



### **Türkiye’de 18- 25 Yaş Grubu Üniversite Öğrencileri Arasında Görülen Depresyonun; Benlik Saygısı, Aile Bağlılığı, Akademik Başarı ve Cinsiyet ile Olan İlişkisi ve Depresyonda Olan Bu Öğrencilerin Süresi Sınırlı Psikodinamik Psikoterapi ile Tedavisi\***

Tuba Dursun TUNCEL<sup>1</sup>

Akasya Psikoloji

#### **Özet**

Bu çalışma üniversite öğrencilerinin benlik saygısı, aile bağlılığı ve akademik başarısının depresyon üzerinde ilişkisini araştırmak amacıyla yapılmıştır. Küresel Bilgi çağımızda üniversite öğrencileri; aile, okul gibi birçok problemle karşı karşıya kalmaktadır. Bazı öğrenciler bu problemlerin üstesinden gelirken, bazı öğrenciler bu problemlerle baş edememektedir. Yaşanılan olumsuz koşullar birçok öğrenciyi depresyon gibi ruhsal hastalıklara itmektedir. Bu araştırmada, öğrencilerin depresyonda olmasına neden olan değişkenler üzerinde çalışılmıştır. Araştırmaya Türkiye’nin farklı üniversitelerinden 81’i kız 74’ü erkek, toplamda 155 öğrenci katılmıştır. (Yaş Mean: 21.69) Çalışmada; Beck Depresyon Envanteri, IPPA Aile ve Akran Bağlılığı Testi, son olarak Rosenberg’in Benlik Algısı testi uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda Depresyon ile Anne” iletişim-özgüven”, ve Baba “Yabancılaşma” arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş, ardından benlik saygısının depresyon üzerinde ki negatif anlamlı ilişkisi ile bu ilişki anlamını yitirmiştir. Depresyon, benlik saygısı ile (- ,407)’lik negatif kuvvetli ve anlamlı ilişki içindedir. Depresyon kız öğrencilerde daha fazla rastlanmış olup Depresyonun akademik başarı ile ilişkisi irdelendiğinde ise hiçbir bulguya rastlanmamıştır. Depresyonda olan iki öğrenciye kısa süreli psikodinamik psikoterapi yapılmıştır. Bu bağlamda bulgular, depresyonun aile bağlılığı, benlik saygısı ve cinsiyet ile ilişkisi üzerinde tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Depresyon, Benlik Saygısı, Aile Bağlılığı, Cinsiyet, Üniversite Öğrencileri

#### **Abstract**

This study investigated the relations of depression with students’ self -esteem, family attachment and academic performance. In the Information age, university students face with different problems regarding their family and school. Although some students can overcome these problems, some others cannot cope with them. Adverse conditions which many students experienced can cause mental illnesses, such as depression. In this project, variables which lead to depression among students were examined. A total of 155 volunteers; 81 female and 74

<sup>1</sup> Uzman klinik Psikolog, Akasya Psikoloji, [tubadursun@yahoo.com](mailto:tubadursun@yahoo.com)

\* Çalışmanın bir bölümü, I.Ulusal Bütüncül Psikoterapi Kongresinde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

male from different universities of Turkey were participated in the study (Mean age:21,69). In this project, Beck depression Inventory, IPPA Inventory of Parent and Peer Attachment and The Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) were applied, respectively. The results of analysis supported the relation of mother ‘dialog- self esteem’ and father ‘alienation’ with depression, but then this relation has lost its meaning with the findings of negative significant correlation between self-esteem and depression. The results showed that depression has a strong negative relationship with self-esteem (correlation coefficient of - ,407). No correlation was found between depression and academic achievement. The findings were discussed based on the relationship of family attachment, self-esteem, and gender with depression.

**Keywords:** Depression, Self Esteem, Family Attachment, Sexuality, University Students

### Giriş

Günümüzde hızla gelişen bilim ve teknolojiye birçok insan ayak uydurmaya çalışmaktadır. Türkiye’de hızla artış gösteren genç nüfus ağır bir çalışma temposu içine girmektedir. Okul hayatı boyunca iyi bir üniversite kazanmak ardından sınırlı olan iş dünyasında kendilerine iş bulma arayışı genç insanlar üzerinde tedirginlik ve sıkıntı yaratmaktadır. Hem aile hayatı hem de okul hayatında birçok öğrenci stres ile beraber depresyona girme riski taşımaktadır.

Epidemiyolojik araştırmalar göstermektedir ki depresyon, küresel dünyada büyük bir sağlık problemi haline gelmiştir. Dünya sağlık birliğinin depresyon tanımına göre (2006) depresyon, “... bunalımlı ve mutsuz ruh hali, ilgi ve istek kaybı, kendini değersiz yada suçlu hissetme, düşük enerji ve konsantrasyon gibi semptomlarla ortaya çıkan yaygın bir zihinsel rahatsızlıktır”. Bu problemler kronikleşebilir veya tekrarlayabilir, öte yandan bireyin ilgi, yetenek ya da günlük sorumluluklarında önemli derecede aksaklıklar ve eksiklikler meydana getirebilir.” Psikiyatrist Prof. Dr. Ertuğrul Köroğlu (2004)’ na göre: Depresyon’un klinik belirtileri incelendiğinde; ilgi kaybı ya da zevk alınan etkinliklerden artık zevk alınmıyor olması depresyonun anahtar semptomlarıdır. Hastalar, kendilerini hüznü, kederli, umutsuz, ya da değersiz hissettiklerini söyleyebilirler. Diğer yandan depresyondaki kimi hastalar, bazen depresyonlarının farkında değillermiş gibi gözükürler, ancak bununla beraber ailelerinden, arkadaşlarından ve daha ilgilendikleri etkinliklerden uzak dururlar. Enerji kaybı, bitkinlik, konuşma düşünce ve davranışlarda reterdasyon, iştahta değişme genellikle kilo kaybı, uyku bozukluğu, değersizlik kendini küçük görme, karamsarlık ve umutsuzluk depresyonun genel belirtileri olarak sıralanmaktadır.

Sosyokültürel, biyolojik ve psikolojik açıklamalar ise, cinsiyet rolleri gibi faktörleri içerdiğinden bayanlar arasında depresyonun daha baskın olduğu bilinmektedir. Kişilik özelliklerinin işlevi araştırıldığında bayanlarda endişeli ve kaygılı tutumlarının daha yoğun

olduğu çıkmıştır (Goodwin & Gotlib, 2004). Bu bulgulardaki varyanslar bayanların depresyon belirtilerindeki üstünlüğünün daha kabul edilebilir olduklarını göstermiştir (King ve Buchwald, 1982). Genel nüfusta bayanlara erkeklere oranla iki kez daha çok depresyon tanısı konulmaktadır (Kessler, McGonagle, Swartz, ve Blazer, 1993). Türkiye’de yapılan araştırmalarda Köroğlu’na göre (2004): “Major Depresif Bozukluk, ergen kızlarda ve erişkin kadınlarda, ergen ve erişkin erkeklere göre iki kat daha fazla görülür”.

Bu bulgular birçok öğrenci üzerinde çalışılmasına yol açmıştır. Buna örnek olarak McLennan (1992)’ın yapmış olduğu çalışma örnek verilebilir. Yapılan çalışma sonucunda kız öğrencilerin depresyon seviyelerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek seviyede olduğu bulunmuştur. Fakat buna karşılık olarak, bazı çalışmalar erkek öğrencilerin depresyon seviyelerinin daha yüksek olduğunu göstermiştir (Baron ve Matsuyama, 1988; Vredenburg, O’Brien, & Krames, 1988). Yine buna ek olarak, bayan öğrencilerin stres ve kaygı skorlarının erkek öğrenciler ile karşılaştırıldığında kızların skorların önemli derecede üstün olduğunu bulmuştur (Bayram ve Bilgel, 2008).

Ayrıca birçok çalışmada genç kızlardaki depresif semptomlar ve unipolar depresif hastalığının erkeklere oranlara üstünlüğü tespit edilmiştir (Lewinsohn ve diğerleri, 1998; Rush-ton ve diğerleri, 2002; Wade ve diğerleri, 2002; Kuehner, 2003; Sund, Larsson ve Wichström, 2003). Yapılan bu literatür taramasına benzer sonuçlar bu araştırmanın faktör analizi sonuçlarında da çıkmıştır (Bkz: Tablo 3 ).

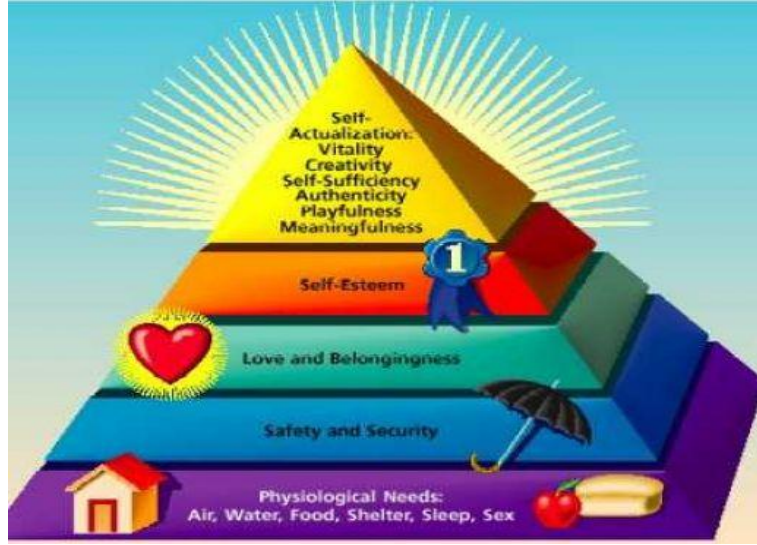
Araştırmanın bir diğer değişkeni ise benlik saygısıdır. Maslow (1947) benlik saygısı kavramını ihtiyaç teorisi adı altında benlik saygısını açıklayan teorisyenlerden biridir. Maslow (1947)’ de beş basamaklı doğuştan oluşan ihtiyaç piramidini sunmuştur. Bunlar; 1.fizyolojik ihtiyaçlar (yeme içme, cinsel tatmin), 2.güvenlik ihtiyacı( düzen, güvenlik ) 3.Aitlik ve sevgi ihtiyacı, 4.saygınlık ihtiyacı (kendisi ve başkaları tarafından) ve 5.kendini gerçekleştirme ihtiyaçlarıdır. Bu ihtiyaçlar en güçlüden en zayıf a göre düzenlenmiştir.(bkz: Grafik 1). Düşük ihtiyaçlar, yüksek ihtiyaçların etkili olmasından daha az tatmin edici ihtiyaçlardır (Duane, Sydney, ve Schultz, 2005). Eksiklik duyulan ihtiyaçlar (Deficit needs) ihtiyaçlar, tatmin olmama durumunda vücutta eksiklik oluşturur. Gelişen ihtiyaçlar (Growth Needs) ise gelişen ihtiyaçlar olmasına rağmen, ayakta kalmak için eksiklik duyulan ihtiyaçlara göre daha az gereksinim duyulan ihtiyaçlardır.

Schultz (1983)’un tanımına göre benlik saygısı; kendine yeterlilik ve denetim odağıdır ve yetişkin bir kişinin sağlıklı bir yaşam sürdürmesinde önemli bir rol oynar. Kişinin kendi değerinin bütünü ile değerlendirilmesinin psikolojideki yansımasıdır. Shultz, Duane ve

Sydney (2005)' e göre benlik saygısının düşük ya da yüksek olması durumu ise: “İnsanlar her zaman ait olma, sevmeye ve sevilme duygularını ararlar. Kendimizi, saygınlık ihtiyacının iki şekli ile bulabiliriz. Bunlar; Hem kendimiz için hem de başkaları tarafından saygı görme ve değerli hissetme duygusunu karşılama ihtiyacıdır. İkinci durumda daha çok statü, kabul görme ya da sosyal başarı yer almaktadır. Benlik saygısının tatmini bizlere güç, değer, yeterlilik verirken bizim daha üretken ve uyumlu olmamızı sağlar. Düşük benlik saygısına sahip olduğumuz zaman, kendimizi yetersiz, yardıma muhtaç cesaretsiz buluyor ve yeteneklerimize göre kendimize daha az güven duyuyoruz”.

Benlik saygısı yüksek insanlar yüksek derecede kendine karşı değeri ve kendine güveni olan insanlardır. Benlik saygısı yüksek olan insanlar saygısı düşük olan insanlara göre kendilerine daha hâkim ve yapıcıdır (Campbell, Rudich ve Sedilcides, 2002). Benlik saygısı yüksek olanlar, kendini olumlu bir şekilde yetenekli, sempatik, çekici ve ahlaki olarak kendini iyi gören kişilerdir. Bunun tam tersi olarak benlik saygısı düşük olanlar kendini çirkin, yetersiz, hoş olmayan ve ahlaki olarak kendini zayıf gören kişilerdir. Düşük benlik saygısının en yaygın çeşidi, kendisi hakkında güçlü, pozitif görüşlerin olmaması durumudur. Kendine güveni yüksek olan kişiler kendilerinin güzel özellikleri olduğunu düşünürler. Ve bu görüşleri diğer insanlar ile paylaşmak isterler. Fırsatları yakalamaya ve yeni şeyler denemek isterler. Çünkü başarabileceklerini düşünürler (Taylor, Peplau ve Sears, 2000). McFarlin ve Blascovich (1981)'e göre düşük benlik saygısı olanlar, pozitif hedeflere ulaşabilmede kendilerine daha az güven duymamaktadır. Campbell (1990)'a göre ise düşük benlik saygısı olan kişiler, kendileri ile bir çatışma halindedirler. Kendileri hakkında onlara soru sorulduğu zaman çelişkili ve kaygılı cevap verirler. Kendilerini farklı günlerde farklı olarak nitelendirmektedirler.

Türkiye’de benlik saygısıyla ilgili araştırmalar sosyal fobi, depresyon, stres düzeyi gibi psikopatolojik değişkenlerin benlik saygısını olumsuz yönde etkilediğini gösterirken (Arıcıoğulları, Altındağ, Özbulut ve ark., 2002); akademik başarı gibi daha bilişsel değişkenlerin benlik saygısıyla olumlu yönde ilişkili olduğunu göstermiştir (Alkın, 1992). Diğer yandan ebeveyn tutumlarının ergen benlik saygısıyla ilişkisi incelendiğinde, otoriter, duyarlıktan yoksun tutumların düşük benlik saygısıyla; demokratik, destekleyici tutumların ve davranışsal kontrolünise yüksek benlik saygısıyla bir arada olduğu bulunmuştur (Haktanır ve Baran, 1998; İkizoğlu, 1993). Yukarıdaki literatür araştırmaları ile depresyonun kişinin kendini değersiz hissetmesi” gibi belirtileri göz önünde bulundurulursa; düşük benlik saygısının depresyona büyük etki ettiği söylenebilir.



**Grafik1:** Maslow'un ihtiyaç piramidi

Buna ek olarak; depresyonun aile bağlılığı ile ilişkisi incelenmek istenmiştir. Literatüre bakıldığı zaman, aile güven ve bağlılık faktörlerinin çocuğun zihinsel ve bedensel gelişimini ve kişiliğini önemli derecede etkilediği öne çıkmıştır. Bağlılık; Duygusal bağlılık hissi tüm insan ve hayvanların evrensel kapasitelerinde olup tüm yaşam boyunca; çocuklar çevreyi keşfetmek için ve korktukları zaman bu korkuların güvenliğe dönüşebileceği bir liman ararlar. Bu liman onlara onlarla ilgilenen kişi tarafından sağlanır (Bowlby, 1982).

Bilincin ve dilin sağlıklı gelişimi ayrılma ve bireyleşme oluşumuyla ilişkili olup Bağlanma ilişkisi ile ilgilidir. Bağlanmanın temelinde; bağlı iletişim olarak adlandırılan anne-çocuk arasındaki karşılıktır. Bu bağlanmanın en temel kişilerarası dinamiktir. Harlow'un makalesinde ise, bağlılık, bebek ve anne baba arasında dokunmak ve sarılmak ile başlamaktadır (Harlow, 1958; Harlow ve Harlow, 1966). İnsanın gelişim evrelerine bakıldığında ilk aylarda bakım veren tarafından verilen yakınlık bebekte ki en büyük gelişimin temelini oluşturmaktadır. Bağlanmanın ilk tanımı, çocuğun, fiziksel ve ruhsal bakımdan güven veren bir veya bir kaç kişiyle yakınlık arayışını ve iletişimini korumasını düzenleyen homeostatik bir süreci ifade ederdi (Sperling ve Bermann, 1994). Bağlanma kuramcıları bağlanmanın davranışsal ruhsal ve doğuştan oluşuna vurgu yaparlar ve bağlanmayı , gelişim ilerledikçe değişen bir olgu olarak görürler (Abrams, 1996).

Bu bağlamda eğer bir çocuk ilk 5-6 ay içerisinde anne ve babadan ayrı kalırsa bebekte yalnızlık hissi ve kaygı oluşur. İlerleyen yaşlarda bu bağlılık ebeveyn ya da akran ilişkilerinde devam eder. Shaver ve Hazan (1994)'a göre yetişkinler de tıpkı çocuklar gibi akran ilişkilerinde sevgi arayışına girerler. Depresyonun; güvensiz bağlanma stilleri olarak

incelendiğinde, yeme ve kişilik bozuklukları gibi psikopatolojik rahatsızlıklara neden olduğu bulunmuştur (Carmen ve Huffman, 1996). Buna ek olarak yapılan literatür aramaları göstermiştir ki, aile bağlılığı, benlik saygısı ve depresyon ilişkileri literatürdeki araştırmalar ile bu araştırmanın sonuçları karşılaştırıldığında benzerlik göstermekle beraber bir takım farklılıklar da gösterir. Bu farklılıklar anne ve babaya göre “güven-iletişim” ve yabancılaşma alt skalalarında görülmektedir.

Akademik başarı faktörü göz önüne alındığında, üniversite öğrencilerinin akademik başarılarının; depresyon, benlik saygısı ve kendine güven ile ilişkisi olabileceği düşünülmüştür. Yapılan araştırmada, düşük aile bağı olan öğrencilerin akademik başarılarının da düşük olduğu ilişkisi kurulmuştur (Ekstrom, Goertz, Pollack ve Rock 1986; Finn, 1989). Yine çocuklarda ve ergenlerde, pozitif aile desteğinin GPA’ lerini (ders not ortalamalarını) olumlu yönde etkilediği belirtilmiştir (Bell, Allen, Hauser ve O’Conner, 1996; Cutrona, Cole, Colangelo, Assouline ve Russell, 1994; Finn ve Rock, 1997; Hoffman ve Weiss, 1987; Moss ve St.-Laurent, 2001; Peng, 1994). Akademik Başarı bağımsız değişken olarak düşünüldüğünde; kişinin benlik saygısı ve aile bağımlılığı ile beraber depresyon üzerinde etkili olacağı varsayılmasına rağmen analiz sonuçlarında hiçbir faktörle ilgili bir ilişki bulunamamıştır.

### Yöntem

Bu çalışmanın temel amacı; Türkiye’deki öğrencilerin depresyona girme nedenlerinin benlik saygısı, aile bağlılığı, akademik başarı ve cinsiyete göre farklılıklar ile açıklanıp açıklanamayacağını ortaya koymaktır. Bu bağlamda öğrencilerin depresyon, benlik saygısı ve aile bağlılığı seviyeleri araştırmacılar tarafından incelenmiştir. Çalışmada psikolojik ölçekler kullanılmıştır. 21 soruluk depresyon, 24 soruluk aileye bağlılık ve 10 soruluk kendine güven soruları sorulmuştur. Bu anket formu Türkiye’nin farklı bölgelerinde yer alan üniversite öğrencilerine elden verilmiştir. Bunun yanı sıra ankette, isim sorulmadan not ortalaması, gelir düzeyi gibi sorular sorulmuştur.

### Veri Toplama Araçları

*Beck Depresyon Envanteri:* Araştırmada Beck Depresyon Envanteri kullanılmıştır. Ölçeğin özgün formu Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (Beck ve ark. 1961: 561-571, Beck ve ark. 1988: 77-100). Beck Depresyon Envanteri’ nin 1961 ve 1988 tarihlerine ait iki versiyonu vardır. Her iki versiyon da Türkçe’ye çevrilmiş ve geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Bu çalışmada Hisli (1989) tarafından uyarlanan 1988 versiyonu

kullanılmıştır. Beck Depresyon Envanteri formunda 21 belirti kategorisinin her biri için dört seçenek vardır. Hastadan uygulama günü de dahil son bir hafta içinde kişinin kendini nasıl hissettiğini en iyi ifade eden cümleyi seçerek işaretlemesi istenir. Her madde 0 ile 3 arasında puan alır. Alınabilecek en yüksek puan 63'tür. Toplam puanın yüksek oluşu depresyon düzeyinin ya da şiddetinin yüksek oluşunu gösterir. On beş yaş üzerindeki kişilere uygulanabilir.

*The Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RSES)*: RSES testi kişinin kendine olan güveninin ne derecede olduğu saptanmıştır. 10 soruluk benlik algısı sorularında Ben de diğer insanların yapabileceği kadarını yapabilirim ya da bazen kesinlikle bir işe yaramadığımı düşünüyorum gibi ifadelere yer verilmiştir. Katılımcılardan (1) Çok doğru, (2) Doğru, (3) Yanlış, (4) Çok yanlış şıklarından kendilerine en yakın gelen seçeneği işaretlemesi istenmiştir. Benlik algısı puanı, kişinin her bir maddeye verdiği derecenin toplanması ile elde edilmiştir. Testin güvenilirlik seviyesi 0,764 olarak hesaplanmıştır.

*Anne-Baba ve Akran Bağlanma Envanteri (IPPA)*: Bu anket Bowlby's bağlılık teorisine (1982) dayanarak Armsden ve Greenberg tarafından geliştirilmiştir. Aile ve akrandaki bağlanma ilişkilerinin kaliteli ve bilişsel kısımları değerlendirilerek dizayn edilmiştir. Bu çalışmanın 53 parçalık skalası Raja, McGee ve Stanton tarafından 12 parçalı kısa formu kullanılarak oluşturulmuştur. (1992) IPPA'nın kısa formu 3 alt skala olan "Güven, (Annem/Babam duygularıma her zaman saygı gösterir), iletişim, (Bir problemim olduğu zaman bunu annem/babama söylerim) ve yabancılaşma (Annem/babama kızgınlık duyuyorum)" bölümlerinden oluşmaktadır. Her alt skala 4 sorudan oluşmaktadır. Katılımcılardan her soru için 1(asla) den 7 (daima) olan aralıktan bir numarayı işaretlemesi istenmektedir. Sonunda, katılımcının alt skalalarda ki aldığı skor tarafından ölçülerek anne ve babanın bağlılık skoru olarak ayrılmaktadır.

## Bulgular

Araştırma kapsamında benlik saygısı ve aile bireylerine bağlılığın depresyon üzerindeki etkileri incelenmiştir. Bu bağlamda sırasıyla faktör analizi, korelasyon analizi ve tanımlayıcı fark analizleri uygulanmıştır.

## Faktör Analizi

Yapılan faktör analizlerinde babaya bağlılık (KMO = 0,832 ve Bartlett testi 0,000 seviyesinde) varyansın yaklaşık yüzde 56'ını; anneye bağlılık (KMO = 0,805 ve Bartlett testi 0,000 seviyesinde) ise varyansın yaklaşık yüzde 50'ini açıklamıştır. Her iki test için de 2

temel faktör anlamlı sonuç vermiştir. Babaya bağlılığın birinci faktörünün ( $\alpha = 0,828$ ) içeriğinde 1, 13, 11, 12, 7, 8. sorularda kişilerin daha çok ailesi ile olan güven ve karşılıklı iletişime dayalı etmenler yer almaktadır. Bundan dolayı, birinci faktöre “güven ve iletişim” adı verilmiştir. İçeriğinde 2, 5, 9, 10. sorularda ise genel olarak kişilerin ailesine olan yakınlık uzaklık gibi etmenlerin yer aldığı ikinci faktör ise yabancılaşma olarak adlandırılmıştır. Varyansın yaklaşık olarak yüzde 12’sini açıklamaktadır ( $\alpha = 0,775$ ). Bulgular Tablo 1 ve 2’de gösterilmektedir.

**Tablo 1.** Babaya Bağlılık Değişkeninin Faktör Analizi

	Faktör Varyans	Faktör Loading	Güvenilirlik Skoru
Faktör 1: Güven ve İletişim	43,340		0,828
7.Kim olduğumu daha iyi anlamamda babam bana yol gösterir.		,765	
1.Babam duygularıma saygı gösterir		,724	
11.Kızgın olduğumda babam anlayışlı olmaya çalışır.		,721	
8.Bir sorunum olduğunda ya da başım sıkıştığında bunu babama anlatırım		,693	
12.Babam bir şeyin beni rahatsız ettiğini hissederse, bana nedenini sorar.		,682	
3.Babam beni olduğu gibi kabul eder		,626	
Faktör 2: Yabancılaşma	12,377		0,775
5.Babam ile beraber olduğumda keyfim kaçır.		,804	
9.Babama kızgınlık duyuyorum.		,777	
10.Babamdan pek ilgi görmüyorum.		,735	
2.Babam başka biri olsun isterdim.		,596	



**Tablo 2.** Anne Değişkenin Faktör Analizi

	Faktör Varyans	Faktör Loading	Güvenilirlik Skoru
Faktör 1: Güven ve İletişim	38,423		0,762
1. Annem duygularıma saygı gösterir.		,821	
3. Annem beni olduğum gibi kabul eder.		,712	
11. Kızgın olduğumda annem anlayışlı olmaya çalışır.		,711	
12. Annem bir şeyin beni rahatsız ettiğini hissederse bana nedenini sorar.		,598	
7. Kim olduğumu daha iyi anlamamda annem bana yol gösterir.		,500	
8. Bir sorunum olduğunda ya da başım sıkıştığında bunu anneme anlatırım.		,354	
Faktör 2: Yabancılaşma	12,452		0,725
2. Annem başka biri olsun isterdim.		,786	
9. Anneme kızgınlık duyuyorum.		,762	
5. Annem ile beraber olduğumda keyfim kaçır		,724	
10. Annemden pek ilgi görmüyorum.		,545	

### Korelasyon Analizleri

Yapılan korelasyon analizleri sonucunda bir dizi anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Baba'ya yabancılaşma ile depresyon arasında (.166\* ) pozitif kuvvetli ilişki bulunmuştur. Yani Babaya yabancılaşma arttıkça depresyonda olma durumu vardır. Yine Depresyon ile Anne “güven-iletişim” faktörleri ile depresyon arasında (.415\* ) çok kuvvetli ilişki tespit edilmektedir.

Bir diğer önemli anlamlı ilişki, depresyon ile benlik saygısı ile (- .407\*\*) olan çok kuvvetli ilişkidir. Depresyonda olan üniversite öğrencisinin benlik saygısı ile depresyonda olmayan öğrencinin benlik saygısı düşük ve yüksek olarak farklılık göstermektedir. Bulgular Tablo 3' de gösterilmektedir.

**Tablo 3.** Babaya Yabancılaşma, Anne ile Güven-İletişim, ve Depresyon ile Benlik Saygısı Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Analizleri

	Depresyon	Yabancılaşma Anne	Yabancılaşma Baba	Güven-İletişim Baba	Güven, İletişim Anne	Benlik Saygısı	Yaş	Not Ortalaması	Aylık Gelir
<b>Depresyon</b>	1								
<b>Yabancılaşma Anne</b>	-,021	1							
<b>Yabancılaşma Baba</b>	,166*	,415**	1						
<b>Güven, İletişim Baba</b>	-,194*	-	-,539**	1					
		,332**							
<b>Güven, İletişim Anne</b>	-	-	-,355**	,523**	1				
	,208**	,518**							
<b>Benlik Saygısı</b>	-	-,176*	-,227**	,369**	,291**	1			
	,407**								
<b>Yaş</b>	,112	-,017	-,084	-,025	-,097	-,031	1		
<b>Not Ortalaması</b>	,065	-,066	,024	,036	,062	,011	-,114	1	
<b>Aylık Gelir</b>	-,113	-,075	-,035	,115	,128	,231**	,097	,064	1

### Regresyon Analizleri

Tablo 4’te bize depresyonun öncelinde hangi faktörlerin yer aldığı gösterilmektedir. “Babaya yabancılaşma” depresyon üzerinde anlamlı etki yapmaktayken ( $\beta = 0,166$ ); ikinci aşamada modele “anneye güven” değişkeninin de girmesi ile depresyon üzerindeki anlamlı etkisini yitirmektedir. Benzer şekilde modele “kendine güven” değişkeninin eklenmesiyle bir önceki aşamada depresyon üzerinde anlamlı etki yaratan “anneye güven” etkisini kaybetmekte ve “kendine güven” tek başına depresyon üzerinde anlamlı etki yaratmaktadır ( $\beta = -0,371$ ).

Eğer üniversite öğrencisinde babaya yabancılaşma varsa, fakat anne ile “güven-iletişim” ilişkisi varsa depresyonda olma durumu ortadan kalkmaktadır. Bu demek oluyor ki; eğer kişi anne ile iletişim ve güven bağına kurmuşsa, babaya yabancılaşma yüksek olsa bile kişi depresyonda olmamaktadır yine aynı şekilde kişinin kendine güveni yüksekse, “anne iletişim –güven” ve baba “yabancılaşma” olsa dahi kişi depresyonda olmamaktadır.

**Tablo 4.** Babaya Yabancılaşma, Anneye Güven, Kendine Güven ve Depresyon Değişkenlerine İlişkin Kademeli Regresyon Analizi Sonuçları

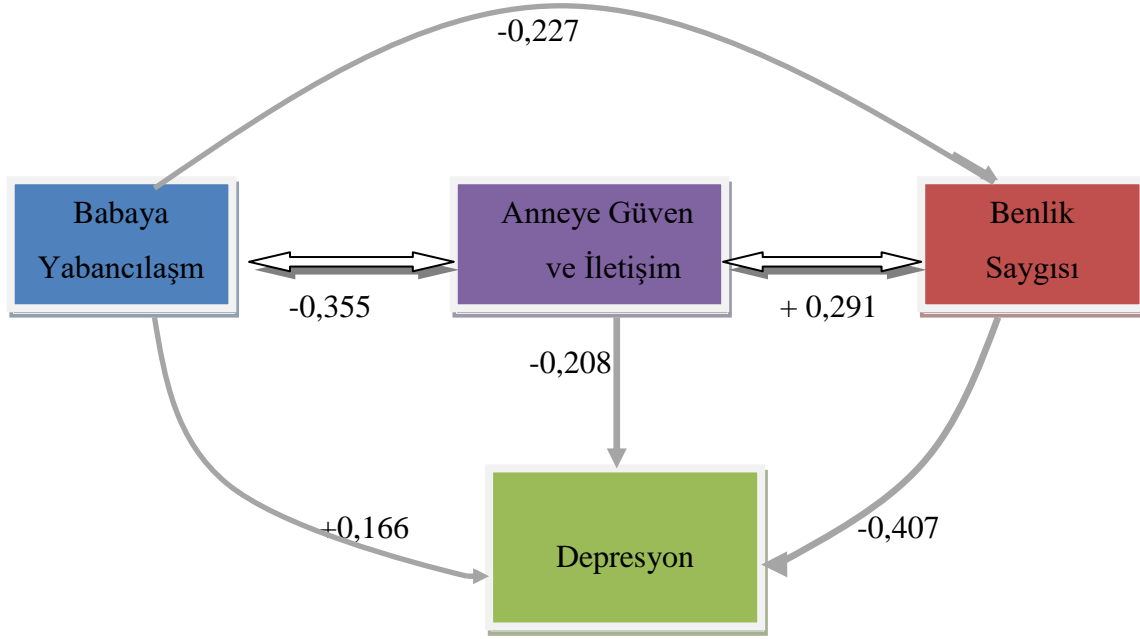
Model	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	P $_{\Delta R^2}$	F	$\Delta F$	P <sub>model</sub>	MODEL	$\beta$	t	P
1. Aşama	.027	.027	.040	4,312	4,312	.040	Babaya Yabancılaşma	,166	2,076	,040*
2. Aşama	.040	.026	.045	4,249	4,099	.016	Babaya Yabancılaşma	,105	1,248	,214
							Anneye Güven	-.171	-2,024	,045*
3. Aşama	.176	.123	.000	10,778	22,626	.000	Babaya Yabancılaşma	,051	,645	,520
							Anneye Güven	-.082	-1,013	,313
							Kendine Güven	-.371	-4,757	,000*

\*Bağımsız değişken: Babaya yabancılaşma, anneye güven ve anne ile iletişim, kişinin kendine olan güven, Bağımlı değişken: Depresyon

Kendine güvene ilişkin yapılan fark analizlerine göre; kendine güveni yüksek olanların anne ve baba ile iletişim ve anne babaya duyulan güven boyutunda daha yüksek puan aldıkları bulgulanmıştır (Bkz. Tablo 5). Fark analizlerinde kendine güveni yüksek olanların babaya yabancılaşma ve depresyonda olma seviyelerinin daha düşük olduğu da tespit edilmiştir.

**Tablo 5.** Kendine Güven Değişkenine İlişkin Gerçekleştirilen Fark Analizleri

	<b>Kendine Güven</b>	<b>N</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Std. Sapma</b>	<b>Std. Hata Ortalaması</b>
<b>İletişim ve Güven (Anne)</b>	Kendine Güveni Orta	62	4,9247	1,28097	,16268
	Kendine Güveni Yüksek	93	5,4265	1,16627	,12094
<b>İletişim ve Güven (Baba)</b>	Kendine Güveni Orta	62	4,1962	1,53185	,19455
	Kendine Güveni Yüksek	93	4,9480	1,45628	,15101
<b>Babaya yabancılaşma</b>	Kendine Güveni Orta	62	2,6895	1,59641	,20274
	Kendine Güveni Yüksek	93	2,1559	1,37273	,14235
<b>Depresyon</b>	Kendine Güveni Orta	62	2,0806	,94606	,12015
	Kendine Güveni Yüksek	91	1,4725	,83454	,08748



**Grafik 2:** Araştırma Özet Grafiği

### Tartışma ve Sonuç

Araştırmanın bulguları hipotezler çerçevesinde özetlenirse; Üniversite öğrencilerinde, depresyonda olma durumu en çok kendine güven ile depresyon arasında kuvvetli bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda, araştırmanın ilk hipotezinin önemli ölçüde desteklendiği söylenebilir. Kendine güveni (benlik saygısı) yüksek olan öğrencilerde, depresyon seviyesi düşük ya da yok, kendine güveni az olan kişilerin ise depresyon seviyeleri yüksek olduğu öne sürülmüştür. Çıkan sonuçlarda depresyon ile benlik saygısının kuvvetli bir ilişkide olduğu ortaya çıkmıştır. Türkiye’de benlik saygısıyla ilgili araştırmalar sosyal fobi, depresyon, stres düzeyi gibi psikopatolojik değişkenlerin benlik saygısını olumsuz yönde yordadığını göstermiştir (Arıcıoğulları, Altındağ, Özbulut ve ark., 2002). Bununla birlikte ebeveyne bağlanmanın benlik saygısıyla tüm gruplarda ilişkili olması anne babayla güvenli bağlanmanın kendilik gelişimi için önemine işaret eden görüşlerle (Ainsworth, 1979; Bowlby, 1989) tutarlıdır. Bowlby’ nin Çalışma Modelleri olarak adlandırdığı ilkeye göre insan yaşamında bağlanmanın üç ana işlevden oluşan süreci vardır. Bunlar dünyayı keşfederken geri dönebilecek güvenli bir liman olma, fiziksel ihtiyaçları karşılama, hayata dair bir güvenlik geliştirebilme şansı. Eğer bu ihtiyaçlar yeterli düzeyde karşılanmazsa çocukta oluşan öz benlik saygısıyla ilişkili olarak patoloji gelişebileceğini iddia etmektedir. Bu süreç Horney Mahler ya da Kohut’un vurguladığı bağlanma süreçlerinden farklı değildir. Bu aşamayı

Bağlanma depresyon ve benlik saygısı üçgeninde Bolby nin açıklamaları hipotezi destekler niteliktedir. Buna göre; Anne tarafından karşılanan güvenlik duygusu çocuğun dünyayı algısını belirler. Yine, kişinin hayatındaki planlarında memnun değilse, kişi mutsuz ve ekstra gerginlik içindedir (Chow, 2005) bulgusu ile paralellik göstermektedir.

Araştırmanın ikinci hipotezi olarak, “akademik başarısı düşük olan öğrencilerin, depresyon seviyeleri yüksektir” hipotezi doğrulanmamıştır. Literatür taramalarına bakıldığında, çocuklarda ergenlerde ve genç yetişkinlerde, anne ve babaya ilişkin aile desteği ile; GPA, genel akademik başarıları, bilişsel ilişkileri ve akademik süreklilikleri pozitif ilişki içinde olduğu bulunmuştur. (Bell, Allen, Hauser ve O’Conner, 1996; Cutrona, Cole, Colangelo, Assouline ve Russell, 1994; Finn ve Rock, 1997; Hoffman ve Weiss, 1987; Moss ve St.-Laurent, 2001; Peng, 1994). Ayrıca, Rice ve Mizradeh (2000)’in çalışmasında adapte olmuş mükemmeliyetçilerin akademik başarılarının adapte olmamış mükemmeliyetçilere (maladapteve perfectionalist) göre daha başarılı oldukları tespit edilmiş, adapte olmamış mükemmeliyetçilerin önemli ölçüde daha depresif olduğu beklenmekteydi. Fakat bu çalışmada üniversite öğrencilerinin akademik başarılarının kendine güven depresyon, aile bağlılığı ve finansal durum ile bir ilişkisi bulunamamıştır. Her hangi bir bulguya rastlanamamasının sebebi, anketin Türkiye’de kısıtlı üniversite öğrencileri arasında yapılmış olmasından kaynaklanabilir.

Araştırmanın üçüncü hipotezinde, aile bağlılığı ve depresyon ilişkileri incelenmiştir. Aile ile bağlılığı düşük olan öğrencilerin, depresyonda olma durumların daha yüksek olduğu hipotezi geliştirilmiştir. Araştırmanın bu kısmı da literatürü destekler nitelikte sonuçlanmıştır. Kendini babaya yabancı hisseden öğrenciler ve annenin güven iletişiminden yoksun olan kişilerin depresyon seviyeleri yüksek çıkmıştır. Fakat sonuçlara baktığımız zaman anne ile “güven-iletişimin babaya yabancılaşmaya göre depresyon ile daha kuvvetli ilişki içinde olduğu ortaya çıkmıştır. Yani, kişinin anne ile “güven iletişim” bağı kurmuşsa babayla yabancılaşma olsa dahi kişinin depresyonda olma durumu ortadan kalkmaktadır. Bu bağlamda sonuçlar karşılaştırıldığında; 1996`da Fonagy, klinik depresyonu olan ve hastanede tedavi gören 82 ergenin annesini incelemiş ve 85 kişiden oluşan bir kontrol gurubuyla karşılaştırmıştır. Kontrol gurubu annelerinin çoğu güvenli / özerk annelerken, hasta annelerinin çoğunun çözümsüz / düzensiz olduğu görülmüştür. Bu araştırma, geçmişte etkili ikili bir uyarılma ve duygular yaşamış olanların ileride daha etkili kendini düzenlemelerle karakterize olduğunu onaylamıştır. Örneğin, güvenli bağlanma ve uyumlu bakımla büyütülmüş olan okul öncesi çocuklar öğretmenleri ve gözlemcileri tarafından daha çok öz

benliği yüksek daha çok özgüvenli ve duygularını ve isteklerini kontrol etmede daha uysal olmakla değerlendirilmiştir. Üstelik bu araştırma, çocukluk ve ergenlik dönemlerinde erken ikili düzenleme ve sonraki davranış sorunları ve duygusal bozukluklar arasında yakın bir ilişki içinde olduğunu ortaya koymuştur. Değerlendirilen her yaş için anksiyeteli bağlanma yaşamış olanlar daha problemlilerken güvenli bağlanma yaşamış kişilerin daha az duygusal sorunlar yaşamış oldukları görülmüştür. (Masterson, 2005) yapılan araştırmalar ve bu çalışmanın sonuçları karşılaştırıldığında benlik saygısının temelinde anne ile güvenli bağlanma bu bağlanmanın pozitif sonuçları olarak depresyonu olmayan anne sağlıklı bir iletişim kuran üniversite öğrencilerini gösterebiliriz. Sonuç olarak bu hipotez de literatürü destekler biçimde çıkmıştır. Buna ek olarak aile bağlılığı ve depresyon ile ilgili olan makalenin bu hipotezi Margaret ve Harry Harlow “Contact Comfort” başlıklı deneyi ile paralellik göstermektedir. Maymunlar için kafes düzeneği kurularak onlara iki seçenek verilmiştir. Kafesin bir bölümünde tüyle sarılmamış yuvarlak tel kullanılmış. Diğerinde ise tüyle telin etrafı sarılmış tel kullanılmıştır. Bu teller anne kucağını imgelemektedir. Etrafı tüy ile sarılı kafese süt, tüy olmayan telsiz tüylü kumaşla sarılı olan kafese ise süt verilmemiştir. Maymunlar yumuşak tüylü kumaş olmayan demire hızlıca çıkıp süt içtikten sonra hemen etrafı tüy ile sarılı olan kumaş ile sarılı tele geri dönmüştür. Etrafında tüy olmayan kafesteki maymun endişe ve korku dolu yüz hali ile tele tırmanırken, tüy ile etrafı sarılı olan kafeste ki maymun tüye güvenli ve huzurlu bir şekilde sarılmaktadır. Harlow daha sonra tekrar anneden ayrı sosyal izolasyon içinde büyüyen rhesus maymunlarının sosyal ilişkide yetersizlik olarak büyüdüklerini bu yoksunluk onları içine kapanık depresif ilişki kurmada beceriksiz olduğunu gözlemlemiştir. Harlow’un bu deneyi; anne bebek arasında oluşan bu karşılıklı sevgi bağının ileriki yaşantıda diğer insanlarla yaşanacak olan güven duygusunun oluşmasına katkı sağladığını kanıtlamıştır. Sonuç olarak Bağlılık bebek ile anne baba arasında dokunma ve sarılma olarak başlamaktadır (Harlow, 1958; Harlow ve Harlow, 1966). Günümüzde genellikle bebeğe ilgi ve bakımı daha çok anne üstlendiği için, çıkan sonuçlar hipotez ile paralellik göstermektedir.

Benzer bir şekilde literatürde, yapılan gözlemlere göre, aile davranışları çocuk ve yetişkin bağlılığı arasında bağ oluşturmaktadır. Bebekler annelik sorumlulukları ve onların ihtiyaçlarını karşılamalarından ötürü, anneye güven eğilimi içindedirler (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978; Bowlby, 1988; Stern, 1985) bulgusu bulunmuştur. Ayrıca güvensiz bağlanma stili depresyon ve kişilik bozukluğu gibi çeşitli rahatsızlıklara sebebiyet verdiği saptanmıştır (Del Carmenand Huffman, 1996; Fonagy ve diğerleri, 1996; West ve diğerleri,

1993).

Bununla beraber bu araştırmanın sonuçları arasında üniversite öğrencisinin kendine güveni yüksekse; anne ile güven-iletişim ve babaya yabancılaşma olsa bile depresyonda olma riski ortadan kalkmaktadır. Bu noktada güvenli bağlanma kuramının sonuçları arasında yer alan *yüksek benlik saygısının* üniversite de okuyan bir öğrencinin anne ile güven iletişim ve babaya yabancılaşma problemi olsa dahi ya da babaya yabancılaşma olsa bile anneye ile kurulan güvenli iletişim sonucunda benlik saygısının yüksek çıkma ve depresyonun ortadan kalkmasının sebebinin temelinde sadece bebeklikte kurulan güvenli bir bağlanma sonucu mu oluşmuştur? Yeni bir başlık altında tartışılabilir. Yine bununla alakalı olarak Ainsworth 12 aylıktaki asıl bağlanma sınıflamalarından sonraki 2 ve 6 ay süresinde çocukları incelemiştir. Asıl sınıflandırma ile %80 benzerlik bulunduğunu ve özellikle ebeveyndeki düzensiz bağlanmanın çocuktaki karşılığının habercisi olduğunu saptamıştır. (Ainsworth ve diğerleri, 1978). Annenin bağlanma kategorisinin çocuğunkinden etkilenip etkilenmediğini araştırmak için Fonagy 96 anneye doğumdan önce bağlanma görüşmesi yapmış ve doğumlarından 12 ay sonra çocukları değerlendirmiştir. (Fonagy ve diğerleri, 1991). Anne ve çocuğun sınıflandırması arasında %75 oranında benzerlik bulmuştur. Ergen kız çocukları ile anneler arasındaki ilişkiler ve babalar için de benzer sonuçlar bulunmuştur. Ergen kız çocukları ile anneler arasındaki ilişkiler ve babalar içinde benzer sonuçlar bulunmuştur. Fakat bu çalışma da anne ile güven ve iletişimi kuran üniversite öğrencisi babaya yabancılaşma olsa da depresyonda olmamaktadır. Sonuç olarak bu çalışma anne ile olan ilişkilerin babadan farklı olduğunu kanıtlamıştır.

Araştırmanın dördüncü hipotezi, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre depresyonda olma durumlarının daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Literatüre bakıldığı zaman çıkan sonuçlarla literatürün benzer sonuçlar verdiği görülmüştür. (Adewuya ve diğerleri, 2006; Connell ve diğerleri, 2007; Herrero ve Meneses, 2006; McLennan, 1992)' a göre literatürdeki birçok tutarlı bulgular kızların erkekler oranla daha yüksek depresyona girdiğini göstermektedir.

Araştırma bittikten sonra depresyon da olan iki öğrenci ile Süresi Sınırlı Psikodinamik Terapi (SSDP) ile çalışılarak çıkan sonuçlar ile odak noktaları karşılaştırılmıştır. SSDP Hanna Levenson'un geliştirdiği bir psikoterapi yöntemidir. Dinamik ve bilişsel öğeleri yadsımayan ancak bununla birlikte terapi sürecinde bilinçdışı öğelerin yorumlanması, yüzleştirme yapmak ya da klasik aktarım ilişkisinin oluşmasını sağlama temelinde sürdürülen bir süreç olmayıp, şimdi burada ne oluyor, dışarıda olan ile seans sürecinde olanlar arasındaki benzerlikleri



vurgulan, danışanın güçlü yanları üzerinde duran, katılımcı gözlemci bir terapist, aktif bir danışan ilişkisinin olduğu bir süreci ifade eder. SSDP ilişkisel bir terapi modelidir.

Kısa süreli dinamik psikoterapi yaklaşımlarını uzun süreli yaklaşımlardan ya da psikanalizden ayıran en önemli özellik tedavinin sınırlı bir odağının ve süresinin olmasıdır. Bu anlamda bakıldığında SSDP'nin amacı bir seferde daimî iyileşme değildir. Terapi daha çok davranışta, düşüncede ve duygularda bazı değişiklikler geliştirme fırsatı sağlamalıdır; daha uyumlu bir şekilde başa çıkmaya, kişilerarası ilişkilerin gelişmesine ve kişinin kendini daha iyi anlamasına olanak vermelidir. Kısa süreli dinamik terapi, terapi sonlandıktan sonra uzun süre devam edecek olan bir değişim sürecinin başlaması için fırsat olarak görülür. Çalışmalarda terapideki seans sayısı ile terapinin sonucu arasında ilişki olup olmadığına bakılmıştır. Buna göre 8. seansla birlikte hastaların %53'ünün ölçülebilir bir iyileşme kaydedeceğini, bunun 26. Seansta %74'e ulaşacağı tahmin edilmiştir. Bu rakamlar SSDP'nin 10 ila 25. Seans limiti ile uyumludur. Seans sayısı ile Kısa süreli dinamik terapide seans sayısı maksimum 25 seanstır, ancak aralığı 1'den 40'a kadar olabilir.

Aşağıda Nil ve Ahmet isminde iki depresyonda olan iki üniversite öğrencisinin süresi sınırlı psikodinamik terapi formülasyonları aşağıdaki gibidir.

### **Nil'in Süresi Sınırlı Psikodinamik Psikoterapi Formülasyonu**

**Tanımlayıcı Bilgiler:** Nil 19 yaşında. Odak noktası 'müdahele' maladaptive örüntüsü 'kaçmak'

#### **1. Kendilik Edimleri**

*Duygu:* Öfke, kırgınlık

*Düşünce:* Annem hep başkalarını övüyor. Annem beni anlamıyor. Kısıtlanmak istemiyorum. Babamla hep iyi anlaşırım. Annem bana her daim müdahele ediyor.

*Arzu:* Annemin bana karşı anlayışlı olmasını isterdim. Beni anlamasını isterdim.

*Hareket:* Odaya gitmek. Dizi izlemek.

#### **2. Hastaların Başkalarına Dair Beklentileri**

Arkadaşlarım bile annemden korkuyor. Beni hiç övmüyor. Hep başkalarını övüyor. Annem benim başarılı olmamı istediğini söylediği için sürekli kıyaslama yapıyor. Ona göre çalışmazsam başarısızım. Beni görmüyor. Benim yaptığım hiç bir şeyi beğenmiyor. Her zaman daha çok yapmam lazım.

#### **3. Başkalarının Gerçek Davranışları**

Annem sürekli odanı topla evi süpür diye söylenir. Başkaları senin yaptığın işlerin çok

fazlasını yapıyor. Çalış diyor. Sen de yapacaksın tabi diyor. Hep başkalarını övüyor. Babam ile annem sürekli kavga ettiği için babam evi terk etti. Ben aralarında sürekli laf taşıyorum çünkü onlar birbirleri ile konuşmuyorlar bana söylüyorlar ben iletiyorum. bana müdahale ediyor. Geçenlerde çok şiddetli cimcikledi beni çok acıdı. Bağırđım sen neyin hıncını benden çıkarıyorsun dedim.

#### 4. Kendiliğın Kendiliğē Karşı Edimleri

Anneme kızınca odaya giderim telefonumla ilgilenirim. Ya da TV de dizi izlerim. Küçükken yumurtayı ağzıma tıktığı için yumurtadan tiksindim. Yumurta yemiyorum. Yeni yeni omlet yemeye başladım.

#### 5. Karşı Aktarım Tepkileri: Üzüntü

##### Hedefler

**Yeni Deneyim Kişisel Boyutta;** anneme kızdığında ya da bana kızdığınla onunla sakin bir şekilde duygularımı ifade edeceğim

**Kişilerarası;** Kırgnlıkları kaçarak değil konuşarak ifade ederim.

**Yeni Anlayış; Kişilerarası;** Her sıkıldığımda kaçmak yerine problemi çözmeliyim

**Yeni Anlayış;** Eğer sorunları konuşsam annem beni anlayabilir.

#### Ahmet'in Süresi Sınırlı Psikodinamik Psikoterapi Formülasyonu

**Tanımlayıcı Bilgiler:** Ahmet 21 yaşında . Üniversite öğrencisi. Başkalarının koşulsuz sözünü dinleme maladaptif örüntüsü.

##### 1. Kendilik Edimleri

*Duygu:* Endişe, kaygı, öfke

*Düşünce:* Birilerinin altında çalışmaktansa birilerinin üstünde söz sahibi olurum.

*Arzu:* Söz sahibi olmak istiyorum. Kamuda iyi bir pozisyonda çalışmak istiyorum.

*Hareket:* Bunaldığımda bilgisayar oyunu oynarım. Annem ile konuşmak istişare etmek.

##### 2. Hastaların Başkalarına Dair Beklentileri

Eğer iyi bir işte başlamazsam annemi hayal kırıklığına uğrarım. Anne rızası önemli. Babamla hiçbir zaman iletişim kuramadık. Babam duygularını belli etmez. Ev işlerinde iş işleri bakmanı annem.

##### 3. Başkalarının Gerçek Davranışları

Annem ve dedem otoriter. Evde annem apartmanda dedem otoriter. Babamla daha yüzeysel konuşuruz. Annem her gün arar konuşuruz. Benimle ilgili bir çok şeyi bilir. Annemin her şeye

bir yorumu vardır.

#### 4. Kendiliğin Kendiliğe Karşı Edimleri

Verilen her işi hallederim. Büyükler karşısında susarım. Onaylamasam da konuşmam denilene yaparım. Bizim evde görev bekletilmeden yapılmak zorunda. Büyüklere karşı gelemem. Ahlak saygı önemli. Bunalınca bilgisayar oynarım. Odama kapanıp konuşmam. Bunalınca odama gider bilgisayar oynarım.

#### 5. Karşı Aktarım Tepkileri: Üzüntü

##### Hedefler

**Yeni Deneyim Kişisel Boyutta:** Anneme sormadan da karar verebilirim.

**Kişilerarası Boyutta:** Ben de kendi fikirlerimi korkmadan söyleyebilirim.

**Yeni Anlayış:** Kişisel Boyutta: kararlarımın arkasındayım

**Kişilerarası Boyutta:** İyi de olsa kötü de olsa önemli olan bağımsız hür irade ile karar almaktır.

#### Tartışma

Vaka 1 de ki Nil babası ile çok iyi anlaşılan fakat anne ile bağlanma ve iletişim problemi yaşayan öğrencidir. Hafif depresyon tanısı almıştır. Kendine olan güveni tam değildir . Bu vaka örneği çalışmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir

Vaka 2 de ki Ahmet anne ile bağımlı kuran ve annesinin sözünden çıkmayan bir gençtir. babası ile yabancılaşma olsa bile anne tarafından aynalanmıştır. Lakin ev ortamında hiç söz hakkı verilmemiş olup. Kendine güveni düşüktür. depresyon tanısı almıştır. Ahmet vakası da çalışma ile örtüşmektedir.

Gelecek araştırmada depresyonun üniversite öğrencilerinin zihinsel durumları ve bu rahatsızlığın onların sosyal hayatlarına nasıl yansıdığı sorusunun araştırılması önem arz etmektedir. Bayanların ve erkeklerin depresyonda ne tür iletişim problemlerine yol açtığı araştırılması bu makalenin devamı niteliğinde olacaktır.

#### Kaynakça

Abrams, S. (1996). Differentiation and integration. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 51, 25-34.

Adewuya, O. A., Ola, B. A., Aloba, O. O., Mapayi, B. M. ve Oginni, O. O. (2006). Depression amongst Nigerian university students: Prevalence and sociodemographic correlates. *Social Psychiatry Epidemiology*, 41, 674–678.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M., Waters, E. ve Wall, S. N. (2015). *Patterns of attachment: A*

- psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Arıcioğulları, Z., Altındağ, A., Özbulut, Ö., Özen, Ş. ve Sır, A. (2002). Ortaöğretim öğrencilerinde sosyal fobi ve benlik saygısı arasındaki ilişki ve bunları etkileyen faktörler. *Türkiye’de Psikiyatri*, 4, 41-47.
- Baron, M. R. ve Matsuyama, Y. (1988). Symptoms of depression and psychological distress in United States and Japanese college students. *Journal of Social Psychology*, 128, 803–816.
- Bayram, N. ve Bilgel, N. (2008). The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. *Social Psychiatry Psychiatr Epidemiol.* 43, 667–672.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J. ve Erbaugh, J. (1961) An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Beck, A. T., Steer, R. A. ve Garbin, M. G. (1988) Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation. *Clinical Psychology Review*, 8(1), 77-100.
- Bowlby, J. (1982/1969). *Attachment and loss: Attachment* (2nd ed.). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Campbell, J. D. (1990). Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal Personality and Social Psychology*, 59(3),538-549.
- Chow, H. P. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139–150.
- Connell, J., Barkham, M. ve Mellor-Clark, J. (2007). CORE-OM mental health norms of students attending university counselling services benchmarked against an age-matched primary care sample. *British Journal of Guidance and Counselling*, 35, 41–57.
- Del Carmen, R. ve Huffman, L. (1996). Epilogue: Bridging between research on attachment and psychopathology. *Journal of Consulting Clinical Psychology*. 64, 292-294.
- Eder, R ve Mangelsdorf, S (1997). The emotional basis of early personality development: Implications for the emergent self-concept. In R. Hogan, J. Johnson, in S. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 209-240). Orlando, FL: Academic Press.
- Ekstrom, R. B., Goertz, M. E., Pollack, J. M. ve Rock, D. A. (1986). Who drops out and why?

- Findings from a national study. *Teachers College Record*, 87, 356-373.
- Finn, J. D. (1989). Withdrawing from school. *Review of Education Research*, 59, 117-142.
- Fonagy, P., Steele, M., Moran, G., Steele, H. ve Higgitt, A. C. (1991). The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment. *Infant Mental Health Journal*, 13, 200-216.
- Goodwin, R. D. ve Gotlib, I. H. (2004). Gender differences in depression: The role of personality factors. *Psychiatry Research*, 126, 135-142.
- Hazan, C. ve Shaver, P. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationship. *Psychological Inquiry*, 5 1-22.
- Herrero, J. ve Meneses, J. (2006). Short web-based versions of the perceived stress (PSS) and Center for Epidemiological Studies — Depression (CESD) Scales: A comparison to pencil and paper responses among Internet users. *Computers in Human Behavior*, 22, 830-846.
- Hisli, N. (1988). Beck Depresyon Envanteri'nin geçerliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi*, 6(22), 118-122.
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanteri'nin üniversite öğrencileri için geçerliği ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.
- İkizoğlu, M. (1993). *Demokratik ve otoriter ana-baba tutumlarının lise son sınıf öğrencilerinin benlik saygısı üzerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksek Okulu.
- Kessler, R. C., McGonagle, K. A., Swartz, M. ve Blazer, D. G. (1993). Sex and depression in the National Comorbidity Survey: I. Lifetime prevalence, chronicity and recurrence. *Journal of Affective Disorders*, 29, 85-96.
- King, D. A. ve Buchwald, A. M. (1982). Sex differences in subclinical depression: Administration of the Beck Depression Inventory in public and private disclosure situations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 963-969.
- Köroğlu, E. (2004). Psikonozoloji, tanımlayıcı klinik psikiyatri, duygu durum bozuklukları, *Hyb Yayıncılık* 12, 254-258.
- Levenson, H. (2011). *Süresi sınırlı dinamik psikoterapi*. (P. Turanlı, çev.). İstanbul: Psikoterapi enstitüsü eğitim yayınları
- Lewinsohn, P. M., Rohde, R. ve Seeley, J. R. (1998). Major depressive disorders in older adolescents, prevalence, risk factors and clinical implications. *Clinical Psychology Review*, 18, 765-794.

- Vicedo, M. (2010). The evolution of Harry Harlow: from the nature to the nurture of love. *History of Psychiatry, 21*(2) 1–16.
- James, M. F. (2005). *The personality disorders through the lens of attachment theory and the neurobiologic development of the self: A clinical integration*. Princeton, N.J: Recording for the Blind & Dyslexic.
- McFarlin, D. B. ve Blascovich, J. (1981). Effects of self-esteem and performance feedback on future affective preferences and cognitive expectations. *Journal of Personality and Social Psychology, 40*, 521-531.
- McLennan, J. (1992). ‘University blues’: Depression among tertiary students during an academic year. *British Journal of Guidance & Counselling, 20*, 186–192.
- Psikiyatri web page. <<http://www.e-psikiyatri.com/KIZ-OGRENCILER-DAHA-STRESLI-2120>> ( 9 Şubat 2009).
- Poulin, C., Boudreau, B., Hand, D. ve Santor, D. (2005). Gender differences in the association between substance use and elevated depressive symptoms. *Society for the Study of Addiction, 100*, 525–535.
- Raja, S. N., McGee, R. ve Stanton, W. R. (1992). Perceived attachments to parents and peers and psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 21*, 471-485.
- Rice, K. ve Mizradeh, A. (2000). Perfectionism, Attachment, and Adjustment. *Journal of Counselling Psychology, 47*, 238-250.
- Shorter, E. (2001). Historical review of diagnosis and treatment of depression. In: Dawson A, Tylee A (eds). *Depression: social and economic timebomb*. London: BMJ Publishing Group.
- Shultz, D. P. ve Sydney, E. (2005). *Theories of Personality*. Cengage Learning.
- Sperling, M. ve Berman, W. H. (1994). *Attachment in Adults: Clinical and development Perspectives*. New York: Guilford.
- Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E. A. ve Collins, W. A. (2005). *The development of the person: The Minnesota Study of Risk and Adaptation from birth to adulthood*. New York: Guilford Press;
- Tavani, C. M. ve Losh, S. S. (2003). Motivation, self-confidence, and expectations as predictors of the academic performances among our high school students. *Child Study Journal, 33*, 141-151.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A. ve Sears, D. O. (2003). *Social psychology*. Upper Saddle River,

NJ:Prentice Hall.

Van Ijzendoorn, M. H. (1995). Adult attachment representations, parental responsiveness, and infant attachment: A meta-analysis on the predictive validity of the adult attachment interview. *Psychol Bull.*, *117*(3), 387-403.

West, P. (1997). Health inequalities in the early years: is there equalisation in youth? *Soc Sci Med*, *44*, 833–58.

World Health Organization web page. Health Topics. < [www.who.int/topics/depression/en/](http://www.who.int/topics/depression/en/) > (2006)