzlukla güçlü bir ilişkisi olan depresyon kadar fazla olamayacağı şeklinde açıklamışlardır. Yapılan başka bir çalışmada ise yaşam doyumu ile depresyon arasındaki ilişkiye bakılmış ve yaşam doyumu ile ilişkili olabilecek psikososyal değişkenler saptanmaya çalışılmıştır. Diğer araştırma sonuçlarıyla tutarlı olarak depresyon ile yaşam doyumu arasında olumsuz yönde güçlü bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca daha fazla stresli olay yaşadığını bildiren, arkadaşlarından

aldığı sosyal desteği kısıtlı; ilişki doyumları, sosyal yakınlıkları, yaşamları üzerinde kontrol algısı ve benlik saygısı düşük olan bireylerin yaşam doyumlarının da düşük olduğu saptanmıştır (Lewinsohn, Redner ve Seeley, 1991).

Literatürde benzer araştırmaların ortaokul ve lise öğrencileriyle de yapıldığı görülmektedir. Lise öğrencilerinde çok boyutlu öğrenci yaşam doyumu ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlik çalışması yapılmış ve yaşam doyumu ile depresyon, anksiyete ve somatizasyon arasında negatif yönde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca bu çalışmada aile ilişkilerinden ve kişilerarası ilişkilerinden memnun olan bireylerin yaşam doyumlarının bu ilişkilerden memnun olmayan bireylerden daha yüksek olduğu da saptanmıştır (Funk, Huebner ve Valais, 2006). Ortaokul ve lise öğrencileriyle yapılmış başka bir çalışmada ise yüksek yaşam doyumuna sahip olduğunu bildiren bireylerin sahip oldukları özelliklere bakılmış ve bu bireylerin depresyon ve anksiyete düzeylerinin düşük; benlik saygısı, umut ve kişilerarası ilişkilerden memnuniyet düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur (Gilman ve Huebner, 2006).

Lise öğrencileriyle yapılmış bir çalışmada, ergenlerin yaşam doyumları ve psikolojik belirtileri saptanmaya çalışılmış ve araştırmanın sonunda psikolojik belirtilerin yaşam doyumunun yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında depresyon, olumsuz benlik ve hostilitenin yaşam doyumunun olumsuz yönde anlamlı bir yordayıcısı olduğu ve üç psikolojik belirtinin birlikte yaşam doyumunun %23'ünü açıkladığı saptanmıştır (Telef, 2013).

Kişilik özellikleri, psikolojik belirtiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilere bakılan bir çalışmada ise nevrozluğun depresyonla ilişkili yönü ve dışadönüklüğün ise

olumlu duygular/ neşelilik yönünün yaşam doyumunun yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Depresyon düzeyinin ve olumlu duygular düzeyinin yaşam doyumunu kişilik özelliklerinden daha fazla yordadığı saptanmıştır. Ayrıca bu çalışmada, yaşam doyumunu yordamada depresyonun öfke ve kaygıdan; neşeliliğin ise aktif ve sosyal olmadan daha fazla rolü olduğu görülmüştür (Shimmack, Oishi, Furr ve Funder, 2004).

Kişilik özellikleri, psikolojik belirtiler ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerin ele alındığı başka bir çalışmaya göre ise yaşam doyumunu düzeyi yüksek olan bireylerin dışadönüklük, özdenetim ve yumuşak başlılık düzeylerinin yüksek, nevrotiklik düzeyleri düşüktür. Ayrıca yaşam doyumunu ile değersizlik, depresyon, farkındalık, anksiyete ve hostilite arasında negatif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu bulgusu da araştırma sonuçları arasında yer almaktadır (Wood, Joseph ve Maltby, 2008).

Aktarılmış olan araştırma bulguları birlikte değerlendirildiğinde, nevrotiklik ve dışadönüklüğün yaşam doyumunu ve psikolojik belirtilerle yüksek düzeyde ilişkili kişilik özellikleri olduğu sonucuna varılabilmektedir. Depresyon düzeyinin ise hem kişilik özellikleri hem de yaşam doyumunu ile ilişkili olduğu görülmektedir.

### **1.5.ARAŞTIRMANIN AMACI**

Aktarılan literatür bilgilerinden de anlaşılacağı gibi, yurtiçinde ve yurtdışında gerçekleştirilmiş olan çalışmalarda, mizah tarzları ile kişilik özellikleri, psikolojik belirtiler ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiler araştırılmıştır. Ancak bu çalışmalarda, kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide mizah tarzlarının aracı



rolünün belirlenmediği dikkati çekmektedir. Ayrıca yapılan literatür taramasında mizah tarzları ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkinin de araştırılmadığı görölmektedir. Buradan hareketle, bu çalışmanın temel amacı, kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide mizah tarzlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı rolünü belirlemektir. Araştırmanın temel amacı doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır:

1. Araştırmada ele alınan değişkenler üzerinde cinsiyet ve sosyoekonomik düzeyin etkisi var mıdır?
2. Araştırmada ele alınan değişkenlerin birbirleriyle ilişkisi nasıldır?
3. Psikolojik belirtileri yordayan değişkenler nelerdir?
4. Kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide mizah tarzları ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı etkisi var mıdır?

## BÖLÜM II

### YÖNTEM

#### 2.1. Katılımcılar

Araştırmanın örneklemini, Ankara'daki üniversitelerin çeşitli bölümlerinde lisans eğitimi görmekte olan ve rastlantısal yöntemle seçilmiş 427 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında 96'sı web tabanlı veri toplama sitesinden olmak üzere toplam 480 kişiden veri toplanmış, ancak çok sayıda soruya yanıt vermemiş ve Kişisel Bilgi Formu'nda son altı ay içerisinde psikiyatrik bir tanı aldığını belirtmiş katılımcılar araştırmaya dahil edilmemiştir.

Yaşları 18-26 arasında değişen örneklemin yaş ortalaması 21.42'dir (ss=1.89) Katılımcıların 232'si kadın (%54.3), 195'i erkektir (%45.7). Kadınların yaş ortalaması 20.92 (ss=1.66), erkeklerin yaş ortalaması 22.01'dir (ss=1.98). Eğitim görülen üniversite açısından bakıldığında 344 (%80.6) katılımcının Ankara Üniversitesi, 50 (%11.7) katılımcının Hacettepe Üniversitesi, 33 (%7.7) katılımcının ise Gazi Üniversitesi'ne devam ettiği görülmektedir.

Katılımcılara ilişkin sosyodemografik özellikler Tablo 2.1'de yer almaktadır.

**Tablo 2.1.** Katılımcıların demografik özellikleri

	<b>N=427</b>	<b>Yüzde %</b>
<b>Cinsiyet</b>		
Kadın	232	54.3
Erkek	195	45.7
<b>Üniversite</b>		
Ankara Üniversitesi	344	80.6
Hacettepe Üniversitesi	50	11.7
Gazi Üniversitesi	33	7.7
<b>Anne Eğitim Düzeyi</b>		
İlkokul	212	49.6
Ortaokul – Lise	133	31.1
Üniversite ve üstü	82	19.2
<b>Baba Eğitim Düzeyi</b>		
İlkokul	132	30.9
Ortaokul – Lise	171	40.0
Üniversite ve üstü	117	27.4
<b>Ailenin Aylık Geliri</b>		
1500 TL'nin altı	129	30.2
1500 TL – 2499 TL arası	128	30.0
2500 TL ve üzeri	167	39.1

## **2.2. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada veri toplamak amacıyla katılımcılara, Bilgilendirilmiş Onam Formu'nun ve Kişisel Bilgi Formu'nun yanı sıra Beş Faktör Kişilik Envanteri (BFKÖ), Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ), Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği (KİTÖ) ve Kısa Semptom Envanteri (KSE) verilmiştir.

### 2.2.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Katılımcılara araştırmanın genel amacı hakkında bilgi vermek için Bilgilendirilmiş Onam Formu kullanılmıştır. Bu formda katılımın gönüllülük esasına dayandığı ve rahatsızlık hissedilmesi durumunda çalışmanın yarım bırakılabileceği belirtilmiştir. Ayrıca, katılımcının verdiği bilgilerin gizli tutulup çalışmanın sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanılacağı konusunda da bilgilendirme yer almıştır. Çalışmada yer almak isteyen katılımcılardan, gönüllülük esasına uygun olarak söz konusu araştırmada yer aldıklarını ve verdikleri bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda kullanılabileceğini kabul ettiklerini ifade eden işaretlemeyi yapmaları istenmiştir. Bilgilendirilmiş Onam Formu Ek 1’de sunulmuştur.

### 2.2.2. Kişisel Bilgi Formu

Çalışmada katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim gördükleri okul, bölüm, sınıf, psikiyatrik öykü, anne ve babaya ilişkin öğrenim durumu, ailenin aylık gelir düzeyi gibi demografik özellikleri hakkında bilgi elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiştir.

Bu formda katılımcılara kişisel bilgilerin yanı sıra; ekonomik, fiziksel ve ruhsal durumları ile genel olarak yaşamlarını değerlendirebilecekleri dört sorudan oluşan, 5’li Likert tipinde puanlanan sorular da sorulmuştur. Formda yer alan “Ekonomik açıdan kendinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?”, “Kendinizi fiziksel olarak nasıl görüyorsunuz?”, “Kendinizi ruh sağlığı açısından nasıl görüyorsunuz?” ve “Genel olarak hayatınızı nasıl değerlendiriyorsunuz?” sorularıyla “**yaşam doyumu indeksi**” oluşturulmuştur. Bu maddelerle belirlenen yaşam doyumu düzeyi, daha

önce anksiyete (Şahin, Batıgün ve Uzun, 2011), depresyon (Şahin, Batıgün ve Koç, 2011), bedensel hastalıklar (Batıgün, Şahin ve Demirel, 2011), internet bağımlılığı (Batıgün ve Kılıç, 2011), cinsel işlev bozukluğu (Şahin, Batıgün ve Pazvantoğlu, 2012) ve intihar olasılığıyla (Demirkol, 2013) ilgili yapılan çalışmalarda da kullanılmış; geçerli ve güvenilir olduğuna ilişkin bulgular elde edilmiştir. Kullanılan Kişisel Bilgi Formu Ek 2’de yer almaktadır.

### **2.2.3. Beş Faktör Kişilik Envanteri (BFKÖ)**

Katılımcıların kişilik özelliklerini belirleyebilmek için kısa ve çabuk uygulama yapılabilmesine olanak sağlayan Beş Faktör Kişilik Envanteri kullanılmıştır. BFKÖ, Benet-Martinez ve John (1998) tarafından “Big Five Inventory” adıyla geliştirilmiş, beş kişilik faktörünü ölçmeyi amaçlayan bir ölçektir. 1 (hiç katılmıyorum) ile 5 (tamamen katılıyorum) arasında puanlanan Likert tipi bir ölçek olan bu ölçüm aracında toplam 44 madde bulunmaktadır. Özbildirime dayanan BFKÖ; “Dışadönüklük” (madde 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36), “Özdenetim” (madde 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43), “Yumuşak başlılık” (madde 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42), “Açıklık” (madde 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 41, 44) ve “Nevrotiklik” (madde 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39) olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekteki 16 madde (6, 21, 31, 2, 12, 27, 37, 8, 18, 23, 43, 9, 24, 34, 35, 41), tersine puanlanan maddelerdir ve puanlanması tersine çevrilerek yapılmaktadır.

BFKÖ, Sümer tarafından Türkçe’ye çevrilmiş, sonra tekrar-çeviri yapılarak kültürlerarası bir çalışmada kullanılması sağlanmıştır (Sümer, Lajunen ve Özkan,

2005). Türk örnekleme için yapılan çalışmada alt ölçekler için Cronbach alfa değerleri .64 ve .77 arasında değişmektedir (Sümer, Lajunen ve Özkan, 2005).

**Mevcut çalışmada ise** ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .69'dur. Ölçeğin alt boyutlara göre Cronbach Alfa değerleri sırasıyla: dışadönüklük (8 madde) .75, özdenetim (9 madde) .73, yumuşak başlılık (9 madde) .55, gelişime açıklık (10 madde) .76, nevroitiklik (8 madde) .67'dir.

Araştırma kapsamında kullanılan Beş Faktör Kişilik Envanteri (BFKÖ) Ek 23'te sunulmuştur.

#### **2.2.4. Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ)**

Mizahın günlük kullanımındaki bireysel farklılıkları ölçmek amacıyla, Martin ve arkadaşları (2003) tarafından Humor Styles Questionnaire adıyla geliştirilmiş bir kendini bildirim ölçeğidir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Yerlikaya (2003) tarafından yapılmıştır. Likert tipi, 1-7 puanlanmakta ve 32 maddeden oluşmaktadır. Mizah Tarzları Ölçeği; "Katılımcı mizah" (madde 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29), "Kendini geliştirici mizah" (madde 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30), "Saldırgan mizah" (madde 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31) ve "Kendini yıkıcı mizah" (madde 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32) olmak üzere 4 alt ölçekten oluşmaktadır. Bunlardan katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah alt ölçekleri uyumlu; saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah alt ölçekleri ise uyumsuz mizah tarzlarıdır. Ölçekteki 11 madde (1, 7, 9, 15, 16, 17, 22, 23, 25, 29, 31) tersine çevrilerek puanlanmaktadır. Alt ölçeklerden her biri 8 maddeden oluşmakta; böylece her bir alt ölçekten alınabilecek puanlar 8 ile 56

arasında değişmektedir. Alt ölçekten alınan puanın yüksekliği, o mizah tarzının kullanım sıklığını göstermektedir (Yerlikaya, 2003).

Ölçeğin Türkiye'ye uyarlama çalışmasında her bir alt ölçeğe ilişkin elde edilen Cronbach alfa iç-tutarlık katsayıları sırasıyla; katılımcı mizah için .74, kendini geliştirici mizah için .78, saldırgan mizah için .69 ve kendini yıkıcı mizah için .67 olarak bulunmuştur. Test- tekrar test korelasyonlarının katsayıları ise sırasıyla .88, .82, .85, .85 olarak bulunmuştur (Yerlikaya, 2003).

**Mevcut çalışmada ise** ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .69'dur. Ölçeğin alt boyutlara göre Cronbach Alfa değerleri sırasıyla: katılımcı mizah (8 madde) .77, kendini geliştirici mizah (8 madde) .78, saldırgan mizah (8 madde) .69, kendini yıkıcı mizah (8 madde) .73'tür.

Çalışmada kullanılan Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ) Ek 4'te yer almaktadır.

### **2.2.5. Kişilerarası İlişki Tarzı Ölçeği (KİTÖ)**

Bu ölçek, Şahin, Durak ve Yasak (1994) tarafından, "Stress Management: A Positive Strategy" isimli bir video paket programının el kitabında bulunan davranışlar listesinden esinlenerek hazırlanmıştır. Paket programdan alınan maddeler üzerine, kültüre özgü olabileceği düşünülen maddeler de eklenmiş ve 50 maddelik bir ölçek oluşturulmuş; yapılan çalışmalar sonucunda 31 maddelik bir araç haline dönüştürülmüştür.

Özbidirime dayanan KİTÖ, "Hiçbir zaman" (0), "Bazen" (1), "Sık sık" (2), "Sürekli" (3) şeklinde yanıtlanan 4'lü Likert tipi bir ölçektir. "Besleyici" (tek sayılı maddeler) ve "Ketleyici" (çift sayılı maddeler) ilişki tarzlarından oluşan ölçekten 0-

93 arasında puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, kişilerarası ilişkilerde olumlu bir tarzın göstergesidir (Şahin, Durak ve Yasak, 1994).

Ölçeğin güvenirlik analizlerinde Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .79, iki yarım test güvenirliği katsayısı ise .63 olarak bulunmuştur. Ayrıca KİTÖ'nün UCLA-Yalnızlık Ölçeği ile korelasyonu -.24, Offer Yalnızlık Ölçeği ile korelasyonu ise -.38 olarak bulunmuştur (Şahin, Durak ve Yasak, 1994).

**Mevcut çalışmada ise** ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .80'dir. Ölçeğin alt boyutlara göre Cronbach Alfa değerleri sırasıyla: besleyici tarz (16 madde) .85, ketleyici tarz (15 madde) .82'dir.

Çalışmada kullanılan Kişilerarası İlişki Tarzı Ölçeği (KİTÖ) Ek 5'te sunulmuştur.

#### **2.2.6. Kısa Semptom Envanteri (KSE)**

Orijinal adı "Brief Symptom Inventory" olan Kısa Semptom Envanteri, Derogatis (1992) tarafından, çeşitli psikolojik belirtileri taramak amacıyla; 90 maddelik Semptom Belirleme Listesi'nin (SCL-90) ayırt ediciliği en yüksek 53 maddesi seçilerek oluşturulmuştur. Özbildirime dayanan KSE, "Hiç" (0), "Biraz" (1), "Orta Derecede" (2), "Epey" (3), "Çok Fazla" (4) şeklinde yanıtlanan 53 maddeden oluşan 5'li Likert tipi bir ölçektir. Puan ranjı 0-212'dir.

Ölçeğin Türkiye'ye uyarlaması Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmış ve yüksek güvenirlik ve geçerlik değerleri elde edilmiştir. Araştırmacılar, güvenirlik ve geçerlik çalışmaları için Kısa Semptom Envanteri'nin kullanıldığı üç farklı araştırmanın verilerini kullanmışlardır. Yapılan faktör analizi sonuçları, ölçeğin



“Anksiyete” (12, 13, 28, 31, 32, 36, 38, 42, 43, 45, 46, 47, 49), “Depresyon” (9, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 25, 27, 35, 37, 39), “Olumsuz Benlik” (15, 21, 22, 24, 26, 34, 44, 48, 50, 51, 52, 53), “Somatizasyon” (2, 5, 7, 8, 11, 23, 29, 30, 33) ve “Hostilite” (1, 3, 4, 6, 10, 40, 41) olmak beş faktörlü bir yapıda olduğuna işaret etmiştir.

Kısa Semptom Envanteri'nin yetişkin örneklemeden elde edilen iç tutarlık katsayılarının .75 ile .87 arasında değiştiği bulunmuştur. Ölçekten alınan yüksek puanlar, psikolojik belirtilerin sıklığına işaret etmektedir.

**Mevcut çalışmada ise** ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .96'dır. Ölçeğin alt boyutlara göre Cronbach Alfa değerleri sırasıyla: anksiyete (13 madde) .88; depresyon (12 madde) .89, olumsuz benlik (12 madde) .89, somatizasyon (9 madde) .80, hostilite (7 madde) .76' tür.

Araştırmada kullanılan Kısa Semptom Envanteri (KSE) Ek 6'da yer almaktadır.

### **2.3. İşlem**

Araştırmada kullanılmasına karar verilen ölçeklerin büyük bir kısmı katılımcılara bireysel olarak, bir kısmı ise [www.surveey.com](http://www.surveey.com) adlı web tabanlı veri toplama sitesi üzerinden uygulanmıştır.

Uygulamada, kullanılmasına karar verilen ölçekler bir araya getirilerek bir form hazırlanmıştır. Formun ilk sayfasında, araştırmanın amacının ve öneminin kısaca anlatıldığı bir açıklama yazılmış; çalışmaya katılımın gönüllülük esasına dayandığı, bireysel bir değerlendirme yapılmayacağı, yanıtların toplu bir şekilde değerlendirileceği belirtilmiştir. Ayrıca katılımcıların çalışma ile ilgili bilgi almak istedikleri takdirde araştırmacıya ulaşabilecekleri iletişim bilgisi verilmiştir. Kişisel

bilgi formunun yer aldığı ilk sayfa sabit olarak başta tutulmak üzere; sıra etkisinin ortaya çıkmasını önlemek amacıyla, diğer ölçekler form içinde farklı sıralarda katılımcılara verilmiştir.

Katılımcılara bireysel uygulamalarda sözel olarak araştırmanın amacı ve önemi hakkında kısa bir bilgilendirilme yapılmış; soruları dikkatlice okuyup, içtenlikle yanıtlamaları istenmiştir. İnternet uygulamasında ise katılımcılar, ön bilgi formu aracılığıyla araştırmanın amacı ve önemi hakkında kısaca bilgilendirilmişlerdir.

Ölçeklerin uygulanması her iki uygulama sürecinde de yaklaşık 20-30 dakika sürmüştür.

## BÖLÜM III

### BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amaçları doğrultusunda gerçekleştirilen istatistiksel analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Analiz aşamasına geçilmeden önce, veriler hatalarından arındırılmış, uç değerler belirlenerek veri setinden çıkartılmıştır. Kayıp verilerin çok az sayıda olması nedeniyle bunların yerine söz konusu değişkenlerin ortalama değerleri yerleştirilmiştir.

Bu bölümde ilk olarak, sosyodemografik değişkenler (cinsiyet ve sosyoekonomik düzey) ile araştırmada ele alınan diğer değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Ardından, araştırmada ele alınan değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkilerine dair bulgular aktarılmış; sonrasında ise, psikolojik belirtileri yordayan değişkenleri belirlemeye yönelik regresyon analizi bulguları paylaşılmıştır. Son olarak ise, araştırmanın asıl amacını oluşturan soruyu yanıtlayan, kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide mizah tarzları ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı rolünü belirlemeye yönelik aracı değişken analizi bulgularına yer verilmiştir.

#### 3.1. Sosyo-Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular

Çalışmanın bu aşamasında, **cinsiyet** ve **sosyoekonomik düzey (SED)** değişkenlerine göre Kısa Semptom Envanteri, Mizah Tarzları Ölçeği, Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği, Beş Faktör Kişilik Envanteri ve Yaşam Doyumu İndeksi'nden alınan puanların farklılaşıp farklılaşmadığı belirlenmiştir. Bu amaçla katılımcıların

anne eğitim düzeyi SED göstergesi olarak ele alınmış ve annesi ilkokul mezunu olanlar “düşük SED”, ortaokul ve lise mezunu olanlar “orta SED”, üniversite mezunu olanlar ise “yüksek SED” olarak sınıflandırılmıştır. Böylece cinsiyet (2) x SED (3) olmak üzere çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) yapılmıştır.

Analiz sonucunda, cinsiyet (Wilks'  $\lambda = .80$ ,  $F_{1-421} = 6.02$ ;  $p < .001$ ,  $\eta^2 = .20$ ) ve SED (Wilks'  $\lambda = .80$ ,  $F_{2-421} = 2.76$ ;  $p < .001$ ,  $\eta^2 = .10$ ) temel etkilerinin Wilks' Lambda değerleri bazı bağımlı değişkenler açısından anlamlı farklar olduğuna işaret etmektedir. Ancak cinsiyet ve SED ortak etkisi hiçbir bağımlı değişken açısından istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

**Cinsiyet** değişkeni açısından bakıldığında, “yumuşak başlılık”, “nevrotiklik”, “saldırgan mizah”, “kendini yıkıcı mizah”, “besleyici tarz” ve “ketleyici tarz” alt ölçekleri üzerinde cinsiyet temel etkisi olduğu görülmektedir. Sonuçlar Tablo 3.1’de gösterilmektedir.

**Tablo 3.1** Cinsiyet Değişkenine Göre Araştırma Değişkenlerinden Alınan Puanlar için Yapılan Çok Değişkenli Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

	Kadın		Erkek		F
	$\bar{X}$	ss	$\bar{X}$	ss	
<b>BFKÖ</b>					
Yumuşak Başlılık	34.05	4.48	31.73	4.68	23.25***
Nevrotiklik	24.25	5.65	22.57	5.46	8.76**
<b>MTÖ</b>					
Saldırgan Mizah	22.35	7.12	26.58	7.80	35.50***
Kendini Yıkıcı Mizah	28.06	8.60	29.53	7.72	4.47*
<b>KİTÖ</b>					
Besleyici Tarz	31.32	6.88	29.34	7.19	5.19*
Ketleyici Tarz	11.37	5.70	14.94	6.40	37.65***

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

Tablo 3.1 incelendiğinde Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin “yumuşak başlılık” alt boyutundan kadınlar erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar almışlardır [ $F_{1-421}= 23.25, p<.001, \eta^2=.05$ ]. “Nevrotiklik” alt boyutundan da kadınların erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar aldıkları görülmektedir [ $F_{1-421} = 8.76, p<.01, \eta^2=.02$ ]. Mizah Tarzları Ölçeği'nin “saldırgan mizah” alt boyutundan erkek katılımcılar kadınlardan anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar almışlardır [ $F_{1-421}= 35.50, p<.001, \eta^2=.78$ ]. “Kendini yıkıcı mizah” alt boyutundan erkeklerin aldıkları puanların da kadınlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur [ $F_{1-421}= 4.47, p<.05, \eta^2=.01$ ]. Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği'nin alt boyutları açısından, kadınların “besleyici tarz” puanlarının erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur [ $F_{1-421}= 5.19, p<.05, \eta^2=.01$ ]. Son olarak erkeklerin “ketleyici tarz” puanları ise kadınlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir [ $F_{1-421} = 37.65, p<.001, \eta^2=.08$ ].

Kişilik özelliklerinin, mizah tarzlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının **sosyoekonomik düzeye (SED)** göre nasıl farklılaştığına bakıldığında, “özdenetim” [ $F_{2-421}= 19.84, p<.001, \eta^2=.07$ ], “yumuşak başlılık” [ $F_{2-421}= 4.00, p<.05, \eta^2=.02$ ], “saldırgan mizah” [ $F_{2-421}= 7.09, p<.001, \eta^2=.03$ ] ve “ketleyici tarz” [ $F_{2-421}= 7.64, p<.001, \eta^2= .03$ ] alt ölçekleri üzerinde SED temel etkisi olduğu görülmektedir. SED değişkeni açısından ortaya çıkan bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için yapılan Post-Hoc Tukey testi sonuçları Tablo 3.2'de gösterilmektedir.

**Tablo 3.2** SED Değişkenine Göre Araştırma Değişkenlerinden Alınan Puanlar için Yapılan Çok Değişkenli Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

	Düşük SED		Orta SED		Yüksek SED		F
	$\bar{X}$	ss	$\bar{X}$	ss	$\bar{X}$	ss	
<b>BFKÖ</b>							
Özdenetim	32.35 <sub>a</sub>	5.98	29.20 <sub>b</sub>	5.71	28.19 <sub>b</sub>	5.71	19.84***
Yumuşak Başlılık	33.63 <sub>a</sub>	4.42	32.44 <sub>b</sub>	5.02	32.22 <sub>b</sub>	4.77	4.00*
<b>MTÖ</b>							
Saldırgan Mizah	22.94 <sub>a</sub>	7.22	25.81 <sub>b</sub>	7.86	25.27 <sub>b</sub>	8.22	7.09***
<b>KİTÖ</b>							
Ketleyici Tarz	11.95 <sub>a</sub>	5.93	14.50 <sub>b</sub>	6.63	13.31	6.13	7.64***

\*p<.05, \*\*\*p>.001

Not:Farklı harflerin bulunduğu ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar mevcuttur.

Tablo 3.2 incelendiğinde, Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin “özdenetim” alt boyutundan düşük SED'deki katılımcıların, orta SED'deki ve yüksek SED'deki katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar aldıkları gözlenmektedir. “Yumuşak başlılık” alt boyutundan da düşük SED'deki katılımcılar, orta SED'deki ve yüksek SED'deki katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar almışlardır. Mizah Tarzları Ölçeği'nin “saldırgan mizah” alt boyutundan düşük SED'deki katılımcılar, orta SED'deki ve yüksek SED'deki katılımcılardan anlamlı düzeyde daha düşük puanlar almışlardır. Son olarak Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği'nin “ketleyici tarz” alt boyutundan düşük SED'deki katılımcıların, orta SED'deki katılımcılardan daha düşük puanlar aldıkları bulunmuştur.

## 3.2. Korelasyon Analizleri

### 3.2.1. Kısa Semptom Envanteri Alt Boyutları ile Tüm Değişkenler Arasındaki

#### Korelasyonlar

Çalışmada ele alınan değişkenler ile Kısa Semptom Envanteri alt boyutları arasındaki ilişkileri saptamak üzere yapılmış olan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi bulguları Tablo 3.3'te yer almaktadır.

**Tablo 3.3.** KSE ile Diğer Tüm Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
<b>Anne Eğitim Düzeyi</b>	-.06	-.04	-.05	-.06	-.08	-.05
<b>Aylık Gelir</b>	-.06	-.07	-.01	-.07	-.06	-.06
<b>BFKÖ</b>						
Dışadönüklük	-.18**	-.20**	-.18**	-.21**	-.08	-.05
Özdenetim	-.18**	-.18**	-.19**	-.16**	-.11*	-.16**
Yumuşak Başlılık	-.18**	-.14**	-.19**	-.14**	-.12*	-.22**
Gelişime Açıklık	-.02	-.005	.06	-.07	-.003	.06
Nevrotiklik	.40**	.44**	.36**	.33**	.21**	.37**
<b>MTÖ</b>						
Katılımcı Mizah	-.17**	-.12*	-.16**	-.19**	-.18**	-.09
Kendini Geliştirici M.	-.13**	-.17**	-.15**	-.13**	-.07	.00
Saldırgan Mizah	.12*	.06	.15**	.10*	.12*	.13**
Kendini Yıkıcı M.	.21**	.19**	.20**	.20**	.20**	.16**
<b>KİTÖ</b>						
Toplam puan	-.32**	-.22**	-.34**	-.31**	-.30**	-.25**
Besleyici Tarz	-.12*	-.09	-.14**	-.16**	-.09	-.02
Ketleyici Tarz	.36**	.24**	.38**	.30**	.35**	.36**
<b>Yaşam Doyumu</b>	-.39**	-.44**	-.34**	-.38**	-.17**	-.28**

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

(1) KSE toplam puan, (2) Depresyon, (3) Anksiyete, (4) Olumsuz Benlik, (5) Somatizasyon, (6) Hostilite

Tablo 3.3.'te görüldüğü gibi, annenin eğitim düzeyi ve aylık gelir düzeyi ile Kısa Semptom Envanteri'nin toplam puanı ve alt ölçek puanları arasında anlamlı ilişkiler bulunmamaktadır.

Kişilik özelliklerinden dışadönüklük ile KSE toplam puanı arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r = -.18, p < .01$ ). Ek olarak dışadönüklük ile KSE'nin depresyon, anksiyete ve olumsuz benlik alt boyutları arasındaki korelasyonların  $-.21$  ile  $-.18$  arasında değiştiği ve bu değerlerin  $p < .01$  düzeyinde anlamlı olduğu görülmüştür. Dışadönüklük ile somatizasyon ve hostilite puanları arasında anlamlı ilişki olmadığı belirlenmiştir.

Özdenetim ile KSE toplam puanı arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r = -.18, p < .01$ ). Ayrıca özdenetim ile KSE'nin tüm alt boyutları arasındaki korelasyonların  $-.19$  ile  $-.11$  arasında değiştiği ve bu değerlerin anlamlı olduğu görülmektedir.

Tablo incelendiğinde yumuşak başlılık puanlarının da KSE toplam puanı ile anlamlı ve negatif yönde ilişkili olduğu gözlenmektedir ( $r = -.18, p < .01$ ). Ek olarak bu boyut ile KSE'nin tüm alt boyutları arasındaki korelasyonların  $-.22$  ile  $-.12$  arasında değiştiği ve bu değerlerin anlamlı olduğu saptanmıştır. Nevrotiklik ile KSE toplam puanı arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu gözlenmektedir ( $r = .40, p < .01$ ). Ayrıca nevroitiklik ile KSE'nin tüm alt boyutları arasındaki korelasyonların  $.21$  ile  $.44$  arasında değiştiği ve bu değerlerin  $p < .01$  düzeyinde anlamlı olduğu görülmüştür. Diğer yandan gelişime açıklık ile KSE toplam puanı ve KSE alt boyutları arasında anlamlı ilişkiye rastlanmamaktadır.



Mizah tarzlarından katılımcı mizah ile KSE toplam puanı arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki olduğu gözlenmektedir ( $r = -.17, p < .01$ ). Ek olarak katılımcı mizah ile KSE'nin anksiyete, olumsuz benlik ve somatizasyon alt boyutları arasındaki korelasyon değerlerinin  $-.19$  ile  $-.16$  arasında değiştiği ve bu değerlerin  $p < .01$  düzeyinde anlamlı olduğu; ancak depresyon ve hostilete boyutları ile arasında anlamlı ilişki olmadığı belirlenmiştir.

Kendini geliştirici mizah ile KSE toplam puanı arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki mevcuttur ( $r = -.13, p < .01$ ). Ayrıca kendini geliştirici mizah ile KSE'nin depresyon, anksiyete ve olumsuz benlik alt boyutları arasında  $-.17$  ile  $-.13$  arasında değişen negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu; ancak somatizasyon ve hostilete alt boyutları ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmüştür.

Saldırgan mizah ile KSE toplam puanı arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir ( $r = .12, p < .05$ ). Ayrıca saldırgan mizah ile KSE'nin anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilete alt boyutları arasında  $.10$  ile  $.13$  arasında değişen pozitif yönde ve anlamlı ilişki bulunurken; depresyon alt boyutu ile arasında anlamlı ilişki olmadığı belirlenmiştir.

Kendini yıkıcı mizah ile KSE toplam puanı arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $r = .21, p < .01$ ). Ek olarak KSE'nin tüm alt boyutları ile kendini yıkıcı mizah arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki olduğu ve korelasyon değerlerinin  $.16$  ile  $.20$  arasında değiştiği bulunmuştur ( $p < .01$ ).

Tablo incelendiğinde KİTÖ toplam puanı ile KSE toplam puanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ( $r = -.32, p < .01$ ). Ayrıca KİTÖ

toplam puanı ile KSE'nin tüm alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu ve bu korelasyonların -.34 ile -.22 arasında değiştiği bulunmuştur ( $p < .01$ ).

Besleyici tarz ile KSE toplam puanı arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ( $r = -.12$ ,  $p < .05$ ). Ayrıca besleyici tarz ile KSE'nin anksiyete ( $r = -.14$ ,  $p < .01$ ) ve olumsuz benlik ( $r = -.16$ ,  $p < .01$ ) alt boyutları arasında negatif yönde ve anlamlı ilişkili bulunurken; depresyon, somatizasyon ve hostilite alt boyutları ile anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Ketleyici tarz ile KSE toplam puanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ( $r = .36$ ,  $p < .01$ ). Ayrıca KSE'nin tüm alt boyutları ile ketleyici tarz arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki olduğu ve korelasyon değerlerinin .24 ile .38 arasında değiştiği bulunmuştur ( $p < .01$ ).

Son olarak yaşam doyumu ile KSE toplam puanı arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu ( $r = -.39$ ,  $p < .01$ ) görülmektedir. Ek olarak KSE'nin tüm alt boyutları ile yaşam doyumu arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki olduğu ve korelasyon değerlerinin -.44 ile -.17 arasında değiştiği bulunmuştur ( $p < .01$ ).

### **3.2.2. Diğer Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar**

Çalışmada ele alınan diğer değişkenlerin birbirleri ile ilişkilerini saptamak üzere yapılmış olan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi bulguları Tablo 3.4'te yer almaktadır.

**Tablo 3.4.** Diğer Değişkenlerin Birbirleri ile Arasındaki Korelasyon Değerleri

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	(12)	(13)	(14)	(15)
(1)	1														
(2)	.50**	1													
(3)	.05	.01	1												
(4)	-.21**	-.20**	.18**	1											
(5)	-.10*	-.14**	.16**	.31**	1										
(6)	-.004	.40	.31**	.13**	.11*	1									
(7)	-.02	.07	-.24**	-.18**	-.31**	-.08	1								
(8)	-.04	-.01	.39**	.03	.21**	.20**	-.16**	1							
(9)	-.07	-.05	.29**	.03	.16**	.26**	-.28**	.37**	1						
(10)	.16**	.13**	.10*	-.27**	-.45**	-.07	.10*	-.02	-.01	1					
(11)	.03	.04	.03	-.24**	-.04	.02	.07	.14**	.20**	.30**	1				
(12)	-.10*	-.09	.18**	.29**	.51**	.22**	-.19**	.38**	.27**	-.52**	-.16**	1			
(13)	-.03	-.03	.35**	.19**	.24**	.28**	-.13**	.42**	.36**	-.23**	.01	.76**	1		
(14)	.12*	.11*	.11*	-.24**	-.51**	-.02	.15**	-.12*	-.02	.55**	.26**	-.67**	-.05	1	
(15)	.10*	.20**	.29**	.17**	.17**	.01	-.37**	.10*	.15**	-.10*	-.10*	.11*	.10*	-.06	1

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

(1) Anne Eğitim Düzeyi, (2) Aylık Gelir, (3) Dışadönüklük, (4) Özdenetim, (5)Yumuşak Başlılık, (6) Gelişime Açıklık, (7) Nevrotiklik, (8) Katılımcı Mizah, (9) Kendini Geliştirici Mizah, (10) Saldırgan Mizah, (11) Kendini Yıkıcı Mizah, (12) KİTÖ Toplam Puan, (13) Besleyici Tarz, (14) Ketleyici Tarz, (15) Yaşam Doyumu

Tablo 3.4 incelendiğinde, anne eğitim düzeyi ile aylık gelir düzeyi ( $r = .50$ ,  $p < .01$ ), saldırgan mizah ( $r = .16$ ,  $p < .01$ ), ketleyici tarz ( $r = .12$ ,  $p < .05$ ) ve yaşam doyumu ( $r = .10$ ,  $p < .05$ ) arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Ayrıca anne eğitim düzeyi ile özdenetim ( $r = -.21$ ,  $p < .01$ ) ve yumuşak başlılık ( $r = -.10$ ,  $p < .05$ ) arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

Aylık gelir düzeyi ile özdenetim ( $r = -.20$ ,  $p < .01$ ) ve yumuşak başlılık ( $r = -.14$ ,  $p < .01$ ) arasında negatif yönde; saldırgan mizah ( $r = .13$ ,  $p < .01$ ), ketleyici tarz ( $r = .11$ ,  $p < .05$ ) ve yaşam doyumu ( $r = .20$ ,  $p < .01$ ) arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki bulunmaktadır.

Anne eğitim düzeyi ve aylık gelir düzeyi ile diğer değişkenler arasında anlamlı ilişki bulunmamaktadır.

Kişilik özelliklerinin alt boyutlarından dışadönüklük ile mizah tarzlarının alt boyutları olan katılımcı mizah ( $r = .39$ ,  $p < .01$ ), kendini geliştirici mizah ( $r = .29$ ,  $p < .01$ ) ve saldırgan mizah ( $r = .10$ ,  $p < .05$ ); kişilerarası ilişki tarzlarının alt boyutu olan besleyici tarz ( $r = .35$ ,  $p < .01$ ) ve ketleyici tarz ( $r = .11$ ,  $p < .05$ ) ve son olarak yaşam doyumu ( $r = .29$ ,  $p < .01$ ) arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Özdenetim ile besleyici tarz ( $r = .19$ ,  $p < .01$ ) ve yaşam doyumu ( $r = .17$ ,  $p < .01$ ) arasında pozitif yönde; saldırgan mizah ( $r = -.27$ ,  $p < .01$ ), kendini yıkıcı mizah ( $r = -.24$ ,  $p < .01$ ) ve ketleyici tarz ( $r = -.24$ ,  $p < .01$ ) arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki bulunmaktadır.

Yumuşak başlılık ile katılımcı mizah ( $r = .21$ ,  $p < .01$ ), kendini geliştirici mizah ( $r = .16$ ,  $p < .01$ ), besleyici tarz ( $r = .24$ ,  $p < .01$ ) ve yaşam doyumu ( $r = .17$ ,  $p < .01$ )

arasında pozitif yönde; saldırgan mizah ( $r=-.45$ ,  $p<.01$ ) ve ketleyici tarz ( $r=-.51$ ,  $p<.01$ ) arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Gelişime açıklık ile katılımcı mizah ( $r=.20$ ,  $p<.01$ ), kendini geliştirici mizah ( $r=.26$ ,  $p<.01$ ) ve besleyici tarz ( $r=.28$ ,  $p<.01$ ) arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

Son kişilik özelliği alt boyutu olan nevrotiklik ile saldırgan mizah ( $r=.10$ ,  $p<.05$ ) ve ketleyici tarz ( $r=.15$ ,  $p<.01$ ) arasında pozitif yönde; katılımcı mizah ( $r=-.16$ ,  $p<.01$ ), kendini geliştirici mizah ( $r=-.28$ ,  $p<.01$ ), besleyici tarz ( $r=-.13$ ,  $p<.01$ ) ve yaşam doyumu ( $r=-.37$ ,  $p<.01$ ) arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki bulunmaktadır.

Kişilik özellikleri ile mizah tarzları, kişilerarası ilişki tarzları ve yaşam doyumu arasında yukarıda belirtilenler dışında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir.

Mizah tarzlarının alt boyutlarından katılımcı mizah ile besleyici tarz ( $r=.42$ ,  $p<.01$ ) ve yaşam doyumu ( $r=.10$ ,  $p<.05$ ) arasında pozitif yönde; ketleyici tarz ( $r=-.12$ ,  $p<.05$ ) arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki bulunmaktadır.

Kendini geliştirici mizah ile besleyici tarz ( $r=.36$ ,  $p<.01$ ) ve yaşam doyumu ( $r=.15$ ,  $p<.01$ ) arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Saldırgan mizah ile ketleyici tarz ( $r=.55$ ,  $p<.01$ ) arasında pozitif; besleyici tarz ( $r=-.23$ ,  $p<.01$ ) ve yaşam doyumu ( $r=-.10$ ,  $p<.05$ ) arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki bulunmaktadır.

Mizah tarzlarının son alt boyutu olan kendini yıkıcı mizah ile ketleyici tarz ( $r = .26, p < .01$ ) arasında pozitif; yaşam doyumu ( $r = -.19, p < .05$ ) arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki bulunmaktadır.

Mizah tarzları ile kişilerarası ilişki tarzları ve yaşam doyumu arasında yukarıda belirtilenler dışında anlamlı ilişki bulunmamaktadır.

Son olarak kişilerarası ilişki tarzlarının alt boyutlarından olan besleyici tarz ile yaşam doyumu ( $r = .10, p < .05$ ) arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki bulunmaktadır. Ancak ketleyici tarz ile yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki bulunmamaktadır.

### **3.3. Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenler**

Çalışmanın bu aşamasında psikolojik belirtileri yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla aşamalı-hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda, demografik değişkenler (cinsiyet, annenin eğitim düzeyi ve gelir düzeyi), kişilik özelliklerinin alt boyutları (dışadönüklük, özdenetim, yumuşak başlılık, gelişime açıklık, nevrotiklik), mizah tarzlarının alt boyutları (katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah), kişilerarası ilişki tarzlarının alt boyutları (besleyici tarz, ketleyici tarz) ve yaşam doyumu indeksi yordayıcı değişkenler olarak ele alınmıştır. Regresyon denklemine sırasıyla birinci adımda demografik değişkenler (cinsiyet, annenin eğitim düzeyi, gelir düzeyi), ikinci adımda Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin alt boyutları, üçüncü adımda Mizah Tarzları Ölçeği'nin alt boyutları, dördüncü adımda Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği'nin alt boyutları ve son adımda da yaşam doyumu puanı ayrı bloklar halinde alınmıştır.

Hiyerarşik regresyon analizinin yukarıda bahsedilen denklem aşamaları Şekil 3.1’de verilmektedir.

**Şekil 3. 1.** Psikolojik belirtileri yordayan değişkenlere ilişkin hiyerarşik regresyon analizi aşamaları



Regresyon analizi sonuçları Tablo 3.5'te verilmektedir.

**Tablo 3.5.** Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenler

Değişkenler (Denkleme giriş sırasına göre)	R	R <sup>2</sup>	Uyarlanmış R <sup>2</sup>	Beta	t	F
<b>I. Aşama</b>	-	-	-	-	-	-
<b>II. Aşama</b>						
1.Nevrotiklik	.40	.16	.16	.24	5.40***	79.59***
2.Özdenetim	.41	.17	.17	-.01	-.15	43.67***
<b>III. Aşama</b>						
3. Kendini Yıkıcı Mizah	.44	.20	.19	.11	2.53*	34.46***
4.Katılımcı Mizah	.46	.22	.21	-.09	-2.20*	28.80***
<b>IV. Aşama</b>						
5.Ketleyici Tarz	.52	.27	.26	.27	6.20***	31.40***
<b>V. Aşama</b>						
6.Yaşam doyumu	.57	.33	.32	-.26	-5.93***	34.18***

\* p<.05, \*\* p<.01,\*\*\* p<.001

Tablo 3.5'te görüldüğü gibi, ilk aşamada denkleme alınan demografik değişkenlerden hiçbirinin yordayıcı gücü bulunmamaktadır. İkinci aşamada denkleme giren değişkenlerden nevrotiliğin tek başına toplam varyansın %16'sını açıkladığı görülmektedir ( $F_{1-422} = 79.59$ ,  $p < .001$ ). Bu aşamada denkleme giren özdenetimin ise toplam varyansa %1'lik katkı sağlamakla birlikte bağımsız katkısının bulunmadığı gözlenmektedir ( $F_{2-421} = 43.67$ ,  $p < .001$ ). Üçüncü aşamada denkleme giren kendini yıkıcı mizah ile açıklanan varyans %19'a ulaşmaktadır ( $F_{3-420} = 34.46$ ,  $p < .001$ ). Yine üçüncü aşamada denkleme giren katılımcı mizah ile



birlikte açıklanan varyansın %21'e yükseldiği gözlenmektedir ( $F_{4-419} = 28.80$ ,  $p < .001$ ). Dördüncü aşamada denkleme giren Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği'nin alt boyutlarından olan ketleyici tarz değişkeni, varyansa %5'lik katkıda bulunmakta ve kendinden önceki değişkenlerle birlikte toplam varyansın %26 'sını açıklamaktadır ( $F_{5-418} = 31.40$ ,  $p < .001$ ). Son olarak, altıncı aşamada denkleme giren yaşam doyumu değişkeninin eklenmesiyle açıklanan toplam varyans %32'ye yükselmektedir ( $F_{6-417} = 34.18$ ,  $p < .001$ ).

#### **3.4. Kişilik Özellikleri ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Mizah Tarzlarının ve Kişilerarası İlişki Tarzlarının Aracı Rolünün Değerlendirilmesi**

Çalışmanın temel amacını oluşturan, kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide diğer temel değişkenlerin aracı rolünün değerlendirilmesi Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen regresyon analizleri ile incelenmiştir. Önerilen bu yöntemde, bir değişkenin aracı rolünün olabilmesi için aşağıda belirtilen dört koşulu yerine getirmesi gerekmektedir.

1. Yordayıcı ve yordanan değişken arasında anlamlı bir ilişki olmalıdır.
2. Yordayıcı değişken ile aracı değişken arasında anlamlı bir ilişki olmalıdır.
3. Aracı değişken ve yordanan değişken arasında anlamlı bir ilişki olmalıdır.
4. Yordayıcı değişken ve aracı değişken eş zamanlı olarak regresyon analizine girdiğinde, daha önce yordayıcı ve yordanan değişken arasında var olan anlamlı ilişki, anlamlı olmaktan çıkmalı ya da daha önceki anlamlılık düzeyinde azalma göstermelidir.

Bu yöntemde aracı değişken modele girdiğinde yordayıcı ve yordanan arasındaki ilişki anlamlı olmaktan çıkıyor ise “tam aracı model”den; yordayıcı ile yordanan arasındaki ilişkinin anlamlılık düzeyinde azalma oluyorsa “kısmi aracı model”den söz edilebilir.

Dolaylı aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı şekilde sıfırdan farklı olup olmadığı, Preacher ve Hayes (2008) tarafından ileri sürülen bootstrap yöntemi ile incelenmiştir. Bootstrap, araştırma örnekleminde hareket ederek, yer değiştirme yöntemiyle pek çok defa (örneğin, 1000 kez, 5000 kez) yeniden örnekleme dayanan parametrik olmayan bir yöntemdir. Bu yöntemde her yeni örnekleme için dolaylı aracılık etkisi hesaplanmaktadır. Yeniden örneklemenin ardından elde edilen aracılık etkisinin anlamlılığı, en bilinen olan güven aralığının hesaplanması ve bu aralık içerisinde sıfırın bulunup bulunmamasına göre belirlenmektedir. Güven aralığının içerisinde sıfırın yer almaması, dolaylı etkinin sıfırdan farklı, yani anlamlı olduğuna işaret etmektedir.

Bootstrap yöntemi, (a) küçük örneklemlerde Sobel’e göre daha doğru sonuçlar vermesi; (b) normal dağılım varsayımını karşılamayı gerektirmemesi; (c) çok yönlü aracı değişkenlerin etkisini hem ayrı ayrı hem de eş zamanlı değerlendirmeye olanak sağlaması; (d) çok yönlü aracı değişkenlerin etkilerini tek bir modelde karşılaştırabilmesi; (e) aracı değişkenlerin birbirlerinden bağımsız şekilde işlev gösterip göstermediklerini belirleyebilmesi (Preacher ve Hayes, 2004, 2008) gibi nedenlerle bu çalışmada değişkenlerin aracı rolünün değerlendirilmesinde seçilmiştir.

Bootstrap yöntemi ile analizler, Akün’ün (2013) çalışmasında önerildiği şekilde <http://afhayes.com/spss-sas-and-mplus-macros-and-code.html> adresinden indirilen

eklentisi aracılığıyla SPSS 20 kullanılarak PROCESS Multiple Mediation Model 4 (Hayes ve Preacher, 2012) yürütülerek gerçekleştirilmiştir.

Kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide mizah tarzlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı rolünü test etmek için, ilk aşamada daha önce yapılmış olan korelasyon analizi sonuçlarından (Tablo 3.3) yola çıkılarak yordayıcı değişkenler ve yordanan değişken arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Kişilik özelliklerinden “gelişime açıklık” ile “psikolojik belirtiler” arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görüldüğü için, bu değişkenler arasındaki ilişkide mizah tarzlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı rolü test edilmemiştir.

İkinci aşamada, yordayıcı değişkenler ve aracı değişkenler arasındaki ilişkiler, daha önce gerçekleştirilmiş olan korelasyon analizi sonuçlarına (Tablo 3.4) bakılarak incelenmiş; aralarında ilişki olmayan değişkenler analize dahil edilmemiştir. “Dışadönüklük”, “yumuşak başlılık” ve “nevrotiklik” ile “kendini yıkıcı mizah” arasında ve “özdenetim” ile “katılımcı mizah” ve “kendini geliştirici mizah” arasında anlamlı ilişki olmadığı için belirtilen mizah tarzları alt boyutlarının, söz konusu kişilik özelliği ile psikolojik belirtiler arasındaki aracı rolü test edilmemiştir.

Belirtilen kişilik özellikleri ve mizah tarzları alt boyutları dışındaki tüm değişkenlerin, kişilik özellikleri ile anlamlı ilişkisi olduğu görüldüğü için mizah tarzları aracı rolü test edilmiştir. Ayrıca kişilerarası ilişki tarzlarının alt boyutları olan “besleyici tarz” ve “ketleyici tarz”ın da kişilik özellikleri ve psikolojik belirtiler ile anlamlı ilişkisi olduğu görüldüğü için aracı rolü test edilmiştir.

Kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasında aracı rolü incelenmiş olan değişkenler Tablo 3.6’da yer almaktadır.

**Tablo 3.6.** Kişilik Özellikleri ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü İncelenen Değişkenler

<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>Aracı Değişken (Mizah Tarzları)</b>	<b>Yordanan Değişken</b>
Dışadönüklük	Katılımcı Mizah Kendini Geliştirici Mizah Saldırgan Mizah	Psikolojik Belirtiler
Özdenetim	Saldırgan Mizah Kendini Yıkıcı Mizah	Psikolojik Belirtiler
Yumuşak Başlılık	Katılımcı Mizah Kendini Geliştirici Mizah Saldırgan Mizah	Psikolojik Belirtiler
Nevrotiklik	Katılımcı Mizah Kendini Geliştirici Mizah Saldırgan Mizah	Psikolojik Belirtiler
<b>Yordayıcı Değişken</b>	<b>Aracı Değişken (Kişilerarası İlişki Tarzları)</b>	<b>Yordanan Değişken</b>
Dışadönüklük	Besleyici Tarz Ketleyici Tarz	Psikolojik Belirtiler
Özdenetim	Besleyici Tarz Ketleyici Tarz	Psikolojik Belirtiler
Yumuşak Başlılık	Besleyici Tarz Ketleyici Tarz	Psikolojik Belirtiler
Nevrotiklik	Besleyici Tarz Ketleyici Tarz	Psikolojik Belirtiler

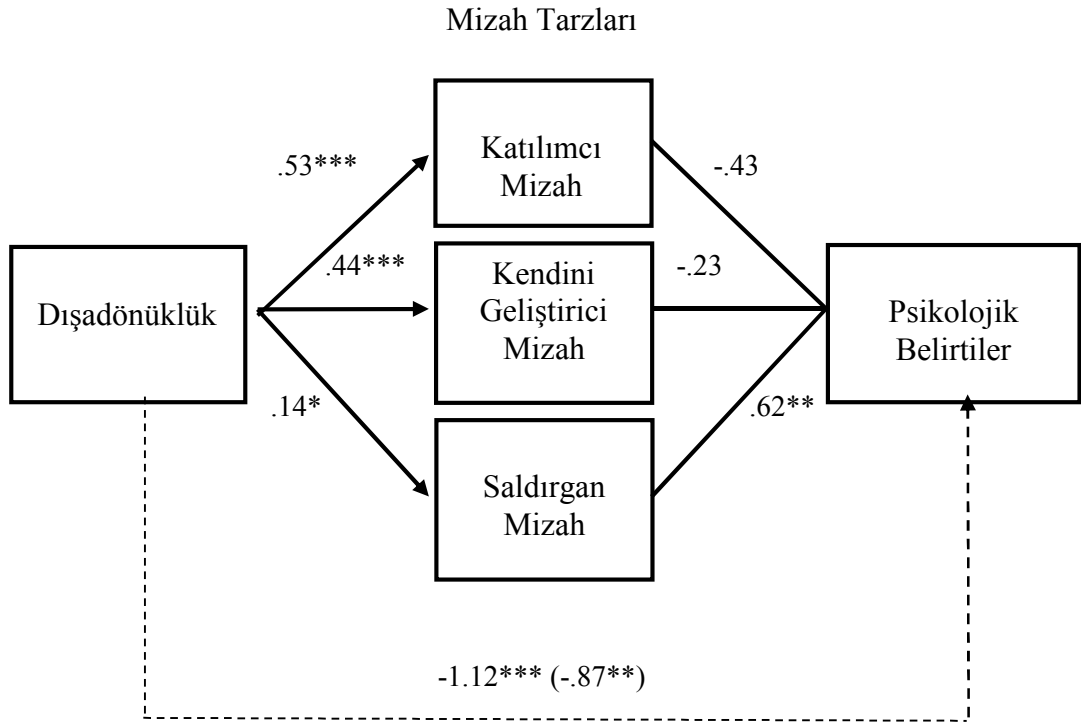
### **3.4.1. Kişilik Özellikleri ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Mizah Tarzlarının Aracı Rolü**

Hatırlanacağı gibi, çalışmanın temel amaçlarından biri, kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide mizah tarzlarının aracı rolünü test etmektir. Bu amaçla, Mizah Tarzları Ölçeği alt boyutları olan katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizahın aracı rolü Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen bir dizi regresyon analizi ile incelenmiştir.

Daha önce yapılmış olan korelasyon analizinde (Tablo 3.3) kişilik özelliklerinin gelişime açıklık alt boyutu ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı ilişki olmadığı görüldüğü için gelişime açıklık ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide mizah tarzlarının aracı rolüne bakılmamıştır. Ancak, kişilik özelliklerinin dışadönüklük, özdenetim, yumuşak başlılık ve nevrotiklik alt boyutları ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide MTÖ alt boyutlarının aracı rolü PROCESS Multiple Mediation Model 4 (Hayes ve Preacher, 2012) kullanılarak incelenmiştir.

#### **3.4.1.1. Dışadönüklük ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Mizah Tarzlarının Aracı Rolü**

Daha önce gerçekleştirilmiş olan korelasyon analizinde (Tablo 3.4), dışadönüklük ile kendini yıkıcı mizah arasında anlamlı ilişki olmadığı görüldüğü için MTÖ'nün bu alt boyutu analize dahil edilmemiştir. Dışadönüklük ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide MTÖ alt boyutları olan katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah ve saldırgan mizahın aracı etkilerine ilişkin bulgular Şekil 3.2'de yer almaktadır.



**Şekil 3.2.** Katılımcı Mizah, Kendini Geliştirici Mizah ve Saldırgan Mizahın, Dışadönüklük ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.  
\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

Şekil 3.2’de görüldüğü gibi, dışadönüklüğün yordanan değişken olan psikolojik belirtiler üzerine anlamlı doğrudan etkisi ( $B = -1.12$ ,  $t = -3.72$ ,  $p < .001$ ) vardır (Adım 1). Buna ek olarak dışadönüklük, aracı değişkenler olan katılımcı mizah ( $B = .53$ ,  $t = 8.75$ ,  $p < .001$ ), kendini geliştirici mizah ( $B = .44$ ,  $t = 6.34$ ,  $p < .001$ ) ve saldırgan mizah ( $B = .14$ ,  $t = 2.06$ ,  $p < .05$ ) üzerinde anlamlı doğrudan etki göstermektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin psikolojik belirtiler üzerindeki yordayıcı etkisine bakıldığında saldırgan mizahın ( $B = .62$ ,  $t = 2.82$ ,  $p < .01$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin olduğu; katılımcı mizah ( $B = -.43$ ,  $t = -1.72$ ,  $p > .05$ ) ve kendini geliştirici mizahın ( $B = -.23$ ,  $t = -1.07$ ,  $p > .05$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görülmektedir (Adım 3). Dışadönüklük ile tüm aracı

değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), dışadönüklük ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin azaldığı ve anlamlılık düzeyinin düştüğü görülmektedir ( $B = -.87$ ,  $t = -2.65$ ,  $p < .01$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin dışadönüklük ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide “kısmi aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca, tüm modelin anlamlı olduğu ( $F_{4-422} = 7.17$ ,  $p < .001$ ) ve varyansın %5’ini açıkladığı görülmektedir.

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3.7’de verilmiştir. Buna göre üç aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlı bulunmamıştır (nokta tahmin=  $-.24$  ve %95 BCa GA [ $-.5791$ ,  $.0731$ ]). Yani, mizah tarzları değişkenleri, dışadönüklük ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye kısmi aracılık etmemektedir. Ek olarak, her değişken ayrı ayrı ele alındığında, saldırgan mizahın (nokta tahmin=  $.08$  ve %95 BCa GA [ $.0085$ ,  $.2389$ ]) dışadönüklük ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı kısmi aracılık etkisi olduğu ancak katılımcı mizahın (nokta tahmin=  $-.23$  ve %95 BCa GA [ $-.5347$ ,  $.0358$ ]) ve kendini geliştirici mizahın (nokta tahmin=  $-.10$  ve %95 BCa GA [ $-.2978$ ,  $.0692$ ]) kısmi aracılık etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir.

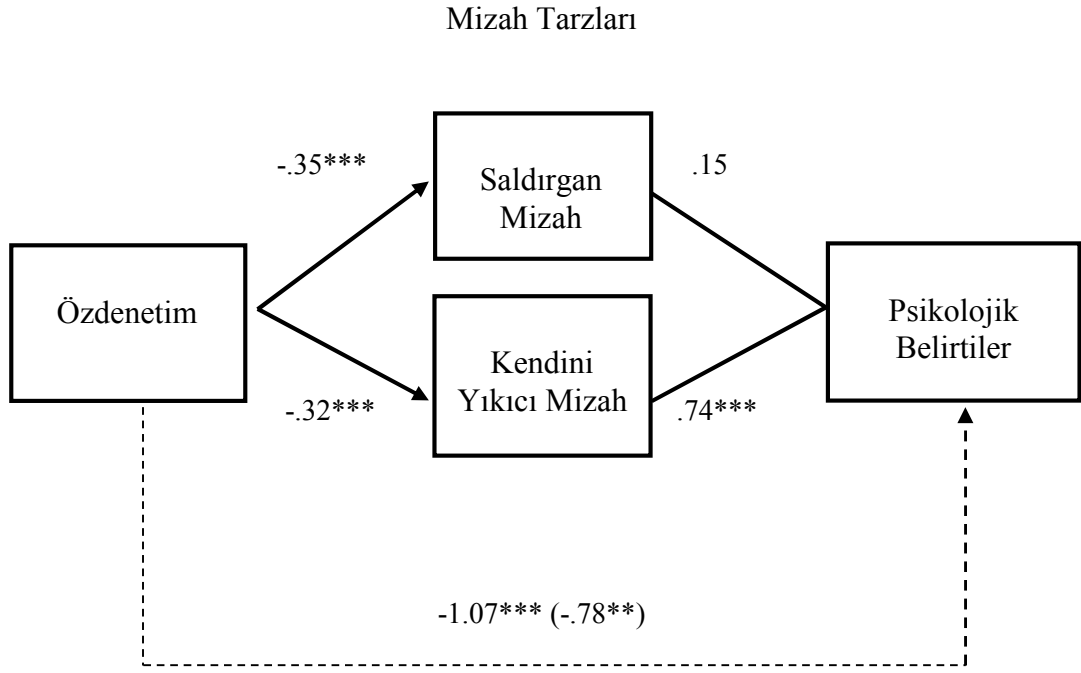
**Tablo 3.7.** Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları

Değişken	Katsayılar Çarpımı (Product of coefficients)				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	z	p	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>-.24</b>	<b>.16</b>	<b>-1.60</b>	<b>.11</b>	<b>-.5791</b>	<b>.0731</b>
Katılımcı Mizah	-.23	.14	-1.70	.09	-.5347	.0358
Kendini Geliştirici Mizah	-.10	.09	-1.06	.29	-.2978	.0692
Saldırgan Mizah	.08	.05	1.67	.09	.0085	.2389

#### **3.4.1.2.Özdenetim ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Mizah Tarzlarının Aracı Rolü**

Daha önce gerçekleştirilmiş olan korelasyon analizinde (Tablo 3.4), özdenetim ile katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah arasında anlamlı ilişki olmadığı görüldüğü için MTÖ'nün bu alt boyutu analize dahil edilmemiştir. Özdenetim ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide MTÖ alt boyutları olan saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizahın aracı etkilerine ilişkin bulgular Şekil 3.3'te yer almaktadır.





**Şekil 3.3.** Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizahın, Özdenetim ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Roller.

*Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.*

\*\*p<.01, \*\*\*p<.001

Şekil 3.3'te görüldüğü gibi, özdenetimin yordanan değişken olan psikolojik belirtiler üzerine anlamlı doğrudan etkisi ( $B = -1.07$ ,  $t = -3.86$ ,  $p < .001$ ) vardır (Adım 1). Buna ek olarak özdenetim, aracı değişkenler olan saldırgan mizah ( $B = -.35$ ,  $t = -5.89$ ,  $p < .001$ ) ve kendini yıkıcı mizah ( $B = -.32$ ,  $t = -5.02$ ,  $p < .001$ ) üzerinde anlamlı doğrudan etki göstermektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin psikolojik belirtiler üzerindeki yordayıcı etkisine bakıldığında kendini yıkıcı mizahın ( $B = .74$ ,  $t = 3.43$ ,  $p < .001$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin olduğu ancak saldırgan mizahın ( $B = .15$ ,  $t = .64$ ,  $p > .05$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin bulunmadığı görülmektedir (Adım 3). Özdenetim ile tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), özdenetim ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin azaldığı ve anlamlılık düzeyinin düştüğü görülmektedir ( $B = -.78$ ,  $t = -2.71$ ,  $p < .01$ ). Buradan hareketle, aracı

değişkenlerin özdenetim ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide “kısmi aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca, tüm modelin anlamlı olduğu ( $F_{3-423}=9.86, p<.001$ ) ve varyansın %6’sını açıkladığı görülmüştür.

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3.8’de verilmiştir. Buna göre iki aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin= -.29 ve %95 BCa GA [-.5153, -.0851]). Yani, mizah tarzları değişkenleri, özdenetim ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye kısmi aracılık etmektedir. Ek olarak, her değişken ayrı ayrı ele alındığında, kendini yıkıcı mizahın (nokta tahmin=-.24 ve %95 BCa GA [-.4293, -.0901]) özdenetim ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı kısmi aracılık etkisi olduğu ancak saldırgan mizahın (nokta tahmin= -.05 ve %95 BCa GA [-.2135, .1028]) kısmi aracılık etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir.

**Tablo 3.8.** Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları

Değişken	Katsayılar Çarpımı (Product of coefficients)				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	z	p	Düşük	Yüksek
Toplam	<b>-.29</b>	<b>.11</b>	<b>-2.77</b>	<b>.01</b>	<b>-.5153</b>	<b>-.0851</b>
Saldırgan Mizah	-.05	.08	-.64	.52	-.2135	.1028
Kendini Yıkıcı Mizah	-.24	.09	-2.84	.00	-.4293	-.0901



Şekil 3.4'te görüldüğü gibi, yumuşak başlılığın yordanan değişken olan psikolojik belirtiler üzerine anlamlı doğrudan etkisi ( $B = -1.38$ ,  $t = -3.82$ ,  $p < .001$ ) vardır (Adım 1). Buna ek olarak yumuşak başlılık, aracı değişkenler olan katılımcı mizah ( $B = .33$ ,  $t = 4.36$ ,  $p < .001$ ), kendini geliştirici mizah ( $B = .28$ ,  $t = 3.30$ ,  $p < .001$ ) ve saldırgan mizah ( $B = -.74$ ,  $t = -10.43$ ,  $p < .001$ ) üzerinde anlamlı doğrudan etki göstermektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin psikolojik belirtiler üzerindeki yordayıcı etkisine bakıldığında katılımcı mizahın ( $B = -.55$ ,  $t = -2.29$ ,  $p < .05$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin olduğu; kendini geliştirici mizah ( $B = -.29$ ,  $t = -1.32$ ,  $p > .05$ ) ve saldırgan mizahın ( $B = .30$ ,  $t = 1.24$ ,  $p > .05$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görülmektedir (Adım 3). Yumuşak başlılık ile tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), yumuşak başlılık ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin azaldığı ve anlamlılık düzeyinin düştüğü görülmektedir ( $B = -.89$ ,  $t = -2.16$ ,  $p < .05$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin yumuşak başlılık ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide “kısmi aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca, tüm modelin anlamlı olduğu ( $F_{4,422} = 6.56$ ,  $p < .001$ ) ve varyansın %5'ini açıkladığı görülmüştür.

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3.9'da verilmiştir. Buna göre üç aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin =  $-.49$  ve %95 BCa GA [ $-.9697$ ,  $-.0989$ ]). Yani, mizah tarzları değişkenleri, yumuşak başlılık ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye kısmi aracılık etmektedir. Ek olarak, her değişken ayrı ayrı ele alındığında, katılımcı mizahın (nokta tahmin =  $-.18$  ve %95 BCa GA [ $-.4480$ ,  $-.0312$ ]) yumuşak başlılık ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı

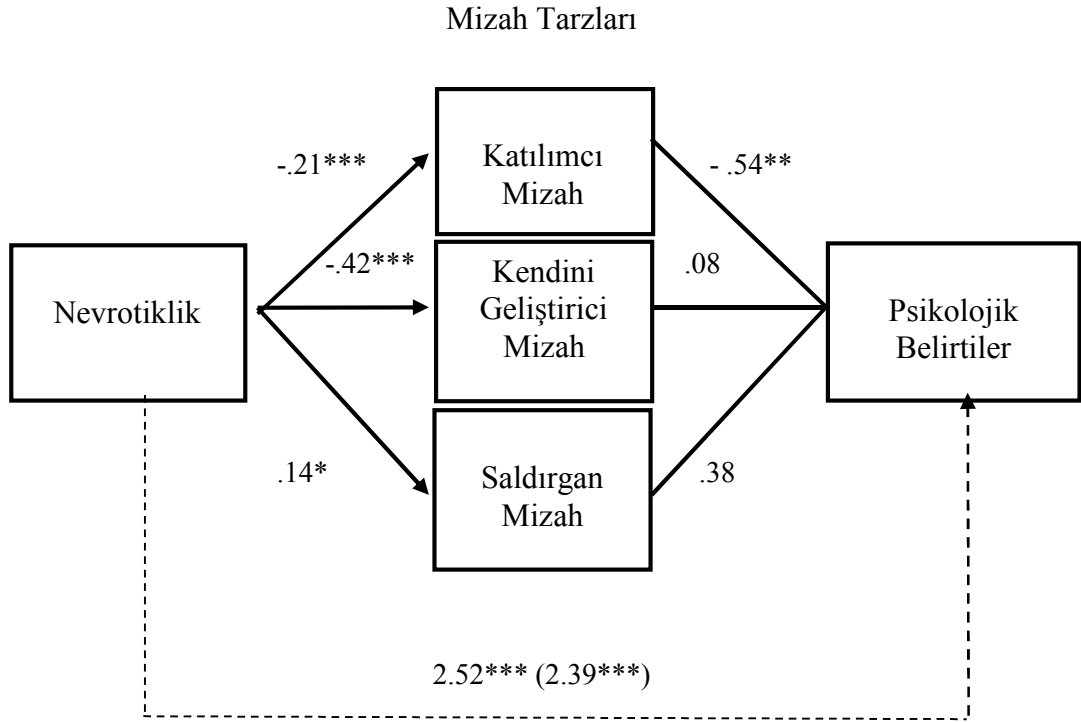
kısmi aracılık etkisi olduğu ancak kendini geliştirici mizahın (nokta tahmin= -.08 ve %95 BCa GA [-.2542, .0150]) ve saldırgan mizahın (nokta tahmin= -.22 ve %95 BCa GA [-.6062, .1077]) kısmi aracılık etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir.

**Tablo 3.9.** Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları

Değişken	Katsayılar Çarpımı (Product of coefficients)				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	z	p	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>-.49</b>	<b>.22</b>	<b>-2.30</b>	<b>.02</b>	<b>-.9697</b>	<b>-.0989</b>
Katılımcı Mizah	-.18	.10	-2.04	.04	-.4480	-.0312
Kendini Geliştirici Mizah	-.08	.06	-1.23	.22	-.2542	.0150
Saldırgan Mizah	-.22	.18	-1.24	.21	-.6062	.1077

#### 3.4.1.4. Nevrotiklik ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Mizah Tarzlarının Aracı Rolü

Daha önce gerçekleştirilmiş olan korelasyon analizinde (Tablo 3.4), nevroitiklik ile kendini yıkıcı mizah arasında anlamlı ilişki olmadığı görüldüğü için MTÖ'nün bu alt boyutu analize dahil edilmemiştir. Nevrotiklik ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide MTÖ alt boyutları olan katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah ve saldırgan mizahın aracı etkilerine ilişkin bulgular Şekil 3.5'te yer almaktadır.



**Şekil 3.5.** Katılımcı Mizah, Kendini Geliştirici Mizah ve Saldırgan Mizahın, Nevrotiklik ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

Şekil 3.5'te görüldüğü gibi, nevrozluğun yordanan değişken olan psikolojik belirtiler üzerine anlamlı doğrudan etkisi ( $B = 2.52$ ,  $t = 8.95$ ,  $p < .001$ ) vardır (Adım 1). Buna ek olarak nevrozluğun, aracı değişkenler olan katılımcı mizah ( $B = -.21$ ,  $t = -3.27$ ,  $p < .001$ ), kendini geliştirici mizah ( $B = -.42$ ,  $t = -6.09$ ,  $p < .001$ ) ve saldırgan mizah ( $B = .14$ ,  $t = 2.08$ ,  $p < .05$ ) üzerinde anlamlı doğrudan etki göstermektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin psikolojik belirtiler üzerindeki yordayıcı etkisine bakıldığında katılımcı mizahın ( $B = -.54$ ,  $t = -2.43$ ,  $p < .01$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin olduğu; kendini geliştirici mizah ( $B = .08$ ,  $t = .40$ ,  $p > .05$ ) ve saldırgan mizahın ( $B = .38$ ,  $t = 1.85$ ,  $p > .05$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görülmektedir (Adım 3). Nevrotiklik ile tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), nevrozluğun psikolojik belirtiler arasındaki ilişki azalmış; anlamlılık

değerinde azalma olmasına rağmen .001 düzeyinde kalmaya devam etmiştir (B=2.39, t=8.14, p<.001). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin nevroitiklik ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide “kısmi aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca, tüm modelin anlamlı olduğu (F<sub>4-422</sub>= 22.74, p<.001) ve varyansın %17’sini açıkladığı görülmüştür.

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3.10’da verilmiştir. Buna göre üç aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlı bulunmamıştır (nokta tahmin=.13 ve %95 BCa GA [-.0378, .3680]). Yani, mizah tarzları değişkenleri, nevroitiklik ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye kısmi aracılık etmemektedir. Ek olarak, her değişken ayrı ayrı ele alındığında, katılımcı mizahın (nokta tahmin=.11 ve %95 BCa GA [.0290, .2769]) nevroitiklik ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı kısmi aracılık etkisi olduğu ancak kendini geliştirici mizahın (nokta tahmin= -.03 ve %95 BCa GA [-.2098, .1211]) ve saldırgan mizahın (nokta tahmin= .05 ve %95 BCa GA [.0017, .1720]) kısmi aracılık etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir.

**Tablo 3.10.** Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları

Değişken	Katsayılar Çarpımı (Product of coefficients)				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	z	p	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.13</b>	<b>.10</b>	<b>1.34</b>	<b>.18</b>	<b>-.0378</b>	<b>.3680</b>
Katılımcı Mizah	.11	.06	1.96	.05	.0290	.2769
Kendini Geliştirici Mizah	-.03	.08	-.40	.69	-.2098	.1211
Saldırgan Mizah	.05	.04	1.39	.17	.0017	.1720

### **3.4.2. Kişilik Özellikleri ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Kişilerarası İlişki Tarzlarının Aracı Rolü**

Çalışmanın temel amacının bir diğeri ise kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği alt boyutları olan besleyici tarz ve ketleyici tarzın aracı rolünün araştırılmasıdır. KİTÖ'nün alt boyutlarının aracı rolü Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen bir dizi regresyon analizi ile incelenmiştir.

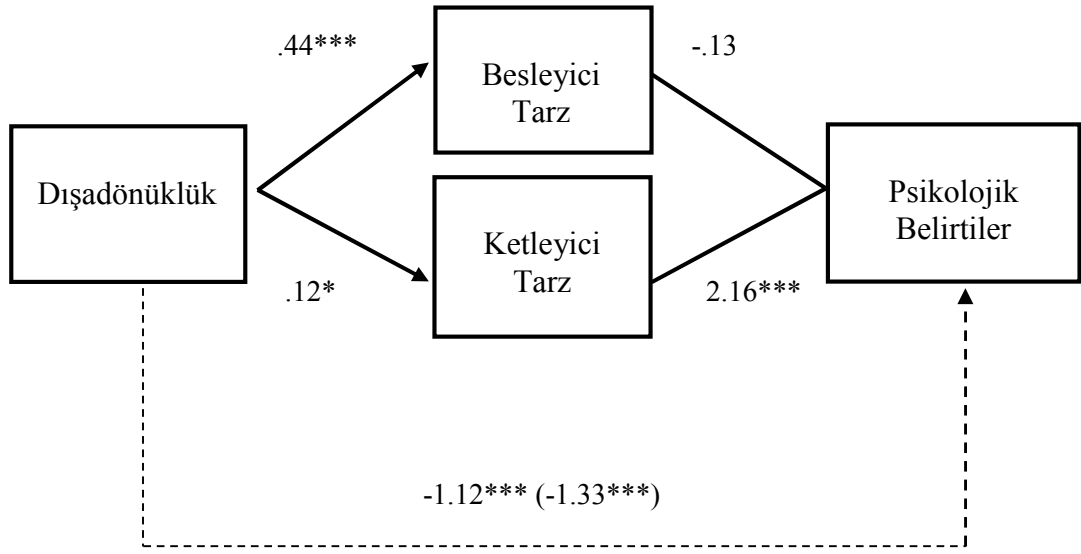
Daha önce yapılmış olan korelasyon analizinde (Tablo 3.3) kişilik özelliklerinin gelişime açıklık alt boyutu ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı ilişki olmadığı görüldüğü için gelişime açıklık ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide kişilerarası ilişki tarzlarının aracı rolüne bakılmamıştır. Ancak, kişilik özelliklerinin dışadönüklük, özdenetim, yumuşak başlılık ve nevrotiliklik alt boyutları ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide KİTÖ alt boyutlarının aracı rolü PROCESS Multiple Mediation Model 4 (Hayes ve Preacher, 2012) kullanılarak incelenmiştir.

#### **3.4.2.1. Dışadönüklük ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Kişilerarası İlişki Tarzlarının Aracı Rolü**

Dışadönüklük ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide kişilerarası ilişki tarzlarının aracı etkileri analiz edilmiş ve bulgulara Şekil 3.6'da yer verilmiştir.



### Kişilerarası İlişki Tarzları



**Şekil 3.6.** Besleyici Tarz ve Ketleyici Tarzın, Dışadönüklük ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini.

*Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.*

\* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$

Şekil 3.6’da görüldüğü gibi, dışadönüklüğün yordanan değişken olan psikolojik belirtiler üzerine anlamlı doğrudan etkisi ( $B = -1.12$ ,  $t = -3.72$ ,  $p < .001$ ) vardır (Adım 1). Buna ek olarak dışadönüklük, aracı değişkenler olan besleyici tarz ( $B = .44$ ,  $t = 7.71$ ,  $p < .001$ ) ve ketleyici tarz ( $B = .12$ ,  $t = 2.32$ ,  $p < .05$ ) üzerinde anlamlı doğrudan etki göstermektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin psikolojik belirtiler üzerindeki yordayıcı etkisine bakıldığında ketleyici tarzın ( $B = 2.16$ ,  $t = 8.53$ ,  $p < .001$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin olduğu ancak besleyici tarzın ( $B = -.13$ ,  $t = -.54$ ,  $p > .05$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin bulunmadığı görülmektedir (Adım 3). Dışadönüklük ile tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), dışadönüklük ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki azalmış; anlamlılık değerinde azalma olmasına rağmen .001 düzeyinde kalmaya devam etmiştir ( $B = -1.33$ ,  $t = -4.44$ ,  $p < .001$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin dışadönüklük ile psikolojik belirtiler

arasındaki ilişkide “kısmi aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca, tüm modelin anlamlı olduğu ( $F_{3-423} = 30.33, p < .001$ ) ve varyansın %17’sini açıkladığı görülmüştür.

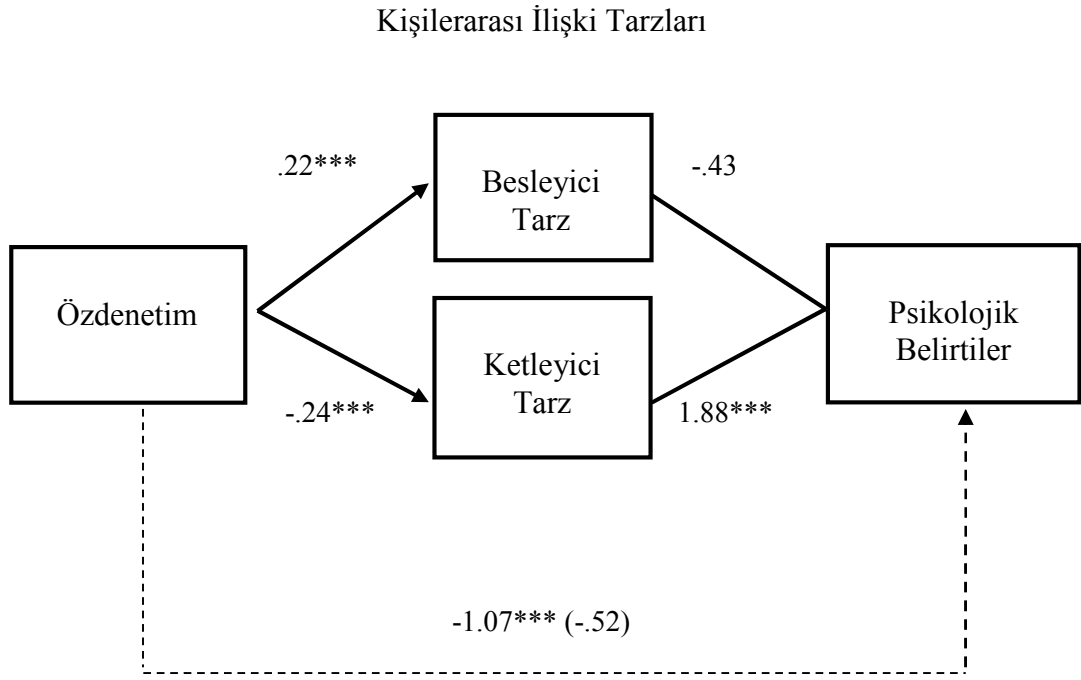
Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3.11’de verilmiştir. Buna göre iki aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlı bulunmamıştır (nokta tahmin=.21 ve %95 BCa GA [-.1015, .4931]). Yani, kişilerarası ilişki tarzları değişkenleri, dışadönüklük ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye kısmi aracılık etmemektedir. Ek olarak, her değişken ayrı ayrı ele alındığında, ketleyici tarzın (nokta tahmin=.27 ve %95 BCa GA [.0363, .5092]) dışadönüklük ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı kısmi aracılık etkisi olduğu ancak besleyici tarzın (nokta tahmin= -.06 ve %95 BCa GA [-.2734, .1410]) kısmi aracılık etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir.

**Tablo 3.11.** Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları

Değişken	Katsayılar Çarpımı (Product of coefficients)				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	z	p	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.21</b>	<b>.15</b>	<b>1.31</b>	<b>.19</b>	<b>-.1015</b>	<b>.4931</b>
Besleyici Tarz	-.06	.10	-.54	.59	-.2734	.1410
Ketleyici Tarz	.27	.12	2.24	.02	.0363	.5092

### 3.4.2.2. Özdenetim ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Kişilerarası İlişki Tarzlarının Aracı Rolü

Özdenetim ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide kişilerarası ilişki tarzlarının aracı etkileri analiz edilmiş ve bulgulara Şekil 3.7’de yer verilmiştir.



**Şekil 3.7.** Besleyici Tarz ve Ketleyici Tarzın, Özdenetim ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini.

*Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.*

\*\*\* $p < .001$

Şekil 3.7’de görüldüğü gibi, özdenetimin yordanan değişken olan psikolojik belirtiler üzerine anlamlı doğrudan etkisi ( $B = -1.07$ ,  $t = -3.86$ ,  $p < .001$ ) vardır (Adım 1). Buna ek olarak özdenetim, aracı değişkenler olan besleyici tarz ( $B = .22$ ,  $t = 3.95$ ,  $p < .001$ ) ve ketleyici tarz ( $B = -.24$ ,  $t = -5.05$ ,  $p < .001$ ) üzerinde anlamlı doğrudan etki göstermektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin psikolojik belirtiler üzerindeki yordayıcı etkisine bakıldığında ketleyici tarzın ( $B = 1.88$ ,  $t = 7.19$ ,  $p < .001$ ) anlamlı

düzyeyde doğrudan etkisinin olduğu ancak besleyici tarzın ( $B = -.43$ ,  $t = -1.87$ ,  $p > .05$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin bulunmadığı görölmektedir (Adım 3). Özdenetim ile tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), özdenetim ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin anlamsız olduğu görölmektedir ( $B = -.52$ ,  $t = -1.89$ ,  $p > .05$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin özdenetim ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide “tam aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Analiz bulgularına bakıldığında ayrıca, tüm modelin anlamlı olduğu ( $F_{3-423} = 24.08$ ,  $p < .001$ ) ve varyansın %14’ünü açıkladığı görölmüştür.

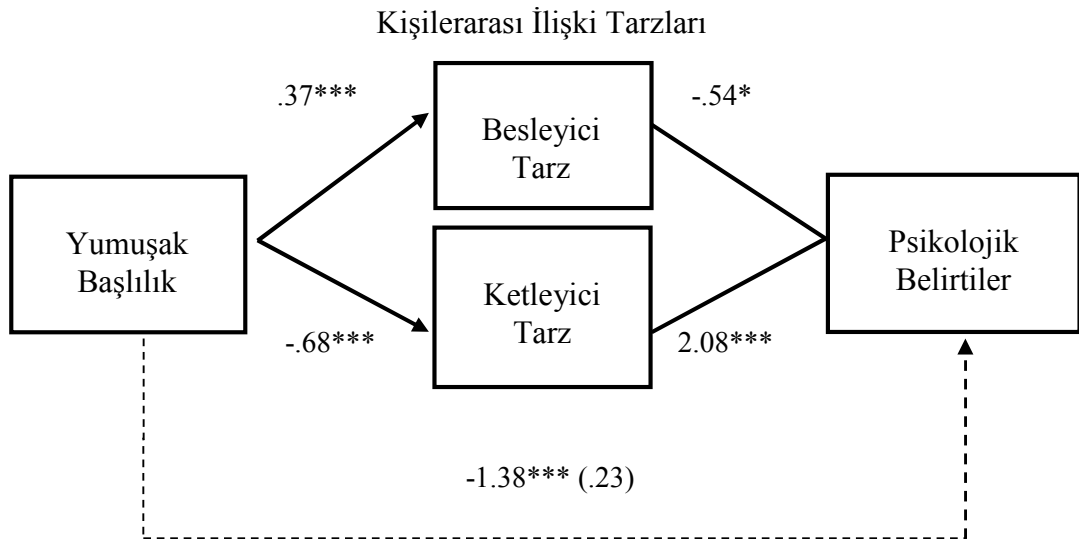
Aracı değişkenlerin tam aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3.12’de verilmiştir. Buna göre kişilerarası ilişki tarzlarını oluşturan iki aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin =  $-.55$  ve %95 BCa GA [ $-.8182$ ,  $-.3284$ ]). Yani, kişilerarası ilişki tarzları değişkenleri, özdenetim ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye tam aracılık etmektedir. Ek olarak, her değişken ayrı ayrı ele alındığında, ketleyici tarzın (nokta tahmin =  $-.46$  ve %95 BCa GA [ $-.6992$ ,  $-.2755$ ]) özdenetim ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı tam aracılık etkisi olduğu ancak besleyici tarzın (nokta tahmin =  $-.09$  ve %95 BCa GA [ $-.2295$ ,  $-.0127$ ]) tam aracılık etkisinin anlamlı olmadığı görölmektedir.

**Tablo 3.12.** Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları

Değişken	Katsayılar Çarpımı (Product of coefficients)				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	z	p	Düşük	Yüksek
Toplam	-.55	.12	-4.46	.00	-.8182	-.3284
Besleyici Tarz	-.09	.05	-1.69	.09	-.2295	-.0127
Ketleyici Tarz	-.46	.10	-4.14	.00	-.6992	-.2755

### 3.4.2.3. Yumuşak Başlılık ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Kişilerarası İlişki Tarzlarının Aracı Rolü

Yumuşak başlılık ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide kişilerarası ilişki tarzlarının aracı etkileri analiz edilmiş ve bulgulara Şekil 3.8’de yer verilmiştir.



**Şekil 3.8.** Besleyici Tarz ve Ketleyici Tarzın, Yumuşak Başlılık ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini.

Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\*\*\*p<.001, \*p<.01

Şekil 3.8’de görüldüğü gibi, yumuşak başlılığın yordanan değişken olan psikolojik belirtiler üzerine anlamlı doğrudan etkisi ( $B = -1.38$ ,  $t = -3.84$ ,  $p < .001$ ) vardır (Adım 1). Buna ek olarak yumuşak başlılık, aracı değişkenler olan besleyici tarz ( $B = .37$ ,  $t = 5.20$ ,  $p < .001$ ) ve ketleyici tarz ( $B = -.68$ ,  $t = -12.16$ ,  $p < .001$ ) üzerinde anlamlı doğrudan etki göstermektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin psikolojik belirtiler üzerindeki yordayıcı etkisine bakıldığında besleyici tarzın ( $B = -.54$ ,  $t = -2.31$ ,  $p < .05$ ) ve ketleyici tarzın ( $B = 2.08$ ,  $t = 7.00$ ,  $p < .001$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin olduğu görülmektedir (Adım 3). Yumuşak başlılık ile tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), özdenetim ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin anlamsız olduğu görülmektedir ( $B = .23$ ,  $t = .56$ ,  $p > .05$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin yumuşak başlılık ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide “tam aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Analiz bulgularına bakıldığında ayrıca, tüm modelin anlamlı olduğu ( $F_{3-423} = 22.82$ ,  $p < .001$ ) ve varyansın %14’ünü açıkladığı görülmüştür.

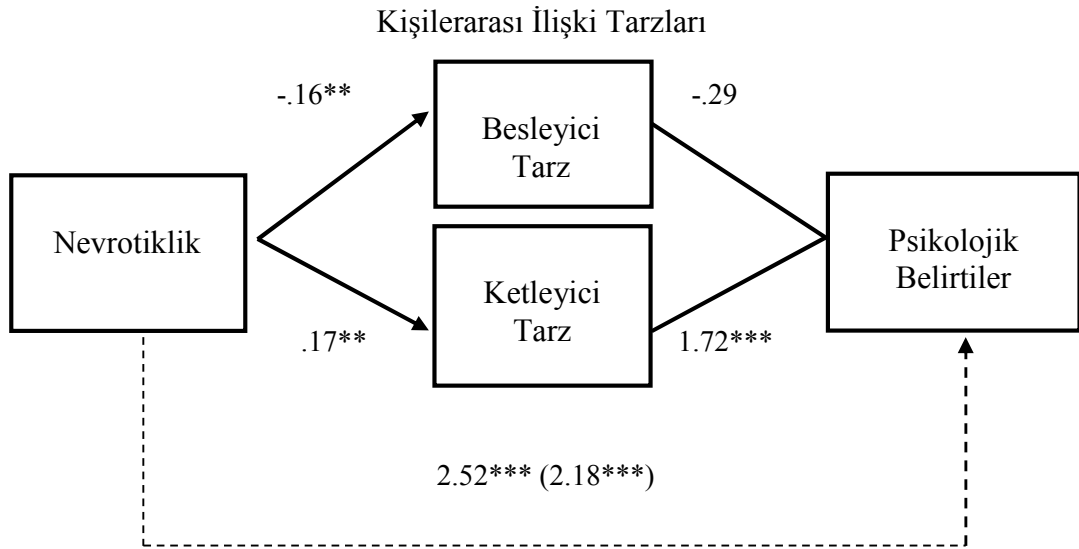
Aracı değişkenlerin tam aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3.13’te verilmiştir. Buna göre kişilerarası ilişki tarzlarını oluşturan iki aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin=  $-1.61$  ve %95 BCa GA [ $-2.1668$ ,  $-1.1127$ ]). Yani, kişilerarası ilişki tarzları değişkenleri, yumuşak başlılık ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye tam aracılık etmektedir. Ek olarak, her değişken ayrı ayrı ele alındığında, besleyici tarzın (nokta tahmin=  $-0.20$  ve %95 BCa GA [ $-0.4032$ ,  $-0.0438$ ]) ve ketleyici tarzın (nokta tahmin=  $-1.41$  ve %95 BCa GA [ $-1.9460$ ,  $-0.9741$ ]) yumuşak başlılık ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı tam aracılık etkisi olduğu görülmektedir.

**Tablo 3.13.** Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları

Değişken	Katsayılar Çarpımı (Product of coefficients)				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	z	p	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>-1.61</b>	<b>.27</b>	<b>-6.33</b>	<b>.00</b>	<b>-2.1668</b>	<b>-1.1127</b>
Besleyici Tarz	-20	.09	-2.11	.03	-.4032	-.0438
Ketleyici Tarz	-1.41	.24	-6.09	.00	-1.9460	-.9741

#### 3.4.2.4. Nevrotiklik ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Kişilerarası İlişki Tarzlarının Aracı Rolü

Nevrotiklik ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide kişilerarası ilişki tarzlarının aracı etkileri analiz edilmiş ve bulgulara Şekil 3.9'da yer verilmiştir.



**Şekil 3.9.** Besleyici Tarz ve Ketleyici Tarzın, Nevrotiklik ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini.

Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\*\*p<.01, \*\*\*p<.001

Şekil 3.9’da görüldüğü gibi, nevrotilikliğin yordanan değişken olan psikolojik belirtiler üzerine anlamlı doğrudan etkisi ( $B= 2.52, t= 8.95, p<.001$ ) vardır (Adım 1). Buna ek olarak nevrotiliklik, aracı değişkenler olan besleyici tarz ( $B= -.16, t= -2.72, p<.01$ ) ve ketleyici tarz ( $B=.17, t=3.13, p<.01$ ) üzerinde anlamlı doğrudan etki göstermektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin psikolojik belirtiler üzerindeki yordayıcı etkisine bakıldığında ketleyici tarzın ( $B=1.72, t=7.14, p<.001$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin olduğu ancak besleyici tarzın ( $B= -.29, t= -1.38, p>.05$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin bulunmadığı görülmektedir (Adım 3). Nevrotiklik ile tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), nevrotiliklik ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki azalmış; anlamlılık değerinde azalma olmasına rağmen .001 düzeyinde kalmaya devam etmiştir ( $B= 2.18, t= 8.05, p<.001$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin nevrotiliklik ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide “kısmi aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca, tüm modelin anlamlı olduğu ( $F_{3-423}= 47.81, p<.001$ ) ve varyansın %25’ini açıkladığı görülmüştür.

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığı 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3.14’te verilmiştir. Buna göre kişilerarası ilişki tarzlarını oluşturan iki aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin=.34 ve %95 BCa GA [.1472, .5602]). Yani, kişilerarası ilişki tarzları değişkenleri, nevrotiliklik ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye kısmi aracılık etmektedir. Ek olarak, her değişken ayrı ayrı ele alındığında, ketleyici tarzın (nokta tahmin= .29 ve %95 BCa GA [.1210, .4832]) nevrotiliklik ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı kısmi aracılık etkisi olduğu ancak besleyici



tarzın (nokta tahmin= .05 ve %95 BCa GA [-.0154, .1427]) kısmi aracılık etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir.

**Tablo 3.14.** Psikolojik Belirtiler Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etki için Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları

Değişken	Katsayılar Çarpımı (Product of coefficients)				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	z	p	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.34</b>	<b>.10</b>	<b>3.12</b>	<b>.00</b>	<b>.1472</b>	<b>.5602</b>
Besleyici Tarz	.05	.04	1.24	.22	-.0154	.1427
Ketleyici Tarz	.29	.09	2.87	.00	.1210	.4832

### 3.5. Regresyon ve Aracı Değişken Analizlerinde Elde Edilen Bulguların Bir Arada Gösterilmesi

Bu çalışma kapsamında, psikolojik belirtileri yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi ve kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide çalışmanın temel değişkenlerinin aracı etkilerini belirlemeye yönelik gerçekleştirilen aracı değişken analizlerinin sonuçları Tablo 3.15'te gösterilmektedir.

**Tablo 3.15.** Regresyon ve Aracı Değişken Analizi Bulguları

Değişkenler	Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenler	Dışadönüklük ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü	Özdenetim ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü	Yumuşak Başlılık ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü	Nevrotiklik ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü
<b>BFKÖ</b>					
Nevrotiklik	Yordayan Değişken				
Özdenetim	Yordayan Değişken				
<b>MTÖ</b>					
Katılımcı Mizah	Yordayan Değişken	-		Kısmi Aracı	Kısmi Aracı
Kendini Geliştirici Mizah	-	-		-	-
Saldırgan Mizah	-	Kısmi Aracı	-	-	-
Kendini Yıkıcı Mizah	Yordayan Değişken		Kısmi Aracı		
<b>KİTÖ</b>					
Besleyici Tarz	-	-	-	Tam Aracı	-
Ketleyici Tarz	Yordayan Değişken	Kısmi Aracı	Tam Aracı	Tam Aracı	Kısmi Aracı
<b>Yaşam Doyumu</b>	Yordayan Değişken				

## BÖLÜM IV

### TARTIŞMA

Toplumsal bir varlık olan insan, yaşamının hemen her evresinde diğer bireylerle iletişim kurmakta ve bu süreçte sıklıkla mizahi öğelerden yararlanmaktadır. Giriş bölümünden de hatırlanacağı gibi, bu çalışmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişkide mizah tarzlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı rolünü belirlemektir. Çalışmanın bu bölümünde, araştırmanın amacı doğrultusunda yanıt aranan sorular için gerçekleştirilmiş analizlere ilişkin bulgular, ilgili literatür çerçevesinde tartışılacaktır.

Araştırmanın temel değişkenleri, **cinsiyet** değişkeni açısından ele alındığında; Beş Faktör Kişilik Envanteri, Mizah Tarzları Ölçeği ve Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği'nin bazı alt boyutlarında cinsiyetin temel etkisi olduğu görülmektedir. Bulgular bölümünde de belirtildiği gibi kişilik özelliklerinden “yumuşak başlılık” ve “nevrotiklik” üzerinde cinsiyet açısından anlamlı farklılıklar mevcuttur. Her iki alt boyuttan da kadınların aldıkları puanlar, erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksektir. Bu bulgular değerlendirildiğinde; kadınların kişilerarası ilişkilerinde erkeklere kıyasla daha saygılı, anlayışlı ve empatik bir tarz benimsedikleri söylenebilir. Ayrıca kadınların kaygı, üzüntü, suçluluk gibi birçok olumsuz duyguyu bir arada yaşama ve rahatsız edici düşünce ve davranışları daha çok deneyimleme olasılıkları da erkeklerden daha yüksek olabilir. Yurtdışında yapılmış olan benzer çalışmalarda da (örn., Farmer ve ark., 2002; Lehmann, Denissen, Allemand ve Penke, 2013;

Vecchione, Alessandri, Barbaranelli ve Cappara, 2012) yumuşakbaşlılık ve nevroitiklik alt boyutlarından kadınların daha yüksek puanlar aldığı belirtilmektedir.

Cinsiyetin mizah tarzları üzerindeki etkisine bakıldığında ise, erkeklerin uyumsuz mizah tarzları olan “saldırgan mizah” ve “kendini yıkıcı mizah” alt boyutlarından daha yüksek puanlar aldıkları görülmektedir. Yani, erkekler mizahı iğneleme, alay etme, yerme amacıyla kullanarak, diğer bireylerle ilişkilerine zarar vermektedirler. Ek olarak, diğer bireylerle ilişkilerini geliştirmek için kendilerini küçük düşürecek ve kendileriyle alay edecek şakalar yaparak kendilerine zarar vermektedirler. Yurtdışında (örn., Bilge ve Saltuk, 2007; Sevim, 2011; Traş, Aslan ve Taş, 2011; Tümkaya, 2011) ve yurtdışında (örn., Cann, Norman, Welbourne ve Calhaun, 2008; Kazarian ve Martin, 2004; Martin ve ark., 2003; Saroglou ve Scariot, 2002) yapılmış çeşitli araştırmalarda da mevcut çalışma bulgusuyla tutarlı olarak, erkeklerin, kadınlardan daha fazla saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah kullandıkları sonucu elde edilmiştir.

Kişilerarası ilişki tarzları söz konusu olduğunda “besleyici tarz” ve “ketleyici tarz” üzerinde cinsiyetin etkisi olduğu görülmektedir. Bu çalışmada kadınların besleyici tarzı, erkeklerinse ketleyici tarzı daha fazla kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir deyişle kadınlar, ilişkilerinde erkeklere göre daha saygılı ve kabullenici bir tarz benimsemekte; ihtiyaçlarını karşısındaki bireylere daha açık ifade edebilmektedir. Erkekler ise ilişkilerinde çoğunlukla kendilerini üstün görmekte, karşısındakileri küçümsemekte ve onlarla alay edip sözle sataşmaktadırlar. Erkeklerin kişilerarası ilişki tarzlarının kadınlarından daha olumsuz olduğu sonucu çeşitli araştırmalarda (örn., Göçener, 2010; Hasta ve Güler, 2013; Şahin, Batıgün ve Pazvantoğlu, 2012; Şahin, Durak ve Yasak, 1994) ifade edilen bir bulgudur.

Cinsiyetin araştırmanın temel değişkenleri üzerindeki etkileri bir arada değerlendirildiğinde kadınların erkeklere kıyasla ilişkilerinde daha saygılı, uyumlu ve yapıcı; erkeklerinse doğallıktan uzak, kendini üstün gören, alaycı bir tarz benimsedikleri sonucuna ulaşılabilir.

Kişilik özellikleri, mizah tarzları ve kişilerarası ilişki tarzları **sosyoekonomik düzey (SED)** değişkeni açısından ele alındığında ise “özdenetim”, “yumuşak başlılık”, “saldırgan mizah” ve “ketleyici tarz” üzerinde SED’in temel etkisi olduğu görülmektedir. Bu çalışmada, düşük SED’deki bireylerin özdenetim puanlarının orta SED ve yüksek SED’deki bireylerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Literatürde SED ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara rastlanmamakla birlikte, bu çalışma örneklemini üniversite öğrencilerinin oluşturduğu göz önünde bulundurulduğunda, düşük SED’den gelen bireylerin özdenetim düzeylerinin yüksek olması beklenen bir sonuçtur. Şöyle ki, sosyoekonomik düzey yükseldikçe üniversiteye giriş için sahip olunan imkanlar (okul ve dersane kalitesinin yüksek olması, özel ders alma imkanı, vakıf üniversitelerinin daha kolay ulaşılabilir olması gibi) artmaktadır. Özdenetim planlı, azimli, hırslı ve sorumluluk sahibi olmak ile karakterize olan ve okul başarısı ile en yüksek ilişkiye sahip olduğu düşünülen kişilik boyutu olarak tanımlanmaktadır (Digman, 1990). Düşük SED’deki bireylerin, orta ve yüksek SED’deki bireylerden daha kısıtlı imkanlara sahip olmalarına rağmen, bu bireylerle aynı başarıyı gösterip üniversiteyi kazanmaları daha azimli ve hırslı olmalarıyla, yani özdenetimlerinin yüksek olması ile ilişkili olabilir.

Katılımcıların yumuşak başlılık düzeyine bakıldığında ise düşük SED’deki bireylerin, orta SED ve yüksek SED’deki bireylerden anlamlı düzeyde daha yüksek; saldırgan mizah alt boyutundan anlamlı düzeyde daha düşük puanlar aldıkları

görülmektedir. Ketleyici tarz alt boyutunda ise düşük SED'deki bireyler, orta SED ve yüksek SED'deki bireylerden daha düşük punlar almış, ancak yalnızca düşük SED ve orta SED'deki bireylerin puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Yumuşak başlılık, saldırgan mizah ve ketleyici tarzın, daha önce de belirtilmiş olan karakteristik özellikleri göz önünde bulundurulduğunda, bu alt boyutların kişilerarası ilişkiler çerçevesinde ele alınabileceği görülmektedir. Üç alt boyut birlikte değerlendirildiğinde yumuşak başlılık düzeyi düşük, saldırgan mizah ve ketleyici tarz kullanma sıklıkları yüksek olan bireylerin, ilişkilerinde küçümseyici ve alaycı bir tarz benimseyen, empati yeteneği düşük, sadece kendi çıkarlarını düşünen ve kolayca öfkelenen bireyler oldukları düşünülmektedir.

SED yükseldikçe, bireylerin kişilerarası ilişkilerinde daha uyumsuz bir tarzı benimsemeleri, özdenetimde olduğu gibi sahip oldukları imkanlarla açıklanabilir. SED'i yüksek olan bireylerin, okul, yurt, ev, hobi kursları gibi imkanlarını istedikleri zaman değiştirebilme şanslarının olması, bu süreçte kurdukları ilişkilere daha az değer vermelerine sebep oluyor olabilir. Diğer bir deyişle, birey, düşük SED'dekilere kıyasla, memnun olmadığı zaman mevcut ortamını ve sosyal çevresini kolaylıkla terk edip yenisini elde edebileceğini bildiği için, ilişkilerine daha az bağlıyor ve sahip olduğu ilişkilerini sürdürmek için daha az çaba gösteriyor olabilir. Düşük SED'deki bireylerin ise böyle bir imkanlarının olmadığını bilmeleri, ilişkilerini sürdürmek adına daha duyarlı, anlayışlı ve saygılı bir tarz benimsemelerini sağlıyor olabilir. Aradaki bu farklılığın ise yüksek SED'deki bireylerin, düşük SED'dekilere kıyasla, çevresindekilere karşı daha alaycı, küçümseyici ve duyarsız davranmasına sebep olabileceği düşünülebilir.

Bu çalışmada ayrıca **kişilik özellikleri** ile **psikolojik belirtiler** arasında mizah tarzlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı rolleri incelenmiştir.

Araştırmada ele alınmış olan **gelişime açıklık** kişilik özelliğinin, yapılan korelasyon analizinde **psikolojik belirtilerle** negatif yönde ilişkisinin olduğu görülmüş ancak bu ilişkinin anlamlılık düzeyinde olmadığı saptanmıştır. Aracı değişken analizlerinin yapılabilmesi için ilk olarak, yordayıcı değişken ile yordanan değişken arasında anlamlı ilişki olması koşulunun sağlanması gerektiğinden, bu iki değişken arasında mizah tarzlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı rolü incelenmemiştir.

Beş Faktör Kişilik Modeli'nde isimlendirilmesi ve tanımlanması bakımından üzerinde az görüş birliğine varılan kişilik özelliği olan gelişime açıklığın, temel olarak aykırı düşünme becerileri, gelişmiş sosyal ilgiler, yeniliğe açıklık ve yaratıcılıkla tanımlanabileceği görülmektedir (Benet-Martinez ve John, 1998; McCrae, 1987). Literatürde yer alan çalışmalar incelendiğinde, mevcut çalışma bulgusuyla tutarlı olarak, gelişime açıklık ile depresif ve hipomanik belirtiler (Chioqueta ve Stiles, 2005; Meyer, 2002) arasında ve psikolojik belirtilerle ilişkili olan umutsuzluk (Velting, 1999a), intihar düşünceleri (Velting, 1999b) ve benlik saygısı (Robins ve ark., 2001) arasında anlamlı ilişkiler bulunmadığı görülmektedir.

Araştırmada yordayıcı değişken olarak ele alınmış olan **dışadönüklük** değişkeni incelendiğinde, bu kişilik özelliği ile **psikolojik belirtiler** arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle, bireylerin dışadönüklük düzeyi yükseldikçe, psikolojik belirti düzeyleri azalmaktadır.

Literatürde dışadönüklük ile depresyon (Farmer ve ark., 2002) ve umutsuzluk (Velting,1999a) arasında negatif yönde ilişki olduğunu gösteren araştırmalar mevcuttur. Chioqueta ve Stiles (2005) üniversite öğrencileriyle yapmış oldukları bir çalışmada, dışadönüklük düzeyi arttıkça depresif belirtilerin, umutsuzluğun ve intihar düşüncelerinin azaldığını belirtmişlerdir. Mevcut çalışma bulgusunun, ilgili literatüdeki araştırma bulguları ile tutarlı olduğu görülmektedir.

Dışadönüklük düzeyi yüksek olan bireylerin diğer bireylerle kolay iletişim kurabildikleri ve arkadaş canlısı oldukları göz önünde bulundurulduğunda, bu bireylerin benlik saygılarının daha yüksek (Robins ve ark., 2001), çevresindeki bireylere verdikleri ve algıladıkları sosyal desteğin daha fazla olduğu (Lu, 1995; Swickert, Rosentreter, Hittner ve Mushrush, 2002); bu sayede genel psikolojik sağlıklarının da daha iyi olduğu düşünülebilir.

**Dışadönüklük ile psikolojik belirtiler** arasındaki ilişkide mizah tarzlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı etkisi olabileceği düşünüldüğü için yapılmış olan aracı değişken analizlerinde mizah tarzlarından **saldırgan mizahın** ve kişilerarası ilişki tarzlarından **ketleyici tarzın** kısmi aracılık etkilerinin olduğu bulunmuştur. Uyumsuz mizah tarzlarından biri olan saldırgan mizah, bireyin mizahı çevresindekilere zarar verecek şekilde, iğneleme, alay etme, yerme, sataşma amacıyla kullanmasını ifade etmektedir. Bu çalışmada dışadönüklük düzeyi yükseldikçe, saldırgan mizah kullanma sıklığının arttığı sonucuna ulaşılmış ve bu bulgunun literatürdeki çalışmalarla (örn., Greven ve ark., 2008; Vernon ve ark., 2008) tutarlı olduğu görülmüştür. Martin ve arkadaşları (2003) ise dışadönüklük düzeyi arttıkça psikolojik belirti düzeyinin de arttığını, ancak bu ilişkinin anlamlılık düzeyine ulaşmadığını ifade etmektedir.



Mevcut çalışmada saldırgan mizah kullanımını arttıkça psikolojik belirti düzeyinin arttığı da bulunmuştur. Giriş bölümünden de hatırlanacağı gibi, ilgili çalışmalar, saldırgan mizah ve psikolojik belirtiler arasında pozitif yönde ilişki olduğunu göstermektedir. Üniversite öğrencileriyle yapılmış bir çalışmada, saldırgan mizahın psikolojik belirtileri değerlendirmek için kullanılmış olan SCL-90'ın tüm alt boyutları ile pozitif yönde ve anlamlı ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Yue, Hao ve Goldman, 2010). Ayrıca saldırgan mizah kullanımının artmasıyla, depresyon, anksiyete, stres (Cheung, 2011), saldırganlık ve hostilite düzeyleri de artmaktadır (Martin, 2003).

Dışadönüklük ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye saldırgan mizahın yanı sıra ketleyici tarzın da aracılık etkisinin olduğu bulunmuştur. Yukarıda da bahsedildiği gibi ketleyici tarz, sözle sataşmak, alaycılık ve kendini üstün görmek gibi olumsuz iletişim bileşenleriyle tanımlanan, doğallıktan uzak ve iletişimi geliştirme çabası içermeyen bir ilişki tarzıdır (Greenwald, 1973).

Mevcut çalışma bulgusuna göre ketleyici tarz ile psikolojik belirtiler arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki mevcuttur. Konuyla ilgili çalışmalarda, bu bulguyla tutarlı olarak, ketleyici tarzın anksiyete (Şahin, Batıgün ve Uzun, 2011), depresyon (Şahin, Batıgün ve Koç, 2011), cinsel işlev bozukluğu (Şahin, Demirel ve Pazvantoğlu, 2011) tanısı almış ve sosyal fobi belirti düzeyi yüksek (Bayramkaya, 2009) bireyler tarafından daha sık kullanıldığı belirtilmektedir.

Literatürde kişilik özellikleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalara rastlanmamaktadır. Ancak mevcut araştırmada dışadönüklük ile ketleyici tarz arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

Dışadönüklük kişilik özelliğinin sosyallik, girişkenlik gibi olumlu özelliklerle karakterize olduğu düşünüldüğünde, ketleyici tarz ile arasında pozitif yönde ilişki bulunması tutarsız görünebilir. Ancak çalışmada kullanılan Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği'nde ketleyici tarz alt boyutuna giren maddelerin içeriği dikkate alındığında (örneğin, “İnsanlara sözle sataşmayı severim”, “Başkalarını aşağılayıcı ve küçük düşürücü sözleri kolayca söyleyebilirim”, “Diğerleriyle alay etmeyi severim”), bu maddelerin saldırgan mizahın kuramsal yapısıyla tutarlı olduğu dikkati çekmektedir. Ayrıca, yapılan korelasyon analizinde saldırgan mizah ile ketleyici tarz arasında pozitif yönde yüksek korelasyon bulunduğu ( $r=.55$ ,  $p<.01$ ) ve dışadönüklüğün saldırgan mizahla pozitif yönde ilişkili olduğu göz önünde bulundurulduğunda bu tutarsızlığın ortadan kalktığı düşünülebilir. Tüm bunlara ek olarak, Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin dışadönüklük alt boyutuna giren maddelerin (örneğin, “Konuşkan”, “Enerji dolu”, “Heyecan yaratabilen”) ataklıkla ilgili olduğu görülmektedir. Araştırmanın örneklemini üniversite öğrencilerinin oluşturduğu göz önünde bulundurulduğunda, bu bireylerin yaşları itibariyle dikkat çekmek, ön planda olmak gibi kaygılarla dışadönük bir yapı sergiliyor olabilecekleri düşünülebilir. Şöyle ki, daha atak olan bireyler, çevresindekiler tarafından eğlenceli ve komik biri olarak değerlendirilmek için kendilerine kurban seçip, onlara karşı iğneleyici ve alaycı şakalar yapıyor ve bu süreçte de bu kişilerle ilişkilerinin bozulmasına sebep oluyor olabilirler. Ancak çevresindekiler, saldırgan mizah ve ketleyici tarz kullanan bu bireyleri tarzlarından ötürü, olumsuz değerlendirilebilirler. Bekledikleri şekilde takdir edilmemek ise söz konusu kişilerin benlik saygılarını düşürerek (Hill ve Besser, 2011; Zhao, Kong ve Wang, 2012) ve çevrelerinden sağladıkları sosyal desteğin azalmasına sebep olarak (Martin ve ark., 2003) genel psikolojik sağlıklarını olumsuz yönde etkiliyor olabilir.

Araştırmada yordayıcı değişken olarak ele alınmış olan **özdenetim** değişkeni incelendiğinde, bu kişilik özelliği ile **psikolojik belirtiler** arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Aynı zamanda bu değişkenin psikolojik belirtileri ikinci sırada yordayarak hiyerarşik regresyon analizi denkleminde girdiği saptanmıştır. Yordama yönü göz önünde bulundurulduğunda, özdenetim düzeyinin yüksek olmasının psikolojik sağlık açısından koruyucu bir rolü olduğu düşünülmektedir. Mevcut araştırma bulgusuyla tutarlı olarak, depresyonda olan hastalarla gerçekleştirilmiş bir çalışmada özdenetimin psikolojik belirtileri yordadığı ve psikolojik belirtilerin %11'ini açıkladığı görülmektedir (Anderson ve McLaen, 1997). Bagby ve arkadaşlarının (1999) şizofreni, majör depresyon ve bipolar bozukluk tanısı almış hastaların kişilik özelliklerini araştırdıkları çalışmada, üç hasta grubunun da Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin özdenetim alt boyutundan ortalamanın ve standart sapmanın altında puanlar aldıkları belirlenmiştir.

Literatüre bakıldığında, mevcut çalışmanın bulgusuyla tutarlı olarak, özdenetim düzeyi yüksek olan bireylerin daha yüksek özyeterliğe sahip olmalarının yanı sıra daha mutlu ve daha az umutsuz olduklarını bildirdikleri görülmektedir (Furnham ve Cheng, 1997; Martocchio ve Judge, 1997; Velting, 1999a). Ayrıca özdenetim düzeyi yüksek olan bireylerin intihar düşüncelerinin daha az olduğu da çeşitli çalışmalarda (örn., Velting, 1999b; Demirkol, 2013) göze çarpmaktadır. Daha önce de belirtildiği gibi, yüksek özdenetime sahip olan bireyler, daha planlı ve dikkatli olmalarının yanı sıra daha yüksek dürtü kontrolüne sahip ve daha fazla sorumluluk sahibi olan bireylerdir (Barrick ve Mount, 1991; Costa ve McCrae, 1995). Özdenetim düzeyi düşük olan bireylerin ise özyeterliklerinin ve benlik saygılarının düşük olduğu, dürtü kontrolünde başarılı olamadıkları, daha düşük okul

ve iş başarısına sahip oldukları ve terapi sürecinde ev ödevlerine daha az bağlı oldukları bilinmektedir (Barrick ve Mount, 1991; McCrae ve Costa,1987; Miller, 1991; Robbins ve ark., 2001). Tüm bunlardan anlaşılacağı gibi, farklı alanlardaki bu başarısızlıkların bir araya gelerek bireylerin daha kırılğan olmalarına sebep olduğu ve bu şekilde psikolojik belirti yaşama olasılıklarını da arttırdığı düşünülebilir.

**Özdenetim** ile **psikolojik belirtiler** arasındaki ilişkide uyumsuz bir mizah tarzı olarak değerlendirilen **kendini yıkıcı mizahın** kısmi aracılık etkisini olduğu bulunmuştur. Giriş bölümünde de belirtildiği gibi bu mizah tarzı, bireyin kendi duygularını dikkate almaksızın, sosyal ilişkilerini geliştirmek ya da gerçek duygularını gizlemek için kendini küçük düşürecek ve kendiyile alay edecek şakalar yapmasını ifade etmektedir.

Özdenetim ile kendini yıkıcı mizah arasındaki ilişkiyi inceleyen diğer çalışmalar gibi mevcut çalışmada da iki değişken arasında negatif yönde ve anlamlı ilişkinin bulunması literatürle tutarlıdır (İlhan ve Bacanlı, 2007; Martin ve ark., 2003). Vernon ve arkadaşları (2008), özdenetim düzeyi düşük olan bireylerin buldukları sosyal ortamlarda mizahı uygunsuz olarak kullanmalarını, bu bireylerin dikkatsiz ve daha düşük dürtü kontrolüne sahip olmalarıyla açıklamaktadır.

Mevcut çalışmada kendini yıkıcı mizah ile psikolojik belirtiler arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak, bu mizah tarzının psikolojik belirtileri üçüncü sırada yordayarak hiyerarşik regresyon analizi denklemine girdiği saptanmıştır. Yordama yönü, kendini yıkıcı mizah kullanımının artmasıyla, psikolojik belirtilerin ortaya çıkma olasılığının da arttığını göstermektedir. Mevcut çalışma bulgusu yurtiçinde ve yurtdışında yapılmış çeşitli

çalışmaları (örn., Düşünceli, 2011; Martin ve ark., 2003; Yue, Hao ve Goldman, 2010) destekler niteliktedir. Ayrıca kendini yıkıcı mizah ile depresyon ve kaygı arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar (örn., Frewen ve ark., 2008; Hugelshofer ve ark.; Yerlikaya, 2009) incelendiğinde de bu değişkenler arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Fabrizi ve Pollio (1987), yaptıkları bir çalışmada, bu mizah tarzına sahip olan bireylerin benlik saygılarının düşük ve duygusal olarak muhtaç durumda olduklarını belirtmektedir. Bu durumun da, kendini yıkıcı mizah ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye ışık tutabileceği düşünülebilir.

**Özdenetim** ile **psikolojik belirtiler** arasındaki ilişkide kişilerarası ilişki tarzlarının aracı rolü incelendiğinde uyumsuz bir ilişki tarzı olarak değerlendirilen **ketleyici tarzın** tam aracılık etkisinin olduğu bulunmuştur. Yukarıda da belirtildiği gibi, literatürde kişilik özellikleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalara rastlanmamaktadır. Ancak mevcut araştırmada özdenetim ile ketleyici tarz arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Çalışmada kullanılan Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği'nde ketleyici tarz alt boyutuna giren maddelerin (örneğin, "Kendimi kolayca kaybedip öfkelenirim", "Karşımdakileri istemediğim halde pohpohlarım") içeriği incelendiğinde, bunların düşük özdenetime sahip olan bireylerin tanımlanan uyumsuz ilişki tarzlarıyla tutarlı olduğu görülmektedir. Ayrıca bu çalışmada ketleyici tarz ve kendini yıkıcı mizah arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur ( $r=.26$ ,  $p<.01$ ). Bu doğrultudan hareketle, kendini yıkıcı mizah ile negatif yönde ilişkili olan özdenetimin, ketleyici tarz ile de negatif yönde ilişkili olması beklenen bir sonuçtur.

Özdenetim, kendini yıkıcı mizah, ketleyici tarz ve psikolojik belirtilerle ilgili sonuçlar birlikte değerlendirildiğinde, özdenetim düzeyi düşük olan bireylerin daha

fazla kendini yıkıcı mizah ve kişilerarası ilişkilerinde daha fazla ketleyici tarz kullandıkları dikkati çekmektedir. Bu durum da genel psikolojik sağlıklarını olumsuz yönde etkiliyor olabilir. Şöyle ki, hatırlanacağı gibi kendini yıkıcı mizah, bireyin sosyal ilişkilerini geliştirmek adına kendine zarar verecek şekilde mizahı kullanmasını ifade etmektedir. Ayrıca, çok fazla kendini yıkıcı mizah kullanmak, diğer bireyler tarafından dışlanmaya yol açmakta (Kirsh ve Kuiper, 2003), bu durum da genel psikolojik sağlığın olumsuz yönde etkilenmesine sebep olabilmektedir (Kuiper ve McHale, 2009). Ketleyici tarz ise sosyal ilişkilerin doğallıktan uzak ve uygunsuz olmasını ifade eden; uyumsuz bir ilişki tarzıdır. Bu bireyler, diğer bireylerle sosyal ilişki içerisinde bulunmak istediklerinde, sahip oldukları iletişim tarzları sebebiyle diğer insanların kendilerinden uzaklaşmasına sebep olarak, potansiyel sosyal destek ağından uzak kalıyor ve genel psikolojik sağlıklarını olumsuz yönde etkiliyor olabilirler (Dyck ve Holtzman, 2013).

Araştırmada yordayıcı değişken olarak ele alınmış olan **yumuşak başlılık** değişkeni incelendiğinde, bu kişilik özelliği ile **psikolojik belirtiler** arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Yani, bireylerin yumuşak başlılık düzeyi arttıkça psikolojik belirti düzeyi azalmaktadır. Yumuşak başlılık ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye sosyal desteğin aracılık ettiğini gösteren çalışmalar vardır. Örneğin, Hoth ve arkadaşları (2007), kronik böbrek hastalarından yumuşak başlılık düzeyi yüksek olanların daha fazla sosyal destek alarak, depresif semptomları daha az yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Üniversite öğrencileriyle yapılmış bir çalışmada ise yumuşak başlı bireylerin sosyal desteklerinden daha fazla tatmin oldukları ve bu durumun da depresyon düzeylerini azalttıkları sonucuna ulaşılmıştır (Finch ve Graziano, 2001). Quilty, Sellbom, Tackett ve Bagby (2008) de

yumuşak başlılık düzeyi arttıkça depresif belirtilerin ve manik belirtilerin azaldığını belirtmektedir. Mirnics ve arkadaşları (2013) yaptıkları bir çalışmada, mevcut çalışma bulgusuyla tutarlı olarak yumuşak başlılık ile psikolojik belirtiler arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğunu, ancak bu kişilik özelliğinin psikolojik belirtileri yordamadığını ifade etmişlerdir.

**Yumuşak başlılık ile psikolojik belirtiler** arasındaki ilişkide mizah tarzlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı etkisi olabileceği düşünüldüğü için yapılmış olan aracı değişken analizlerinde **katılımcı mizahın** kısmi, **besleyici tarz** ve **ketleyici tarzın** tam aracılık etkilerinin olduğu bulunmuştur. Ayrıca psikolojik belirtileri yordayan değişkenleri saptamak için gerçekleştirilmiş olan hiyerarşik regresyon analizinde, katılımcı mizahın denkleme dördüncü sırada girdiği saptanmıştır. Yordama yönü, katılımcı mizah kullanımının artmasıyla, psikolojik belirtilerin ortaya çıkma olasılığının azaldığını göstermektedir. Ketleyici tarzın ise denkleme beşinci sırada girdiği ve yordama yönü sebebiyle psikolojik belirtiler açısından risk faktörü olarak değerlendirilebileceği görülmektedir.

Giriş bölümünden de hatırlanacağı gibi, katılımcı mizah, saldırgan olmayan, diğer bireyleri eğlendirmek için şakalar yapmayı içeren, hoşgörülü bir mizah tarzıdır (Martin ve ark., 2003). Ayrıca bu mizah tarzının kişilerarası ilişkilerdeki gerilimi azalttığı ve ilişkileri geliştirdiği de bilinmektedir (Yerlikaya, 2009).

Mevcut çalışmada yumuşak başlılık ile katılımcı mizah arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde, yurtiçinde (örn., Sevim, 2011; Özyeşil, Deniz ve Kesici, 2013) ve yurtdışında (örn., Greven ve ark., 2008; Saroglou ve Scariot, 2002) yapılmış benzer çalışmalarda da bu

sonuca ulaşıldığı görülmektedir. Literatürde katılımcı mizah ve psikolojik belirtiler arasında negatif yönde ilişkiler olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Örneğin, Yue, Hao ve Goldman'ın (2010) yaptığı bir çalışmada, SCL-90'nın alt boyutlarıyla (somatizasyon, obsesif-kompulsif, kişilerarası duyarlık, depresyon, kaygı, düşmanlık, fobik kaygı, paranoid düşünce ve psikotizm) katılımcı mizah arasında negatif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Yaygın olarak görülen depresyon ve anksiyete bozuklukları ile katılımcı mizah arasında negatif ilişki olduğunu gösteren çalışmalar (örn., Cheung, 2011; Erickson ve Feldstein, 2006; Martin ve ark., 2003; Yerlikaya, 2009) da literatürde yer almaktadır.

Daha önce de belirtildiği gibi literatürde kişilerarası ilişki tarzları ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar bulunmamaktadır. Bu çalışmada yumuşak başlılık ile besleyici tarz arasında pozitif, ketleyici tarz arasında negatif yönde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yumuşak başlılık düzeyi yüksek olan bireylerin saygılı, anlayışlı ve güvenilir oldukları bilinmektedir (Erkuş ve Tabak, 2009). Yumuşak başlılık düzeyi düşük olan bireylerin küçümseyici, duyarsız ve alaycı oldukları (Zitny ve Halama, 2011) göz önünde bulundurulduğunda ise bu bireylerin daha fazla ketleyici tarza sahip olması beklenen bir sonuçtur.

Yumuşak başlılık, katılımcı mizah, besleyici tarz, ketleyici tarz ve psikolojik belirtilerle ilgili sonuçlar birlikte değerlendirildiğinde; yumuşak başlılık düzeyi yüksek olan bireylerin daha fazla katılımcı mizah kullanıp, daha fazla besleyici tarza ve daha az ketleyici tarza sahip olarak, genel psikolojik sağlıklarını olumlu yönde etkilemeleri olası bir sonuç olarak görünmektedir. Empatik, anlayışlı ve uyumlu oldukları bilinen yumuşak başlı bireylerin, diğer bireylerle ilişkisini geliştirmek için mizahı kullanmaları (Greven ve ark., 2001; Sevim, 2011) ve kurdukları ilişkilerde



sıcak, samimi ve dürüst olmaları, daha fazla sosyal destek almalarını sağlayarak (Finch ve Graziano, 2001) genel psikolojik sağlıklarını olumlu yönde etkiliyor olabilir.

Araştırmada son olarak, yordayıcı değişken olarak ele alınmış olan **nevrotiklik** incelendiğinde, bu kişilik özelliği ile psikolojik belirtiler arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Nevrotiklik aynı zamanda psikolojik belirtileri yordayan ilk değişken olarak da regresyon analizinde denkleme girmiştir. Yordama yönü göz önünde bulundurulduğunda, nevrotiklik düzeyinin yüksek olmasının psikolojik sağlık açısından risk faktörü olduğu söylenebilir.

Costa ve McCrae (1987), nevrotiklik düzeyinin algılanan stres, yaşam doyumu ve algılanan sosyal destek açısından önemli olduğunu ve nevrotiklikten yüksek puan alan bireylerin daha kaygılı, karamsar ve depresif olabilecekleri söylemektedirler. Bu konuyla ilgili literatür incelendiğinde, araştırmalarda nevrotiklikle psikolojik belirtiler arasında olumlu yönde ve anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmektedir. Bu ilişki psikolojik belirtilerin farklı ölçüm araçlarıyla değerlendirilmesi durumlarında bile değişiklik göstermemektedir. Örneğin, Walter ve arkadaşlarının (2011), üniversite öğrencileriyle yapmış oldukları bir çalışmada psikolojik belirtileri ölçmek için SCL-90'ın kısa formu kullanılmış ve nevrotiklik ile psikolojik belirtilerin tüm alt boyutları arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Cramer (1991) tarafından gerçekleştirilmiş bir çalışmada, psikolojik belirtileri ölçmek için Goldberg (1972) tarafından geliştirilmiş olan Genel Sağlık Anketi uygulanmış ve görüşme sırasında uykuya dalmada güçlük, sinirlilik,

yorgunluk, kaygı ve konsantrasyonda güçlük belirtileri sorgulanmıştır. Bu çalışmanın sonunda da nevroitiklik ile psikolojik belirtiler arasında pozitif yönde ilişki olduğu saptanmıştır.

Farmer ve arkadaşları (2002), nevroitiklik ile depresyonun pozitif yönde ilişkili olduğunu belirtmektedirler. Bu çalışma doğrultusunda, literatürde depresyonun genetik faktörlerden etkilendiği görüşü kabul edilse bile, aslında bu psikopatolojinin görülme sıklığının yüksek olmasının kişilik özellikleriyle ilişkili olabileceği öne sürülmüştür. Nevrotiklik düzeyi arttıkça psikolojik belirtilerle yüksek ilişkisi olan intihar düşüncelerinin de arttığı çeşitli araştırmalarda (örn., Demirkol, 2013; Velting, 1999b) ifade edilen bir bulgudur.

Gerek nevroitikliğin kuramsal yapısına (McCrae ve Costa, 1987; McCrae ve John, 1992), gerekse psikolojik belirtilerle arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmalara bakıldığında, bu değişkenin psikopatolojilerle en yüksek ilişkiye sahip olan kişilik özelliği olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Kaygı, suçluluk, öfke gibi olumsuz duyguları, rahatsız edici düşünce ve davranışları daha fazla deneyimleyen ve günlük olaylar karşısında daha fazla stres yaşayan nevroitik bireylerin psikolojik belirti düzeylerinin yüksek olması, ilgili literatürle tutarlıdır.

**Nevrotiklik ile psikolojik belirtiler** arasındaki ilişkide mizah tarzlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı etkisi olabileceği düşünüldüğü için yapılmış olan aracı değişken analizlerinde **katılımcı mizahın** ve **ketleyici tarzın** kısmi aracılık etkilerinin olduğu bulunmuştur.

Nevrotiklik ile katılımcı mizah arasında ilişkinin olduğu (Jovanovic, 2011) ve nevroitiklik düzeyi düşük olan bireylerin, yüksek olan bireylerden daha fazla

katılımcı mizah kullandıkları bilinmektedir (Kuiper ve Leite, 2010). Bu çalışmada da nevroitiklik ile katılımcı mizah arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

Yukarıda da belirtildiği gibi, literatürde kişilik özellikleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalara rastlanmamaktadır. Bu araştırmada nevroitiklik ile ketleyici tarz arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Çalışmada kullanılan Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği'nde ketleyici tarz alt boyutuna giren maddelerin (örneğin, "Karşımdakilerde suçluluk duygusu uyandırmayı severim", "Kendimi kolayca kaybedip öfkelenirim") nevroitikliğin kuramsal yapısıyla uyumlu olduğu düşünülmektedir.

Nevroitiklik, katılımcı mizah, ketleyici tarz ve psikolojik belirtilerle ilgili sonuçlar birlikte değerlendirildiğinde, nevroitiklik düzeyi yüksek olan bireylerin daha az katılımcı mizah ve daha fazla ketleyici tarz kullanarak, genel psikolojik sağlıklarını olumsuz yönde etkiliyor olma olasılıkları yüksek görünmektedir. Şöyle ki, nevroitik bireyler genellikle temeli olmayan gerilim ve duygusal dengesizlikler yaşarken diğer bireylerin kendilerinden uzaklaşmasına sebep olabilirler. Bu süreçte kendileri de sadece yaşadıkları duygu ve düşüncelerle uğraştıkları için ilişkilerini geliştirme çabasına girmeyerek mevcut ilişkilerini ketliyor ve katılımcı mizah kullanmalarının önüne geçiyor olabilirler. Dolayısıyla bu kişilik özelliğine sahip olan bireylerin ilişkilerini yıpratıcı bir tarz benimsemeleri, olası sosyal destek kaynaklarını engellemelerine ya da mevcut sosyal desteklerini değersizleştirmelerine ve daha yalnız bir hayat sürmelerine neden olarak genel psikolojik sağlıklarını olumsuz yönde etkiliyor olabilir.

Bu çalışmada, aracı değişken analizlerinin yanı sıra psikolojik belirtileri yordayan değişkenleri belirlemek için **aşamalı-hiyerarşik regresyon analizi** de yapılmıştır. Bu analiz sonucunda psikolojik belirtileri sırasıyla nevroitiklik, özdenetim, katılımcı mizah, kendini yıkıcı mizah, ketleyici tarz ve yaşam doyumu değişkenlerinin yordadığı ve söz konusu değişkenlerin tamamının psikolojik belirtilerin %32'sini açıkladığı saptanmıştır.

Aracı değişken analizlerinin tartışmasında da açıklandığı gibi, yordama yönü göz önünde bulundurulduğunda, nevroitiklik düzeyi, kendini yıkıcı mizah ve ketleyici tarz kullanma sıklıkları arttıkça, psikolojik belirtilerin ortaya çıkma olasılığını artabileceği görülmektedir. Özdenetimin ve katılımcı mizahın ise yordama yönü, bu değişkenlerin psikolojik belirtilerin ortaya çıkma sıklığını azalttığı şeklindedir.

Denkleme son aşamada giren **yaşam doyumu** ise **psikolojik belirtileri** negatif yönde yordamıştır. Yordama yönü, yaşam doyumu düzeyi arttıkça psikolojik belirtilerin ortaya çıkma olasılığının azaldığı bilgisini vermektedir. Yapılan korelasyon analizinde de yaşam doyumu ile psikolojik belirtiler arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. İlgili literatür incelendiğinde, yaşam doyumu ile depresyon, kaygı ve umutsuzluk düzeyleri arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu (Güney, Kalafat ve Boysan,2010), ayrıca umutsuzluk ve kaygının yaşam doyumunu negatif yönde yordayan değişkenler oldukları (Gündoğar ve ark., 2007) görülmektedir. Ayrıca yaşam doyumu yüksek bireylerin, yalnızlık düzeylerinin daha düşük (Dost,2007; Salimi, 2011) ve benlik saygılarının daha yüksek (Yetim, 2003) olduğu sonuçları da literatürde mevcuttur. Mevcut çalışmada ulaşılan sonuçların ilgili literatürle tutarlı olduğu görülmektedir.

Çalışma sonucunda elde edilen bilgilerin psikolojik danışma ve terapi hizmetleri esnasında kullanılabileceği düşünülmektedir. Mizahın olumlu bir kişilik özelliği olduğu ve psikolojik belirtiler açısından koruyucu bir rolü olduğu yaygın görüşünün tüm mizah tarzları için geçerli olmadığı bulgusunun bu kapsamda önem kazandığı görülmektedir. Özellikle kişilerarası iletişim problemleri ile başvuran ve psikolojik belirtilere de sahip olan bireylere sunulan hizmet esnasında, kişilik özelliklerinin yanı sıra kullandıkları mizah tarzlarının da ele alınması yararlı olabilir. Başka bir deyişle, bu bireylere etkili iletişim tarzları eğitimlerinin yanı sıra yapıcı mizah becerilerinin de kazandırılması şeklinde yapılacak olan müdahaleler çeşitli psikolojik belirtilerinin azaltılmasında etkili olabilir.

#### **4.1. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler**

Araştırmanın örneklem grubunu, sadece Ankara ilinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin oluşturması verilerin genellenebilirliğini azaltmaktadır. Her ne kadar birçok farklı il ya da ilçeden eğitim için Ankara'ya gelen gençlerden veri toplanmış olsa da bu öğrencilerin Ankara'daki sosyal hayattan etkilenmiş olmaları olasıdır. Dolayısıyla farklı kültürlere ve sosyoekonomik koşullara sahip Ankara dışındaki üniversitelerde eğitim görenlerle benzer bir çalışma yürütülmesi önerilebilir. Üniversite öğrencilerinin yanı sıra toplumun farklı kesimlerini temsil eden bireylerin de araştırmaya dahil edilmesi ile daha heterojen bir örneklem oluşturulabileceği ve elde edilen sonuçların genellenebilirliğinde karşılaşılabilecek sorunların üstesinden gelenebileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın bir diğer sınırlılığı ise, örneklem grubunun kişilik özellikleri, mizah tarzları, kişilerarası ilişki biçimleri, psikolojik belirti ve yaşam doyumunu değerlendirmek için kullanılan ölçeklerin, öz-bildirim türünde ölçekler olmasıdır. Bu ölçeklerin, bireylerin sahip oldukları kişilik özellikleri ve kişilerarası ilişki tarzları ile kullandıkları mizah tarzlarını “daha olumlu gösterme” ya da sahip oldukları psikolojik belirtileri “daha az gösterme” anlamında yanlışlık potansiyeli barındırabileceği ve bireylerin “doğru” yanıt vermelerinin önünde engel teşkil edebileceği düşünülmektedir. Bu nedenle, öz-bildirime dayalı ölçeklerin yanı sıra, uygun gözlem ve görüşme tekniklerinin de kullanılması önerilmektedir.

Son olarak, ölçeklerdeki soru sayısının fazla olması, katılımcıların dikkatini dağıtıcı ve motivasyonunu azaltıcı bir faktör olarak gözlenmiştir. Bu durumdan ötürü bazı katılımcılardan sağlıklı bilgiler alınamamış olabileceği düşünülmektedir.

## ÖZET

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin kullandıkları mizah tarzlarının kişilik özellikleri, kişilerarası ilişki tarzları, psikolojik belirtiler ve yaşam doyumu ile ilişkisi incelenmiştir. Ayrıca, kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide mizah tarzları ve kişilerarası ilişki tarzlarının aracı rolü olup olmadığı sorusuna yanıt aranmaya çalışılmıştır. Çalışma örneklemini, 2013-2014 eğitim ve öğretim yılında üniversitede lisans eğitimi almakta olan kadın ve erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Yaş ortalaması 21.42 olan 427 katılımcıdan oluşan örnekleme 195 erkek (%45.7) ve 232 (%54.3) kadın katılımcı yer almıştır. Çalışma kapsamında, veri toplama aşamasında, katılımcılara ilişkin sosyo-demografik bilgilere ulaşmak için Kişisel Bilgi Formu, katılımcıların kişilik özelliklerini belirleyebilmek için Beş Faktör Kişilik Envanteri (BFKÖ), mizahın günlük kullanımındaki bireysel farklılıkları belirlemek için Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ), kişilerarası ilişki tarzlarını değerlendirmek için Kişilerarası İlişki Tarzı Ölçeği (KİTÖ) ve psikolojik belirtilerini değerlendirmek için Kısa Semptom Envanteri (KSE) uygulanmıştır. Araştırma sonuçları, tüm temel değişkenlerin (kişilik özellikleri, mizah tarzları, kişilerarası ilişki tarzları, psikolojik belirtiler) birbirleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Psikolojik belirtileri yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi sonuçları, kişilik özellikleri alt boyutlarından nevrotiklik ve özdenetimin, mizah tarzları alt boyutlarından kendini yıkıcı mizah ve katılımcı mizahın, kişilerarası ilişki tarzlarının ketleyici tarz alt boyutunun ve yaşam doyumu değişkenlerinin psikolojik belirtileri yordayan değişkenler olduğunu göstermiştir. Kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasında aracı değişkenlerin rolünü değerlendirmek için gerçekleştirilen model testi analiz sonuçlarında, mizah

tarzlarından katılımcı mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizahın, kişilerarası ilişki tarzlarından ise hem besleyici hem de ketleyici tarzın aracı rollerinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Sözcükler:** mizah tarzları, kişilerarası ilişki tarzı, kişilik özellikleri, psikolojik belirtiler, yaşam doyumu



## ABSTRACT

The relationship between humor styles of college students and personality traits, interpersonal relationship styles, psychological symptoms and life satisfaction were examined in this study. Besides, the mediator role of humor styles and interpersonal relationship styles between personality traits and psychological symptoms were examined. The study sample is composed of male and female college students. The mean age of the sample of 427 participants was 21.42, 195 (%45.7) participants were male and 232 (%54.3) participants were female. In the data collection phase, Personal Information Form was used to access to socio-demographic information on the participants; Big Five Inventory (BFI) was used to determine the personality traits of participants, Humor Styles Questionnaire (HSQ) was used to determine personal differences of using humor in daily life, Interpersonal Relationship Styles Inventory (IRSI) was used to evaluate the interpersonal relationship styles and Brief Symptom Inventory (BSI) was used to determine psychological symptoms. The result of the study have shown that all basic variables (personality traits, humor styles, interpersonal relationship styles, psychological symptoms) were related to each other. Regression analysis was conducted to determine the predictor variables of psychological symptoms. It was found that the subscales of personality traits neuroticism and conscientiousness, the subscales of humor styles self-defeating humor and affiliative humor, the subscale of interpersonal relationship styles negative interpersonal style and life satisfaction are the predictors of psychological symptoms. Model tests were done to determine the mediator roles between personality traits and psychological symptoms. In model test

results of the analysis, affiliative humor, aggressive humor, self-defeating humor and negative interpersonal style mediate the relationship between personality traits and psychological symptoms.

**Key Words:** humor styles, interpersonal relationship styles, personality traits, psychological symptoms, life satisfaction

## KAYNAKÇA

- Abel, M. H. (2002). Humor, stress and coping strategies. *Humor: International Journal of Humor Research*, 15(4), 365-381.
- Akün, E. (2013). *Hatırlanan ebevyn kabul reddinin çeşitli psikopatolojilerle ilişkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Altinkurt, Y. ve Yılmaz, K. (2011). İlköğretim okulu öğretmenlerinin mizah tarzları. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi* 1 (2).
- Anderson, K. W. ve McLean, P. D. (1997). Conscientiousness in depression: Tendencies, predictive utility, and longitudinal stability. *Cognitive Therapy and Research*, 21 (2), 223-238.
- Avşar, V. (2008). *Öğretmen adaylarının mizah tarzları ve cinsiyet rolleri ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ay, Ö., Gökler, R. ve Koçak, R. (2013). Mizah tarzları, yaratıcılık ve yaşam doyumu: Orta öğretim öğrencileri üzerinde bir inceleme. *International Journal of Social Science Studies* 6 (6), 739-767.
- Bagby, R. M., Costa, P. T., McCrae, R. R., Livesley, W. J., Kennedy, S. H., Levitan, R. D., Levitt, A. J., Joffe, R. T. Ve Young, L. T. (1999). Replicating the five factor model of personality in a psychiatric sample. *Personality and Individual Differences*, 27, 1135-1139.
- Baron, R. M., ve Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical

- considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Barrick, M. R. ve Mount, M. K. (1991). The big five personality dimensions and job performance: A meta-analysis. *Personnel Psychology*, 44, 1-25.
- Basım, N. J., Çetin, F. ve Tabak, A. (2009). Beş faktör kişilik özelliklerinin kişilerarası çatışma çözme yaklaşımlarıyla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 20-34.
- Batıgün, A. D., Şahin, N. H. (2009). Kişilerarası Tarz, Öfke ve Benlik Algısı: Psikopatolojilerde Ortak Ögeler. Ankara Üniversitesi: Bilimsel Araştırma Projesi Kesin Raporu.
- Batıgün A. D., Şahin, N. H. ve Demirel E. K. (2011). Bedensel hastalıkları olan bireylerde stres, kendilik algısı, kişilerarası tarz ve öfke ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22 (4), 45-54.
- Batıgün, A. D. ve Kılıç, N. (2011). İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi* 26(67), 1-10.
- Bayramkaya, E. (2009). *Sosyal fobi belirtileri, yetişkin bağlanma boyutları ve kişilerarası ilişki biçimleri arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Benet-Martinez, V. ve John, O. P. (1998). *Los cinco grandes* across cultures and ethnic groups: Multitrait multimethod analyses of the big five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(3), 729-750.
- Bergson, H. (1996), *Gülme*. (Y. Avunç, Çev.). İstanbul: Ayrıntı Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1924).

- Bilge, F. Ve Saltuk, S. (2007). Humor styles, subjective well-being, trait anger and anxiety among university students in Turkey. *World Applied Sciences Journal* 2 (5), 464-469.
- Campbell, L., Martin, R. A. Ve Ward, J. R. (2008). An observational study of humor use while resolving conflict in dating couples. *Personal Relationships*, 15, 41-55.
- Cann, A., Norman, M. A., Welbourne, J. L. ve Calhoun, L. G. (2008). Attachment styles, conflict styles and humor styles: Interrelationships and associations with relationship satisfaction. *European Journal of Personality*, 22, 131-146.
- Cattell, R. B. (1956). Validation and intensification of the sixteen personality factor questionnaire. *Journal of Clinical Psychology*, 12(3), 205-214.
- Cenkseven, F. ve Akbaş, T. (2007). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 27(3), 43-65.
- Cheung, C. K. ve Yue, X. D. (2013). Humor styles, optimism and their relationships with distress among undergraduates in Chinese cities. *Humor* 26(2), 351-370.
- Cheung, C. P. P. (2011). *Sense of humor and use of humor: Implication of humor and well-being in Hong Kong*. Yayınlanmamış lisans tezi, City University of Hong Kong.
- Chen, L. S. L., Tu, H. H. J. ve Wang, E. S. T. (2008). Personality traits and life satisfaction among online game players. *Cyber Psychology and Behaviour* 11(2), 145-149.
- Chioqueta, A. P. ve Stiles, T. C. (2005). Personality traits and the development of depression, hopelessness, and suicide ideation. *Personality and Individual Differences* 36 (6), 1283-1291.

- Chow, H. P. H. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139-150.
- Cirhinlioğlu, F. G ve Ok, Ü. (2010). İnanç ya da dünya görüşü biçimleri ile intihara yönelik tutum, depresyon ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiler. *C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi* 34 (1), 1-8.
- Costa, P. T., Jr., ve McCrae, R. R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO personality inventory. *Psychological Assessment*, 4(1), 5-13.
- Costa, P. T. ve McCrae, R. R. (1995). Domains and facets: Hiyerarşik personality assessment using the revised neo personality inventory. *Journal of Personality Assessment*, 64 (1), 21-50.
- Cramer, D. (1991). Type A behaviour pattern, extraversion, neuroticism and psychological distress. *British Journal of Medical Psychology* 64, 73-83.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment* 49 (1), 71-75.
- Demirkol, M. (2013) *İntihar olasılığı: Kişilik özellikleri, kontrol odağı ve ölüm algısı açısından bir değerlendirme*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Digman, J. M. (1990). Personality Structure: Emergence of the five-factor model. *Annual Review Psychology*, 41, 417-440.
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14 (1), 56-64.
- Dost, M. T. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 22 (2), 132-143.

- Dost, M. T. (2010). Güney Afrika ve Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*(35) 158, 77-89.
- Düşünceli, B. (2011). The effect of humor styles on psychopathology: Examination with structural equation model. *International Journal of Academic Research* 3(5), 224-231.
- Dyck, K. T. H. ve Holtzman, S. (2013). Understanding humor styles and well-being: The importance of social relationships and gender. *Personality and Individual Differences* 55, 53-48.
- Eastman, W. (1922). *The sense of humor*. New York: Charles Scribner's Sons.
- Erdoğan, İ. (1983). *İşletmede davranış*. İstanbul: Evrim Ofset Matbaacılık.
- Erickson, S. J. ve Feldstein, S. W. (2007). Adolescent humor and its relationship to coping, defense strategies, psychological distress, and well-being. *Child Psychiatry Hum Dev* 37, 255-271.
- Erkuş, A., ve Tabak, A. (2009). Beş faktör kişilik özelliklerinin çalışanların çatışma yönetim tarzlarına etkisi: Savunma Sanayiinde bir araştırma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 23(2), 213-242.
- Eryılmaz, A. ve Öğülmüş, S. (2010). Ergenlikte öznel iyi oluş ve beş faktörlü kişilik modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11 (3), 189-203.
- Eysenck, H. J. (1942). The appreciation of humour: an experimental and theoretical study. *British Journal of Psychology*, 32, 295-309.
- Eysenck, H. J. (1951). The organization of personality. *Journal of Personality*, 20(1), 101-107.

- Eysenck, H. J. (1972). Foreword. J. H. Goldstein ve P. E. McGhee (Ed.) *The psychology of humor: Theoretical perspectives and empirical issues* içinde (xii-xvii). New York: Academic Press.
- Fabrizi, M.S. ve Pollio, H.R.(1987). A naturalistic study of humorous activity in a third, seventh, and eleventh grade classroom. *Merrill-Palmer Quarterly*, 33, 107–128.
- Farmer, A., Redman, K., Harris, T., Mahmood, A., Sadler, S., Pickering, A. ve McGuffin, P. (2002). Neuroticism, extraversion, life events and depression. The Cardiff Depression Study. *British Journal of Psychiatry* 181, 118-122.
- Fındıklı, E. B. (2013). *Okul yöneticilerinin mizah tarzları ile yaşam doyumları arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Finch, J.F. ve Graziano, W.G. (2001). Predicting depression from temperament, personality and patterns of social relations. *Journal of Personality* 69(1), 27-55.
- Fogle, L. M., Huebner, E. S. ve Laughlin, J. E. (2002). The relationship between temperament and life satisfaction in early adolescence: Cognitive and behavioral mediation models. *Journal of Happiness Studies*, 3, 373–392
- Freud, S. (1905). *Jokes and their relation to the unconscious*. London: Penguin Books.
- Frewen, P. A., Brinker, J., Martin R. A. ve Dozois, D. J. A. (2008). Humor styles and personality-vulnerability to depression. *Humor* 21(2), 179-195.
- Funk, B. A., Huebner, E. S. ve Valois, R. F. (2006). Reliability and validity of a brief life satisfaction scale with a high school sample. *Journal of Happiness Studies*, 7, 41–54.



- Furnham, A. ve Cheng, H. (1997). Personality and happiness. *Psychological Reports*, 80, 761-762.
- Galloway, G. (2010). Individual differences in personal humor styles: Identification of prominent patterns and their associates. *Personality and Individual Differences* 48, 563-567.
- Geçtan, E. (2000). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*. (15). İstanbul: Remzi.
- Gilman, R. ve Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 311–319.
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative “description of personality”: The Big-Five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1216-1229.
- Goldberg, L. R. (1992). The development of markers for the Big-Five factor structure. *Psychology Assessment*, 4(1), 26-42.
- Göçener, D. (2010). *Üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma düzeyleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Greenwald, J. (1999). *Bağımlılık mı? Bağlılık mı? Zehirleyici ilişkilerden, besleyici ilişkilere*, (Z. Yıldırımoglu, Çev.), Ankara: Kuraldışı yayınları.
- Greven, C., Chamorro-Premuzic, T., Arteché, A. ve Furnham, A. (2008). A hierarchical integration of dispositional determinants of general health in students: The big five, trait emotional intelligence and humour styles. *Personality and Individual Differences* 44: 1562-1573.
- Gruner, C. R. (1997). *The game of humor: A comprehensive theory of why we laugh*. New Brunswick, NJ: Transaction Publishers.

- Gündoğar, D., Gül, S. S., Uskun, E., Demirci, S. ve Keçeci, D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10, 14-27.
- Güney, S., Kalafat, T. ve Boysan, M. (2010). Dimensions of mental health: life satisfaction, anxiety and depression: a preventive mental health study in Ankara University students population. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 2, 1210-1213.
- Hasta, D. ve Güler, M. E. (2013). Saldırganlık: Kişilerarası ilişki tarzları ve empati açısından bir inceleme. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 64-104.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry* 5 (1), 1-22.
- Headey, B., Kelley, J. ve Wearing, A. (1993). Dimensions of mental health: Life satisfaction, positive affect, anxiety, and depression. *Social Indicators Research*, 29, 63–82.
- Hehl, F.J. ve Ruch, W. (1985). The location of sense of humor within comprehensive personality spaces: An exploratory study. *Personality and Individual Differences*, 6(6), 703-715.
- Heider F. (1958). The psychology of interpersonal relations. New York: Wiley.
- Hirschfeld, R. M., Klerman, G. L., Gough, H. G., Barrett, J., Korchin, S. J. ve Chodoff, P. (1977). A measure of interpersonal dependency. *Journal of Personality Assessment*, 41(6), 610-618.
- Ho, M. Y., Cheung, F. M. ve Cheung, S. F. (2008). Personality and life events as predictors of adolescents' life satisfaction: Do life events mediate the link between peronality and life satisfaction? *Soc Indic Res*, 89, 457–471.

- Hoth, K. F., Christensen, A. J., Ehlers, S. L., Raichle, K. A. ve Lawton, W. J. (2007). A longitudinal examination of social support, agreeableness and depressive symptoms in chronic kidney disease. *Journal of Behavioral Medicine* 30 (1), 69-76.
- Hugelshofer, D. S., Kwon, P., Reff, R. C. ve Olson, M. L. (2006). Humor's role in the relation between attributional style and dysphoria. *European Journal of Personality* 20, 325-336.
- İlhan, T. ve Bacanlı, H. (2007). Mizah tarzları, kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş: Bir model denemesi. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama* 6 (11), 33-50.
- İmamoğlu, E. O., ve İmamoğlu, S. (2007). Relationships between attachment security and self-construal orientations. *The Journal of Psychology*, 141(5), 539-558.
- Janes, L. M. ve Olson, J. M. (2000). Is it you or is it me? Contrasting effects of ridicule targeting other people versus the self. *Europe's Journal of Psychology*, 6 (3), 46-70.
- Jovanovic, V. (2011). Do humor styles matter in the personality between personality and subjective well-being? *Scandinavian Journal of Psychology* 52, 502-507.
- Kazarian S. S. ve Martin, R. A. (2004). Humor styles, personality and well-being among Lebanese university students. *European Journal of Personality* 18, 209-219.
- Kızıltepe, G. İ., Yaşar, M. C., Uyanık, Ö. ve Kaya, Ü. Ü. (2012). An overview of pre-service early childhood teachers' humor styles. *International Journal on New Trends in Education and Their Implications*, 3, 189-198.

- Kirsh, G. A. ve Kuiper, N. A. (2003). Positive and negative aspects of sense of humor: Associations with the constructs of individualism and relatedness. *Humor, 16*, 33-62.
- Kuiper, N. A., Grimshaw, M., Leite, C. ve Kirsh, G. (2004). Humor is not always the best medicine: Specific components of sense of humor and psychological well-being. *Humor 17*(1/2), 135-168.
- Kuiper, N. A. ve Leite, C. (2010). Personality impressions associated with four distinct humor styles. *Scandinavian Journal of Psychology 51*, 115-122.
- Kuiper N. A., Martin R. A. ve Olinger L. J. (1993). Coping humor, stress and cognitive appraisals. *Canadian Journal of Behavioural Science, 25*(1), 81-96.
- Kuiper, N. A. ve McHale, N. (2009). Humor styles as mediators between self evaluative standards and psychological well-being. *The Journal of Psychology 143* (4), 359-376.
- Leary, T. (1957). Interpersonal diagnosis of personality. New York: The Ronald Press Company.
- Lehmann, R., Denissen, J. J. A., Allemand, M. ve Penke, L. (2013). Age and gender differences in motivational manifestations of the big five from age 16 to 60. *Developmental Psychology 49*(2), 365-383.
- Lewinsohn, P. M., Redner, J. E. ve Seeley, J. R. (1991). The relationship between life satisfaction and psychosocial variables: New perspectives. F. Strack, M. Argyle ve N. Schwarz (Ed), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* içinde (141–169). New York, NY: Pergamon Press.
- Lu, L. (1995). Correlates of social support: Personal characteristics and social resources. *Counselling Psychology Quarterly, 8*, 173-181.

- Magnus, K. ve Diener, E. (1991). A longitudinal analysis of personality, life events and subjective well-being. *63rd Annual Meeting of the Midwestern Psychological Association*. Chicago.
- Martin R. A. (2007). *The psychology of humor: An integrative approach*. San Diego, CA: Elsevier Academic Press.
- Martin, R. A. (1998). Approaches to the sense of humor: A historical review. W. Ruch, (Ed.), *The sense of humor* içinde (15-60). New York: Mouton de Gruyter.
- Martin, R. A., Lustik, J. M., Jeffery, J., Vernon, P. ve Veselka, L. (2012). Relationships between the Dark Triad and humor styles: A replication and extension. *Personality and Individual Differences* 52, 178-182.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, 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.
- Martocchio, J. J. ve Judge, T. A. (1997). Relationship between conscientiousness and learning in employee training: mediating influences of self-deception and self efficacy. *Journal of Applied Psychology*, 82, 764-773.
- McAdams, D. P. (1992). The five factor model in personality: A critical appraisal. *Journal of Personality* 60, 329-361.
- McCrae, R. R. ve Costa, P. T., Jr. (1986). Clinical assessment can benefit from recent advances in personality psychology. *American Psychologist*, 41, 1001-1003

- McCrae, R. R. ve Costa, P. T., Jr. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 81-90.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr. ve Busch, C. M. (1986). Evaluating comprehensiveness in personality systems: The California Q-Set and the five factor model. *Journal of Personality*, 54, 430-446.
- McCrae, R. R. ve John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175-215.
- Meyer, T. D. (2002). The Hypomanic Personality Scale, the Big Five, and their relationship to depression and mania. *Personality and Individual Differences* 32, 649-660.
- Miller, T. (1991). The psychotherapeutic utility of the five-factor model of personality: A clinician's experience. *Journal of Personality Assessment*, 57, 415-433 .
- Mirnic, Z., Heincz, O., Badgy, G., Suranyi, Z., Gonda, X., Benko, A., Molnar, E., Jaksic, N., Lazary, J. ve Juhasz, G. (2013). The relationship between the big five personality dimensions and acute psychopathology: Mediating and moderating effects of coping strategies. *Psychiatria Danubina* 25 (4), 379-388.
- Morris, C. G. (2002). *Psikolojiyi anlamak*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Neugarten, B.J., Havighurst, R.J. ve Tobin, S.S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.
- Nezlek, J. B. ve Derks, P. (2001). Use of humor as a coping mechanism, psychological adjustment and social interaction. *Humor: International Journal of Humor* 14(4), 395-413.

- Noller, P., Law, H., ve Comrey, L. A. (1987). Cattell, Comrey, and Eysenck personality factors compared: More evidence for the five robust factors? *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(4), 775-782.
- Okday, B. (2010). *Aleksitimi: Bağlanma, kendilik algısı, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke değişkenleri açısından bir değerlendirme*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özer, M. ve Karabulut, Ö. Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Türk Geriatri Dergisi*, 6 (2), 72-74.
- Özgüven, H. D., Kundakçı, N., Kumbasar, H. ve Boyvat, A. (2002). The depression, anxiety, life satisfaction and affective expression levels in psoriasis patients. *European Academy of Dermatology and Venereology* 14, 267-271.
- Özyeşil, Z., Deniz, M. E. ve Kesici, S. (2013). Mindfulness and five factor personality traits as predictors of humor. *Studia Psychologica* 55 (1), 33- 45.
- Palabıykoğlu, R., Haran, S., Yücat, T. ve Köse, K. (1991). Yaşlılarda depresyon ve yaşam doyumu. *Kriz Dergisi* 1(1): 26-31.
- Paolini, L., Yanez, A. P. ve Kelly, W. E. (2006). An examination of worry and life satisfaction among college students. *Individual Differences Research*, 4 (5), 331-339.
- Robins, R. W., Tracy, L. J., Trzesniewski, K., Potter, J. ve Gosling, S. D. (2001). Personality correlates of self-esteem. *Journal of Research in Personality* 35, 463-482.
- Preacher, K. J., ve Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 36(4), 717-731.

- Preacher, K. J., ve Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior research methods*, 40(3), 879-891.
- Rigby, B. T. ve Huebner, E. S. (2005). Do causal attributions mediate the relationship between personality characteristics and life satisfaction in adolescence? *Psychology in the Schools*, 42, 91–99.
- Ruch, W. ve Hehl, F. J. (1998). A two-mode model of humor appreciation: its relation to aesthetic appreciation and simplicity-complexity of personality. W. Ruch, (Ed.), *The sense of humor* içinde (15-60). New York: Mouton de Gruyter.
- Ruch, W. ve Köhler, G. (1998). A temperament approach to humor. W. Ruch, (Ed.), *The sense of humor* içinde (15-60). New York: Mouton de Gruyter.
- Safran, J. D. (1990). Towards a refinement of cognitive therapy in light of interpersonal theory: I. Theory. *Clinical Psychology Review*, 10(1), 87-105.
- Salimi, A. (2011) Social-emotional loneliness and life satisfaction. *Procedia- Social and Behavioral Sciences* 29, 292-295.
- Saroglou, V. ve Jaspard, J. M. (2001). Does religion affect humor? An experimental study. *Mental Health, Religion and Culture* 4, 33-46.
- Saroglou, V. ve Scariot, C. (2002). Humor Styles Questionnaire: Personality and educational correlates in Belgian high school and college students. *European Journal of Personality* 16: 43-54.
- Saymaz, İ. (2003). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.



- Shek, D. T. L. (1999). Parenting characteristics and adolescent psychological well-being: A longitudinal study in a Chinese context. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, 125 (1), 27-55.
- Schimmack, U., Diener, E. ve Oishi, S. (2002). Life satisfaction is a momentary judgment and a stable personality characteristic: The use of chronically accessible and stable sources. *Journal of Personality*, 70, 345-385.
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V. ve Ahadi, S. (2002). Culture, personality, and subjective well-being: integrating process models of life satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology* 82(4), 582-593.
- Schimmack, U., Oishi, S., Furr, R. M. ve Funder, D. C. (2004). Personality and life satisfaction: A facet-level analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 1062–1075.
- Sevim, B. (2011). *Roles of attachment styles on personality traits, and anger on relationship and life satisfaction: Mediator roles of humor, intimacy, and psychological problem*. Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Psikoloji Bölümü.
- Sözlük, T. (1969). Ankara TDK Yayınları. Türkçe Sözlük
- Sözlük, T. (2009). Ankara TDK Yayınları. Türkçe Sözlük
- Stephan, Y. (2009). Openness to experience and active older adults' life satisfaction: A trait and facet analysis. *Personality and Individual Differences* 47: 637-641.
- Stokenberga, I. (2008). Humorous personality: Relationship to stress and well-being. *Baltic Journal of Psychology* 9 (1,2), 70-84.
- Sullivan, H. S. (1953). *Interpersonal Psychiatry*. New York: W. W. Norton & Company, Inc.

- Sümer, M. (2008). *Okul öncesi öğretmenliği öğrencilerinin stresle başa çıkma stilleri ve bazı değişkenlere göre mizah tarzlarının karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sümer, N., Lajunen, T. ve Özkan, T. (2005). Big five personality traits as the distal predictors of road accident involvement. *Traffic and Transport Psychology: Theory and Application*, 215-227 (Ed: Geoffrey Underwood), Elsevier.
- Swickert, R. J., Rosentreter, C. J., Hittner, J. B. ve Mushrush, J. E. (2002). Extraversion, social support process, and stress. *Personality and Individual Differences* 32, 877-891.
- Şahin, N. H., Batıgün A. D ve Koç, V. (2011). Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon. *Türk Psikiyatri Dergisi* 22: 17-25.
- Şahin, N. H., Batıgün A. D. ve Pazvantoğlu, E. A. (2012). Cinsel işlevlerdeki sorunlarda kişilerarası tarz, kendilik algısı ve öfkenin rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi* 23(1):18-25.
- Şahin, N. H., Batıgün A. D. ve Uzun C. (2011). Anksiyete bozukluğu: Kişilerarası tarz, kendilik algısı ve öfke açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi* 12: 107-113.
- Şahin, N. H., ve Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk Gençleri için Uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (31), 44-56.
- Şahin, N. H., Durak, A. ve Yasak, Y. (1994). Interpersonal Style, loneliness and depression. *23<sup>rd</sup> International Congress of Applied Psychology*, July 17-22, Madrid, Spain.
- Telef, B. B. (2013). Ergenlerin yaşam doyumlarının ve psikolojik belirtilerinin incelenmesi. *New Symposium Journal* 51 (1), 3-12.

- Traş, Z., Arslan, C. ve Taş A. M. (2011). Öğretmen adaylarında mizah tarzları, problem çözme ve benlik saygısının incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 8 (2), 717-732.
- Tümkaya, S. (2006). Öğretim elemanlarının mizah tarzları ve mizahı yordayan değişkenler. *Eurasian Journal of Educational Research*, 23, 200-208.
- Tümkaya, S. (2011). Humor styles and socio-demographic variables as predictors of subjective well-being of Turkish university students. *Eğitim ve Bilim* 36 (160), 159-170.
- Vecchione, M., Alessandri, G., Barbaranelli, C. ve Cappara, G. (2012). Gender differences in the Big Five personality development: A longitudinal investigation from late adolescence to emerging adulthood. *Personality and Individual Differences* 53(6), 740-746.
- Velting, D. M. (1999a). Personality and negative expectancies: trait structure of the Beck Hopelessness Scale. *Personality and Individual Differences*, 26, 913-921.
- Velting, D. M. (1999b). Suicidal ideation and the five-factor model of personality. *Personality and Individual Differences* 27, 943-952.
- Vernon, P.A., Martin, R.A., Schermer, J.A. ve Mackie, A. (2008). A behavioral genetic investigation of humor styles and their correlations with the Big-5 personality dimensions. *Personality and Individual Differences* 44, 1116-1125.
- Veselka, L., Schermer, J. A., Martin, R. A. ve Vernon, P. A. (2010). Relations between humor styles and the Dark Triad traits of personality. *Personality and Individual Differences* 48, 772-774.
- Walter, S., Kessler, H., Gruss, S., Bretzke, Z. J., Scheck, A., Ströbel, J., Hoffmann, H. ve Traue, H. C. (2011). The influence of neuroticism and psychological

- symptoms on the assessment of images in three-dimensional emotion space. *GMS Psycho-Social-Medicine* 8, 1-10.
- Wood, A. M., Joseph, S. ve Maltby, J. (2008). Gratitude uniquely predicts satisfaction with life: Incremental validity above the domains and facets of the five factor model. *Personality and Individual Differences* 45, 49-54.
- Yazgan, B. İ. ve Yerlikaya, E. E. (2012). *Kişilik Kuramları* (6. Baskı). Ankara: Pagem Akademi.
- Yerlikaya, E. E. (2003). *Mizah tarzları ölçeği (Humor styles questionnaire) uyarlama çalışması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yerlikaya, E. E. (2009). *Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile algılanan stres, kaygı ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yetim, Ü. (2003) .The impacts of individualism/collectivism, selfesteem, and feeling of mastery on life satisfaction among the Turkish university students and academicians. *Soc Indic Res*, 61; 297-317.
- Yılmaz, K. (2011). An analysis of humor styles of school administrators. *Inonu University Journal of the Faculty of Education* 12 (1), 27-44.
- Young, M. H., Miller, B. C., , M. C. ve Hill, E. J. (1995). The effect of parental supportive behaviors on life satisfaction of adolescent Offspring. *Journal of Marriage and Family*, 57 (3).
- Yue, X. D., Hao, X. ve Goldman, G. L. (2010). Humor styles, dispositional optimism, and mental health among undergraduates in Hong Kong and China. *Journal of Psychology in Chinese Societies*, 11 (2), 81-96.

- Zhao, J., Kong, F. ve Wang, Y. (2012). Self-esteem and humor style as mediators of the effects of shyness on loneliness among Chinese college students. *Personality and Individual Differences* 52, 686-690.
- Zhao, J., Kong, F. ve Wang, Y. (2014). Exploring the mediation effect of social support and self-esteem on the relationship between humor style and life satisfaction in Chinese college students. *Personality and Individual Differences* 64, 126-130.
- Zitny, P., Halama, P. (2011). Self- esteem, locus of control and personality traits as predictors of sensitivity to injustice. *Studia Psychologica*, (53)1, 27-40.

## EKLER

### EK 1. BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM

#### BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM

Bu çalışmanın amacı, kişilerin bazı özellikleri ve kullandıkları mizah tarzları arasındaki ilişkileri araştırmaktır.

**Araştırmaya katılmanız tamamen sizin arzunuza bağlıdır.** Araştırmaya katılmayı reddedebilir veya başladıktan sonra devam etmek istemediğinize karar verip yarım bırakabilirsiniz. Bu hakkınızı kullanmanız durumunda, hiçbir olumsuz tutumla ya da sonuçla karşılaşmayacaksınız.

**Verdiğiniz bilgiler gizli tutulacaktır. Lütfen adınızı kitapçığın hiçbir yerine yazmayınız.** Kitapçığın yanıtlanması en fazla 30 dakikanızı alacaktır. Bu ölçekleri doldurmanın bilinen hiçbir riski bulunmamaktadır.

Araştırma, Ankara Üniversitesi Klinik (Uygulamalı) Psikoloji yüksek lisans programı kapsamında yürüttüğüm yüksek lisans tezimidir. Eğer çalışmamla ilgili sorularınız olursa, serelakdur@gmail.com adresinden bana ulaşabilirsiniz.

#### ONAM FORMU

Ankara Üniversitesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Prof. Dr. Ayşegül Durak BATIGÜN ve Arş. Gör. Serel AKDUR tarafından yapılacak olan çalışma bana sözlü olarak da açıklandı. Çalışma ile ilgili tüm sorularıma tatmin edici cevaplar aldım. Çalışmaya kendi rızamla gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum.

Çalışmaya katılmayı kabul ediyorum ( )

(Çalışmaya katılmayı kabul ediyorsanız lütfen parantez içine işaret koyunuz.  
Katılmak istemiyorsanız formu iade ediniz)

## EK 2. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

### Kişisel Bilgi Formu

1.Yaşınız:.....

2.Cinsiyetiniz: ( ) Kadın ( ) Erkek

3.Üniversite: .....

4.Fakülte:.....

5.Bölüm:.....

6.Öğrenim gördüğünüz sınıf: ( ) Hazırlık ( ) 1. Sınıf ( ) 2. Sınıf  
( ) 3. Sınıf ( ) 4. Sınıf

7.Annenizin eğitim düzeyini belirtiniz.

- ( ) İlkokul mezunu  
( ) Ortaokul- Lise mezunu  
( ) Üniversite mezunu ve üzeri

8. Babanızın eğitim düzeyini belirtiniz.

- ( ) İlkokul mezunu  
( ) Ortaokul- Lise mezunu  
( ) Üniversite mezunu ve üzeri

9.Ailenizin toplam aylık gelirini belirtiniz.

( ) 1499 TL ve altı ( ) 1500 TL – 2499 TL arası ( ) 2500 TL ve üstü

10.Ailenizle birlikte mi yaşıyorsunuz? ( ) Evet ( ) Hayır

11.Hayatınızın büyük çoğunluğunu geçirdiğiniz yeri belirtiniz.

( ) Köy ( ) Kasaba ( ) Küçük Şehir ( ) Büyük Şehir

12. Son 6 ay içerisinde psikolojik bir sorun nedeniyle bir uzmandan ( psikolog, psikiyatrist vb.) yardım aldınız mı?

( ) Evet ( ) Hayır

13. Evet ise psikiyatrik rahatsızlık tanısı aldınız mı?

( ) Evet ( ) Hayır

**14.Ekonomik açıdan kendinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?**

Çok Kötü  Kötü  Orta  İyi  Çok İyi

**15.Kendinizi fiziksel olarak nasıl görüyorsunuz?**

Çok Kötü  Kötü  Orta  İyi  Çok İyi

**16.Kendinizi ruh sağlığı açısından nasıl görüyorsunuz?**

Çok Kötü  Kötü  Orta  İyi  Çok İyi

**17.Genel olarak hayatınızı nasıl değerlendiriyorsunuz?**

Çok Kötü  Kötü  Orta  İyi  Çok İyi



### EK 3. BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ENVANTERİ

#### (BFKÖ)

Aşağıda sizi kısmen tanımlayan (ya da pek tanımlayamayan) bir takım özellikler sunulmaktadır. Örneğin, başkaları ile zaman geçirmekten hoşlanan birisi olduğunuzu düşünüyor musunuz? Lütfen aşağıda verilen özelliklerin sizi ne oranda yansıttığını ya da yansıtmadığını belirtmek için sizi en iyi tanımlayan rakamı her bir özelliğin yanına yazınız.

1 = Hiç katılmıyorum

2 = Biraz katılmıyorum

3 = Ne katılmıyorum ne de katılmıyorum (kararsızım)

4 = Biraz katılıyorum

5 = Tamamen katılıyorum

Kendimi .....biri olarak görüyorum

___	1. Konuşkan	___	23. Tembel olma eğiliminde olan
___	2. Başkalarında hata arayan	___	24. Duygusal olarak dengeli, kolayca keyfi kaçmayan
___	3. İşini tam yapan	___	25. Keşfeden, icat eden
___	4. Bunalımlı, melankolik	___	26. Atılgan bir kişiliğe sahip
___	5. Orijinal, yeni görüşler ortaya koyan	___	27. Soğuk ve mesafeli olabilen
___	6. Ketum/vakur	___	28. Görevi tamamlanıncaya kadar sebat edebilen
___	7. Yardımsever ve çıkarıcı olmayan	___	29. Dakikası dakikasına uymayan
___	8. Biraz umursamaz	___	30. Sanata ve estetik değerlere önem veren
___	9. Rahat, stresle kolay baş eden	___	31. Bazen utangaç, çekingen olan
___	10. Çok değişik konuları merak eden	___	32. Hemen hemen herkese karşı saygılı ve nazik olan
___	11. Enerji dolu	___	33. İşleri verimli yapan
___	12. Başkalarıyla sürekli didişen	___	34. Gergin ortamlarda sakin kalabilen
___	13. Güvenilir bir çalışan	___	35. Rutin işleri yapmayı tercih eden
___	14. Gergin olabilen	___	36. Sosyal, girişken
___	15. Maharetli, derin düşünen	___	37. Bazen başkalarına kaba davranabilen
___	16. Heyecan yaratabilen	___	38. Planlar yapan ve bunları takip eden
___	17. Affedici bir yapıya sahip	___	39. Kolayca sinirlenen
___	18. Dağınık olma eğiliminde	___	40. Düşünmeyi seven, fikirler geliştirebilen
___	19. Çok endişelenen	___	41. Sanata ilgisi çok az olan
___	20. Hayal gücü yüksek	___	42. Başkalarıyla işbirliği yapmayı seven
___	21. Sessiz bir yapıda	___	43. Kolaylıkla dikkati dağılan
___	22. Genellikle başkalarına güvenen	___	44. Sanat, müzik ve edebiyatta çok bilgili

Lütfen kontrol ediniz: Bütün ifadelerin önüne bir rakam yazdınız mı?

## EK 4. MİZAH TARZLARI ÖLÇEĞİ

### MTÖ

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

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

13. Yakın arkadaşlarımla çok sık şakalaşır ve gülerim.	1	2	3	4	5	6	7
14. Yaşama karşı takındığım mizahi bakış açısı, benim olaylar karşısında aşırı derecede üzülmemi ya da kederlenmemi önler.	1	2	3	4	5	6	7
15. İnsanların, mizahı başkalarını eleştirmek ya da aşağılamak için kullanmalarından hoşlanmam.	1	2	3	4	5	6	7
16. Çoğunlukla kendi kendimi kötöleyen ya da alaya alan espriler yapmam.	1	2	3	4	5	6	7
17. Genellikle fıkra anlatmaktan ve insanları eğlendirmekten hoşlanmam.	1	2	3	4	5	6	7
18. Tek başıyysam ve mutsuzsam, kendimi neşelendirecek gülünç şeyler düşünmeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
19. Bazen öyle komik şeyler gelir ki aklıma bunlar insanları incitebilecek, yakışık almaz şeyler olsa bile, kendimi tutamam söylerim.	1	2	3	4	5	6	7
20. Espriler yaparken ya da komik olmaya çalışırken çoğunlukla kendimi gereğinden fazla eleştiririm.	1	2	3	4	5	6	7
21. İnsanları güldürmekten hoşlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
22. Kederli ya da üzgünsem genellikle mizahi bakış açımı kaybederim.	1	2	3	4	5	6	7
23. Bütün arkadaşlarım bunu yapıyor olsa bile, bir başkasıyla alay edip ona gülerlerken asla onlara eşlik etmem.	1	2	3	4	5	6	7
24. Arkadaşlarımla ya da ailemle birlikteyken çoğunlukla hakkında espri yapılan ya da dalga geçilen kişi ben olurum.	1	2	3	4	5	6	7
25. Arkadaşlarımla çok sık şakalaşmam.	1	2	3	4	5	6	7
26. Tecrübelerime göre bir durumun eğlendirici yanlarını düşünmek, sorunlarla başa çıkmada çoğunlukla etkili bir yoldur.	1	2	3	4	5	6	7
27. Birinden hoşlanmazsam çoğunlukla onu küçük düşürmek için hakkında espri yapar ya da alay ederim.	1	2	3	4	5	6	7
28. Sorunlarım varsa ya da üzgünsem, çoğunlukla gerçek duygularımı, en yakın arkadaşlarım bile anlamasın diye, espriler yaparak gizlerim.	1	2	3	4	5	6	7
29. Başkalarıyla birlikteyken genellikle aklıma söyleyecek esprili şeyler gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
30. Neşelenmek için başkalarıyla birlikte olmam gerekmez, genellikle tek başımayken bile gülecek şeyler bulabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
31. Bir şey bana gerçekten gülünç gelse bile, birini gücendirecekse eğer, buna gülmem ya da bununla ilgili espri yapmam.	1	2	3	4	5	6	7
32. Başkalarının bana gülmesine izin vermek; benim, ailemi ve arkadaşlarımı neşelendirme tarzımdır.	1	2	3	4	5	6	7

## EK 5. KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZI ÖLÇEĞİ

### KİTÖ

Bu ölçek insanlar arası ilişkilerde iletişim stilini belirlemek üzere hazırlanmıştır. Ölçeği, arkadaşlarınızla birlikte olduğunuz sırada genel olarak nasıl davrandığınızı düşünerek işaretleyin. Maddelerin doğru ya da yanlış şeklinde bir yanıtı söz konusu değildir. Ölçekte belirtilen davranışları yapma sıklığınıza göre “hiç (0)”, “bazen (1)”, “sık sık (2)” ve “sürekli (3)” şeklinde yandaki cevap kısmına işaretleyin. Ancak her bir davranış için bunlardan yalnızca bir tanesini seçmeye dikkat edin. Tüm davranışları değerlendirmeye, boş bırakmamaya özen gösterin.

	Hiç	Bazen	Sık sık	Sürekli
1) Kendi isteklerimi ve ihtiyaçlarımı karşımdakine açıkça belli ederim.	0	1	2	3
2) Fikirlerimde ve söylediklerimde ısrarlı olur, karşımdakilerin görüşlerini pek dikkate almam.	0	1	2	3
3) Sözlerimle olmasa da diğer yollarla karşımdakilere saygı duyduğuma ve onları kabullendiğime ilişkin mesajlar veririm.	0	1	2	3
4) “Neden” ve “niçin” sözcükleriyle başlayan soruları sıkça kullanırım.	0	1	2	3
5) Neşeli ve yapıcı şakalar yaparım.	0	1	2	3
6) İnsanlara sözle sataşmayı severim.	0	1	2	3
7) Karşımdakilerin görüşlerine ve tutumlarına değer verdiğimi açıkça belli ederim.	0	1	2	3
8) Kendimi diğerlerinden daha farklı ve üstün görür ve bunu belli etmekten çekinmem.	0	1	2	3
9) Otomatik tepkilerimi erteleyebilir, kendimi pek kolayca kaybetmem.	0	1	2	3
10) Karşımdakilerde suçluluk duygusu uyandırmayı severim.	0	1	2	3
11) Diğer insanların da kendi görüşlerini ve bilgilerini aktarabilmeleri için onlara şans tanırım.	0	1	2	3
12) Yaptığım şakalar yersiz olur.	0	1	2	3
13) Düşüncelerim diğer kişilerinki ile uyduğunda, bunu açıkça belli ederim.	0	1	2	3
14) Kendimi kolayca kaybedip öfkelenirim.	0	1	2	3
15) Diğer kişilerin sırlarını hiçbir açık vermeden tutarım.	0	1	2	3
16) Başkalarını aşağılayıcı ve küçük düşürücü sözleri kolayca söyleyebilirim.	0	1	2	3
17) İlişkilerimde bir sorun olduğunda, bu sorunla ilgili olarak diğer kişiyle/kişilerle açıkça ve yapıcı bir biçimde yüzleşirim.	0	1	2	3

	<b>Hiç</b>	<b>Bazen</b>	<b>Sık Sık</b>	<b>Sürekli</b>
18) Karşımdakilerden bir istekte bulunduğumda, bunu sert bir biçimde ifade ederim.	0	1	2	3
19) Konuşmalarım yapıcı ve olumludur.	0	1	2	3
20) İnsanlarla ilişkilerimde “üzüm yemek yerine, bağcı dövmek” için uğraşırım (Güç savaşına girerim)	0	1	2	3
21) Karşımdakilere içten bir ilgi duyar ve bunu açıkça belirtirim	0	1	2	3
22) Karşımdakileri istemediğim halde pohpohlarım	0	1	2	3
23) Karşımdaki insana karşı duyduğum <b>olumlu</b> duyguları, onunla açıkça paylaşabilirim	0	1	2	3
24) Diğerleriyle alay etmeyi severim	0	1	2	3
25) <b>Düşüncelerimi</b> paylaşma konusunda dürüstümdür	0	1	2	3
26) Diğerlerinin fikirlerini onlar adına ve onlar için özetlerim	0	1	2	3
27) <b>Duygularımı</b> paylaşma konusunda dürüstümdür.	0	1	2	3
28) Kendi görüşlerimde ısrarlıyım ve bir uzlaşma yoluna gitmem	0	1	2	3
29) Ortada tartışılan bir konu varsa, orada olan herkes görüşlerini belirtinceye kadar tartışılan konunun kapanmasına izin vermem.	0	1	2	3
30) Yalnızca kendimden söz etmekten ve böbürlenmekten hoşlanırım	0	1	2	3
31) Karşımdaki kişilere sorduğum sorular, onlara kimin haklı ya da üstün olduğunu göstermek için değil, gerçekten söylediklerini daha iyi anlayabilmem içindir	0	1	2	3

## EK 6. KISA SEMPTOM ENVANTERİ

### KSE

Aşağıda insanların bazen yaşadıkları sıkıntılar ve yakınmaların bir listesi verilmiştir. Lütfen listedeki her bir maddeyi dikkatle okuyun. Daha sonra o belirtilerin sizi bugün dahil, son bir haftadır ne kadar rahatsız ettiğini yandaki bölgede uygun olan yerde işaretleyin. Her belirti için sadece bir yeri işaretlemeye ve hiçbir maddeyi atlamamaya özen gösterin. Eğer fikir değiştirirseniz ilk yanıtınızı silin.

Aşağıdakiler sizi ne kadar rahatsız ediyor?	Hiç	Biraz	Orta Derece	Epey	Çok Fazla
1. İçinizdeki sinirlilik ve titreme hali					
2. Baygınlık, baş dönmesi					
3. Bir başka kişinin sizin düşüncelerinizi kontrol edeceği fikri					
4. Başınıza gelen sıkıntılardan dolayı başkalarının suçlu olduğu duygusu					
5. Olayları hatırlamada güçlük					
6. Çok kolayca kızıp öfkelenme					
7. Göğüs (kalp) bölgesinde ağrılar					
8. Meydanlık (açık) yerlerden korkma duygusu					
9. Yaşamınıza son verme düşünceleri					
10. İnsanların çoğuna güvenilemeyeceği hissi					
11. İştahta bozukluklar					
12. Hiçbir nedeni olmayan ani korkular					
13. Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları					
14. Başka insanlarla beraberken bile yalnızlık hissetme					
15. İşleri bitirme konusunda kendini engellenmiş hissetme					
16. Yalnızlık hissetme					
17. Hüzünlü, kederli hissetme					
18. Hiçbir şeye ilgi duymama					
19. Ağlamaklı hissetme					
20. Kolayca incinebilme, kırılma					
21. İnsanların sizi sevmediğine, kötü davrandığına inanma					
22. Kendini diğerlerinden daha aşağı görme					
23. Mide bozukluğu, bulantı					
24. Diğerlerinin sizi gözlediği ya da hakkınızda konuştuğu duygusu					
25. Uykuya dalmada güçlük					
26. Yaptığınız şeyleri tekrar tekrar doğru mu diye kontrol etme					
27. Karar vermede güçlükler					
28. Otobüs, tren, metro gibi umumi vasıtalarla seyahatlerden korkma					
29. Nefes darlığı, nefessiz kalma					
30. Sıcak, soğuk basmaları					
31. Sizi korkuttuğu için bazı eşya, yer ya da etkinliklerden uzak kalmaya çalışma					
32. Kafanızın “bomboş” kalması					

	Hiç	Biraz	Orta Derece	Epey	Çok Fazla
33. Bedeninizin bazı bölgelerinde uyuşmalar, karıncalanmalar					
34. Günahlarınız için cezalandırılmanız gerektiği					
35. Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları içinde olmak					
36. Dikkati bir şey üzerine toplamada) güçlük / zorlanma					
37. Bedenin bazı bölgelerinde zayıflık, güçsüzlük hissi					
38. Kendini gergin ve tedirgin hissetme					
39. Ölme ve ölüm üzerine düşünceler					
40. Birini dövme, ona zarar verme, yaralama isteği					
41. Bir şeyleri, kırma, dökme isteği					
42. Diğerlerinin yanındayken kendinin çok fazla farkında olmak					
43. Kalabalıklardan rahatsızlık duymak					
44. Bir başka insana hiç yakınlık duymamak					
45. Dehşet ve panik nöbetleri					
46. Sık sık tartışmaya girme					
47. Yalnız bırakıldığında/kalındığında sinirlilik hissetme					
48. Başarılarınız için diğerlerinden yeterince takdir görmeme					
49. Yerinde duramayacak kadar tedirgin hissetme					
50. Kendini değersiz görme/değersizlik duyguları					
51. Eğer izin verirsiniz insanların sizi sömüreceği duygusu					
52. Suçluluk duyguları					
53. Aklınızda bir bozukluk olduğu fikri					