

**T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**YETİŞKİNLERDE DUYGUSAL ZEKA PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ İLE
BAĞIMLILIK EĞİLİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yiğit Ozan AKYÜREK

Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

TEMMUZ 2021

T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**YETİŞKİNLERDE DUYGUSAL ZEKA PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ İLE
BAĞIMLILIK EĞİLİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yiğit Ozan AKYÜREK

(181287014)

Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Fatma Sibel Mercan

TEMMUZ 2021



T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ

Yüksek Lisans Tez Onay Belgesi

Enstitümüz Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 181287014 numaralı öğrencisi Yiğit Ozan AKYÜREK'in "Yetişkinlerde Duygusal Zeka Problem Çözme Becerileri ile Bağımlılık Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı tez çalışması, 28.07.2021 tarihinde yapılan tez savunma sınavında aşağıdaki jüri tarafından *Oy Birliği* ile Yüksek Lisans tezi olarak *Kabul* edilmiştir.

Öğretim Üyesi Adı Soyadı

Tez Savunma Tarihi: 28/07/2021

- 1) Tez Danışmanı:** Prof. Dr. Fatma Sibel Mercan
- 2) Jüri Üyesi:** Doç. Dr. F. Yeşim Can
- 3) Jüri Üyesi:** Prof. Dr. Gökhan Oral

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Yetişkinlerde Duygusal Zeka Problem Çözme Becerileri ile Bağımlılık Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Bibliyografya’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim (28/07/2021)

Yiğit Ozan AKYÜREK

ÖNSÖZ

Öncelikle tez sürecimde desteği, bilgi ve tecrübelerini benden esirgemeyen değerli Tez Danışmanım Prof. Dr. Fatma Sibel Mercan'a teşekkürlerimi sunarım.

Eğitim hayatım ve bunun dışında tüm yaşantımda bana en içten destekleri veren, hep yanımda olan sevgili ailem Ergün Akyürek, Nermin Akyürek, Ekin Akyürek ve nişanlım Ayşe Öztürk'e sonsuz minnet ve teşekkürlerimi sunarım.

Kıymetli aile büyüklerim ve hocalarım akademik alana yönelmemi sağlayan, ilham veren Prof. Dr. Ramazan Altundaş, Prof. Dr. Özgür Yorbik, Doç. Dr. Güçlü Akyürek, Doç. Dr. Çağdaş Erkan Akyürek, Dr. Ezgi Gür ve Uzm. Psk. Aydan Ayrık'a tez sürecimde de verdikleri emek ve destek için teşekkürlerimi iletirim.

Sevgili dostlarım ve meslektaşlarım, Klinik Psikolog Halil İbrahim Yılmaz ve Klinik Psikolog Ufuk Kantarcı'ya tez sürecinde bana gösterdikleri desteklerden dolayı sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Temmuz 2021
AKYÜREK

Yiğit Ozan

Psikolog

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖNSÖZ	v
İÇİNDEKİLER	vi
KISALTMALAR	viii
ÇİZELGE LİSTESİ	ix
ŞEKİL LİSTESİ	x
ÖZET	xi
ABSTRACT	xii
1. GİRİŞ	1
1.1 Araştırmanın Amacı	3
1.2 Araştırmanın Hipotezleri ve Alt Hipotezleri	3
1.3 Araştırmanın Önemi	3
1.4 Araştırmanın Sınırlılıkları	4
1.5 Araştırmanın Sayıltıları	4
1.6. Anahtar Kelimeler	4
2. GENEL BİLGİLER	6
2.1 Duygusal Zeka.....	6
2.2 Duygusal Zeka Modelleri	8
2.2.1. Mayer ve Salovey modeli	8
2.2.2. Goleman duygusal zeka modeli	10
2.2.3. Bar-On duygusal zeka modeli.....	11
2.3 Problem Çözme Becerisi	12
2.4 Problem Çözme Becerisi ile Duygusal Zeka.....	14
2.5 Madde.....	15
2.6 Madde Kullanma Eğilimi	17
2.7 Madde Kullanma Eğilimi ile Duygusal Zeka.....	19
3. YÖNTEM	20
3.1 Örneklem	20
3.2 Veri Toplama Araçları.....	20
3.2.1 Sosyodemografik bilgi formu	20
3.2.2. Gözden geçirilmiş schutte duygusal zekâ ölçeği	20
3.2.3. Problem çözme becerisi envanteri	21
3.2.4. Madde kullanma eğilimi ölçeği	21
3.3 Veri Toplama İşlemi.....	22
3.4 Verilerin Analizi	22
4. BULGULAR	23
4.1 Katılımcıların Genel Yapısına İlişkin Frekans Dağılımı.....	23
4.2. Katılımcıların Ölçek Ortalamaları.....	24
4.3. Duygusal Zeka, Problem Çözme Becerisi ve Madde Kullanma Eğilimi ile Sosyo Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular.....	25
4.4. Araştırmanın Temel Değişkenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	28

4.5. Duygusal Zekanın Problem Çözme Becerisi ve Madde Kullanma Eğilimi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi.....	29
5. TARTIŞMA	30
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	35
KAYNAKLAR	36
EKLER.....	45
ÖZGEÇMİŞ.....	59



KISALTMALAR

DSM	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
APA	: American Psychiatric Association
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
GGSDZÖ	: Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği
Akt.	: Aktaran
Ort.	: Ortalama
SS	: Standart Sapma



ÇİZELGE LİSTESİ

	Sayfa
Çizelge 4.1 : Katılımcıların Demografik Özellikleri	23
Çizelge 4.2 : Katılımcıların Ölçeklerden Aldıkları Puanların Dağılımı	24
Çizelge 4.3 : Ölçek Toplam Puanlarının Cinsiyet Değişkeni için Bağımsız t Testi Sonuçları	25
Çizelge 4.4 : Ölçek Toplam Puanlarının Eğitim Düzeyi Değişkeni için ANOVA Sonuçları	26
Çizelge 4.5 : Ölçek Toplam Puanlarının Ekonomik Durum Değişkeni için ANOVA Sonuçları	27
Çizelge 4.6 : Araştırmanın Temel Değişkenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları	28
Çizelge 4.7 : Duygusal Zekanın Problem Çözme Becerisini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	29
Çizelge 4.8 : Duygusal Zekanın Madde Kullanma Eğilimini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	29

ŞEKİL LİSTESİ

	Sayfa
Şekil 2.1 : Yüksek ve Düşük Duygusal Zeka Özellikleri	7
Şekil 2.2 : Duygusal Zeka Boyutları.....	9
Şekil 2.3 : Goleman Duygusal Zeka Modeli Boyutları	10
Şekil 2.4 : Bar-On Duygusal Zeka Modeli Boyutları	11
Şekil 2.5 : DSM-5 Madde Kullanım Bozukluğu	16
Şekil 2.6 : Madde Kullanma Eğilimini Etkileyen Faktörler	18

YETİŞKİNLERDE DUYGUSAL ZEKA PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ İLE BAĞIMLILIK EĞİLİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Araştırmada; yetişkinlerde duygusal zekanın, problem çözme becerisi ile madde kullanma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda, kişilerin duygusal zeka, problem çözme becerisi ve madde kullanma eğilimi düzeyinin, demografik bilgilerine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini; Türkiye genelinde yaşayan 18-65 yaş arası 444 yetişkin kişiden oluşmuştur. Katılımcılara kartopu yöntemiyle ulaşılmıştır. Araştırmada; “Sosyodemografik Bilgi Formu”, “Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği”, “Problem Çözme Becerisi Envanteri” ve “Madde Kullanma Eğilimleri Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde bağımsız t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), korelasyon ve regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırmada, kadınların duygusal zeka düzeyinin, erkeklerden anlamlı şekilde yüksek olduğu saptanmıştır. Problem çözme becerisinin cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Erkeklerin madde kullanma eğilimi düzeylerinin, kadınların madde kullanma eğilimi düzeylerinden yüksek olduğu saptanmıştır. Üniversite ve üstü mezun yetişkinlerin duygusal zeka düzeyi, ilkokul ve ortaokul ile lise mezunu olanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Problem çözme becerisinin eğitim durumuna göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Lise mezunu katılımcıların madde kullanma eğilimi düzeylerinin, üniversite ve üstü mezunu olan katılımcılardan yüksek olduğu saptanmıştır. Ekonomik durumu iyi olan yetişkinlerin duygusal zeka düzeyleri, orta ve kötü ekonomik durumu olanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Ekonomik durumu iyi olan katılımcıların problem çözme becerisi düzeyleri, kötü ve orta ekonomik durumu olan katılımcılardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Madde kullanma eğiliminin ekonomik duruma göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Duygusal zeka düzeyinin pozitif yönde problem çözme becerisini yordadığı saptanmıştır. Duygusal zeka düzeyinin negatif yönde madde kullanma eğilimini yordadığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Duygusal Zeka, Problem Çözme Becerisi, Madde, Madde Kullanma Eğilimi*

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE, PROBLEM SOLVING SKILLS AND ADDICTION TENDENCY IN ADULTS

ABSTRACT

In the research; the aim of this study was to examine the relationship between emotional intelligence, problem solving skills and substance use tendency in adults. At the same time, it was examined whether the level of emotional intelligence, problem solving skills and substance use tendency of individuals differed according to their demographic information. The sample of the research; It consisted of 444 adults between the ages of 18-65 living in Turkey. Participants were reached by snowball method. In the research; “Sociodemographic Information Form”, “Revised Schutte Emotional Intelligence Scale”, “Problem Solving Skills Inventory” and “Substance Abuse Inventory” were used. Independent t-test, one-way analysis of variance (ANOVA), correlation and regression analysis were used in the analysis of the data. In the study, it was determined that the emotional intelligence level of women was significantly higher than that of men. It was determined that problem solving skills did not differ according to gender. It was determined that men's substance use tendency levels were higher than women's substance use tendency levels. It was determined that the emotional intelligence level of the adults who graduated from university and above was significantly higher than those who graduated from primary, secondary and high school. It was determined that problem solving skills did not differ according to education level. It was determined that the substance use tendency levels of high school graduates were higher than those of university graduates or higher. Emotional intelligence levels of adults with good economic status were found to be significantly higher than those with moderate and poor economic status. It was determined that the problem solving skill levels of the participants with good economic status were significantly higher than the participants with bad and medium economic status. It was determined that the tendency to use substances did not differ according to the economic situation. Emotional intelligence level was found to positively predict problem solving skills. It was found that the level of emotional intelligence predicted the tendency to use substances negatively.

Keywords: *Emotional Intelligence, Problem Solving Skills, Substance, Substance Use Tendency*

1. GİRİŞ

Duyguların ne olduğu, nasıl ortaya çıktığı ve neleri etkilediği uzun süredir araştırmacıların ilgisini çekmektedir ve günümüzde konuyla alakalı birçok çalışmanın yapıldığı görülmektedir. Damasio (1998) içsel veya dışsal olarak ortaya çıkan ve kişilerin pozitif veya negatif anlamlarla ilişkilendirdiği durumlara yönelik tepkilerinin duyguları meydana getirdiğini belirtmektedir.

Duyguların, kişilerin çevreyle olan ilişkilerini sürdürme veya değiştirme amacıyla sergiledikleri davranışları için motivasyon kaynağı olduğu ifade edilmektedir (Frijda, 1994). Saltalı (2010) duyguların; diğer kişileri anlamamızı, onların duygu ve davranışlarını anlamlandırmamızı sağladığını vurgulamaktadır.

Kişilerarası ilişkilerde iletişimin niteliği, karşısındakinin duygularını anlamak ve tanımak kadar kişinin kendi duygularını tanıması ve karşısındaki kişiye uygun tepkiler verebilmesiyle ilişkilendirilmektedir (Çetinkaya ve Alparlan, 2011). Kişinin, diğerlerinin mesajlarını anlayabilmesi, sentezleyebilmesi ve yorum yapabilmesi durumları son yıllarda popüler bir kavram olan “*Duygusal Zeka*” kavramı ile incelendiği görülmektedir (Salovey ve diğerleri, 2002).

Duygusal zeka, kişilerin kendinin ve diğerlerinin duygularını tanıma ve duyguların ortaya çıkardığı enerjiyi gündelik hayatına adapte ederek durum ve olaylar karşısında uygun tepkiler verebilmesi olarak tanımlanmaktadır (Salovey ve Mayer, 1990).

Duygusal zeka, kişilerin karşına çıkabilecek farklı olaylarda kendilerini ifade edebilmelerini, karşısındakini anlayabilmelerini, empati kurabilmelerini ve bunlara bağlı olarak sağlıklı ve tutarlı sosyal ilişkiler geliştirebilmelerini kapsamaktadır (Ioannidou ve Konstantikaki, 2008). Carmeli ve diğerleri (2009) duygusal zeka düzeyi yüksek olan kişilerin, pozitif ruh halinde olduğunu ve hayattan zevk alarak yaşadıklarını, neşeli ve umutlu kişiler olduklarını belirtmektedir.

Duygusal zeka, duyguların değerlendirilmesi ve ifade edilmesi, kişinin duygularına yönelik kontrolü sağlaması ve duygusal içeriklerin problem çözümede

kullanılabilmesini içermektedir (Mayer ve Salovey, 1997). Problem olarak ifade edilen, kişinin herhangi bir nedenden dolayı arzu ettiği bir duruma geçme noktasında kişinin algıladığı engeller olarak belirtilmektedir ve kişiler bu engelleri kaldırma ve arzuladıkları duruma kavuşması ise problem çözme süreci olarak ele alınmaktadır (Stevens, 1998).

Kişilerin birey olma ve çevresiyle başa çıkma sürecinde problem çözme becerisi belirleyici bir role sahip olmaktadır (Danışık, 2005). Yapılan çalışmalar, duygusal zeka ile problem çözme becerisi arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu ve kişilerin, duygusal zeka düzeyi arttıkça problem çözme becerisinin arttığını saptamıştır (İşmen, 2001; Morehouse, 2007; Augusto Landa ve diğerleri, 2007).

Problem çözme becerisi, kişilerin stres veren durumları yönetebilmesine ve kontrol edebilmesine katkı sağlamaktadır (Heppner ve diğerleri, 2004). Kişiler kendilerine stres veya acı veren duygularıyla başa çıkamadıklarında işlevsiz problem çözme yönetimi olarak madde kullanımına yöneldikleri bilinmektedir. Literatürde alkol bağımlılığı olan kişilerin karşılaştıkları olumsuz deneyimler sonucunda olumsuz duygulanımları arttıkça alkol tüketimlerinin arttığı görülmektedir (Armeli ve diğerleri, 2000).

Trinidad ve diğerleri (2004), duygusal zekanın gençlerde sigara kullanımındaki etkisine değinmektedir ve sigara kullanımından koruma programında duygusal zekayı ön plana çıkarılması gerekliliğini belirtmektedir. Trinidad ve Johnson (2002) ise benzer şekilde, duygusal zekası yüksek kişilerin, sigara kullanmanın zararlarını tahmin edebilme yeteneğine sahip olduklarını ve sigara kullanımından uzak durabildiklerini ifade etmektedir.

Duygusal zeka, kişilerin iyi olma hallerine katkı sağlayarak madde kullanımına duyulan ihtiyacı azaltmaktadır. Yüksek duygusal zekaya sahip olması, kişilerin sosyal becerilerine ve problem çözme becerilerine olumlu etki yaratarak sigara kullanımlarını azalttığı vurgulanmaktadır (Erbildim, 2019).

1.1. Araştırmanın Amacı

Araştırmada; yetişkinlerde duygusal zekanın, problem çözme becerisi ile madde kullanma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda, kişilerin duygusal zeka, problem çözme becerisi ve madde kullanma eğilimi düzeyinin, demografik bilgilerine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

1.2. Araştırmanın Hipotezleri ve Alt Hipotezleri

Araştırmanın hipotezleri ise şu şekildedir:

1. Yetişkinlerin duygusal zeka düzeyi, madde kullanma eğilimlerini negatif yönde yordamaktadır.
2. Yetişkinlerin duygusal zeka düzeyi, problem çözme becerisini pozitif yönde yordamaktadır.

Araştırmanın alt hipotezleri ise şu şekildedir:

1. Duygusal zeka düzeyi, katılımcıların demografik bilgilerine (cinsiyet, eğitim düzeyi, ekonomik düzey) göre farklılık göstermektedir.
2. Problem çözme becerisi düzeyi, katılımcıların demografik bilgilerine (cinsiyet, eğitim düzeyi, ekonomik düzey) göre farklılık göstermektedir.
3. Madde kullanma eğilimi düzeyi, katılımcıların demografik bilgilerine (cinsiyet, eğitim düzeyi, ekonomik düzey) göre farklılık göstermektedir.

1.3. Araştırmanın Önemi

Acar (2001) sağlıklı toplum ve ilişkiler için kişilerin kendilerinin farkında olması, duygularını tanıması, duygularını doğru ifade etmesi önem arz etmektedir. Duygularının farkında olan, duygularını kontrol altına alabilen, diğer kişilerin duygularını anlayan, onlarla empati kurabilen kişiler, duygusal zeka düzeyi yüksek olan kişilerdir ve hayatları boyunca çeşitli alanlarda daha avantajlı oldukları görülmektedir. Karşılıklarına çıkabilecek problemlere yönelik duygularını doğru şekillerde kullandıkları bilinmektedir (Augusto Landa ve diğerleri, 2008). Kişilerin duygusal zekası arttıkça problem çözme becerilerinin arttığı belirtilmektedir (Morehouse, 2007). Aynı zamanda kişilerin duygusal zekalarının gelişmesi, onların sosyal becerilerine ve problem çözme becerilerine olumlu katkı sağlayarak sigara kullanımını azalttığı vurgulanmaktadır (Erbildim, 2019). Türkiye’de son yıllarda

yapılan çalışmalara bakıldığında madde kullanımı yaygınlığının arttığı görülmektedir (Ögel ve diğerleri, 2004). Bu bağlamda kişilerin madde kullanma eğilimlerinin incelenmesi önemlidir. İlgili alan yazılarında, duygusal zeka ile madde kullanım eğilimi arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalar oldukça azdır (Kun ve Demetrovics, 2010; Raisjouyan ve diğerleri, 2014). Ayrıca alan yazılarına bakıldığında, yetişkinlerin duygusal zeka ile problem çözme becerisi ve madde kullanma eğilimi arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmanın, alan yazılarındaki boşluğu doldurması ve daha sonra yapılacak olan diğer çalışmalara katkı sağlaması beklenmektedir. Aynı zamanda madde kullanma eğilimi yüksek olan kişilere yönelik müdahale programlarının geliştirilmesine de yarar sağlayacağı düşünülmektedir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırma yalnızca çalışmaya katılan 444 kişi ile sınırlıdır.
2. Araştırmanın verileri, kullanılan veri toplama araçlarında yer alan soruların cevapları ile sınırlıdır.
3. Araştırma örneklemi, Covid-19 pandemi sürecinde çevrimiçi şekilde ulaşılan ve bağımlı olmayan yetişkinlerle sınırlıdır.

1.5. Araştırmanın Sayıltıları

1. Araştırmaya katılan kişiler, doğru ve samimi şekilde sorulara cevap vermiştir.
2. Veri toplama araçları, araştırma konusunu ölçecek yeterliliğe sahiptir.

1.6. Anahtar Kelimeler

1. **Duygusal Zeka:** Duygusal zeka, kişilerin kendinin ve diğerlerinin duygularını tanıma ve duyguların ortaya çıkardığı enerjiyi gündelik hayatına adapte ederek durum ve olaylar karşısında uygun tepkiler verebilmesi olarak tanımlanmaktadır (Salovey ve Mayer, 1990).
2. **Problem Çözme Becerisi:** Kişileri çözüme kavuşturabilecek bilgilerin kazanılması ve bu bilgileri problemin çözümüne uygulayacak şekilde birleştirme becerisi olarak ifade edilmektedir (Scharpf, 1997).

3. **Madde:** Kişilerin sağlığına etki eden ve eylemlerinde farklılaşmalara neden olan, bir kere kullanılması bile bağımlılık geliştirmesine neden olabilen, doğal ve sentetik ürünler olarak tanımlanmaktadır (Orford, 2001).
4. **Madde Kullanma Eğilimi:** Farklı sebeplerden dolayı kişilerin madde kullanmaya karşı yatkınlığının olması olarak tanımlanmaktadır (MacAndrew, 1986).



2. GENEL BİLGİLER

Bu bölümde araştırmanın değişkenleri olan duygusal zeka, problem çözme becerisi ve madde kullanma eğilimi ile ilgili kuramsal çerçeveye ve bu konularla ilgili gerçekleştirilmiş çalışmalara yer verilmiştir.

2.1. Duygusal Zeka

Son yıllarda özellikle iş ve eğitim alandaki çalışmalarda sıklıkla karşımıza çıkan duygusal zeka kavramının ilk olarak Peter Salovey ve John Mayer'in 1990 yılında kullandığı görülmektedir. Daha sonra Daniel Goleman'ın "*Duygusal Zekâ Neden IQ'dan Daha Önemlidir?*" kitabıyla birlikte kavramın popülerleşmeye başladığı görülmektedir.

Raz ve Zysberg (2014), duygusal zekanın kişilerin duygularını etkin şekilde algılama ve işleme yeteneği olarak açıklamaktadır. Bar-On (1997); duygusal zeka kavramını tanımlamanın zor olduğunu ancak genel anlamda, kişinin çevresinden gelen etki ve baskılara karşı olumlu tepki vermesini sağlayan beceriler olarak açıklanacağını ifade etmektedir. Kişilerin istek ve dürtülerini kontrol altına alabilmesine, kendi veya diğerlerinin duygularını anlamasına, ifade etmesine ve düzenlemesine duygusal zekanın aracılık ettiği görülmektedir ve bu nedenle duygusal zeka içerisinde pek çok bileşen içermektedir (Menthart, 1998).

Goleman (1995), duygusal zekanın kişilerin içsel motivasyon sağladığını, aksilik yaşanan durumlarda bile devam etme gücünü verdiği, dürtü kontrolünde yardımcı olduğu ve duyguları düzenleme yeteneklerini içerdiğini belirtmektedir. Duygusal zeka, kişilerin kendi duyguları, düşünceleri ve davranışlarını anlamlandırmaları ve düzenlemelerini içermektedir ve ayrıca empati, farkındalık, motivasyon ve otokontrol gibi kişilerarası ilişkide önemli becerileri de içine almaktadır (Bar-On ve Parker, 2000).

Hein (1999) yüksek ve düşük duygusal zeka belirtilerini şu şekilde sıralamaktadır (Akt. Demir, 2018):

Şekil 2.1: Yüksek ve Düşük Duygusal Zeka Özellikleri

Yüksek Duygusal Zeka Belirtileri	Düşük Duygusal Zeka Belirtileri:
• Duygusunu rahatça anlayabilmesi ve ifade edebilmesi	• Duygularının sorumluluğunu almama ve diğerlerini suçlaması
• Çeşitli duyguları ve durumları uygun şekilde yaşaması	• Duygularının nedenlerini anlayamaması
• Sözsüz iletişimi rahatça anlayabilmesi	• Duyguları konusunda yalan söylemesi
• Yaşamında duygularını rehber niteliğinde kullanması	• Duygularını aşırı veya az şekilde göstermesi
• Duygularını mantık ve gerçeklikle dengeleyebilmesi	• Durumlar karşısında ne yapacağını bilmemesi
• Bağımsız ve kendine güveninin olması	• Bazı durumlarda güç kullanma eğilimi göstermesi
• Otokontrolünü sağlayabilmesi	• Uyum sorunu yaşaması
• İyimser ve olumlu düşünerek başarısızlığı içselleştirmemesi	• Kin tutma veya acımasız davranışlar göstermesi
• Çevresindeki diğer kişilerin duygularına karşı duyarlı olması	• Diğer kişilerle empati kurmakta zorlanması
• Korku ve öfke hissettiği durumlarda kararlar alıp harekete geçebilmesi	• Durumlara karşı kötümser bir bakış açısı geliştirmesi
• Birden fazla duyguyu birlikte tanımlayabilmesi	• Karşısındakini dinlemekte zorlanması

Schutte ve diğerleri (2001), yüksek duygusal zekaya sahip kişilerin; sosyal becerilerin daha iyi olduğunu, kendilerini kontrol etme becerilerine sahip olduklarını ve işbirlikçi özellikler gösterdiklerini belirtmektedir ve yakın ilişkiler kurmasının daha kolay olduğunu ifade etmektedir.

Duygusal zekası yüksek kişilerin daha az stres yaşadıkları ve stres verici durumlarla karşılaştıklarında daha iyi şekilde baş edebildikleri görülmektedir (Slaski ve Cartwright, 2002). Bar-On (2002), yüksek duygusal zekaya sahip kişilerin

çevrelerinden gelen baskılar ile daha iyi baş edebildiklerini; düşük duygusal zekaya sahip kişilerin ise duygusal sorunlarla daha fazla karşılaşabileceğini belirtmektedir.

Stein (2009), duygusal zekaya sahip kişilerin birçok farklı olumlu özelliklerinin olduğunu ifade etmektedir ve bunları: zorlandığı olayları başarılı şekilde yönetebilirler, baskı altında sakin kalabilirler, kendilerini ifade etme güçleri yüksektir, başkaları tarafından saygı görürler, diğerlerinin duygularını anlayabilirler, uygun ortamda uygun tepkiler gösterirler, tartışmaları etkin şekilde yönetirler, diğerlerini etkileme güçleri yüksektir ve zor şartlarda kendilerini motive edebilirler vb. şeklinde sıralamaktadır.

2.2. Duygusal Zeka Modelleri

Literatürde, duygusal zekanın birçok farklı tanımı olduğu görülmektedir ve aynı zamanda birçok farklı modeli kapsayan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Modellerin yetenek ve karma olarak ikiye ayrıldığı görülmektedir.

Duygusal zeka kavramını; duygusal bilgilerin işleme yeteneğini gösteren zeka türü olarak değerlendiren modellerin yetenek modeli; kişilerin yetenekleri ve kişisel özelliklerini karışımı olarak ele alan modellerin ise karma model olduğu belirtilmektedir (Mayer ve diğerleri, 1999).

1. **Yetenek Modeli:** Mayer ve Salovey Modeli
2. **Karma Modeller:** Goleman Modeli ve Bar-On Modeli

2.2.1. Mayer ve Salovey modeli

Duygusal zeka kavramı Mayer ve Salovey (1990) "*kişilerin kendi ve diğerlerinin duygularını anlama, duyguları ayırt etme ve düşünce veya eylemlerinde yol gösterici olarak kullanma*" olarak ifade etmektedir. Diğer duygusal zeka modellerin, bu modelin varsayımlarından yararlanarak oluşturuldukları görülmektedir (Çakar ve Arbak, 2004). Daha sonraki yıllarda ise duygusal zekaya yönelik tanımı genişlettikleri ve kavramı; duyguları doğru algılanması, değerlendirilmesi ve ifadesi, düşüncelere yönlendirecek şekilde oluşturulması, duygusal gelişimin adına duyguların yönetilme yeteneğini olarak ele aldıkları görülmektedir (Mayer ve Salovey,1997).

Mayer ve Salovey Modeli ise şunları içermektedir:

Şekil 2.2: Duygusal Zeka Boyutları

1. Duyguları Algılama, Değerlendirme ve İfade Etme	<ul style="list-style-type: none">• Kişinin, kendi ve diğerlerinin duygularını anlama• Farklı duyguları birbirinden ayırt edebilme
2. Duyguları Kullanabilme	<ul style="list-style-type: none">• Duygular ve dikkati kontrol ederek düşünmeyi sağlama.• Duygusal bilgileri kontrol edebilme ve farklı bakış açıları geliştirebilme
3. Duyguları Anlayabilme ve Muhakeme Edebilme	<ul style="list-style-type: none">• Duyguları tanıma ve farklı duygular arasında ilişkiyi anlama• Duyguların içeriğine ve ilişkilerine dair bilgiyi anlama• Karmaşık nitelikteki duyguları yorumlama ve farklı duygulara geçişini anlamlandırma
4. Duyguları Yönetebilme ve Düzenleme	<ul style="list-style-type: none">• Hoş olan veya olmayan duygulara karşı açık olma• Duyguları ayırt etme

Modelde hiyerarşik bir düzen dikkat çekmektedir. İlk aşama olan duyguları anlamak; geri kalan duygusal bilginin işlemlerini mümkün kılmasından dolayı duygusal zekanın temel yönü olarak ifade edilmektedir (Salovey ve Grewal, 2011). Diğer aşamada ise kişilerin duygularını doğru kullanabilmesi, duygusal deneyimlerinin gündelik yaşama uyarlaması olarak değerlendirilmektedir (Yüksel, 2006). Duyguları anlayabilmede ise karmaşık duyguların tanınması ve duygular arası geçişi sağlama yeteneği ön plana çıkmaktadır (Dhani ve Sharma, 2016). Son aşama ise duyguların yönetiminde yüksek duygusal zekaya sahip kişilerin olumsuz duyguların etkilerini azaltıp olumlu duyguların etkilerini arttırabildiği belirtilmektedir (Pehlivan, 2015). Mayer ve Salovey (1997) duygusal zekanın, kişilerarası farklılaşabildiğini belirtmektedir ve duygusal zekayı bilişsel bir yetenek olarak değerlendirmektedir.

2.2.2. Goleman duygusal zeka modeli

Goleman (1995) duygusal zeka kavramını “*kişinin kendi ve çevresindekilerin hislerini anlama, kendi motivasyonunu sağlama ve duygularını yönetme yeteneği*” olarak ele almaktadır. Kişilerin bilişsel yetenekleri (duygularını fark etmesi vb.) ve diğer özelliklerini (kendini motive etmesi vb.) içerdiği için karma bir model olarak geçmektedir. Modelde, beş boyutun duygusal zekayı oluşturduğunu belirtmektedir ve bu beş alt boyutu şu şekilde açıklamaktadır:

Şekil 2.3: Goleman Duygusal Zeka Modeli Boyutları

Kişisel Yetenekler	1. Özbilinç:	Kişilerin durumlar karşısında ne hissettiği bilmesi ve hislerini yol gösterici olarak kullanması; öz becerilerini gerçekçi şekilde değerlendirmesi ve belli bir temele dayalı özgüvene sahip olması
	2. Öz Düzenleme:	Kişilerin hislerini, işine yarayabilecek şekilde idare etmesi; vicdani yönünü kullanması ve hedeflediklerine ulaşabilme adına hazzını erteleyebilmesi, problemler karşısında kontrolünü kaybetmemesi
	3. Motivasyon:	Kişilerin amaçlarına yönelmesine, inisiyatif kullanmasına ve gelişebilmek adına çabalamasına; başarısızlık yaşarsa da sebat etmesine yardım eden içsel kaynaklar
Sosyal Yeterlilikler	4. Empati:	Başka kişilerin hislerini anlayabilme, onların tarafından olaylara bakabilme ve durumları değerlendirerek diğerleriyle ilişkilerini iyi tutabilme ve uyum sağlama
	5. Sosyal Beceriler:	Kişilerin hislerini kontrol etme, sosyal ilişki ağlarını doğru şekilde algılayabilme; kişilerle etkileşim halinde olma ve sosyal becerilerini; diğer kişileri ikna etmede, lider konuma gelmede, yaşanan anlaşmazlıkların çözümünde, işbirliği sağlamada kullanma

2.2.3. Bar-On duygusal zeka modeli

Bar-On (1997)'a göre duygusal zeka kavramı “kişinin çevreleri tarafından gelen baskılara veya taleplere karşı başarılı şekilde baş edebilmesine yardımcı olan becerileri” olarak tanımlamaktadır ve duygusal zekanın, sosyal zeka ile ilgili olabileceğine işaret etmektedir.

Modelde duygusal zeka, beş ana boyutla ele alındığı görülmektedir. Bu boyutlar:

Şekil 2.4: Bar-On Duygusal Zeka Modeli Boyutları

BOYUTLAR	ALT BOYUTLAR
1. Kişisel Yetenekler	<ul style="list-style-type: none">•Benlik saygısı•Duygusal öz farkındalık•Girişkenlik•Bağımsızlık•Kendini gerçekleştirme
2. Kişiler Arası Yetenekler	<ul style="list-style-type: none">•Empati•Sosyal sorumluluk•Kişilerarası ilişkiler
3. Uyum Sağlama	<ul style="list-style-type: none">•Stres toleransı•Dürtü kontrolü
4. Stres Yönetimi	<ul style="list-style-type: none">•Gerçeklik testi•Problem çözme•Esneklik
5. Genel Ruh Durumu	<ul style="list-style-type: none">•İyimserlik•Mutluluk

İlk boyut kişisel beceriler, kişinin kendi hislerinin ve düşüncelerinin fark etmesi ve onları anlama yeteneğini; ikinci boyut kişilerarası beceriler ise diğer kişilerin hislerinin ve düşüncelerin fark etme ve anlamayı içermektedir. Üçüncü boyut olan

uyum sağlama ise kişinin yaşadığı durumlar karşısında duygularını ayarlayabilmesi, ona uygun duygularını değiştirebilme yeteneğini ifade etmektedir. Dördüncü boyut stres yönetimi, kişinin stresle baş edebilmesi ve duygularını kontrol altına alabilme yeteneğini belirtmektedir ve son boyut genel ruh durumu ise kişinin olumlu duygular hissetmesini, onları ifade etmesini ve iyimser olmasını içermektedir (Fernández-Berrocal ve Extremera, 2006).

Modelde öne sürülen becerilere sahip olan kişilerin duygusal zeka düzeylerinin yüksek olduğu ve bu kişilerin yaşamlarında başarılı kişiler olduklarını belirtmektedir (Acar, 2001). Bar-On modeli; bilişsel yetenekler (kendinin farkında olma vb.) ile bilişsel yeteneklerden farklı kabul gören özellikleri (öz saygı, bağımsızlık vb.) birleştirdiği için karma bir model olarak değerlendirilmektedir (Mayer ve diğerleri, 2000b).

2.3. Problem Çözme Becerisi

Kişiler gündelik yaşamında pek çok problemlerle karşılaşmaktadır ve bunların çözümüne ilişkin birden fazla yol deneyebilmektedir. Kişilerin, enerji ve zamanlarının çoğunu problemi çözmeye ve karar vermeye harcadıkları görülebilmektedir. Genellikle problem çözme ve karar verme sürecinin iç içe geçtiği ifade edilmektedir. Problem olarak bahsedilen kavramın ise; kişinin karşılaştığı, o an çözüm bulamadığı herhangi bir durum olarak belirtilmektedir (Ivey ve diğerleri, 1993; Ramsey, 1989). Bingham (1983) ise problemi kişilerin istedikleri veya hedefledikleri duruma ulaşmaya çalışırken karşılarına çıkan engeller olarak tanımlamaktadır.

Problemlerin kişiler üstündeki etkileri farklılık göstermektedir çünkü problemlerin kişilere has oldukları ifade edilmektedir ve kişiler için farklı anlamlar taşıyabileceği belirtilmektedir (D’Zurilla ve diğerleri, 2004). Aynı zamanda problem çözme süreci yalnızca bilişsel becerilerinin etkili olduğu bir süreç değil duygusal ve davranışsal becerileri de içine alan karmaşık bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır (Korkut, 2002).

Problemin çözümünden bahsedebilmek için kişilerin durumu problem olarak değerlendirmesini gerekli olduğunu ifade eden Taylan (1990); durumu problem olarak gören kişilerin çözüme kavuşmaya yönelik çaba harcama isteğinin, çözüme

kavuşma arzusunun, çözüme dair engellerle baş edebilme gücünün, probleme yüklediği anlamın ve daha öncesinde problemle karşılaşma durumunun problemlerin çözümünde etkili olduğunun altını çizmektedir. Martinez (1998), sonucu belirsizlik içeren durumların, doğru şekilde sonuçlandırılması için yapılan zihinsel arayış olarak tanımladığı problem çözmeyi, geleceğe ulaşabilmek için pasaport özelliğine sahip önemli beceri olduğunu belirtmektedir.

Mountrose (2000) problem çözme aşamalarını kişilerin duygu ve inançları üzerinden sıralamaktadır ve aşamaları; kişinin problemi tanınması, probleme dair ne hissettiğini anlaması, problem karşısında olumsuz inançların tetiklenmesi, olumsuz inançların olumlu inançlara dönüştürülmesi ve geleceği zihninde canlandırması olarak belirtmektedir.

Problem çözme becerisi ise; kişilerin çözüme ulaştırabileceği bilgiye elde etmesi ve bu bilgiyi problemin çözümüne uygulayabilme becerisi olarak belirtilmektedir (Scharpf, 1997). Diğer bir ifadeyle kişilerin gündelik yaşamında karşılaşılabilecekleri problemlere yönelik çözümlerde kullandığı beceriler olarak tanımlanmaktadır (Zadnik ve Loss, 1995). Kişilerin sosyal adaptasyonunu ve gündelik yaşamın devam ettirmesinde önemli bir yeri olan problem çözme becerisinin, gelişim dönemleri içerisinde kazanıldığına değinilmektedir (Arenofsky, 2001; Heppner ve Anderson, 1985).

Elias ve Weissberg (2000), problem çözme becerilerini sekiz adımda ele almaktadır ve bu adımlar;

- Kişilerin kendi ve diğerlerinin hislerini anlaması,
- Probleme uygun şekilde hedef koyması,
- Alternatif çözüm yollarını belirlemesi,
- Çözüme dair sonuçları göz önüne alması,
- En iyi çözümü belirlemesi,
- Hareket planı oluşturması
- Tüm bu süreçlerin farkında olması

- Problemin çözümüne ilişkin bu bilgileri kullanabilmesi

Kişiler yaşamlarının ilk yıllarında genellikle hayatta kalabilmesi için gerekli yaşamsal gereksinimlerine yönelik problemlerle karşılaşırken yetişkinlik yaşamlarında problemler daha karmaşık hale gelebilmektedir. Problemler çözüldükçe de yaşama daha rahat adapte olmakla birlikte ruh sağlığı açısından da problem çözmek koruyucu rol üstlenmektedir. Problem çözme becerisi yüksek olan kişilerin stres düzeylerinin daha düşük, sosyal yaşantılarında kendilerini daha güvenli hisseden ve sosyal becerileri gelişmiş kişiler olarak belirtilmektedir (Büyükkaragöz, 1994; Çankaya ve Canbulat, 2014).

Bingham (2004)'a göre; korkulu ve utangaç bir yapıda olmak, kişilerin çözüme ulaşma konusunda yaratıcılığı olumsuz etkilemektedir ve problem çözme becerisine yansımaktadır. Kişilerin yaşları, çözüme dair bilgileri, yetenekleri, sağlık durumları, çözümün kişiye faydaları, kişilik özellikleri gibi faktörlerin problem çözme becerisine etkilediği belirtilmektedir (Gelbal, 1991).

Enç (1982)'e göre problem çözme becerileri üzerinden birden çok faktör etkili olmaktadır ve bu faktörleri şu şekilde sıralamaktadır (Akt., Çınar ve diğerleri, 2009):

- Kişilerin gelişim ve olgunlaşma düzeyi
- Kişilerin sahip oldukları yetenekleri
- Motivasyonu
- Ait olduğu toplumdaki kültürel yapı
- Eğitim düzeyi

2.4. Problem Çözme Becerisi ile Duygusal Zeka

Duygusal zeka; kişilerin olumsuz durumlarla karşılaştıklarında azim gösterme, çevredekilere uyum sağlama, kendilerini motive etme ve duygularını kontrol altına alma gibi becerileri üzerinde etkili olmaktadır ve kişilerin olumsuz durumlarla başa çıkmasını sağlamaktadır (Rahim ve Minors, 2003). İlgili alan yazılarında, yüksek duygusal zekaya sahip kişilerin genel olarak stres veren durumları daha az tehdit edici algıladıkları ve durumlarla daha iyi baş edebildikleri belirtilmektedir (Bastian

ve diğeri, 2005; Matthews ve diğeri, 2006). Bu açıdan duygusal zekanın; olumsuz durumlarla başa çıkılmasını kolaylaştırması, kişilerin problem çözme becerisine olumlu yansıtacağı düşünülmektedir.

Szuberla (2006)'ya göre duygusal zeka, problem çözme becerisini kapsamaktadır. Channon (2004), problem çözmenin sosyal ve duygusal süreçleri içerdiğini belirtmektedir. Gürbüz ve Yüksel (2008)' e göre, kişinin kendi duygularını fark etmesi ve diğeri'nin duygularını anlaması, ilişkilerini etkilemektedir. Yüksek duygusal zekaya sahip olmak; başkalarıyla kurulan etkileşimi kolaylaştırmaktadır ve ortaya çıkabilecek problemlerle baş etmeyi sağlamaktadır.

Literatürde duygusal zeka ile problem çözme becerisi arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara rastlanmaktadır. Yapılan çalışmalar, duygusal zeka ile problem çözme becerisi arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu ve kişilerin, duygusal zeka düzeyi arttıkça problem çözme becerisinin arttığını saptamıştır (Kunnanatt, 2008; İşmen, 2001; Morehouse, 2007; Augusto Landa ve diğeri, 2007). Yılmaz-Karabulutlu ve diğeri (2011) benzer şekilde, duygusal zeka ile problem çözme becerisi arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur.

Duygularının farkında olan, duygularını kontrol altına alabilen, diğeri kişilerin duygularını anlayan, onlarla empati kurabilen kişiler, duygusal zeka düzeyi yüksek olan kişilerdir ve hayatları boyunca çeşitli alanlarda daha avantajlı oldukları görülmektedir. Karşlarına çıkabilecek problemlere yönelik duygularını doğru şekillerde kullandıkları görülmektedir (Augusto Landa ve diğeri, 2008).

2.5. Madde

Dünya Sağlık Örgütü (2002a) ise maddeyi "*kişilerin sağlığı normal şekilde devam edebilmesi için zorunlu olmayan; biyolojik sistemi ve işlevselliği etkileyen maddeler veya maddelerin karışımları*" olarak tanımlamaktadır. Diğeri bir ifadeyle madde; kişilerin kötüye kullanması ve bağımlı olmasına neden olabilen ve duygulanım, algı, biliş ve diğeri bilişsel işlevlerinde değişikliklerine yol açabilen kimyasal maddelerin hepsini içermektedir (Ceyhun ve diğeri, 2001).

Madde kullanımına dair bozuklukları DSM-5'te iki başlıkta ele alınmaktadır ve bu başlıklar; madde kullanım bozuklukları ve madde kullanımının yol açtığı bozukluklar olarak sıralanmaktadır:

Şekil 2.5: DSM-5 Madde Kullanım Bozukluğu

Alkol, esrar, hallüsinojenler, uçucular, opiyatlar, uyuşturucu ve sakinleştirici ilaçlar, uyarıcılar, tütün ve diğerleri için geçerli olmak üzere, on iki aylık süre içinde aşağıdaki kriterlerden en az ikisinin olması, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da işlevsellikte düşmeye yol açan madde kullanım bozukluğunu/bağımlılığını düşündürür:

- 1.Çoğu kez istendiğinden daha büyük ölçüde ya da uzun süreli madde tüketimi
- 2.Madde kullanmayı bırakmak için sürekli istek ya da sonuç vermeyen çabalar
- 3.Madde elde etmek için gerekli etkinliklere çok zaman ayrılır
- 4.Madde kullanmak için büyük bir istek duyma (aşerme, craving)
- 5.İşte, okulda ya da evdeki durumu gereği olan başlıca görevleri yerine getirememe
- 6.Maddenin etkilerinin neden olduğu sürekli ya da yineleyici toplumsal ya da kişilerarası sorunlar olmasına karşın madde kullanımını sürdürme
- 7.Madde kullanımı nedeniyle, toplumsal, işle ilgili ya da eğlenme, dinlenme etkinliklerinin bırakılması ya da azaltılması
- 8.Tehlikeli durumlarda madde kullanma
- 9.Yineleyici bedensel ya da ruhsal bir sorun olduğunu bilmesine rağmen madde kullanımını sürdürür
- 10.Tolerans gelişim belirtileri
 - İstenen etkiyi sağlamak için daha fazla madde kullanım isteği
 - Aynı ölçüde madde kullanımına karşın daha az etki sağlanması
- 11.Yoksunluk belirtilerinin gelişmiş olması.

Dünya genelinde ve Türkiye’de madde kullanımı büyük bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır ve bu sorunun aslında geçmişte de görüldüğünü hatta insanlık tarihiyle paralel bir geçmişe dayandığı belirtilmektedir. Aynı zamanda kişilerin pek çok nedenle madde kullanıma yöneldiği de eklenmektedir (Doğan, 2001). Türkiye’de ise madde bağımlılığının sağlık problemi olmasının yanı sıra toplumda ahlaki ve sosyal uyumu bozan bir problem olarak görüldüğü aynı zamanda madde kullanan kişilerin

etiketlendiği, toplumdan dışlandığı dikkat çekmektedir. Ancak bu durumlar yaşanırken bile madde kullanım oranlarının arttığına dikkat çekilmektedir (Bülbül, 2016). Bu bağlamda madde bağımlılığının önüne geçebilmek adına madde kullanma eğilimi kavramını ele almak ve araştırmak önem arz etmektedir.

2.6. Madde Kullanma Eğilimi

Madde kullanma eğilimine dair özellikle yurtdışında konuya dair pek çok çalışmanın yapıldığı ancak ülkemizde konuya dair çalışmaların az olduğu görülmektedir. Madde kullanma eğilimi kavramı “*kişilerin birçok nedenden kaynaklı madde kullanmaya meyilli olması durumu*” olarak açıklanmaktadır (MacAndrew, 1986). Stresle başa çıkma modeline göre; madde kullanımı, kişilerin hayatlarının çeşitli alanlarında karşılaştıkları problemlerle veya güçlüklerle başa çıkabilmenin ve durumların yarattığı olumsuz duyguları azaltmanın bir aracı olarak değerlendirilmektedir (Wills ve Hirky 1996).

Kişiler kendilerine stres veya acı veren duygularıyla başa çıkamadıklarında işlevsiz problem çözme yönetimi olarak madde kullanma eğilimlerinin arttığı bilinmektedir. Literatürde alkol bağımlılığı olan kişilerin karşılaştıkları olumsuz deneyimler sonucunda olumsuz duygulanımları arttıkça alkol tüketimlerinin arttığı görülmektedir (Armeli ve diğerleri, 2000). Benzer şekilde, kişilerin kendilerine üzüntü veren durumlar karşısında, maddeye sığındıkları belirtilmektedir (Gönüllü ve diğerleri, 2002).

Skeer ve diğerleri (2009), ebeveynlerin ihmalkar davranması, aile içinde şiddetin varlığı, dağılmış aile yapısı, çok kardeşli veya kalabalık ailelerde ebeveynlerin çocuklarının problemleriyle yeterli şekilde ilgilenmemesi, anne ve babanın çocuk yetiştirme konusunda çatışması, çocuğun aşırı derece disiplinli veya serbest yetiştirilmesi, çocuğa yeterli eğitim verilmemesi gibi durumların madde kullanma eğilimini arttırdığını dile getirmektedir. Ögel (2010) ise kardeş ilişkisinin de madde kullanmaya yatkınlığı etkilediğini ve eğer abinin veya ablanın madde kullanıyorsa küçük kardeşin de madde kullanmaya yatkınlığı arttığını belirtmektedir.

Crowley ve Riggs (1995), karşıt gelme ve davranım bozukluğunun görüldüğü çocuk ya da ergenlerde; otorite figürüyle çatışmalar yaşayabildiğini, dışlanabildiğini ya da kendisine benzer davranışlar gösteren akranlarıyla arkadaşlık edebildiklerini ve bu

durumun çocuğun ya da ergenin suç işleme ile madde kullanma eğilimi için risk oluşturduğunu belirtmektedir.

Çocukluk döneminde olumsuz yaşantılar sonucunda korku ve çaresizlik hissetmenin yanı sıra çocuğun kendini değersiz ve güçsüz olarak nitelendirmesine neden olabilmektedir ve sonucunda benlik saygısı düşmektedir (Bernet, 2007). Yapılan çalışmalarda, kişilerin çocukluk döneminde olumsuz yaşantılarının ve benlik saygılarının düşük olmasının madde kullanma eğilimini arttırdığı saptanmıştır (Toker ve diğerleri, 2011).

Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı (2013) ise madde kullanma eğilimi üzerindeki faktörleri detaylı şekilde ele almaktadır ve bunları şu şekilde açıklamaktadır:

Şekil 2.6: Madde Kullanma Eğilimini Etkileyen Faktörler

1. Arkadaş Çevresine Bağlı Riskler:	<ul style="list-style-type: none">• Arkadaşlarının madde kullanması• Arkadaşlarının madde kullanmayı onaylamaları• Kişinin arkadaş grubuna karşı bağlılık düzeyi
2. Aileye Bağlı Riskler:	<ul style="list-style-type: none">• Ebeveynlerin ihmalkâr olması• Aile içi çatışmaların olması• Ebeveynlerin maddeye dair düşünceleri• Ebeveynlerin çocuğun madde kullanıma karşı gösterdiği tepkiler• Seçilen disiplin yöntemlerinin uygun olmaması
3. Kişiye Bağlı Riskler:	<ul style="list-style-type: none">• Kolayca kaldırılmaya uygun olma• İçeride kapanık olmak• Duyguları ifadede zorlanma• Stresle sağlıklı şekilde başa çıkamama• Başarısız okul yaşantısı• Dürtüsellik

Tüm bu bilgiler ışığında, madde kullanma eğilimi üzerinde başta aile ve arkadaş çevresi olmak üzere pek çok faktörün etkili olduğu görülmektedir. Bir sonraki bölümde ise duygusal zekanın madde kullanma eğilimi ile ilişkisi incelenmiştir.

2.7. Madde Kullanma Eğilimi ve Duygusal Zeka

Alan yazılarında; kişilerin yaşadıkları sağlık problemleri ve ruhsal bozuklukların temelinde sosyal ve duygusal yapıya işaret etmektedir. Aynı zamanda bağımlılıkların ve diğer ruhsal sorunların temelinde duygularını ifade edememe veya duygularını kontrol edememenin yattığı belirtilmektedir. Bu bağlamda duygusal zeka ile bağımlılık ilişkisi olarak değerlendirilmektedir (Atari ve diğerleri, 2002).

Düşük duygusal zeka düzeyine sahip kişilerin yaşamlarındaki karşılaştıkları stres verici olaylarla başa çıkamaması nedeniyle madde kullanma eğiliminin arttığı görülmektedir ve madde kullanımını, kişilerin problemleriyle baş etmede sağlıklı bir yol olarak açıklanmaktadır (Khosravi Kabir ve diğerleri, 2009).

Duygusal zeka, kişilerin iyi olma hallerine katkı sağlayarak madde kullanımına duyulan ihtiyacı azaltmaktadır. Kişilerin duygusal zekalarının gelişmesi, onların sosyal becerilerine ve problem çözme becerilerine olumlu katkı sağlayarak sigara kullanımını azalttığı vurgulanmaktadır (Erbildim, 2019).

Bakhshodeh (2012) yaptığı çalışmasında; maddeyi kötüye kullanma ile duygusal zeka arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur. Hertel ve diğerleri (2009) yaptıkları çalışmada, madde bağımlılığı olan kişilerin duyguları anlama ve düzenleme becerisi olan duygusal zeka düzeylerinin düşük olduğunu belirtmektedir.

Cordivol ve diğerleri (2010); alkol ve esrar kullanımında duygusal zekanın azaltıcı bir etkisi olduğunu bulmuştur. Azzam ve Elghonemy (2008) ise duygusal zekanın; kişilerin ruhsal sorunlarının azalmasına ve bağımlılıklarından kurtulmasına olanak sağladığını ifade etmektedir. Aynı zamanda duygusal zekanın, madde bağımlılığının tedavisi için önemli olduğunun altını çizmektedir.

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın örneklemini, veri toplama araçları, veri toplama işlemi ve verilerin analizleri yer almıştır.

3.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemini; Türkiye genelinde yaşayan 18-65 yaş arası 444 yetişkin kişiden oluşmuştur. Katılımcılara kartopu yöntemiyle ulaşılmıştır.

3.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada; “Sosyodemografik Bilgi Formu”, “Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği”, “Problem Çözme Becerisi Envanteri” ve “Madde Kullanma Eğilimleri Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçeklere dair bilgiler aşağıda ele alınmıştır.

3.2.1. Sosyodemografik bilgi formu:

Araştırmacı tarafından hazırlanan soru formudur. Katılımcılara yaş, cinsiyet, medeni durum, gelir düzeyi ve psikiyatrik destek alma durumuna dair bilgilere yönelik soruları içermektedir.

3.2.2. Gözden geçirilmiş schutte duygusal zekâ ölçeği :

Schutte, Malouff, Hall, Haggerty, Cooper, Golden ve Dornheim (1998), 33 madde olarak Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği’ni ilk olarak geliştirmişlerdir (Schutte ve diğerleri, 1998). Austin ve diğerleri (2004) ise 41 madde şeklinde düzenleyerek ölçeği son haline getirmişlerdir.

Tatar, Tok ve Saltukoğlu (2011), tarafından Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği’nin türkçeye uyarlaması, ölçüm geçerliği ve güvenilirliği yapmışlar ve ölçek 3 alt boyuttan olmak üzere toplam 41 maddeden oluşmaktadır. Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği beşli likert tipinde bir ölçektir.

Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği 3 alt boyuttan oluşmuştur. Bu alt boyutlar şunlardır: İyimserlik/Ruh Halinin Düzenlenmesi (Madde 2, 7, 12,15, 18, 21, 29, 30, 33, 35, 37, 38); Duyguların Kullanımı (Madde 4, 9,10, 23, 26, 34) ve Duyguların Değerlendirilmesi: (Madde 6, 8, 17, 22, 28, 31, 36, 39, 40, 41). Ters yönlü maddeler ise 3, 4, 6, 8, 10, 12, 13, 14, 17, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 28, 34, 35, 39, 40, 41'dir. Ölçeğin Cronbach-Alpha iç tutarlık katsayısı bütünü için 0,82, alt boyutları için ise 0,75, 0,39 ve 0,76 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin bütünü için test-tekrar test güvenilirlik katsayısı bir hafta arayla (n=88) $r=0,49$, iki hafta arayla (n=85) $r=0,56$ bulunmuştur (Tatar ve diğerleri, 2011).

3.2.3. Problem çözme becerisi envanteri:

Heppner ve Petersen (1982), tarafından geliştirilen ölçeğin Türkiye'de uyarlamasını Taylan (1990) yapmıştır. Toplamda 35 maddeden oluşmaktadır ve "(1) Hiçbir zaman böyle davranmam ile (6) Her zaman böyle davranırım arası değişen 6'lı likert tipi bir ölçektir.

Ölçek 3 alt boyuttan oluşmaktadır ve bu alt boyutlar; Problemi Çözme Güveni (PÇG): 5, 10, 11, 13, 19, 23, 24, 27, 33, 34, 35; Yaklaşma Kaçınma Tutumu (YKT): 1, 2, 4, 6, 7, 8, 12, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 28, 30, 31.ve Kişisel Kontrolü Sürdürme Yeteneği: 3, 14, 25, 26, 32. Boş sorular: 9, 22, 29. sorulardır. Ters maddeler ise 1, 2, 3, 4, 11, 12,14, 15, 17, 21, 25, 26, 30, 32, 34'tür. Problem çözme yeterliğine güven alt ölçeğinin güvenilirliği .77, yaklaşma kaçınma alt ölçeğinin güvenilirliği, 79 ve kişisel kontrol alt ölçeğinin güvenilirliği 81 olarak belirlenmiştir. Ölçekler ayrı ayrı, bağımsız alt ölçek olarak toplan puan alınıp kullanılabilir (Taylan, 1990; Şahin ve diğerleri, 1993).

3.2.4. Madde kullanma eğilimi ölçeği:

1986 yılında Mac Andrew, Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri'nden (Minnesota Multiphasic Personality Inventory-MMPI) Madde Kullanma Eğilimi Ölçeği'ni (MKEÖ) geliştirmiştir. Orijinal adı Substance Abuse Proclivity Scale (SAP) olan ölçek 36 sorudan oluşmaktadır. 16 ve üzeri puan alan kişinin madde kullanma eğilimi taşıdığı bildirilmiştir. Tersten puanlanan maddeler şunlardır: 9, 12, 13, 19, 22, 24, 25, 26, 29, 35. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması, 2001 yılında Ceyhun ve arkadaşları tarafından yapılan yapılmış ve MKEÖ'nün madde

bağımlılığına eğilimi belirlemede yararlı olacağı saptanmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0.70 olarak saptanmıştır (Ceyhun ve diğerleri, 2001).

3.3. Veri Toplama İşlemi

Araştırmanın verileri Covid-19 pandemisi nedeniyle “Google Form” adlı uygulama programı üzerinden online şekilde toplanmıştır. Türkiye genelinde yaşayan 18-65 yaş arası yetişkin katılımcılara link üzerinden veri toplama araçları gönderilmiştir. İlk olarak katılımcılara; araştırmanın içeriği, verilerin gizliliği ve gönüllülük esasına yönelik bilgi sağlayan “Bilgilendirilmiş Onam Formu” verilmiştir. Daha sonra katılımcıların sırasıyla “Demografik Bilgi Formu”, “Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği”, “Problem Çözme Becerisi Envanteri” ve “Madde Kullanma Eğilimleri Ölçeği” verilerle doldurulması istenmiştir. Soruların tamamını doldurmadan bir sonraki ankete geçilmesi engellenmiştir.

3.4. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 22.0 programı yardımıyla analiz edilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçeklerin toplam puan ve alt boyutları puanlarına yönelik normallik dağılımı değerlendirildiğinde; normal dağılımın varsayımlarından biri olan basıklık ve çarpıklık değerlerinin $\pm 1,5$ arasında olması nedeniyle verilerin normal dağıldığı kabul edilmiştir ve parametrik yöntemler kullanılmıştır.

Gruplar arası karşılaştırmalarda; iki grup karşılaştırmaları için (cinsiyet) bağımsız t testi, ikiden fazla grup karşılaştırmalarda (eğitim düzeyi ve ekonomik durumu) ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Araştırmanın temel değişkenlerinin birbiriyle ilişkisi Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Duygusal Zekanın Problem Çözme Becerisini yordayıcı etkisine bakmak için regresyon analizi yapılmıştır. Benzer şekilde Duygusal Zekanın Madde Kullanma Eğilimi düzeyini yordayıcı etkisine bakmak için regresyon analizi yapılmıştır. Analizlerde güven aralığı %95 olarak belirlenmiştir ($p < .05$).

4. BULGULAR

Bu bölümde katılımcılardan elde edilen verilerin analizleri sunulmaktadır.

4.1. Katılımcıların Genel Yapısına İlişkin Frekans Dağılımı

Katılımcıların demografik değişkenlerine göre frekans ve yüzdelik değerleri aşağıdaki tablolarda verilmiştir.

Çizelge 4.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişkenler		Ortalama±SS	
Yaş		33,41±12,03	
		n	%
Cinsiyet	Kadın	266	59,9
	Erkek	178	40,1
Medeni Durum	Bekar	263	59,2
	Evli	171	38,5
	Ayrı/Dul	10	2,3
Eğitim Düzeyi	İlkokul ve Ortaokul	8	1,8
	Lise	48	10,8
	Üniversite ve üstü	388	87,4
Ekonomik Durum	Düşük	50	11,3
	Orta	364	82
	Yüksek	30	6,8
Psikiyatrik Rahatsızlık	Evet	79	17,8
	Hayır	365	82,2

Tablo 1’de görüldüğü üzere; katılımcıların yaş ortalaması $33,41\pm 12,03$ ’dir. Katılımcılar cinsiyetlerini 266’sı (%59,9) kadın ve 178’i (%40,1) erkek olarak belirtmiştir. Katılımcılar medeni durumlarını; 263’ü (%59,2) bekar, 171’i (%38,5) evli, 10’u (%2,3) ayrı/dul olarak belirtmiştir. Eğitim düzeyi durumlarını; 8’i (%1,8) ilkokul ve ortaokul, 48’i (%10,8) lise, 388’i (%87,4) üniversite ve üstü olarak belirtmiştir. Ekonomik durumlarını; 50’si (%11,3) düşük, 364’ü (%82) orta, 30’u (%6,8) yüksek olarak belirtmiştir. Psikiyatrik rahatsızlık durumlarını ise; 79’u (%17,8) psikiyatrik rahatsızlığının olduğunu, 365’i (%82,2) ise olmadığını belirtmiştir.

4.2. Katılımcıların Ölçek Ortalamaları

Araştırmada kullanılan ölçeklerin alt boyutlarından katılımcılar tarafından alınan minimum ve maximum değerler, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2’de gösterilmiştir.

Çizelge 4.2: Katılımcıların Ölçeklerden Aldıkları Puanların Dağılımı

	Min-Max	Ort±SS
1. Duygusal Zeka	50-200	154,66±18,58
2. Problem Çözme Becerisi	74-195	144,45±21,38
3. Madde Kullanma Eğilimi	5-27	15,03±3,90
	n	%
Madde Kullanma Eğilimi	< 16 puan	262
	> 16 puan	182

Duygusal Zeka 50 ile 200 puan arasında değişmektedir. Ortalama puan $154,66\pm 18,58$ ’dir. Problem Çözme Becerisi 74-195 puan arasında değişmektedir ve ortalama puan $144,45\pm 21,38$ ’dir. Madde Kullanma Eğilimi 5 ile 27 puan arasında değişmektedir ve ortalama puan $15,03\pm 3,90$ ’dir. Madde Kullanma Eğilimi puanlarını 16 cut off noktasına göre değerlendirdiğimizde %59,1’i 16’nin altında bulunurken

%40,9'u 16 puan ve üzerinde çıkmıştır. Diğer bir ifadeyle yetişkinlerin çoğunluğu (%59,1) madde kullanma eğilimi göstermemektedir.

4.3. Duygusal Zeka, Problem Çözme Becerisi ve Madde Kullanma Eğilimi ile Sosyo Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular

Çizelge 4.3: Ölçek Toplam Puanlarının Cinsiyet Değişkeni için Bağımsız t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	P
Duygusal Zeka	Kadın	266	157,37	17,18	3,806	,000
	Erkek	178	150,62	19,87		
Problem Çözme Becerisi	Kadın	266	145,51	20,71	1,288	,19
	Erkek	178	142,85	22,32		
Madde Kullanma Eğilimi	Kadın	266	14,74	3,82	-1,938	,04
	Erkek	178	15,47	4,01		

Yapılan analiz sonucunda, kadınların duygusal zeka puanlarının ($X=157,37$), erkeklerin puanlarından ($X=150,62$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$t(442)=3,806$, $p<.01$]. Problem çözme becerisinin cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır [$t(442)=1,288$, $p>.05$]. Erkeklerin madde kullanma eğilimi puanlarının ($X=15,47$), kadınların puanlarından ($X=14,74$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$t(442)=-1,938$, $p>.05$].

Çizelge 4.4: Ölçek Toplam Puanlarının Eğitim Düzeyi Değişkeni için ANOVA**Sonuçları**

	Eğitim Düzeyi	N	Ort.	SS	F (p)	Farklılık (LSD)
Duygusal Zeka	İlkokul ve Ortaokul	8	135,37	17,97	8,201 (,000)	3>1 3>2
	Lise	48	148,27	21,09		
	Üniversite ve üstü	388	155,85	17,92		
Problem Çözme Becerisi	İlkokul ve Ortaokul	8	137,50	12,70	,860 (,42)	-
	Lise	48	141,87	18,62		
	Üniversite ve üstü	388	144,91	21,82		
Madde Kullanma Eğilimi	İlkokul ve Ortaokul	8	16,62	3,50	3,267 (,03)	2>3
	Lise	48	16,20	4,20		
	Üniversite ve üstü	388	14,85	3,85		

Yapılan analiz sonucunda; duygusal zeka puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir $F(2,441)=8,201$, $p<.01$]. Yapılan Post-Hoc analizi (LSD) sonrasında üniversite ve üstü mezun katılımcıların duygusal zeka puanları ($X=155,85$), ilkokul ve ortaokul ($X=135,37$) ile lise ($X=148,27$) mezunu olan katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Problem çözme becerisi puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir $F(2,441)=,860$, $p>.05$]. Madde kullanma eğilimi puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir $F(2,441)=3,267$, $p<.01$]. Yapılan Post-Hoc analizi (LSD) sonrasında lise mezunu katılımcıların madde kullanma eğilimi puanları ($X=16,20$), üniversite ve üstü ($X=14,85$) mezunu olan katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır.

Çizelge 4.5: Ölçek Toplam Puanlarının Ekonomik Durum Değişkeni için ANOVA Sonuçları

	Ekonomik Durum	N	Ort.	SS	F (p)	Farklılık (LSD)
Duygusal Zeka	Düşük	50	147,86	17,29	6,559 (,002)	3>1
	Orta	364	154,91	18,73		3>2
	Yüksek	30	163,01	15,01		
Problem Çözme Becerisi	Düşük	50	139,02	21,20	5,274 (,005)	3>1
	Orta	364	144,33	21,34		3>2
	Yüksek	30	154,86	18,95		
Madde Kullanma Eğilimi	Düşük	50	15,64	4,20	,686 (,50)	-
	Orta	364	14,96	3,87		
	Yüksek	30	14,86	3,88		

Yapılan analiz sonucunda; duygusal zeka puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir [F(2,441)=6,559, p<.01]. Yapılan Post-Hoc analizi (LSD) sonrasında ekonomik durumu yüksek olan katılımcıların duygusal zeka puanları (X=163,01), düşük (X=147,86) ve orta (X=154,91) ekonomik durumu olan katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Problem çözme becerisi puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir [F(2,441)=5,274, p<.01]. Yapılan Post-Hoc analizi (LSD) sonrasında ekonomik durumu yüksek olan katılımcıların problem çözme becerisi puanları (X=154,86), düşük (X=139,02) ve orta (X=144,33) ekonomik durumu olan katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Madde kullanma eğilimi puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir [F(2,441)=,686, p>.05].

4.4. Araştırmanın Temel Değişkenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Çizelge 4.6: Araştırmanın Temel Değişkenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Madde Kullanma Eğilimi	1								
2 Duyguların Kullanımı	-,200	1							
3 İyimserlik	-,155**	,163**	1						
4 Duyguların Değerlendirmesi	-,223**	,502**	,383**	1					
5 Toplam Duygusal Zeka	-,246**	,573**	,789**	,797**	1				
6 Problemi Çözme Güveni	-,208**	,162**	,176**	,320**	,283**	1			
7 Yaklaşma Kaçınma Tutumu	-,203**	,214**	,267**	,314**	,358**	,599**	1		
8 Kişisel Kontrolü Sürdürme Yeteneği	-,219**	-,010	,281**	,172**	,225**	,249**	,456**	1	
9 Toplam Problem Çözme Becerisi	,249**	,184**	,276**	,347**	,363**	,855**	,893**	,555**	1

Not. r: Pearson Korelasyon Katsayısı, **: p<0.01, *: p< 0.05

4.5. Duygusal Zekanın Problem Çözme Becerisi ve Madde Kullanma Eğilimi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

Çizelge 4.7: Duygusal Zekanın Problem Çözme Becerisini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Problem Çözme Becerisi	Sabit	79,929	7,945		10,060	,000
	Duygusal Zeka	,417	,051	,363	8,179	,000

$R = .363$ $R^2 = .131$ $R^2_{adj} = .130$, $F(1, 442) = 66,903$, $p < .05$

Duygusal Zeka puanlarıyla oluşturulan modelde; Problem Çözme Becerisi puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ($F(1,442) = 66,903$, $p < .01$). Problem Çözme Becerisi puanlarındaki varyansın yaklaşık %13'ü açıklanmaktadır ($R^2 = .131$). Regresyon katsayılarına bakıldığında Duygusal Zeka ($\beta = .363$, $p < .01$) puanlarının pozitif yönde Problem Çözme Becerisi puanlarını yordadığı saptanmıştır.

Çizelge 4.8: Duygusal Zekanın Madde Kullanma Eğilimini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Madde Kullanma Eğilimi	Sabit	23,043	1,510		15,262	,000
	Duygusal Zeka	-,052	,010	-,246	-5,343	,000

$R = .246$ $R^2 = .061$ $R^2_{adj} = .059$, $F(1, 442) = 28,545$, $p < .05$

Duygusal Zeka puanlarıyla oluşturulan modelde; Madde Kullanma Eğilimi puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ($F(1,442) = 28,545$, $p < .01$). Madde Kullanma Eğilimi puanlarındaki varyansın yaklaşık %6'si açıklanmaktadır ($R^2 = .061$). Regresyon katsayılarına bakıldığında Duygusal Zeka ($\beta = -.246$, $p < .01$) puanlarının negatif yönde Madde Kullanma Eğilimi puanlarını yordadığı saptanmıştır.

5. TARTIŞMA

Araştırmada, yetişkinlerde duygusal zekanın, problem çözme becerisi ile madde kullanma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda, kişilerin duygusal zeka, problem çözme becerisi ve madde kullanma eğilimi düzeylerinin demografik bilgilerine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

Bu araştırmada, kadınların duygusal zeka düzeyinin, erkeklerden anlamlı şekilde yüksek olduğu saptanmıştır. Salguero ve diğerleri (2012) çalışmasında, kadınların duygusal zeka düzeyinin, erkeklere göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. İkiz ve Görmez (2010) yaptıkları çalışmada, kız öğrencilerin duygusal zeka düzeyinin, erkeklerden daha yüksek olduğunu saptamıştır. Hertel ve diğerleri (2009) çalışmalarında, benzer şekilde, duygusal zeka düzeyinin erkeklere göre kadınlarda daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bu bağlamda, kadınların duygusal zeka düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olması sonucu literatürdeki diğer çalışmaların sonucuyla benzerlik gösterdiği görülmektedir. Kadınların daha yüksek zekaya sahip olmasının nedeni; toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkili olabileceği ve toplumun kadına atfettiği roller gereği daha duygularının farkında veya diğerlerinin duygularına karşı ilgili, erkeklerin ise duygularının farkında olmayan veya bastıran (“*erkek adam üzülmez*”, “*erkekler ağlamaz*”) roller benimsemesinin etkili olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmada, problem çözme becerisinin cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Heppner ve Peterson (1982) ise erkeklerin kadınlara oranla problem çözme süreçlerinin daha çok farkında olduklarını bulmuştur. Çam ve Tümkaya (2006) çalışmasında, problem çözme becerisinin cinsiyete göre farklılık göstermediğini bulmuştur. Alver (2005) yaptığı çalışmasında, cinsiyete göre problem çözme becerisinin farklılaşmadığını saptamıştır. Anthony (1991) yaptığı çalışmada, cinsiyete göre problem çözme becerisinin farklılaştığını saptamıştır.

Bu araştırmada, erkeklerin madde kullanma eğilimi düzeylerinin, kadınların madde kullanma eğilimi düzeylerinden yüksek olduğu saptanmıştır. İlgili alan yazılarında madde bağımlılığının erkeklerde daha yüksek olduğunu bulan çalışmaların çoğunlukta olduğu görülmektedir. Webb ve diğerleri (1998), erkeklerin madde kullanma oranının kadınlarından daha yüksek olduğunu bulmuştur. Hibell ve diğerleri (2007), erkeklerin kadınlara göre daha fazla madde kullandığı bildirmektedir. Yüncü ve diğerleri (2014) alışmasında, tedavi merkezine başvuran kişilerin büyük çoğunluğunu erkeklerin oluşturduğunu bulmuştur. Türkiye Uyuşturucu ve Uyuşturucu Bağımlılığı İzleme Merkezi (2011) raporunda ise; madde kullanımının erkeklerde daha yüksek olduğu bildirilmektedir.

Bu araştırmada, üniversite ve üstü mezun yetişkinlerin duygusal zeka düzeyi, ilkokul ve ortaokul ile lise mezunu olanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Aysel (2006) alışmasında; lisans veya lisansüstü eğitim düzeyine sahip kişilerin, lise veya ön lisans düzeyinde eğitime sahip olanlara göre daha yüksek duygusal zeka düzeyine sahip olduklarını bulmuştur. Pérez-Díaz ve diğerleri (2021), eğitim düzeyine göre duygusal zekanın farklılaştığını belirtmiştir. Güllüce ve İşcan (2010) yaptıkları çalışmada; eğitim düzeyi yüksek olan yöneticilerin daha yüksek duygusal zeka ortalamasına sahip olduğunu bulmuştur. Araştırmamızda, üniversite ve üstü mezunu kişilerin duygusal zeka düzeyinin daha yüksek olmasının nedeni; duygusal zekanın zaman içerisinde gelişmesi ve öğrenebilmesiyle alakalı olduğu ve alınan eğitimin duygusal zekanın gelişmesinde katkı sağlaması olarak düşünölmektedir.

Bu araştırmada, problem çözme becerisinin eğitim durumuna göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Dündar (2008) alışmasında eğitim düzeyi yükseldikçe problem çözme becerileri arttığını bulmuştur. Çinko (2004) alışmasında problem çözme becerisinin eğitim düzeyine göre farklılık göstermediğini saptamıştır. En (1982) eğitim düzeyinin problem çözme becerisi üzerindeki etkili olduğunu belirtmektedir. Eğitim düzeyi arttııka kişilerin edineceği bilgi düzeyi de artmaktadır ve doğal bu durum problem çözme becerileri üzerinden olumlu etki yaratacağı öngörölmekteydi ancak araştırmamızda eğitim durumuna göre problem çözme becerisinin farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu durumun nedeninin; örneklemin yüksek çoğunluğunun (%87,4) üniversite ve üstü mezun katılımcıların oluşturduğu ve örneklem dağılımının dengeli olmaması olarak düşünölmektedir. Gelecekteki çalışmalarda, örneklem dağılımına

dikkat edilerek bu konunun boylamsal bir çalışmayla birlikte ele alınmasının ve üniversite eğitimi öncesi ve mezuniyet sonrası (veya lise eğitimi öncesi ve mezuniyet sonrası) problem çözüme becerisi ölçülerek verilen eğitimin etkisine bakılmasının daha sağlıklı olacağına inanılmaktadır.

Bu araştırmada, lise mezunu katılımcıların madde kullanma eğilimi düzeylerinin, üniversite ve üstü mezunu olan katılımcılardan yüksek olduğu saptanmıştır. Bulut ve diğeri (2006) alışmasında, alkol ve madde bağımlılığı olan kişilerin yarısından fazlasının ilköğretim mezunu olduğunu belirtmektedir. Jackson ve diğeri (1997), düşük eğitim düzeyinin madde bağımlılığı için risk faktörü olduğunu belirtmektedir. Toker (2008) yaptığı çalışmasında, eğitim düzeyine göre madde kullanma eğiliminin farklılaşmadığını bulmuştur. Eğitim düzeyi arttıkça alınan eğitim sayesinde kişilerin farkındalıklarının artmaktadır ve bu durum madde kullanmanın zararlarını algılamasında olumlu etki yaratabilmektedir. Bu nedenle araştırmanın sonucu olan lise mezunlarının üniversite ve üstü mezunlarına göre madde kullanma eğiliminin daha yüksek olmasının nedeni; farkındalık düzeylerinin daha düşük olması olarak düşünülmektedir.

Bu araştırmada, ekonomik durumu iyi olan yetişkinlerin duygusal zeka düzeyleri, orta ve kötü ekonomik durumu olanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Güler (2008) alışmasında, duygusal zekanın ekonomik düzeye göre farklılaşmadığını saptamıştır. Pulido Acosta ve Herrera Clavero (2018) alışmalarında, sosyoekonomik düzeyin duygusal zekayla ilişkili olduğunu bulmuştur. Göçet Tekin (2014) yaptığı çalışmada, duygusal zeka düzeylerinin ekonomik düzeye göre anlamlı biçimde farklılaşmadığını bulmuştur. Bu bağlamda, araştırmamızın sonucunun literatürden farklı olduğu dikkat çekmektedir. Araştırmamızda, ekonomik durumu iyi olan yetişkinlerin duygusal zeka düzeylerinin daha yüksek çıkmasının nedeni; Bar-on modeli, duygusal zekası yüksek olan kişilerin yaşamlarından başarıları kişiler olduğu ileri sürülmektedir (Bar-On, 2006). Bu nedenle iyi ekonomik duruma sahip olan kişilerin duygusal zeka düzeyinin daha yüksek olması şaşırtıcı bir sonuç değildir.

Bu araştırmada, ekonomik durumu iyi olan katılımcıların problem çözüme becerisi düzeyleri, kötü ve orta ekonomik durumu olan katılımcılardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Yılmaz ve diğeri (2009) yaptıkları çalışmada,

ekonomik düzeyin problem çözme becerisini etkilemediğini bulmuştur. Kennedy (1998) çalışmasında, ekonomik duruma göre problem çözme becerisinin farklılaşmadığını saptamıştır. Shure ve Spivack (1982) yaptığı çalışmada, kişilerarası problem çözme becerisinin ekonomik düzeye göre farklılaşmadığını bulmuştur. Araştırma sonucu olan ekonomik durumu iyi olanların problem çözme becerisinin daha yüksek olması literatürdeki diğer çalışmalardan daha farklı bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır ve ekonomik durumu iyi olanların problem çözme becerisinin daha yüksek olmasının nedeni; kişiler maddi olanakları kullanarak problemin çözümüne dair daha fazla kaynağa ulaşabilmesi ve bu durumun problem çözme becerisini olumlu etkilemesi olarak düşünülmektedir.

Bu araştırmada, madde kullanma eğiliminin ekonomik duruma göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Miller ve Miller (1997) çalışmasında, ekonomik düzeyin madde kullanımında etkili olduğu bildirmiştir. Poorasl ve diğerleri (2007) çalışmalarında, ekonomik durum arttıkça madde kullanımının arttığını bulmuştur. Sidney ve diğerleri (1997) yaptıkları çalışmada ise ekonomik düzey düştükçe madde kullanımının arttığını saptamıştır. İlgili çalışmalarda farklı sonuçların olduğu dikkat çekmektedir. Araştırmamızda ekonomik duruma göre madde kullanma eğiliminin farklılaşmamasının nedeninin; örneklem dağılımındaki dengesizlikle ilişkili olabileceği (%82'si orta ekonomik düzey), bu nedenle dağılıma dikkat edilerek tekrar bakılmasının daha sağlıklı olacağı düşünülmektedir.

Araştırmada son olarak duygusal zekanın, problem çözme becerisi ile madde kullanma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda ilk olarak, duygusal zekanın problem çözme becerisi üzerindeki etkisine bakılmıştır. Araştırmanın sonucunda duygusal zeka düzeyinin pozitif yönde problem çözme becerisini yordadığı saptanmıştır. Kim ve Han (2015) çalışmasında, duygusal zeka ile problem çözme becerisinin ilişkili olduğunu belirtmektedir. İşmen (2001) çalışmasında, kişilerin duygusal zeka düzeyi arttıkça problem çözme becerisinin arttığını saptamıştır. Por ve diğerleri (2011), duygusal zekanın problem çözme becerisini etkilediğini belirtmektedir. Beauvais ve diğerleri (2011), duygusal zekanın problem çözme becerisini etkilediğini ifade etmektedir. Güler (2006) çalışmasında, yüksek duygusal zekaya sahip katılımcıların yüksek problem çözme becerisine sahip olduklarını bulmuştur. Bu bağlamda, araştırmamızda duygusal zeka arttıkça problem çözme becerisinin artması sonucunun ilgili çalışmaların

sonuçlarıyla uyumlu olduğu gör÷lmektedir ve araştırma sonucunun nedeninin; duygusal zekanın kişilerin kendi ve diğerlerinin duygularını anlayabilmesine, kendi duygularını kontrol edebilmesine, kişilerin yaşadıkları problemler karşısında duygularını doğru şekilde kullanmasına katkı sağlamasıyla ilişkili olduğu ve bu durumun problem çözme becerisini arttırması olarak düşün÷lmektedir.

Duygusal zeka ile madde kullanma eğilimi arasındaki ilişkiye bakacak olursak; bu araştırma sonucunda duygusal zeka düzeyinin negatif yönde madde kullanma eğilimini yordadığı saptanmıştır. Bakhshodeh (2012) yaptığı çalışmasında; maddeyi kötüye kullanma ile duygusal zeka arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur. Hertel ve diğerleri (2009) yapıkları çalışmada, madde bağımlılığı olan kişilerin duyguları anlama ve düzenleme becerisi olan duygusal zeka düzeylerinin düşük olduğunu belirtmektedir. Trinidad ve Johnson (2002), duygusal zeka ile ergenlik dönemi sigara ve alkol kullanımı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında; duygusal zeka ile alkol ve sigara kullanımı ve kullanım sıklığı arasında negatif yönde bir ilişki saptamıştır. İlgili alan yazılarına bakıldığında; bağımlılıkların ve pek çok psikopatolojinin gelişiminde duygularını ifade edememe veya duygularını kontrol edememenin yattığı ve bu nedenle duygusal zeka ile bağımlılık ilişki olarak değerlendirilmektedir (Atari ve diğerleri, 2002). Duygusal zeka, kişilerin iyi olma hallerine katkı sağlayarak madde kullanımına duyulan ihtiyacı azaltmaktadır (Erbildim, 2019). Bu bağlamda, araştırmamızın sonucu olan duygusal zeka arttıka madde kullanma eğiliminin azalmasının nedeninin; duygusal zekanın kişilerin duygularını anlamasını ve ifade etmesini sağlayarak duygularından bir kaçış aracı olarak madde kullanma eğilimi göstermelerini azaltması olarak düşün÷lmektedir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma bulgularına göre; duygusal zekanın problem çözme becerisi ve madde kullanma eğilimi üzerinde etkili olduğu dikkat çekmektedir. Kişilerin yaşamları boyunca pek çok problemle karşılaştıkları bilinen bir gerçektir ve bu problemleri çözebilme becerisi, yaşamlarını sağlıklı şekilde devam edebilmeleri adına önemlidir. Bu nedenle problem çözme becerisini geliştirmeye dair seminerler düzenlenebilir ve bu seminerlerde duygusal zekanın problem çözme üzerinde olumlu etkisi olduğu vurgulanabilir. Eğitimle duygusal zekanın geliştirilebildiği araştırmalarda gösterilmiştir. Erken yaşlardan itibaren eğitimlerde bu alanda çalışmalar yapılması ilerleyen dönemlerde kişilerin problem çözme yeteneğini artıracaktır ve madde kullanma gibi zararlı yöntemleri kullanma olasılığını da azaltacaktır. Benzer şekilde, duygusal zekanın madde kullanma eğilimini azaltıcı etkisi göz önüne alınarak; madde kullanma eğilimi yüksek olan gruplara dair müdahale programları oluşturulduğunda duygusal zeka kavramı ön plana çıkarabilir. Madde bağımlılığının önlenmesi adına madde kullanma eğilimi önem arz etmektedir ve madde kullanma eğilimi yüksek olan kişilere yönelik bireysel veya grupla psikolojik destek sağlanabilir.

Araştırma verilerinin Covid-19 pandemi döneminde toplanması ve katılımcılara online (çevrimiçi) şekilde ulaşılması kısıtlılığa neden olmuştur. Bu nedenle örneklem sayısı 444 yetişkin kişiyle sınırlıdır. Araştırmanın sonucunun genellenebilirliği açısından daha sonraki dönemde katılımcı sayısı arttırarak bakılması tavsiye edilmektedir. Araştırmada, duygusal zekanın problem çözme becerisi ve madde kullanma eğilimi varyansını açıklama oranı göz önüne alındığında; problem çözme becerisi ve madde kullanma eğilimi ile ilişkili olabilecek diğer bir değişkenlerle (örneğin; öznel iyi olma, sosyal destek vb.) yeni bir çalışmanın gerçekleştirilmesi önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Acar, F. T.** (2001). Duygusal zeka yeteneklerinin göreve yönelik ve insana yönelik liderlik davranışları ile ilişkisi: Banka şube müdürleri üzerine bir alan araştırması (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı** (2013). Madde Kullanım Riski ve Madde Bağımlılığından Korunma. <https://www.aep.gov.tr/wp-content/uploads/2012/10/MaddeKullan%C4%B1m%C4%B1.pdf>. Erişim Tarihi:17.04.2021.
- Alver, B.** (2005). Üniversite öğrencilerinin problem çözme becerileri ve akademik başarılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri Kitapçığı, Marmara Üniversitesi, 21-23 Eylül, İstanbul,188-189.
- Amerikan Psikiyatri Birliği**, (2014). Ruhsal bozuklukların tanısal ve sayımsal elkitabı, 5. Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı'ndan, (E. Köroğlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Anthony, M. C.** (1991). A Study Of The Relationship Between The Problem Solving Ability And Achivement Of Four And Five Year Old Low Income Black Children. Dissertation Abstracts International. Vol: 52, n: 6, December.
- Arenofsky, J.** (2001). Developing your problem-solving skills. Career World, 29(4), 18-21.
- Armeli, S., Tennen, H., Affleck, G. ve Kranzler, H. R.** (2000). Does affect mediate the association between daily events and alcohol use? Journal of Studies on Alcohol, 61 (6), 862–871.
- Aslan, M.** (2019). Öğretmen adaylarının duygusal zekâları ile problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişki. Kastamonu Education Journal, 27(6), 2481- 2492. doi:10.24106/kefdergi.3357.
- Atari, Y.A., Haghghi, J. ve Hanekashi, Z.** (2002). An investigation into the relationship between emotional instability, prosocial behavior and aggression in pre-adolescent guidance school students in Ahvaz. Journal of Education and Psychology. 9(1-2):1–16.
- Augusto Landa JM, López-Zafra E, Berrios Martos MP, Aguilar-Luzón Mdel C.** (2008). The relationship between emotional intelligence, occupational stress and health in nurses: a questionnaire survey. Int J Nurs Stud;45:888- 901.
- Aysel, L.** (2006). Liderlik ve Duygusal Zeka. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.

- Azzam, H. ve Elghonemy, S.** (2008). Emotional intelligence and substance abuse: A possible relation. *Current Psychiatry*. 15:113.
- Bakhshodeh, S.** (2012). Comparing emotional intelligence among people addiction allowed, addicts who are leaving drugs and normal people 20-35 years old from Shahre Babak (Persian). General psychology graduate thesis, Allameh Tabatabai University Faculty of Psychology and Educational Sciences.
- Bar-On, R.** (1997). *The Emotional Intelligence Inventory (EQ-I): Technical Manual*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. ve Parker, J. D. A.** (2000). *The handbook of emotional intelligence*. New York: Jossey Bass.
- Bastian, V. A., Burns, N. R. ve Nettelbeck, T.** (2005). Emotional intelligence predicts life skills, but not as well as personality and cognitive abilities. *Personality and Individual Differences*, 39, 1135–1145.
- Beauvais, A.M., Brady, N., O'Shea, E.R. ve Griffin, M.T.** (2011). Emotional intelligence and nursing performance among nursing students. *Nurse Educ Today*. May;31(4):396-401. doi: 10.1016/j.nedt.2010.07.013. Epub 2010 Aug 23. PMID: 20739106.
- Bernet, W.** (2007). Çocuğa Kötü Muamele. In. BJ Sadock, VA Sadock (Eds.), Kaplan and Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry (Çev. H. Aydın, A. Bozkurt). Güneş Kitapevi, Ankara, Cilt 4: 3413.
- Bingham, A.** (2004) Çocuklarda Problem Çözme Yeteneklerinin Geliştirilmesi, çev. A. Ferhan Oğuzkan. (Milli Eğitim Basımevi, İstanbul).
- Bulut, M., Savaş, H. A., Cansel, N., Selek, S., Kap, Ö., Yumru, M. ve Vırit, O.** (2006). Gaziantep Üniversitesi alkol ve madde kullanım bozuklukları birimine başvuran hastaların sosyodemografik özellikleri. *Bağımlılık Dergisi*; 7 (2): 65- 70.
- Büyükkaragöz, S.** (1994). Genel Öğretim Metotları. Atlas Kitabevi, Konya.
- Canbulat, N. ve Çankaya, Z. C.** (2014). Evli Bireylerin Öznel İyi Olma Düzeylerinin Yordanması. *Ege Eğitim Dergisi*, (15) 2: 556-576.
- Carmeli, A., Yitzhak-Halevy, M. ve Weisberg, J.** (2009). The relationship between emotional intelligence and psychological wellbeing. *Journal of Managerial Psychology*.
- Ceyhun, C., Oğuztürk, Ö. ve Ceyhun, A. G.** (2001). Madde Kullanma Eğilimi Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirliği. *Klinik Psikiyatri*, 4, 87-93.
- Cordovil de Sousa Uva, M., Timary, P.H., Cortesi, M., Blicquy, P., Mikolajczak.** (2010). Moderating effect of emotional intelligence on the role of negative affect in the motivation to drink in alcohol-dependent subjects undergoing protracted withdrawal. *Personality and Individual Differences*. 48(1):16-21.
- Crowley, T.J. ve Riggs, P.D.** (1995). Adolescent substance use disorder with conduct disorder and comorbid conditions. *Adolescent Drug Abuse: Clinical Assessment and Therapeutic Interventions*. National Institute on

Drug Abuse Research Monograph Series. 156 Eds Rahdert E, Czechowicz D. s: 49-111.

- Çakar, U. ve Arbak, Y.** (2004). Modern yaklaşımlar ışığında değişen duygu-zeka ilişkisi ve duygusal zeka. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 6(3), 23-48.
- Çetinkaya Ö. ve Alparlan A. M.** (2011) Duygusal Zekânın İletişim Becerileri Üzerine Etkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi. 16(1):363-377.
- Çınar, O., Hatunoğlu, A. ve Hatunoğlu, Y.** (2009). Öğretmenlerin problem çözme becerileri. Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi, 11(2), 215-226.
- Çinko, N.** (2004). İlköğretim Kurumlarında Görev Yapmakta Olan Yöneticilerin Kaynaştırma Eğitimine İlişkin Tutumları ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), T.C. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- D’Zurilla, T. J., Chang, E. C. ve Sanna, L. J.** (2004). Social Problem Solving: Theory and Assessment. İçinde Social problem solving: theory, research, and training (1st ed, ss. 11-27). Washington, DC: American Psychological Association.
- Damasio, A. R.** (1998). Emotion in the Perspective of an Integrated Nervous System. Brain Research Reviews, 26(3): 83-86.
- Danışık, N. D.** (2005). Ergenlerin sürekli öfke, öfke ifade tarzları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Demir, S.** (2018). Lise Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığının Duygusal Zeka ile İlişkinin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Dhani P. ve Sharma T.** (2016). “Emotional Intelligence ; History, Models amd Measures”, International Journal of Tecnology and Management, 5(7), 189-201.
- Doğan, P.** (2001). Madde Kullanımı ve Bağımlılığı. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 4 (4) .
- Dündar, S.** (2008). Polislerin Umutsuzluk Düzeyi İle Problem Çözme Becerisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Polis Bilimleri Dergisi: 10 (3). ss.77-92.
- Elias, M.J. ve Weissberg, R.P.** (2000). "Primary prevention: educational approaches to enhance social and emotional learning." The Journal of School Health 70(5) 186-190.
- Emin, O.** (2017). Duygusal Zeka Yeterliliklerinin Eğitimdeki Rolü. Hikmet Dergisi, 29, 93-105.
- Erbildim, E.** (2019). Sigara içenlerde ve içmeyenlerde duygusal zekâ, psikolojik iyi oluş ve tükenmişlik düzeyinin karşılaştırılması. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.

- Fernández-Berrocal, P. ve Extremera, N.** (2006). Emotional intelligence: A theoretical and empirical review of its first 15 years of history. *Psicothema*, 18, 7-12.
- Frijda, N.H.** (1988). The Laws of Emotion. *American Psychologist*, 43(5): 349-358.
- Gelbal, S.** (1991). Problem çözme. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(6), 167-173.
- Goleman, D.** (1995). Duygusal zekâ neden IQ'dan daha önemlidir? (Çev. Yüksel, S, B.). New York: Bantam Dell. (1996: İstanbul Varlık Yayınları).
- Göçet Tekin, E.** (2014). Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma duygusal zeka ve sosyal iyi olma düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. (Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi.
- Gönüllü, O. G., Hacıoğlu, M. ve Tarlacı, N.** (2002). Ego psikolojisi ve madde bağımlılığı. *Düşünen Adam*, 15(2), 104-107.
- Güler, A.** (2006). İlköğretim Okullarında Görev Yapan Öğretmenlerin Duygusal Zeka Düzeyleri ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güllüce, A. Ç. ve İşcan, Ö.F.** (2010). Mesleki Tükenmişlik ve Duygusal Zeka Arasındaki İlişki. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İBBF Dergisi*, 5(2), 7-2.
- Gürbüz, S. ve Yüksel, M.** (2008). Emotional intelligence in workplace: Its relation with job performance, job satisfaction, organizational citizenship behavior, and some demographic factors. *Journal of Doğu University*. 9(2): 174-190.
- Heppner, P.P. ve Anderson, W.P.** (1985). The relationship between problem solving self-appraisal and psychological adjustment. *Cognitive Therapy and Research*, 4, 415-427.
- Heppner, P.P. ve Peterson. C.H.** (1982). "The Development and Implications of A Personal-Problem Solving Inventory", *Journal of Counseling Psychology*, 29, s.66-75.
- Heppner, P.P., Witty, T. E. ve Dixon, W.A.** (2004) Problem-solving appraisal and human adjustment: A review of 20 years of research using the problem solving inventory. *The Counseling Psychologist*, 32: (3), 344-428.
- Hertel, J., Schütz, A., Lammers, C.H.** (2009). Emotional intelligence and mental disorder. *J Clin Psychol.* 65(9):942-54. doi: 10.1002/jclp.20597. PMID: 19437504.
- Ioannidou, F. ve Konstantikaki, V.** (2008). Empathy and emotional intelligence: What is it really about?. *International Journal of caring sciences*, 1(3), 118.
- Ivey A.E., Ivey M.B., Simek-Morgan L.** (1993). *Counseling and psychotherapy: A multicultural perspective*, 3rd Ed. Allyn and Bacon.
- İkiz, F.E. ve Görmez, S.K.** (2010). İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinde Duygusal Zekâ ve Yaşam Doyumunun İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 9(3), 1216-1225.

- İşmen, A. E.** (2001). Duygusal Zeka ve Problem Çözme. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi. 13, 111-124.
- Jackson, C., Henriksen, L, Dickinson, D., Levine, D.** (1997). The early use of alcohol and tobacco: its relation to children's competence and parents' behavior. 87, 359-364.
- Kelleci, M. ve Gölbaşı, Z.** (2004). Bir üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerin problem çözme becerilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 8 (2); 1-8.
- Kennedy, M. G.** (1998). Social Problem Solving And Adjustment In Adolescence The Influence Of Moral Reasoning Level, Scoring Alternatives And Family Climate. Journal of Clinical Child Psychology. Vol: 17, n: 1, 73-83.
- Khosravi Kabir, Z., Mousavi, S.V, Agha Yousefi, A. R.** (2009). Comparison of emotional intelligence and mental health in addicted and normal individuals. Journal of Guilan University of Medical Sciences. 18(70):9-16.
- Kızıl, Z.** (2012). Eğitim Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Duygusal Zekalarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kim, M. ve Han, S.** (2015). A study of Emotional Intelligence and Coping Strategies in Baccalaureate Nursing Students. Int. J. Bio-Sci. Bio-Technol. 7(3):275-282.
- Korkut, F.** (2002). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22, 177-184.
- Koser, İ. ve Barut, Y.** (2020). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri, Problem Çözme Becerileri ve Bağlanma Stilleri İlişkisi. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 15 (23) , 1765-1789. DOI: 10.26466/opus.622867.
- Kun, B. ve Demetrovics, Z.** (2010). Emotional intelligence and addictions: A systematic review. Substance use & misuse, 45(7-8), 1131-1160.
- Kunnanatt, J. T.** (2008). Emotional intelligence: theory and description. *Career Development International*..
- MacAndrew, C.** (1986). Toward the psychometric detection of substance misuse in young men: The SAP Scale. Journal of Studies on Alcohol, 47(2), 161-166.
- Martinez, M.E.** (1998). What is problem solving? Phi Delta Kappan, 79(8), 605-609.
- Matthews, G., Emos, A. K., Funke, G., Zeidner, M., Roberts, R. D., Costa, P. T., Jr.** (2006). Emotional intelligence, personality, and task-induced stress. *Journal of Experimental Psychology: Applied*, 12, 96-107.
- Mayer, J. D. ve Salovey, P.** (1993). The Intelligence of Emotional Intelligence. *Intelligence*, 17(4). 433-442.
- Mayer, J. D. ve Salovey, P.** (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey and D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional*

intelligence: Implications for educators (pp. 3-31) New York: Basic Books.

- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P.** (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27, 267–298. [http://dx.doi.org/10.1016/S0160-2896\(99\)00016-1](http://dx.doi.org/10.1016/S0160-2896(99)00016-1).
- Mayer, J.D. , Salovey, P. ve Caruso, D.** (2000b) Models of Emotional Intelligence. Handbook of Emotional Intelligence, R. Sternberg'in içinde. Cambridge University Press:İngiltere.
- Menhart, S, F.** (1998). Emotional intelligence: An alternative explanation of career success. Development of a multi-componential theory of emotional intelligence and its relationship to interview outcomes. South Florida.
- Miller, D. S. ve Miller, T. Q.** (1997). A test of socioeconomic status as a predictor of initial marijuana use. *Addictive Behaviors*, 22(4), 1281-1297.
- Morehouse, M. M.** (2007). An exploration of emotional intelligence across career arenas. *Leadership & Organization Development Journal*.
- Mountrose, P.** (2000) 6 ile 18 Yaş Çocuklarıyla Sorunları Çözmede 5 Aşama. Kariyer Yayıncılık. İstanbul.
- Orford, J.** (2001). *Excessive appetites: A psychological view of addictions*. John Wiley & Sons Ltd.
- Ögel, K, Çorapçıoğlu, A., Sır, A.** (2004). Türkiye’de dokuz ilde ilk ve ortaöğretim öğrencilerinde tütün, alkol ve madde kullanım yaygınlığı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15:112-118.
- Ögel, K.** (2010). *Alkol ve Madde Kullanım Bozuklukları: Tanı, Tedavi ve Önleme*. Yeniden Yayınları, İstanbul.
- Ögel, K., Taner S. ve Yılmaz Çetin, C.** (2003). Ergenlerde madde bozukluklarına yaklaşım kılavuzu. İstanbul, Turkey: IQ Kültür Sanat Yayıncılık.
- Özdemir Cihan, M.** (2020). Sınıf Öğretmeni Adaylarının Duygusal Zeka Gelişimine Yönelik Program Geliştirilmesi ve Etkililiğinin İncelenmesi: Karma Yöntem Çalışması. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Pehlivan, S.** (2015). Duygusal Zekanın Satış Elemanlarının Algıladıkları Satış Performansına Etkisi, (Yüksek Lisans Tezi), Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Pérez-Díaz, P.A., Perazzo, M.F., Chiesi, F., Marunic, G., Granville-Garcia, A.F., Paiva, S.M., Petrides, K.V.** (2021). Invariance of the trait emotional intelligence construct across populations and sociodemographic variables. *Personal. Individ. Differ*, 169, 110038.
- Poorasl, A. M., Vahidi, R., Fakhari, A., Rostami, F. ve Dastghiri, S.** (2007). Substance abuse in Iranian high school students. *Addictive Behaviors*, 32(3), 622-627.
- Por J, Barriball L, Fitzpatrick J, Roberts J.** (2011). Emotional intelligence: its relationship to stress, coping, well-being and professional performance in nursing students. *Nurse Educ Today*. Nov;31(8):855-60. doi: 10.1016/j.nedt.2010.12.023. Epub 2011 Feb 2. PMID: 21292360.

- Pulido Acosta, F. ve Herrera Clavero, F.** (2018). Relationship between happiness, emotional intelligence and sociodemographic factors in secondary education. *Anuario De Psicología* (Barcelona, Spain), 48(1), 34-42. <https://doi.org/10.1016/j.anpsic.2018.04.002>.
- Rahim, M. A. ve Minors, P.** (2003). Effects of emotional intelligence on concern for quality and problem solving. *Managerial Auditing Journal*.
- Raisjouyan, Z., Talebi, M., Ghasimi Shahgaldi, F. ve Abdollahian, E.** (2014). Investigating the effect of emotional intelligence on the addiction relapse after quitting. *Asia Pacific Journal of Medical Toxicology*, 3(1), 27-30.
- Ramsey R.F.**(1989). "Effective problem solving." *The Shild & Lance*, 7 (4).
- Raz, S. ve Zysberg, L.** (2014). Emotional intelligence: Current evidence from psychophysiological, educational and organizational perspectives. Nova Science Publishers.
- Salguero, J.M., Extremera, N. ve Berrocel, P.** (2012). Emotional intelligence and depression: The moderator role of gender. *Personality and Individual Differences*, 53, 29-32.
- Salovey, P. ve Grewal, D.** (2011). "The Science of Emotional Intelligence The Science of Emotional Intelligence", *Current Directions in Psychological Science*, 14(6), 281-285.
- Salovey, P. ve Mayer, J. D.** (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185–211.
- Salovey, P., Mayer, J. D., ve Caruso, D.** (2002). The positive psychology of emotional intelligence. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (p. 159–171). Oxford University Press.
- Saltalı, N. D.** (2010). Duygu eğitiminin okul öncesi dönem çocuklarının duygusal becerilerine etkisi (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Scharpf, F. W.** (1997). Introduction: the problem-solving capacity of multi-level governance. *Journal of European public policy*, 4(4), 520-538.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Bobik, C., Coston, T. D., Greeson, C., Jedlicka, C., Rhodes, E. ve Wendorf, G.** (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *The Journal of Social Psychology*, 141(4), 523–536. <https://doi.org/10.1080/00224540109600569>.
- Schutte, N.S., Malouff, J.M., Hall, L.E., Haggerty, D.J., Cooper, J.T. & Golden, C.J.** (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.
- Sever, G.** (2015). Lise öğrencilerinin madde kullanma eğilimlerinin algılanan sosyal destek ve riskli davranışlarla ilişkisinin incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Shure, M. B. ve Spivack, G.** (1982). Interpersonal Problem Solving In Young Children: A Cognitive Approach To Prevention. *American Journal of Community Psychology*. Vol:10, n: 3, 341-356.

- Skeer, M., McCormick, M.C., Normand, S.L., Buka, S.L., Gilman, S.E.** (2009). A prospective study of familial conflict, psychological stress, and the development of substance use disorders in adolescence. *Drug Alcohol Depend.* 1;104(1-2):65-72. doi: 10.1016/j.drugalcdep.2009.03.017. Epub 2009 May 14. PMID: 19446409; PMCID: PMC2728005.
- Slaski, M., ve Cartwright, S.** (2002). Health, performance and emotional intelligence: An exploratory study of retail managers. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 18(2), 63-68.
- Stein, S. J.** (2009). *Emotional Intelligence For Dummies*. Canada : John Wiley & Sons.
- Stevens, M.** (1998). *Daha İyi Nasıl Sorun Çözülür*. Çevirmen Ali Çimen, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Szuberla, A.L.** (2006) *Emotional intelligence and school success*. Doktora Tezi, Walden Üniversitesi, Washington.
- Taylan, S.** (1990). *Heppner'in Problem Çözme Envanterinin uyarlama, güvenirlik ve geçerlik çalışması*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Temeloğlu, E.** (2018). *Duygusal Zekâ İle Problem Çözme Becerisi Arasındaki İlişki*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Denizli..
- Toker, T.** (2008). *Madde Kullananlarda Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantılarının, Madde Kullanma Eğilimi, Benlik Saygısı ve Başa Çıkma Tutumları ile İlişkisi*. Karadeniz Teknik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Trabzon.
- Toker, T., Tiryaki, A., Özçürümez, G. ve İskender, B.** (2011). Madde kullananlarda çocukluk örselenme yaşantılarının, madde kullanma eğilimi, benlik saygısı ve başa çıkma tutumları ile ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 83 - 92.
- Trinidad D.R. ve Johnson, C.A.** (2002) The association between emotional intelligence and early adolescent tobacco and alcohol use: *Personality and Individual Differences*, 32, pp. 95-105.
- Trinidad, D. R., Unger, J. B., Chou, C. P. ve Johnson, A.** (2004). The protective association of emotional intelligence with psychosocial smoking risk factors for adolescents. *Personality and Individual Differences*, 36, 945-954.
- Türkiye Uyuşturucu ve Uyuşturucu Bağımlılığı İzleme Merkezi** (2011). "TÜRKİYE". Erişim Adresi:<http://www.narkotik.pol.tr/kurumlar/narkotik.pol.tr/Arsiv/TUBIM/Documents/TURKIYE%20UYUSTURUCU%20RAPORU%202011.pdf> . Erişim Tarihi: 23.06.21.
- Uyar Kurt, A.** (2016). *Ebeveyn Kaybının Duygusal Zekâ Ve Problem Çözme Becerisi Üzerindeki Etkisi*. İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Webb, E., Ashton, C. H., Kelly, P. ve Kamah, F.** (1998). An update on British medical students' lifestyles. *Medical Education*, 32(3), 325–331. <https://dx.doi.org/10.1046/j.1365-2923.1998.00204.x>
- Wills, T.A. ve Hirky, A. E.** (1996). Coping and substance abuse: A theoretical model and review of the evidence. In M Zeichner & NS Eudler (Eds.) *Handbook of coping: Theory research, and applications*. Wiley, New York, 279-302.
- Yazıcı, A.** (2019). Duygusal Zekâ ve Duygusal Zekâ Modelleri. In İ. Ulutaş & E. Ömeroğlu (Eds.), *Erken Çocukluk Eğitiminde Duygusal Zekâ Kuramdan Uygulama ve Değerlendirmeye* (p. 180). <https://doi.org/10.14527/97860580008908>.
- Yerli, S.** (2009). İlk ve orta öğretim okullarındaki yöneticilerin duygusal zeka ve problem çözme becerileri arasındaki ilişki (İstanbul Anadolu Yakası örneği). (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Yılmaz, E., Karaca, F. ve Yılmaz, E.** (2009). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin problem çözme becerilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 12 (1); 38-48.
- Yüncü, Z., Saatçioğlu, H., Aydın, C., Özbaran, N. B., Altıntoprak, E. ve Köse, S.** (2014). Bir Şehir Efsanesi: Madde Kullanmaya Başlama Yaşı Düşüyor mu?. *Literatür Sempozyum*, 1 (4); 43-50.
- Zadnik, M.G. ve Loss, R.D.** (1995). Developing numerical problem-solving skills through estimations of quantities in familiar contexts. *Australian Science Teachers Journal*, 41(1), 15-19.

EKLER

EK 1 - Etik Kurul Onayı



T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük



Sayı : E-71457743-050.01.04-2021.2.640 -196
Konu : Etik Kurul Kararı (Yiğit Ozan
AKYÜREK)

08/06/2021

Sayın Prof. Dr. Fatma Sibel MERCAN

Üniversitemiz Etik Kurulunun 27.05.2021 tarihli 2021/05 sayılı toplantısında; "Yetişkinlerde Duygusal Zeka Problem Çözme Becerileri ile Bağımlılık Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı başvurunuz görüşüldü. Yapılan görüşme sonunda: "Yetişkinlerde Duygusal Zeka Problem Çözme Becerileri ile Bağımlılık Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı başvurunuzun etik olarak uygun olduğuna katılanların oy birliği ile karar verildi.

Prof. Dr. Berin ERGİN
Etik Kurul Başkanı

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu:
789CC9CC-131E-4B2B-B550-52759C5115D9

Belge Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/istanbul-gedik-universitesi-ebys>

Adres: T.C. İstanbul Gedik Üniversitesi Cumhuriyet
Mahallesi İlkbahar Sokak No: 1-3-5 34876 Yakacık Kartal
İstanbul
Telefon No: 444 5 438 / Dahili: 1196
Faks No: 0216 452 87 17
e-Posta: info@gedik.edu.tr
KEP Adresi: gedikuniversitesi@hs01.kep.tr

Ayrıntılı bilgi için: Ozan YILDIZ
Uzman
Telefon No: 444 5 438 / Dahili: 1196



EK 2 – Bilgilendirilmiş Gönüllü Onay Formu

Sayın katılımcı,

“Yetişkinlerde Duygusal Zeka Problem Çözme Becerileri ile Bağımlılık Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” araştırmasında yer almayı kabul etmeden önce lütfen aşağıdaki yazıları okuyunuz.

Araştırma için sizden beklenen formlarda verilen soruları size uygun ve eksiksiz cevaplamanız beklenmektedir. Vereceğiniz tüm cevaplar sadece araştırma amacıyla kullanılacak ve araştırmacı haricinde kimseye gösterilmeyecektir. Araştırmada gerçek isminiz sorulmayacak takma isim kullanacaksınız. Araştırmaya katılımınız tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır ve dilediğiniz zaman araştırmaya katılmaya son verme hakkına sahiptir. Araştırmayı yarıda bırakma durumunda ise tüm cevaplarınız yok edilecek ve araştırma verilerine dahil edilmeyecektir.

Değerli katılımınız için teşekkür ederiz.

Şartları okudum, kabul ediyorum.

EK 3 - Sosyodemografik Bilgi Formu

Lütfen aşağıdaki soruları cevaplayınız. Verdiğiniz cevaplar sadece araştırma kapsamında gerekli olan istatistiksel veriler için kullanılacaktır. Araştırmada dışında kesinlikle ikinci bir yerde kullanılmayacak ve başka kişilerle paylaşılmayacaktır.

1. Cinsiyetiniz:

Kadın Erkek

2. Yaşınız :

3. Medeni Durumunuz:

Bekar Evli Boşanmış/Dul

4. Eğitim Durumunuz?

Okula gitmemiş İlkokul Ortaokul

Lise Üniversite ve üstü

5. Sizce aşağıdaki seçeneklerden hangisi ekonomik düzeyinizi en iyi ifade etmektedir?

Çok Düşük Düşük Orta Yüksek Çok Yüksek

6. Psikiyatrik Tedavi Gördünüz Mü?

Evet daha önce gördüm Hayır hiç görmedim

EK 4 - Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği

Sayın uygulayıcı maddeleri anlamanız ve size hitap eden kutucuğu doğru işaretlemeniz anket sonucunun güvenilirliği ve geçerliliği açısından önem arz etmektedir. Aşağıdaki ifadeler kutuların içerisindeki sayılara eşdeğerdir. Yazılı metnin yanındaki 1' den 5'e kadar numaralandırılmış cevap kutucuklarından birini seçerek (X) işareti koyunuz.

		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Fikrim Yok	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Kişisel sorunlarımı başkaları ile ne zaman paylaşacağımı bilirim.					
2	Bir sorunla karşılaştığım zaman benzer durumları hatırlar ve üstesinden gelebilirim.					
3	Genellikle yeni bir şey denerken başarısız olacağımı düşünürüm.					
4	Bir sorunu çözmeye çalışırken ruh halimden etkilenmem.					
5	Diğer insanlar bana kolaylıkla güvenirlir.					
6	Diğer insanların beden dili, yüz ifadesi gibi sözel olmayan mesajlarını almakta zorlanırım.					
7	Yaşamımdaki bazı önemli olaylar neyin önemli neyin önemsiz olduğunu yeniden değerlendirmeme yol açtı.					

8	Bazen konuştuğum kimsenin ciddi mi olduğunu yoksa şaka mı yaptığını anlayamam.					
9	Ruh halim değiştiğinde yeni olasılıkları görürüm.					
10	Duygularımın yaşam kalitem üzerinde etkisi yoktur.					
11	Hissettiğim duyguların farkında olurum.					
12	Genellikle iyi şeyler olmasını beklemem.					
13	Bir sorunu çözmeye çalışırken mümkün olduğunca duygusallıktan kaçınırım.					
14	Duygularımı gizli tutmayı tercih ederim.					
15	Güzel duygular hissettiğimde bunu nasıl sonlandıracağımı bilirim.					
16	Başkalarının hoşlanabileceği etkinlikler düzenleyebilirim.					
17	Sosyal yaşamda neler olup bittiğini sıklıkla yanlış anlarım.					
18	Beni mutlu edecek uğraşlar bulmaya çalışırım.					
19	Başkalarına gönderdiğim beden dili, yüz ifadesi gibi sözsüz mesajların farkındayım.					

20	Başkaları üzerinde bıraktığım etkiyle pek ilgilenmem.					
21	Ruh halim iyiiken sorunların üstesinden gelmek benim için daha kolaydır.					
22	İnsanların yüz ifadelerini bazen doğru anlayamam.					
23	Yeni fikirler üretmem gerektiğinde duygularım işimi kolaylaştırmaz.					
24	Genellikle duygularımın niçin değiştiğini bilmem.					
25	Ruh halimin iyi olması yeni fikirler üretmeme yardımcı olmaz.					
26	Genellikle duygularımı kontrol etmekte zorlanırım.					
27	Hissettiğim duyguların farkındayım.					
28	İnsanlar bana, benimle konuşmanın zor olduğunu söylerler.					
29	Üstlendiğim görevlerden iyi sonuçlar alacağımı hayal ederek kendimi güdülerim.					
30	İyi bir şeyler yaptıklarında insanlara iltifat ederim.					
31	Diğer insanların gönderdiği sözel olmayan mesajların farkına varırım.					
32	Bir kişi hayatındaki önemli					

	olaydan bahsettiğinde ben de aynısını yaşamış gibi olurum.					
33	Duygularımda ne zaman değişiklik olsa aklıma yeni fikir gelir.					
34	Sorunları çözme biçimim üzerinde duygularımın etkisi yoktur.					
35	Bir zorlukla karşılaştığım zaman umutsuzluğa kapılırım.					
36.	Diğer insanların kendilerini nasıl hissettiklerini sadece onlara bakarak anlayabilirim.					
37.	İnsanlar üzgünken onlara yardım ederek daha iyi hissetmelerini sağlarım.					
38.	İyimser olmak sorunlar ile baş etmeye devam edebilmem için bana yardımcı oluyor.					
39.	Kişinin ses tonundan kendini nasıl hissettiğini anlamakta zorlanırım.					
40.	İnsanların kendilerini neden iyi ya da kötü hissettiklerini anlamak benim için zordur.					
41.	Yakın arkadaşlıklar kurmakta zorlanırım.					

EK 5 - Problem Çözme Envanteri

Aşağıdaki maddeleri elinizden geldiğince samimiyetle ve bu tür sorunlarla karşılaştığınızda nasıl davrandığınızı göz önünde bulundurarak cevaplandırınız.

Cevaplarınızı, bu tür problemlerin nasıl çözülmesi gerektiğini düşünerek değil, benzer sorunlarla karşılaştığınızda ne yaptığınızı düşünerek veriniz. “ Burada sözü edilen davranışı ben ne sıklıkla yaparım?” şeklinde düşünerek cevaplayınız.

		Her Zaman	Çoğunlukla	Sık Sık	Arada Sırada	Ender Olarak	Hiçbir Zaman
1	Bir sorunumu çözmek için kullandığım çözüm yolları başarısız ise bunların neden başarısız olduğunu araştırmam.						
2	Zor bir durumla karşılaştığımda ne olduğunu tam olarak belirleyebilmek için nasıl bilgi toplayacağımı uzun boylu düşünmem.						
3	Bir sorunumu çözmek için gösterdiğim ilk çabalar başarısız olursa o sorun ile başa çıkabileceğimden şüpheye düşerim.						
4	Bir sorunumu çözdükten sonra bu sorunu çözerken neyin işe yaradığını, neyin yaramadığını ayrıntılı olarak düşünmem.						
5	Sorunlarımı çözme konusunda genellikle yaratıcı ve etkili çözümler üretebilirim.						
6	Bir sorunumu çözmek için belli bir yolu denedikten sonra durur ve ortaya çıkan sonuç ile olması gerektiğini düşündüğüm sonucu karşılaştırırım.						
7	Bir sorunum olduğunda onu çözebilmek için başvurabileceğim yolların hepsini düşünmeye çalışırım.						
8	Bir sorunla karşılaştığımda neler hissettiğimi anlamak için duygularımı incelerim.						
9	Bir sorun kafamı karıştırdığında duygu ve düşüncelerimi somut ve açık- seçik						

	terimlerle ifade etmeye uğraşmam.						
10	Başlangıçta çözümü fark etmesem de sorunlarımın çoğunu çözme yeteneğim vardır.						
11	Karşılaştığım sorunların çoğu çözebileceğimden daha zor ve karmaşıktır.						
12	Genellikle kendimle ilgili kararları verebilirim ve bu kararlardan hoşnut olurum.						
13	Bir sorunla karşılaştığımda onu çözmek için genellikle aklıma gelen ilk yolu izlerim						
14	Bazen durup sonuçların üzerinde düşünmek yerine gelişi güzel sürüklenip giderim.						
15	Bir sorunla ilgili olası bir çözüm yolu üzerinde karar vermeye çalışırken seçeneklerimin başarı olasılığını tek tek değerlendirmem.						
16	Bir sorunla karşılaştığımda başka konuya geçmeden önce durur ve o sorun üzerinde düşünürüm.						
17	Genellikle aklıma gelen ilk fikir doğrultusunda hareket ederim.						
18	Bir karar vermeye çalışırken her seçeneğin sonuçlarını ölçer, tartar, birbiriyle karşılaştırır sonra karar veririm.						
19	Bir sorunumu çözmek üzere plan yaparken o planı yürütebileceğime güvenirim.						
20	Belli bir çözüm planını uygulamaya koymadan önce nasıl bir sonuç vereceğini tahmin etmeye çalışırım.						
21	Bir soruna yönelik olası çözüm yollarını düşünürken çok fazla seçenek üretmem.						

22	Bir sorunumu çözmeye çalışırken sıklıkla kullandığım bir yöntem; daha önce başıma gelmiş benzer sorunları düşünmektir.						
23	Yeterince zamanım olur ve çaba gösterirsem karşılaştığım sorunların çoğunu çözebileceğime inanıyorum.						
24	Yeni bir durumla karşılaştığımda ortaya çıkabilecek sorunları çözebileceğime inancım vardır.						
25	Bazen bir sorunu çözmek için çabaladığım halde, bir türlü esas konuya giremediğim ve gereksiz ayrıntılarla uğraştığım duygusunu yaşarım.						
26	Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.						
27	Yeni ve zor sorunları çözebilme yeteneğime güveniyorum.						
28	Elimdeki seçenekleri karşılaştırırken ve karar verirken kullandığım sistematik bir yöntem vardır.						
29	Bir sorunla başa çıkma yollarını düşünürken çeşitli fikirleri birleştirmeye çalışmam.						
30	Bir sorunla karşılaştığımda bu sorunun çıkmasında katkısı olabilecek benim dışındaki etmenleri genellikle dikkate almam.						
31	Bir sorunla karşılaştığımda, ilk yaptığım şeylerden biri durumu gözden geçirmek ve konuyla ilgili olabilecek her türlü bilgiyi dikkate almaktır.						
32	Bazen duygusal olarak öylesine etkilenirim ki, sorunumla başa çıkma yollarından pek çoğunu dikkate bile almam.						

33	Bir karar verdikten sonra ortaya çıkan sonuç genellikle benim beklediğim sonuca uyar.						
34	Bir sorunla karşılaştığımda, o durumla başa çıkabileceğimden genellikle pek emin değilimdir.						
35	Bir sorunun farkına vardığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, sorunun tam olarak ne olduğunu anlamaya çalışmaktır.						



EK 6 - Madde Kullanma Eğilimi Ölçeği

Aşağıdaki her soruyu okuyarak kendi durumunuza göre Doğru(D) ya da Yanlış(Y) olup olmadığına karar veriniz.

		Doğru	Yanlış
1	Cinsel yaşamımdan memnunum.		
2	Çocukken okuldan kaçtığım için bir iki defa cezalandırıldım		
3	İnsanlarla çabucak kaynaşırım		
4	Gerektiği gibi bir hayat yaşamadım.		
5	Kıyamet gününe inanıyorum		
6	Gürültülü eğlencelere katılmaktan hoşlanırım		
7	Dersten kaçtığım için ara sıra müdüre gönderildiğim oldu.		
8	Dertlerim çoğundan kimin sorumlu olduğunu bilmiyorum.		
9	Aile hayatımın tanıdığım kimselerin çoğununki kadar iyi olduğuna inanıyorum.		
10	Çocukken başlarına ne gelirse gelsin aralarındaki birliği koruyan bir gruptayım.		
11	Çoğu kez sebepsiz yere cezalandırıldım.		
12	Okulu severdim.		
13	Cinsel konularda sıkıntım vardır.		

14	Kendimi cezayı hak etmiş suçlu bir insan olarak görüyorum		
15	Flört etmeyi severim.		
16	İnşaat müteahhitliğinden hoşlanacağımı sanıyorum.		
17	Annem babam hep beraber olduğum kimselerden çok defa hoşlanmıyorlar.		
18	Hayatta önüne her geleni kapmaya çalışan insanları suçlamam.		
19	Kanunla başım hiç derde girmedi.		
20	Eğer insanlar sırf düşmanlık olsun diye beni engellemeselerdi daha başarılı olurum.		
21	Hayatımın çoğu kimselerden daha fazla tasa ve kaygı içinde geçtiğine eminim.		
22	Bana gerçekten kötülük yapmak isteyen hiçbir düşmanım yoktur.		
23	Kapalı yerlerde huzursuzluk duyarım.		
24	Polisler genellikle dürüştür.		
25	Toplantılarda kalabalığa karışmaktan çok yalnız başıma oturur ya da bir tek kişiyle ahbaplık ederim.		
26	Kadınları sigara içerken görmekten hoşlanmam.		
27	Küçükken okuldan sık sık kaçardım.		
28	Balık tutmayı çok severdim.		
29	Hiç hayal görmedim.		

30	Onlardan önce düşündüğüm için başkaları benim fikirlerimi kıskanıyorlar.		
31	Okulda hal ve gidişten kırık not alırdım.		
32	Homoseksüelliği çok iğrenç buluyorum.		
33	Kapalı ve küçük yerlerde bulunmaktan çok rahatsız olurum.		
34	İşler iyi gidince aslan payını kendilerine alan fakat hata yapınca bunu başkalarının üzerine atan insanlarla karşılaştım.		
35	Acıya başkaları kadar ben de dayanabilirim.		
36	Haftada birkaç kez korkunç şeyler olacakmış duygusuna kapılırım		

ÖZGEÇMİŞ

- **Adı-Soyadı:** Yiğit Ozan Akyürek

EĞİTİM BİLGİLERİ

- **2019:** T.C. İstanbul Gedik Üniversitesi, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı
- **2014:** Anadolu Üniversitesi, Sosyoloji
- **2013:** İstanbul Maltepe Üniversitesi, İngilizce Psikoloji
- **2008:** Kadir Has Anadolu Lisesi, Maltepe/İstanbul

İŞ DENEYİMİ

- **Temmuz 2020 – Devam ediyor:** Psikolog, Özel Çocuklar Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi
- **Ocak 2020 – Ekim 2020:** Stajyer Psikolog, Şişli Belediyesi Sosyal Hizmetler Müdürlüğü
- **Haziran 2018 – Devam ediyor:** Stajyer Psikolog, Testör, Prof. Dr. Özgür Yorbik / Pnp Danışmanlık
- **Eylül 2017 – Ocak 2018:** Stajyer Psikolog, Türkiye Spastik Çocuklar Vakfı / Metin Sabancı Özel Eğitim Okulları

MESLEKİ EĞİTİMLER

- **2020** – Attentioner ile Dikkatimi Topluyorum, Uzm. Dr. Hülya Bingöl
- **2019** – WISC-IV Uygulayıcı Eğitimi, Türk Psikologlar Derneği
- **2019** – Çocuk Testleri Eğitimi, Türk Psikologlar Derneği