

T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN PSİKOSOMATİK BELİRTİLER
VE DUYGUSAL DIŞAVURUM İLE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Dilara GÜLER

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

**ŞUBAT 2024
İSTANBUL**

T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN PSİKOSOMATİK BELİRTİLER
VE DUYGUSAL DIŞAVURUM İLE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Dilara GÜLER
211287008
(0009-0007-9900-3971)

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Nurgül YAVUZER

İstanbul 2024



T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü

Jüri Tez Onay Formu

16.02.2024

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ

Bu çalışma 16.02.2024 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji (Tezli Yüksek Lisans) Programı Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

TEZ JÜRİSİ

Dr. Öğr. Üyesi Nurgül YAVUZER

Danışman

İstanbul Gedik Üniversitesi

Prof. Dr. Çağatay KARŞIDAĞ

Üye (İmza)

İstanbul Gedik Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Ela ARI

Üye (İmza)

İstanbul Medipol Üniversitesi

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Kişilik özelliklerinin psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum ile arasındaki ilişkinin incelenmesi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde yazıldığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla beyan ederim (16.02.2024).

Dilara GÜLER



ÖNSÖZ

Tez yazım sürecimde bana destek olan değerli hocam ve tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Nurgül Yavuzer'e, tez jürimde bulunan ve desteğini hep hissettiğim kıymetli hocam Dr. Öğr. Üyesi Ela Arı'ya, değerli hocam Prof. Dr. Çağatay Karşıdağ'a, tezime katkıda bulunan tüm katılımcılara ve bu süreçte desteklerini esirgemeyen arkadaşlarıma, hayatımın her anında maddi ve manevi sonsuz destekleri ile hep yanımda olarak beni güçlendiren kıymetli aileme, bugünkü ben olmamı sağlayan tüm herkese teşekkürlerimi sunarım.

Şubat 2024

Dilara GÜLER

Psikolog

İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖNSÖZ	iv
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR	vii
ÇİZELGE LİSTESİ	viii
ŞEKİL LİSTESİ	ix
ÖZET	x
ABSTRACT	xi
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Önemi	4
1.3. Hipotezler	4
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	5
1.5. Araştırmanın Varsayımları	5
1.6. Tanımlar	6
2. GENEL BİLGİLER	7
2.1. Kişilik	7
2.1.1. Beş faktör kişilik modeli	8
2.2. Psikosomatik Belirtiler	11
2.2.1. Psikosomatik bozuklukları sınıflandırma	13
2.2.2. Psikosomatik belirtiler ile kişilik arasındaki ilişki	13
2.3. Duygusal Dışavurum	14
2.3.1. Gross ve John'un duygusal dışavurum modeli	15
2.3.2. Duygusal dışavurum ile kişilik arasındaki ilişki	16
2.3.3. Duygusal dışavurum ile psikosomatik arasındaki ilişki	18
3. YÖNTEM	20
3.1. Araştırma Modeli	20
3.2. Araştırma Örneklemi	20
3.3. Veri Toplama Araçları	20
3.3.1 Demografik bilgi formu	20
3.3.2 Beş faktör kişilik envanteri	20
3.3.3. Rosenberg benlik saygısı – psikosomatik belirtiler alt ölçeği	21
3.3.4. Berkeley duygusal dışavurum ölçeği	21
3.4. Veri Toplama İşlemi	22
4. BULGULAR	23
4.1. Yetişkin Bireylerin Demografik Bilgilerine Yönelik Bulgular	23
4.2. Araştırmaya Ait Tanımlayıcı Bulgular	24
4.3. Araştırma Verilerinin Dağılımına Yönelik Bulgular	25
4.4. Kişilik Özelliklerine Yönelik Bulgular	26
4.5. Psikosomatik Belirtilere Yönelik Bulgular	29
4.6. Duygusal Dışavuruma Yönelik Bulgular	31

4.7. Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular	33
5.TARTIŞMA	37
5.1. Kişilik Özelliklerine Yönelik Sonuçların Tartışılması	37
5.2. Psikosomatik Belirtilere Yönelik Sonuçların Tartışılması	40
5.3. Duygusal Dışavuruma Yönelik Sonuçların Tartışılması	42
5.4. Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçların Tartışılması	44
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	47
6.1. Sonuç	47
6.2. Öneriler.....	50
KAYNAKLAR	51
EKLER.....	58
ÖZGEÇMİŞ.....	65



KISALTMALAR

SPSS : Statistical Package of Social Science
DSM : Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders



ÇİZELGE LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Çizelge 4.1: Yetişkin Bireylerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzdeler	24
Çizelge 4.2: Yetişkin Bireylerde Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavuruma Ait Tanımlayıcı İstatistikler.....	24
Çizelge 4.3: Yetişkin Bireylerde Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavuruma Ait Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....	25
Çizelge 4.4: Yetişkin Bireylerin Kişilik Özelliklerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi	26
Çizelge 4.5: Yetişkin Bireylerin Kişilik Özelliklerinin Yaş Grubuna Göre İncelenmesi.....	27
Çizelge 4.6: Yetişkin Bireylerin Kişilik Özelliklerinin Medeni Duruma Göre İncelenmesi.....	28
Çizelge 4.7: Yetişkin Bireylerin Kişilik Özelliklerinin Eğitim Durumuna Göre İncelenmesi.....	28
Çizelge 4.8: Yetişkin Bireylerin Psikosomatik Belirtilerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi.....	29
Çizelge 4.9: Yetişkin Bireylerin Psikosomatik Belirtilerinin Yaş Grubuna Göre İncelenmesi.....	30
Çizelge 4.10: Yetişkin Bireylerin Psikosomatik Belirtilerinin Medeni Duruma Göre İncelenmesi.....	30
Çizelge 4.11: Yetişkin Bireylerin Psikosomatik Belirtilerinin Eğitim Durumuna Göre İncelenmesi.....	30
Çizelge 4.12: Yetişkin Bireylerin Duygusal Dışavurumlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi.....	31
Çizelge 4.13: Yetişkin Bireylerin Duygusal Dışavurumlarının Yaş Grubuna Göre İncelenmesi.....	31
Çizelge 4.14: Yetişkin Bireylerin Duygusal Dışavurumlarının Medeni Duruma Göre İncelenmesi.....	32
Çizelge 4.15: Yetişkin Bireylerin Duygusal Dışavurumlarının Eğitim Durumuna Göre İncelenmesi.....	33
Çizelge 4.16: Yetişkin Bireylerde Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	34
Çizelge 4.17: Yetişkin Bireylerde Kişilik Özellikleri ve Psikosomatik Belirtilerin Duygusal Dışavurum Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi	35

ŞEKİL LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Şekil 2.1: Gross ve John'un Duygusal Dışavurum Modeli	16



KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ, PSİKOSOMATİK BELİRTİLER VE DUYGUSAL DIŞAVURUM İLE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Bu araştırmada kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın alışma grubunu 18-65 yaş aralığındaki 280’i kadın, 117’si erkek toplam 397 yetişkin katılımcı oluşturmaktadır. Araştırma modeli olarak ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada beş faktör kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Tüm değişkenler ile demografik değişkenler arasındaki ilişki de incelenmiştir. Kişilik özelliklerini ölçmek amacıyla Beş Faktör Kişilik Envanteri, psikosomatik belirtileri ölçmek amacıyla Rosenberg Benlik Saygısı leği Psikosomatik Belirtiler Alt leği, duygusal dışavurumu ölçmek amacıyla da Berkeley Duygusal Dışavurum leği kullanılmıştır. Araştırmada yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yetişkin bireylerde kişilik özellikleri ve psikosomatik belirtiler, duygusal dışavurum düzeyini yordadığı sonucuna varılmıştır. Araştırmanın sonucunda bulunan bulgular literatür ışığında tartişılmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Kişilik zellikleri, Psikosomatik Belirtiler, Duygusal Dışavurum*

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONALITY TRAITS, PSYCHOSOMATIC SYMPTOMS AND EMOTIONAL EXPRESSION

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between personality traits, psychosomatic symptoms and emotional expression. The study group of the research consists of a total of 397 adult participants, 280 women and 117 men, aged between 18-65. A relational screening model was carried out as a research model. In the study, the relationships between five factor personality traits, psychosomatic symptoms and emotional expression were examined. The relationship between all variables and demographic variables was also examined. Five Factor Personality Inventory was used to measure personality traits, Rosenberg Self-Esteem Scale Psychosomatic Symptoms Subscale was used to measure psychosomatic symptoms, and Berkeley Emotional Expression Scale was used to measure emotional expression. The study found that there is a significant relationship between personality traits, psychosomatic symptoms and emotional expression in adult individuals. It was concluded that personality traits and psychosomatic symptoms predict the level of emotional expression in adult individuals. The findings found as a result of the research were discussed in the light of the literature.

Keywords: *Personality Traits, Psychosomatic Symptoms, Emotional Expression*

1. GİRİŞ

Bu bölümde, yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum ile arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan araştırmanın giriş bilgisi verilmiştir. Bu kapsamda, öncelikle araştırmanın problem durumu tanımlanmış olup araştırmaya ait amaçlar verilmiştir. Daha sonra, yürütülen bu araştırmanın literatür için önemine değinilip hipotezleri listelenmiştir. Ek olarak, araştırmaya ilişkin sınırlılık ve varsayımlar verilmiştir. Son olarak ise, araştırmaya ait temel kavramların açıklaması yapılmıştır.

1.1. Problem Durumu

Kişilik, bir bireyin diğer bireylerden farkını ortaya koyan, ona özgü, tutarlı ve yapılaşmış niteliklerdir. Bu nitelikler, bireylerin düşünce, duygu ve davranışlarına yönelik olup karakteristik örüntülerden meydana gelmektedir (Cervone ve Pervin, 2016). Karakteristik örüntülerin ele alınmasındaki temel kıstas, kişiliği oluşturan duygu, düşünce ve davranış kalıplarının süreklilik arz etmesidir. Dolayısıyla, bir bireyin kişilik özelliklerinin belirlenebilmesi için onun tekrar eden duygu, düşünce ve davranış kalıplarının incelenmesi gerekmektedir. Bu noktada ilgili kalıpların sık sık tekrar etmesi ve değerlendirilen bireye özgü olması gerekmektedir (Cüceloğlu, 2012).

Kişilik özellikleri, bireylerin genel ve özel anlamda niteliklerini ortaya koyan ve şahsiyetini tanımlayan kavramdır. Buradan hareketle, bireylerin sosyal yaşam içinde edindiği alışkanlıklar ve davranışların kişilik özellikleri hakkında bilgi verdiği söylenebilir. Kişilik üzerine yapılan tanımlar bir bütün olarak değerlendirildiğinde, bu noktada altı çizilen hususun bireysel farklar olduğu tespit edilmiştir. Bireysel farklar, bir bireyi diğerlerinden ayıran özelliklerdir. İlgili literatür incelendiğinde bu farklılıkların pek çok sebebinin olabileceği belirlenmiştir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2012).

Kişilik özelliklerinin gelişiminde bireylerin getirdiği bazı genetik özellikler baskın olabilmektedir. Bu noktada, bir birey ailesindeki bireylerin baskın

özelliklerini yansıtabilmekte; hatta kendi nesline aktarabilmektedir (Burger, 2016). Ayrıca, bireylerin büyüdüğü çevre de kişiliğinin oluşumuna etki edebilmektedir. Yaşanılan bölgeden tanışılan insanlara pek çok durum kişilik gelişimine erken yaşlardan itibaren etki edebilmektedir. Bunlarla paralel olarak, bireylerin erken yaşlardan itibaren deneyimlediği yaşantılar, hissettiği duygular ve maruz kaldığı durum ve olaylar da kişilik özelliklerinin şekillenmesinde önemli bir rolü bulunmaktadır. Ayrıca, cinsiyet, yaş grubu, eğitim durumu ve medeni durum vb. gibi sosyodemografik nitelikler de kişilik özelliklerine çoğu zaman etki edebilmektedir (Topçu, 2017).

Kişilik özelliklerinin temelinde insanların duygu, düşünce ve davranışları yer almaktadır. Dolayısıyla, kişilik özelliklerinin insana ait pek çok değişken ile ilişkisi olduğu söylenebilir. Nitekim psikoloji literatürü özelinde yürütülen araştırmalar incelendiğinde, pek çok değişkenin kişilik özellikleriyle ilişkisi olduğunu göstermektedir. Yapılan pek çok araştırma kişilik özellikleriyle ilişkili değişkenlerin genel olarak kaygı, depresyon, mutluluk, duygu düzenleme vb. gibi duyguların temel alındığı değişkenlerden meydana geldiğini göstermektedir. Ayrıca, sınırlı sayıdaki bazı araştırmalar kişilik özellikleri duygusal dışavurum arasında ilişki olduğunu gösterir niteliktedir (Şinikoğlu, 2016). Örneğin; Coşkun ve Aslan (2021) tarafından yürütülen araştırmada, kişilik özellikleri ile duygusal dışavurum arasındaki ilişkiye yönelik bir derleme yapılmış olup kişilik özelliklerinin duygusal dışavurumu etkilediği sonucuna varılmıştır. Ayrıca, Araz ve Erkuş (2014)'un araştırmasında duygusal dışavurumun yordayıcıları arasında kişilik özellikleri gösterilmiştir. Şafak ve diğerleri (2015)'nin yapmış olduğu araştırmada ergenlerin algılanan duygu dışavurumu ve psikosomatik belirtileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Duygusal dışavurum ile psikosomatik arasında güçlü bir ilişki bulunmuştur.

İnsanı, diğer canlılardan ayıran en temel özelliklerinden birisi duygusal özelliklere sahip olmasıdır. Örneğin; hayvan, bitki veya diğer canlıların duygusal bir alt yapısı bulunmaz iken üzüntü, mutluluk, kaygı, endişe vb. gibi hisler başta olmak üzere duygular insanların yaşamında önemli bir rol oynar. Bu noktada, duygular kadar hissedilen duyguların diğer insanlara yansıtılması, bir diğer anlamla dışavurumu da önemlidir. Çünkü, insan yapısı gereği sosyal bir canlıdır ve duygusal dışavurum bireylerin davranışlarına etki ettiği kadar onların diğer bireylerle iletişimine de etki etmektedir (Özcan, 2005). Bu doğrultuda, duyguların sağlıklı bir

biçimde dışavurumu hem toplum sağlığı açısından hem de bireylerin birbirlerini anlayıp empati kurabilmeleri bakımından önemlidir. Örneğin; bir konu özelinde haklı olduğu halde kendisini ifade etmekte zorluk yaşayan veya duygularını doğru nitelikte yansıtamayan bireyler ya haksız duruma düşmekte ya da içinde buldukları durumdan memnuniyetsiz kalmaktadır. İçinde bulunulan bu durum da bireylerin yaşantısına olumsuz olarak etki edebilmektedir (Plotnik, 2009).

Bireylerin pek çok yaşantısı duygusal dışavurum düzeyleri üzerinde etkili olabilmektedir. Bu noktada, bireylerin doğuştan getirdikleri genetik özellikler ile sonradan çevre etkisi kazandıkları niteliklerin harmanlanmasıyla oluşan kişilik özellikleri önemli bir yer tutmaktadır (Cırhinoğlu, 2018). Çünkü, bir bireydeki kişilik özellikleri duygusal dışavurum düzeylerine olumlu ya da olumsuz olarak etki etmektedir. Örneğin; baskın kişiliğe sahip kişiler haksız oldukları konularda bile duygularını abartılı olarak gösterip olay ve durumları manipüle edebilmektedir. Ayrıca, çekingen bireyler ise hissettikleri duyguları gösterme konusunda çevrelerindeki insanlardan korkabilmektedir. Bu doğrultuda, kişilik özelliklerinin duygusal dışavurum ile doğrudan ilişkisi olduğunu söylemek mümkün olmaktadır (Coşkun, 2021).

Bireylerin diğer insanlara duygularını doğru yansıtip güzel iletişim kurabilmelerinde kişilik özellikleri kadar ilgili kişilerin ruh sağlığı da önemli bir yere sahiptir (Menkü ve Coşar, 2021). Psikosomatik özellikler gösteren kişiler içinde buldukları olay ve durumların gerektirdiği duyguları hissedemeyebilirler. Ayrıca, doğru duyguları hissetseler bile yaşadıkları ruhsal bozukluklar sebebiyle bu duyguları doğru şekilde yansıtamayabilirler. Bu durum da duygusal dışavurum noktasında psikosomatik rahatsızlık yaşayan bireylerin zorlanmasına sebebiyet verebilir (Çetin ve Kurt, 2016). Tüm bu durumlar göz önüne alındığında, psikosomatik belirtilerin de en az kişisel özellikler kadar duygusal dışavurum üzerinde etkili olabileceği söylenebilir. Bu durum, yürütülen bu araştırmanın problem durumunu ortaya koymasına bakımından önem arz etmektedir.

Kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum değişkenleri psikoloji çalışmalarında sıkça incelenmektedir. Bunun sebebi, ilgili değişkenlere etki eden sosyodemografik değişkenlerin tespit edilmesi ve bu değişkenlerin ortaya konmasının amaçlanmasıdır. Bu araştırmanın problem durumu belirlenirken de bu durum temel alınmıştır. Dolayısıyla, yürütülen bu araştırmanın temel problemi,

yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum ile arasındaki ilişkinin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Araştırmanın alt problemlerinde ise kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum cinsiyet, yaş, medeni durum ve eğitim durumunun karşılaştırılması yer almaktadır. Bu kapsamda geliştirilen araştırma soruları aşağıdaki gibidir:

1. Yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum arasında anlamlı ilişki var mıdır?
2. Yetişkin bireylerde kişilik özellikleri ve psikosomatik belirtiler, duygusal dışavurum düzeyini yordamakta mıdır?
3. Yetişkin bireylerde, kişilik özellikleri demografik değişkenlere göre anlamlı fark göstermekte midir?
4. Yetişkin bireylerde, psikosomatik belirtiler demografik değişkenlere göre anlamlı fark göstermekte midir?
5. Yetişkin bireylerde, duygusal dışavurum düzeyi demografik değişkenlere göre anlamlı fark göstermekte midir?

1.2. Araştırmanın Önemi

Bireyler yaşamları süresince çeşitli duygu durumları içerisinde olurlar. Yaşadıkları olaylar veya durumlar karşısında bazen duygularını kolaylıkla ifade edebiliyorlar bazen de duygularını bastırarak gizleme eğiliminde olmaktadır (Gross ve John, 1995). Bireylerin bu duygusal dışavurum durumlarının son yıllarda sıklığı giderek artan psikosomatik belirtiler ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Menkü ve Coşar, 2021). Bununla birlikte her bireyin birbirinden farklı kişilik özelliklerine sahip olmasının da duygusal dışavurum şekillerinde de farklılıklar gösterebileceğini düşündürmektedir (Çelik, 2013). Sonuç olarak kişilik özelliklerinin duygusal dışavurum ve psikosomatik belirtilerin ortaya çıkmasında etkili olup olmadığının araştırılması alan yazında önemli katkılar sağlayabileceğini düşündürmektedir.

1.3. Hipotezler

Bu araştırmanın amacı kapsamında oluşturulan hipotezler şu şekildedir:

H₁: Yetişkin bireylerde, kişilik özellikleri demografik değişkenlere göre anlamlı fark göstermektedir.

H₂: Yetişkin bireylerde, psikosomatik belirtiler demografik değişkenlere göre anlamlı fark göstermektedir.

H₃: Yetişkin bireylerde, duygusal dışavurum düzeyi demografik değişkenlere göre anlamlı fark göstermektedir.

H₄: Yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum arasında anlamlı ilişki vardır.

H₅: Yetişkin bireylerde kişilik özellikleri ve psikosomatik belirtiler, duygusal dışavurum düzeyini yordamaktadır.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma;

1. 18 yaşından büyük ve 65 yaşından küçük yetişkin bireylerle,
2. 397 kişilik örneklem grubuyla,

Beş Faktör Kişilik Envanteri, Rosenberg Benlik Saygısı-Psikosomatik Belirtiler Alt Ölçeği ve Berkeley Duygusal Dışavurum Ölçeği'nden toplanan nicel verilerle sınırlıdır.

1.5. Araştırmanın Varsayımları

Bu araştırmada;

1. Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.
2. Katılımcıların anket yargılarına samimi, içten ve güvenilir yanıtlar verdiği varsayılmıştır.
3. Araştırmanın örneklem sayısının yeterli olduğu varsayılmaktadır.

1.6. Tanımlar

Kişilik Özellikleri: Kişilik özellikleri, bireylerin genel ve özel anlamda niteliklerini ortaya koyan ve şahsiyetini tanımlayan kavramdır. Buradan hareketle, bireylerin sosyal yaşam içinde edindiği alışkanlıklar ve davranışların kişilik özellikleri hakkında bilgi verdiği söylenebilir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2012).

Psikosomatik Belirtiler: Ruh ve beden sözcüklerinin birleşiminden oluşan bir kavramdır. Ruhsal sebeplerden kaynaklanan veya duygusal faktörlerden etkilenen gerçek fiziksel belirtiler olarak tanımlanmaktadır (Davison ve Neale, 2004).

Duygusal Dışavurum: İnsanların duygularını diğer bireylere aktarması konusunda seçmiş olduğu davranışların genelidir (Araz ve Erkuş, 2014).

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Kişilik

Kişilik, üzerine pek çok açıklama yapılmış olmasına rağmen hala tam olarak yanıtı olmayan bir kavramdır. Bu nedenle insan kişiliğinin tanımı ile ilgili çok sayıda farklı görüşler bulunmaktadır. En genel haliyle kişilik, bireyin içsel süreçleri ve kendisinin ortaya çıkarmış olduğu tutarlı davranış kalıpları olarak tanımlanabilmektedir. Kişilik üzerine çalışma yapan araştırmacıların ve psikologların temel sorusu, bu tutarlı davranış kalıplarıyla birlikte kişilik içi süreçlerin kaynaklarının neler olduğudur. Kişilik hakkında bu kadar farklı yanıtların olmasının sebebi de her araştırmacının bu soruya farklı bir yanıt vermiş olmasıdır (Burger, 2006). Kişilik kelimesi eski Yunancadan gelmektedir. Yunanlarda tiyatrolarda oyuncuların kullanmış olduğu maskelerin ismi olan “persona” dan alınmıştır. Bu kavram zamanla bireyin tavır ve davranışlarını ifade etmek amacıyla kullanılmıştır (Adıgüzel, 2021).

Kişilik kavramı, bilimsel olarak da psikoloji alanında da sıklıkla kullanılmasına rağmen ortak bir fikir birliği sağlanamamış bir kavramdır. Literatürde farklı tanımlamaları bulunmaktadır. Kişiliğin tam bir tanım birliğinin olmaması, kişiden kişiye değişen bir durum olmasından kaynaklıdır. Kişiden kişiye değişmesinden dolayı çeşitli kuramlarla açıklanmıştır. Kişilik, bireylerin hem doğumla birlikte getirmiş oldukları özelliklerin hem de doğduğu çevredeki etkileşiminde öğrenmiş olduklarını bir araya getirmesi sonucunda oluşmaktadır. Bu oluşumu etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bireyin genetik faktörleri, içine doğduğu aile, anne baba tutumları, ailenin sahip olduğu değerler, toplumsal roller ve kültür gibi birçok faktör kişiliğin oluşmasında önemli bir rol oynamaktadır (Arslantaş, 2008).

Kişiliğin oluşmasını açıklamaya yönelik olarak çok sayıda teori ortaya koyulmuştur. Psikanalitik yaklaşım, davranışçı yaklaşım, biyolojik yaklaşım, insancıl yaklaşım ve ayırıcı özellik yaklaşımı gibi birçok farklı kuram bulunmaktadır. Freud

tarafından ilk olarak topografik model ile psikodinamik bakış açısı ortaya konulmuştur. Topografik kuramın ardından yapısal modeli ileri sürmüştür. Bu model ile kişiliğin üç farklı bölümden oluştuğu belirtilmiştir. Alfred Adler, Carl Gustav Jung ve Karen Horney gibi önemli kişilerde Freud'a eklemeler yapmış ya da farklı açıklamalar getirerek bu kurama katkıda bulunmuşlardır (Burger, 2006). İnsancıl yaklaşım, varoluşsal problemlerle birlikte bir anlam arayışını temele almaktadır. Carl Rogers ve Abraham Maslow bu arayışın önemli isimlerinden olarak kuram için önemli katkılar sağlamışlardır. Davranışçı yaklaşıma göre; kişiliğin bir uyarıcı ve tepki bağı sonucunda öğrenme ile şekillendiği düşünülmektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2016). Bu kuramda Ivan Pavlov, Watson ve Skinner öncü isimlerdendir. Bilişsel kuramda, bilişsel süreçler ön planda tutularak biyolojik ve bilişsel anlamda kişiliğe dair süreçlerin ve özelliklerin etkilendiği savunulmaktadır. Ayırıcı özellik kuramında ise daha çok kişiliğin ölçülebilir kısmına odaklanılmıştır. Alanda çalışmalar genellikle bu kuramın ölçümlerinden faydalanılarak yapılmaktadır. Allport, Cattell, McCrea ve Costa bu kuramın öncü isimlerindedir. Bu kuramda bireyin gözlemlenebilir ve ölçülebilir davranışları ile kişiliğe dair bilgilere ulaşılabilir (Dal ve Eroğlu, 2015). Açıklanan çeşitli kuramlarla birlikte kişiliğe dair tanımlamada bir fikir birliğinin olmadığı desteklenmektedir. Bunun sonucunda da literatürde bu kavramı açıklayan çok sayıda kuramın ortaya çıktığı görülmektedir. Bu tez çalışmasında da kişilik özellikleri beş faktör kişilik kuramı doğrultusunda incelenmiştir.

2.1.1. Beş faktör kişilik modeli

Kişiliği değerlendirilmek amacıyla sıklıkla kullanılan yaklaşımlardan biri de beş faktör kişilik modelidir. Beş faktör kişilik modeli kişilik yaklaşımlarından biri olan ayırıcı özellik yaklaşımına dayanmaktadır (Doğan, 2013). Ayırıcı özellik yaklaşımı, bir bireyin sahip olduğu belli başlı kişilik özelliklerini ne derece gösterdiğine göre kişiyi sınıflandıran bir boyuttur (Burger, 2006). Kişiliğin ölçülmesinde bireylerin kendilerini ve başka kişileri tanımlarken kullandıkları sıfatlardan yararlanmaktadır (Doğan, 2013). Bu modele dair ilk çalışmalar Gordon Allport ile başlamaktadır. Raymond Cattell ve diğer kuramcılar da modelin geliştirilmesine katkıda bulunmuşlardır. Son olarak ise McCrea ve Costa'nın çalışmalarlarıyla birlikte beş faktörlü kişilik modelini oluşturmuşlardır. Faktör analizini kullanarak kişiliğin incelenmesini ve tanımlanmasını sağlamışlardır. Birçok farklı

araştırmacı kişiliğin bu beş boyutuna dair kanıtlar bulmuşlardır (Costa ve McCrea, 1988). Bu modelde, kişinin neden belirli bir şekilde davrandığını anlamaya çalışmaktansa, kişinin sahip olduğu kişiliğini tanımlamaya ve bundan yola çıkararak gelecekteki davranışlarını anlamaya çalışmaya odaklanmaktadır (Korkut, 2021). Bu kişilik modeli kişiliğin tanımlanması konusunda genel bir boyut getirdiğinden araştırmacılar tarafından ilgi gormektedir. Kişiliği geniş bir boyutta inceleyerek bireylerin kişilik özellikleri ve göstermiş oldukları davranışları arasında bir çıkarım yapılmasını kolaylaştırmıştır (Horzum ve diğerleri, 2017). Beş faktör kişilik modeli, sorumluluk, dışadönüklük, nevroitiklik, uyumluluk ve deneyime açıklık boyutlarından oluşmaktadır.

Dışadönüklük, McCrea ve Costa tarafından belirlenen beş faktörün ilk boyuttur. zerine sıklıkla çalışılan bir boyut olarak karşımıza çıkmaktadır. Dışadönüklük ifadesi sosyal bireyleri tanımlamaktadır. Dışadönüklük boyutunun yüksek olduğu kişiler, daha pozitif, neşeli, sosyal, heyecan arayan, enerjik ve sıcakkanlı kişilerdir (Burger, 2016). Somer, Korkmaz ve Tatar (2002), dışadönüklük kavramını, girişkenlik, canlılık, rekabetçi olarak tanımlamışlardır. Genellikle bu kişiler, insanlarla kolay iletişim kurabilen, iş birliği içerisinde olmayı seven bireylerdir. Bu bireyler bir problemle karşılaştıklarında kolaylıkla çözüm yolu üretebilirler (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Davranış olarak, buldukları gruplarda sorumluluk almaktadırlar. Bununla birlikte özgüvenli olarak ifade edilen bu bireylerin liderlik rolü üstlenmekte başarılı oldukları görülmüştür (Burke, Matthiesen, ve Pallesen, 2006). Dışadönük bireyler, sosyal ilişkilerinde aktif olmalarından kaynaklı kendilerini ifade etme konusunda hiç zorluk çekmezler ve girdikleri her ortama kolaylıkla uyum sağlayabilirler (Yeni, 2015). Sonuç olarak dışadönüklük, olumlu duyguları kapsayan bir kişilik özelliği olarak görülmektedir (Çivitçi ve Arıoğlu, 2012).

Deneyime açıklık, yeniliklere açık olma hali, meraklılık, yaratıcı ve zgn olma, cesaretli davranma gibi özellikleri temsil etmektedir. Entelektüel düzeyin yüksek olduğu, estetik olabilen, duyarlı kimselerle ilişkilidir. Bu boyutun yüksek olduğu kişilerin genellikle geniş ilgi alanları mevcuttur. Açık fikirleriyle alışılmışın dışında bir yaratıcılığa sahiptirler. Bu kişiler aynı zamanda yeniliğe açık ve hayallerinin peşinden gitme özelliğine de sahiptirler (McCrae ve Costa, 2006). Üretkenlik, bağımsızlıktan hoşlanma, farklılık arayışı içinde olma, yeni duygulara ve

düşüncelere açık olma da bu boyutun özelliklerindedir (Hashmi ve Naz, 2020). Deneyime açık bireyler, geleneksel bakış açısına karşılık daha bağımsız bir bakış açısı benimsemektedirler (Burger, 2006).

Uyumluluk boyutunda bireylerin genellikle, ilişkilerinde karşındakilere karşı saygılı ve nazik olabilen, insanlara güven duyabilen, çıkar davranışları gözetmeyen, sıcakkanlı ve yardımseverlik özellikleri taşıyan bireyler oldukları görülmektedir. Beş faktörlü kişilik özellikleri içerisinde önemli özelliklerden biridir. Bu boyut aynı zamanda yumuşak başlılık olarak da tanınabilmektedir. Uyumluluk boyutu yüksek olan bireyler, affedici, şefkatli ve arkadaş canlısıdır (Somer, Tatar ve Korkmaz, 2002). Bu kişilerin empati, güven ve merhamet duyguları yüksektir (Burger, 2016).

Sorumluluk, bir kişinin ne kadar kontrollü ve disiplinli bir birey olduğuyula ilişkilidir (Burger, 2006). Sorumluluk düzeyi yüksek olan bireylerin bir işte başarılı olmak için çabalarının yüksek olduğu görülmüştür. Hedefledikleri şeylere ulaşmak için yüksek bir disiplin ve mükemmeliyetçi bir tavır sergiledikleri belirtilmiştir (Costa ve McCrae, 1998). Bu kişiler bir iş için harekete geçmeden önce titiz bir şekilde plan yaparlar. Bu boyutta yüksek puana sahip olan kişiler genellikle güvenilir, bilinçli, disiplinli, çalışkan, vicdanlı ve azimli olarak tanımlanırlar (Cervone ve Pervin, 2014). Düşük puan alan kişiler ise tam tersi vakitlerini planlı ve verimli kullanmayan, disiplinli olmayan kişileri temsil etmektedir. Çevrelerindeki bireyler tarafından dikkatsiz, özensiz ve güvenilir olmayan kişiler olarak değerlendirilmektedirler (Cervone ve Pervin, 2014).

Nevrotiklik, bu boyut duygusal dengesizlik olarak da bilinmektedir. Bu boyut genellikle olumsuz duygulara eğilimli olmakla ilişkilidir (Burger, 2016). Nevrotiklik düzeyi yüksek olan kişiler güvensiz, alıngan, öfkeli ve endişeli olma özellikleri taşımaktadırlar. Duyguları sıklıkla değişkenlik gösteren, kaygılı, umutsuz, kırılgan ve üzgün bireylerdir (Somer ve diğerleri, 2002). Bu boyutta düşük puan alan kimseler ise daha ılımlı ve uyumlu kişiler olarak tanımlanmaktadır. Nevrotiklik düzeyi yüksek olan kişiler aynı zamanda stresle kolay baş edemezler ve yaşamı stresli algırlarlar. Bu nedenle stres ile ilişkili hastalıklara daha fazla eğilimlidirler (Burger, 2016). Bu boyut, ruh sağlığı alanında ve kişilik bozukluğu için önemli bir yere sahiptir.

2.2. Psikosomatik Belirtiler

Psikosomatik teriminin kökeni Yunancadan gelmektedir. “Psyche” ruh, “soma” beden anlamlarına gelmektedir. “Zihnin bedeni nasıl etkilediğini” ifade etmekte olan bu terim ilk defa Heinroth tarafından kullanılmıştır. Heinroth, Alman bir psikiyatristtir. Bu terimi ilk kez 1818 yılında kullanmıştır. Bu tarihten neredeyse bir asır sonra Psikosomatik Tıp kavramı Avusturya’lı psikiyatrist Felix Deutsch tarafından literatüre sunulmuştur. Bu terimin geçmişine bakıldığında Antik Yunan’da var olduğu görülmektedir (Şimşek, 2010).

Psikosomatik belirtiler, kısmen duygusal etkenlerin sebep olduğu fiziksel belirtilerdir. Bu belirtiler psikiyatri ve psikoloji alanında kapsamlı araştırmalara konu olmaktadır. Günümüzde de giderek daha da fazla kabul görmektedir. Bu alandaki çalışmalar zihin ve beden bütünlüğünün önemini göz önüne sermektedir (Çevik ve Şentürk, 2008). Gelişmekte olan çalışmalarla birlikte de artık duygu, düşünce ve inançlarımızın fiziksel sağlığımızın üzerinde göz ardı edilemeyecek boyutta bir etkisinin olduğu görülmektedir. Bu kapsamda sosyal çevremiz, ruhumuz ve bedenimiz arasındaki ilişki psikosomatik tıbbın temel taşlarını oluşturmaktadır. Yapılan birtakım çalışmalar üzerinden de bireyin bedensel tepkilerinin tamamıyla bedensel olmadığını bir takım ruhsal sebeplerin de eşlikçisi olduğu sonucuna varılmıştır. Buradan hareketle beden ve ruh birlikteliğinin önemine vurgu yapılmıştır (Yılmaz ve Kumbasar, 2008). Zihnin ve bedeninin bu şekilde birbiriyle olan etkileşim içindeki işleyişi yani zihin beden bağlantısı çok büyük oranla kabul görmektedir. Yaşamış olduğumuz her bir tür hastalık üzerinde nasıl düşündüğümüzden ne hissettiğimize kadar birçok farklı fikir bulunmaktadır. Psikosomatik belirtiler duygusal faktörlerin sebep olduğu fiziksel değişikliklerle ilişkilidir. Bu bozuklukların temelinde duygusal bozuklukların rolü vurgulanmıştır. Bu sebeple duygusal ve bedensel bozuklukların düzeltilmesinde psikosomatik yaklaşımın önemi belirtilmiştir (Pylypenko ve diğerleri, 2022).

Psikosomatik bozukluklar DSM’in (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) ilk sürümlerinde çeşitli başlıklarla yer verilmiş olmasına rağmen son sürümü olan DSM 5’te “Bedensel Belirti Bozuklukları ve İlişkili Bozuklukları” kategorisine uygun olduğu düşünülmektedir. Psikosomatik belirtiler “Bedensel Belirti Bozuklukları ve İlişkili Bozuklukları” kategorisinde yer alan konversiyon,

somatizasyon ve hipokondriasis ile karıştırılmamalıdır. Bu hastalıklarda hastalık durumu hayalidir fakat psikosomatik hastalıklar bedende hasarlara sebep olan duygusal faktörlerin de söz konusu olduğu gerçek hastalıklardır. Psikosomatik hastalıklarda duygusal nedenlere bağlı gelişen fiziksel bir değişim veya patoloji söz konusudur. Zihinsel durumun da tetiklemesiyle gelişen bedenin gerçek fiziksel hastalanmasına sebep olan durumlardır. Somatoform bozukluklar olarak adlandırılanlar da ise belirtiler gözlenmekte ama belirtilerin fiziksel bir açıklaması bulunamamaktadır ya da bir hastalık saptanamamaktadır (Davison ve Neale, 2004). Psikosomatik ve somatoform kavramlarının ayrımı için mutlaka tıbbi bir durumun varlığı göz önünde bulundurulmalıdır. Psikosomatik bozukluk diyebilmek için muhakkak tıbbi bir durumun mevcudiyeti gerekmektedir ancak somatoform bozukluklar kapsamında tıbbi bir durumun tanımlanmadığı görülmektedir (Menkü ve Coşar, 2021).

Psikosomatik hastalıklar toplumsal olarak yaygın ve bilinen hastalıklardır. Bu bozuklukların gelişiminde birçok faktörün rol oynadığı bilinmektedir. Hem biyolojik hem psikolojik hem de çevresel faktörlerin etkileşimi sonucunda ortaya çıkmaktadır (Onbaşıoğlu, 2006). Duygusal durum ya da psikolojik durumun bedensel belirtilerini etkileyebilmektedir. Duygusal yaşantının iyi ve engelsiz bir durumda olması psikolojik sağlık için önemli olduğu kadar fiziksel sağlık açısından da önem taşıdığı görülmektedir. Çalışmalar, kötü yaşam olaylarının ve bastırılmış olan duyguların ortaya çıkarmış olduğu stres bağışıklık sistemi üzerinde olumsuz etkiye sebep olurken stres durumu ortadan kalktığında bağışıklık üzerinde iyileşme olduğunu göstermiştir (Karlı, 2008).

Zihinsel ve duygusal durumların kişilerin fiziksel veya bedensel sağlıklarını etkileyebileceği görüşü bilinmektedir (Konak, 2020). Psikosomatik tıp alanı kişilerin bütüncül iyilik halleri ve hastalıklara karşı yaklaşımın da bütüncül bir yaklaşım ile ortaya koymaktadır. Bu nedenle bu alanda yaşam olayları, stres, ruhsal iyilik hali, sağlığa karşı tutum ve kişilik özellikleri göz önünde bulundurulmaktadır. Kişilik özellikleri, tutum ve davranışlarda psikosomatik bozukluklar için tetikleyici olma özelliği taşıyabilmektedirler. Duyguları ifade etme tarzımız ve konuşma gibi durumlarda psikosomatik bozukluklar için risk faktörü oluşturabilmektedir (Menkü ve Coşar, 2021). Buradan da hareketle psikosomatik bozuklukların ortaya

çıkmasında kişiliğin de önemli bir etkene sahip olduğu düşünülmektedir (Güleç, 2009).

Son olarak, bundan binlerce yıl öncesine dayanan ve fark edilmiş olan psikosomatik teriminin beden ve ruh arasındaki karşılıklı etkileşiminden kaynaklanan problemin günümüzde hala geçerliliğini sürdürmektedir. Bununla birlikte düşünce gücünün hayatı güçlü bir şekilde etkilediği ve beden üzerinde etkilerinin olduğu görülmüştür.

2.2.1. Psikosomatik bozuklukları sınıflandırma

Genel olarak hastanelerdeki başvuru oranları göz önünde bulundurulduğunda psikosomatik bozuklukların oranının göz ardı edilemeyecek bir düzeye sahip olduğu bildirilmiştir. Birçok farklı etkenin sebep olduğu psikosomatik bozukluklar farklı şekillerde ortaya çıkabilmektedir. Psikosomatik bozukluklar, etkilediği organ ve sisteme göre; solunum sistemi, kardiyovasküler sistem, gastrointestinal sistem, endokrin sistem, deri, kas ve iskelet sistemi ve nörolojik sistem ile ilgili bozukluklar olarak sınıflandırılmıştır. Solunum sisteminde; astım, hiperventilasyon sendromu, rinit, kronik obstrüktif akciğer hastalığı vb., kardiyovasküler sistemde; hipertansiyon, koroner arter hastalığı, mitral valv prolapsusu, ani kardiyak ölüm, senkop vb., kas ve iskelet sisteminde; romatoid artrit, fibromiyalji, sırt ağrısı, pelvik ağrı vb., gastrointestinal sistemde; gastroözefagal reflü, peptik ülser, ülseratif kolit, irritabl barsak sendromu, endokrin sistemde; diyabetes melitus, hipertiroidizm, premenstrüel sendrom, cushing sendromu, hipoglisemi, deri hastalıklarında; akne, alopesi areata, egzema, psöriazis, zona, ürtiker, atopik dermatit, hiperhidrozis, nörolojik sistemde; gerilim tipi baş ağrısı, migren, küme tipi baş ağrısı, vertigo vb. olarak görülmektedir (Menkü ve Coşar, 2021). Bu tür hastalıklarda vücut, hastalık oluşturmaya en yatkın organı veya sistemi seçerek işlevini bozar (Çetin ve Kurt, 2016).

2.2.2. Psikosomatik belirtiler ile kişilik arasındaki ilişki

Psikosomatik bozuklukların çok çeşitli nedenleri bulunmaktadır. Kişilik farklılıkları da bu etkenlerden biridir. Kişilik örüntülerindeki farklılıklar bireylerde farklı savunma mekanizmalarının kullanımına sebep olmaktadır (Güleç, 2009).

Psikosomatik hastalıklardan biri olan astım ile ilgili yapılan bir çalışmada astım hastalarında mizaç, karakter ve aleksitimi özellikleri araştırılmıştır. Araştırma

sonucunda astım hastalarının genellikle zarardan kaçınma, tutumluluk ve duygusallık gibi kişilik özelliklerinin yaygın olduğu görülmüştür (Aslan, Sağlam ve Naycı, 2022).

Kişilik yapılanması ve psikosomatik hastalıklar arasında önemli bir yeri olan hastalıklardan biri de atopik dermatittir. Sağlıklı ve atopik dermatiti olan hastaların mizaç ve karakterinin karşılaştırılmış olduğu bir çalışma da hasta grubunun zarardan kaçınma puanlarının yüksek olduğu görülmüştür. İş birliği yapma, kendini yönetme ve ödül bağımlılığı gibi puanların da düşük olduğu görülmüştür. İş birliği yapma ve kendini yönetme puanları düşük olan bireylerde daha fazla kişilik problemlerine eğilimli olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada atopik dermatite sahip olanların huzursuzluk, güvensizlik, kaygı, duygusal değişkenlik, aşırı duyarlılık ve nevroitiklik gibi kişilik özelliklerine sahip oldukları bildirilmiştir. Bu hastaların sağlıklı katılımcılara göre belirgin bir mizaç ve karakter boyutlarının olduğu söylenebilmektedir (Kim ve diğerleri, 2006).

Yaygınlığı yüksek olarak görülen psikosomatik rahatsızlıkların biri olan irritabl barsak sendromu ile beş faktör kişilik özelliklerinin incelendiği bir derleme çalışması bulunmaktadır. Bu çalışmada içe dönük bireylerin stres düzeyinin daha yüksek olabileceği düşünülerek irritabl barsak sendromunun bu özellikteki bireylerde daha sık görüleceği düşünülmektedir. Bu hastalığın sosyal yaşamı olumsuz etkilemesi sebebiyle uyumluluk kişilik özelliğinin zıttı olarak düşünülmektedir. Deneyime açıklık boyutu da sosyal bir birey olmayı gerektirdiğinden hastalık yönünden kaçınmaların olması bu boyutla da zıtlık göstermektedir. İrritabl barsak sendromu olan kişiler için daha az sorumluluk sahibi olabilecek biri haline gelebileceği düşünülmektedir. Nevrotik kişilik özelliklerine sahip olan kişilerde bu hastalığın daha sık görülebileceğini ifade edilmiştir (Bozkurt, Derya ve İnel, 2021).

2.3. Duygusal Dışavurum

Gündelik hayatta bireyleri nitelendirmek için duygu ifadesi sıklıkla kullanılmaktadır. Duygu, hissedilebilir ve kişiden kişiye farklılık gösterebilen bir deneyim olduğundan tanımının yapılması zordur. Gross ve Thompson (2007), duyguyu uzun süren ya da anlık, benlik üzerinden ya da çevresel, bilinçli ya da bilinçsiz, basit veya karmaşık, birçok kişi tarafından ortak hissedilen ya da bireye özgü olabilir şeklinde ifade etmişlerdir. Bu tanımdan da yola çıkarak duygular

genellikle tüm kişilerin deneyimleyebilmiş olduğu içsel bir süreçtir. İçsel olarak deneyimlenen bu duyguları kişiler karşısındaki kişilere de ifade etmeyi tercih ederler (Gross ve Thompson, 2007). Her bireyde bu duyguları ifade etme ve dışavurum şekilleri farklılık göstermektedir (Gross ve John, 1995). Duygu ifadesi, kişilerin empati ve iletişim gücüne katkıda bulunarak davranışlarında değişikliğe sebep olur bunun sonucunda da kişinin çevresi ile olan uyumunu pozitif yönde etkiler (Tütüncü, 2021).

Duygusal dışavurum ile davranışsal ifadeler kastedilmektedir. Yüz ifadeleri, jest ve mimiklerin kullanımı, ses tonu, duruş davranışsal ifadelerdir. Gülümsemek, kaşlarını çatmak, kahkaha atmak, ağlamak gibi durumlarda duygunun ifade edilme biçimleridir. Bu tanım, gözlemlenebilen davranış tepkilerini vurgulamaktadır (Gross ve John, 1995). Duygusal dışavurum aynı zamanda basit anlamıyla kişilerin duygularını dışa yansıtması olarak da tanımlanmaktadır (Burger, 2006).

Duyguların dışavurumu kişiden kişiye farklılıklar gösterebilmektedir. Bir duyguyu kolaylıkla ifade edebilen bir kişinin, farklı diğer duyguları da ifade etme eğiliminde olduğu belirtilmiştir. Günlük hayatta duygusal dışavurum önemli bir yere sahiptir. Kişiler karşısındaki insanlarla iletişiminin hem etkili hem de kolay olması için olumlu ve olumsuz duyguları ifade etmelidirler (Gross ve John, 1995). Duygusal dışavurumu ölçmek için bir takım ölçüm araçları geliştirilmiştir. Bu araştırma da Gross ve John tarafından geliştirilmiş olan duygusal dışavurum ölçeği kullanılmıştır. Aynı zamanda duygusal dışavurumun farklı modelleri de bulunmaktadır. Gross ve John (1997) duygusal dışavurum için deneysel bir model önermişlerdir. Bu konuda bir çerçeve oluşturmak amacıyla uyarlanmış oldukları modeli davranışa odaklanarak sunmuşlardır.

2.3.1. Gross ve John'un duygusal dışavurum modeli

Gross ve John (1995), duygusal durumlara eşlik eden davranıştaki değişikliklere odaklanmaktadır. Davranışlardaki kişisel farklılıkları anlayabilmek için bir duygusal dışavurum modeli sunulmuştur.

duygu içerisinde oluyor olabilir. Bu nedenle günlük hayatta karşılaşılan durumların, kişiden kişiye farklılık göstermesi sonucunda duygusal dışavurumlarında da değişkenliğe sebep olmaktadır (Çelik, 2013).

Berkeley Duygusal Dışavurum Ölçeğinin geliştirildiği çalışmada Gross ve John (1995), duygusal dışavurum ile beş faktör kişilik özellikleri ile arasındaki ilişki incelenmiştir. Nevrotiklik alt boyutunun olumsuz duygusal dışavurum ile güçlü bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Dışadönüklük alt boyutunun, olumlu duygusal dışavurum ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Deneyime açıklık ve uyumluluk alt boyutlarının da duygusal dışavurum ile zayıf bir ilişkisinin olduğu bulunurken sorumluluk alt boyutunun duygusal dışavurum ile bir ilişkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır. Deneyime açıklık ve uyumluluk alt boyutlarında yüksek puan almış kişilerin olumsuz duyguları ifade etme durumlarının daha düşük oranda olduğunu, nevroitiklik kişilik boyutundan yüksek puan almış kişilerin de olumlu olan duyguları ifade etme durumlarının daha düşük olduğu ifade edilmiştir. Nevrotiklik kişilik özelliği yüksek olan bireyler kaygılı, üzüntülü, öfkeli, gergin ve duyguları sıklıkla değişebilen kişiler olarak tanımlanmaktadır. Nevrotiklik kişilik özelliğinin olumsuz duygusal dışavurum ile güçlü bir ilişkisinin olması, uyumlu bireylerin de daha arkadaş canlısı ve sıcakkanlı kişilik özelliklerine sahip olması olumsuz duyguları ifade edebilme konusunda çekingen olabileceğini göstermiştir.

Coşkun (2021), üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ile duygusal dışavurum ve sosyal onay ihtiyaçlarını arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Elde ettiği bulgulara göre kadın üniversite öğrencilerinin duygusal dengesizlik ve yumuşak başlılık alt boyutlarının puanları erkeklere göre yüksektir. Duygusal dışavurum toplam puanı ve alt boyutlarının tümünde kadın öğrencilerin puanı erkek öğrencilerinkinden yüksek bulunmuştur. Araştırmanın bir diğer sonucunda ise nevroitiklik alt boyutunun; sorumluluk, yumuşak başlılık ve dışadönüklük kişilik özellikleri ile negatif yönlü bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Dışadönüklük kişilik özelliğinde ise duygusal dışavurum ile pozitif yönlü bir ilişkiye sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Sosyal onay ihtiyacı ise deneyime açıklık ve dışadönüklük alt boyutları ile negatif yönde ilişkili çıkarken, yumuşak başlılık kişilik özelliği ile pozitif ilişkilidir.

2.3.3. Duygusal dışavurum ile psikosomatik arasındaki ilişki

Duygular kişinin yaşantısında birçok önemli işleve sahiptir. Psikanalitik yaklaşıma göre, psikosomatik bozukluklar kişideki stres ve gerginliklerden kaynaklanmaktadır. Bu durumda kişinin duygusal olarak ifade edemediği ve başa çıkamadığı durumlarda ortaya çıkabilmektedir. Bu alandaki araştırmacılar, kişilerin erken çocukluk dönemine ait duygularını ifade etmedeki yetersizlik sebebiyle bedensel belirtilerin ortaya çıktığını savunmaktadırlar. Genel olarak fiziksel semptomları tam olarak açıklanamayan bireyleri anlamaya yardımcı olmak için psikanalitik kavramlardan da yararlanılmıştır (Ercan, 2018). Duyguları, çatışmaları ve psikolojik ihtiyaçları fiziksel belirtilerle ifade eden ve bunları bir iletişim aracı olarak kullanan bireyler genellikle psikosomatik bozukluk tanısı almaktadırlar (Çetin ve Kurt, 2016).

Kişiler, duygularını ifade etme aracılığıyla kendilerinde depresyona varan çeşitli ruhsal hastalıklara sebep olan rahatsız edici olumsuz duygular yaşayabilirler. Bu duyguları ifade ederek rahatlayabilir bunun yanında ruh sağlıklarına da olumlu etkide bulunabilirler. Bireylerin içsel olarak yaşamış oldukları olumsuz duygular dirençlerini olumsuz etkileyerek karşı karşıya kalmış oldukları durumlarla da mücadele etme gücünü azaltabilmektedir. Bu nedenle duygusal dışavurum, kişilerin işlevleri açısından önem arz etmektedir. Ruh sağlığı alanında da duygusal dışavurumun kişilerin bu alandaki ve beden sağlıklarında yadsınamaz bir yeri olduğu belirtilmiştir (Çelik, 2013).

Şafak ve diğerleri (2015), ergenler ile yaptığı çalışmada algılanan duygu dışavurumu ile psikosomatik belirtiler arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma sonucunda kızların psikosomatik belirtileri erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Duygusal dışavurumları ile psikosomatik belirtileri arasında da güçlü bir ilişki olduğu bulunmuştur. Sinirlilik düzeyinin ve duygusal destek yoksunluğunun psikosomatik belirtilerin ortaya çıkmasında ilişkisinin olduğu sonucuna varılmıştır.

Tütüncü (2021) tarafından yapılan çalışmada, psikosomatik semptomların duygusal ifade, duygu düzenleme ve cinsiyet rolleri arasındaki ilişki incelenmiştir. 18-65 yaş aralığındaki bireylerden elde edilen veriler ile psikosomatik semptomların duygusal ifade ve duygu düzenleme üzerinde yordayıcı bir etkiye sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Bu araştırma da aynı zamanda duygu kavramının, psikosomatik

hastalıklar üzerinde ve anlaşılmasında önemli kavramlardan biri olduğunun önemi vurgulanmıştır.

Özden (2015), tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinde duygular, psikosomatik belirtiler ve demografik özellikler arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın sonucunda psikosomatik belirti geliştirme ile duygu düzenleme zorluğu arasında ilişkinin doğrulandığı bulunmuştur. Ek olarak üzüntü ve kaygı gibi duygularında psikosomatik belirtiler geliştirme eğilimi arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur.

Sonuç olarak alan yazın incelendiğinde duygusal dışavurumun psikosomatik belirtiler ile bir ilişkisinin olduğu desteklenmektedir.



3. YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Bu çalışma yetişkinlerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurum ile arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmadır. Bu araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

3.2. Araştırma Örneklemi

Araştırmaya 18 yaş ve 65 yaş aralığında toplam 397 kişi katılım sağlamıştır. Araştırmanın örneklemini 280'i kadın (%70,5), 117'si erkek (%29,5) toplam 397 katılımcı oluşturmaktadır. Katılımcıların büyük çoğunluğunu 18-30 yaş aralığı (%51,6), bekar (%52,6) ve üniversite mezunu (%56,9) kişiler oluşturmaktadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın veri toplama araçları olarak; Demografik Bilgi Formu, Beş Faktör Kişilik Envanteri, Rosenberg Benlik Saygısı- Psikosomatik Belirtiler Alt Ölçeği ve Berkeley Duygusal Dışavurum Ölçeği kullanılmıştır. Veri toplama araçları alan yazında daha önce kullanılmış geçerlik ve güvenirlik çalışmaları tamamlanmış olan araçlardır.

3.3.1 Demografik bilgi formu

Demografik Bilgi Formu, katılımcıların demografik özelliklerini elde etmek amacıyla oluşturulmuştur. Katılımcıların cinsiyeti, yaşı, medeni durumu ve eğitim durumu hakkında bilgi almaya yöneliktir.

3.3.2 Beş faktör kişilik envanteri

Beş Faktör Kişilik Envanteri (BFKE), Benet-Martinez ve John (1998) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek toplamda 44 maddeden oluşmaktadır. Ölçek “nevrotiklik”, “yumuşak başlılık”, “deneyime açıklık” “dışadönüklük” ve

“sorumluluk” olmak üzere 5 alt boyutu vardır. 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31 ve 36. maddeler dışadönüklük alt boyutunu; 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43. maddeler sorumluluk alt boyutunu; 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42 numaralı maddeler yumuşak başlılık alt boyutunu; 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 41, 44. madde deneyime açıklık alt boyutunu; 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39. maddeler nevrotiklik alt boyutunu ölçmektedir. 2, 6, 8, 9, 12, 18, 21, 23, 24, 27, 31, 34, 35, 37, 41 ve 43 numaralı maddeler ise ters olarak puanlanmaktadır. Ölçek, 1= Hiç katılmıyorum, 2= biraz katılmıyorum, 3 = ne katılıyorum ne de katılmıyorum, 4= biraz katılıyorum, 5=tamamen katılıyorum olmak üzere 5’li Likert tipi derecelendirmeye sahiptir. Ölçeğin dilimize çevrilme ve uyarlanma çalışmaları Sümer ve Sümer (2005) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan bu uyarlanma çalışmasında ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach alfa güvenilirlik katsayılarının .64 ile .77 arasında değişmekte olduğu belirtilmiştir (Sümer ve Sümer, 2005). Bu araştırma kapsamında da alt boyutların Cronbach alfa değerleri sırasıyla dışadönüklük için .80, sorumluluk için .72, yumuşak başlılık için .61, deneyime açıklık için .63, nevrotiklik için .77 olarak bulunmuştur.

3.3.3. Rosenberg benlik saygısı – psikosomatik belirtiler alt ölçeği

Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği 12 alt kategoriden oluşmaktadır. 1986 yılında Çuhadaroğlu tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin uyarlanma çalışmasındaki Croanbach alfa güvenilirlik katsayısı .76’dır. Test tekrar test güvenilirlik katsayısı .71’dir (Çuhadaroğlu, 1986). Bu çalışmada konu gereğince 12 alt testten biri olan Psikosomatik Belirtiler Alt Ölçeği uygulanmıştır. Bu ölçek 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 4’lü likert tipi bir derecelendirmeye sahiptir. Derecelendirme “Sık Sık”, “Bazen”, “Nadiren” ve “Hiçbir Zaman” şeklindedir. Bireyler 10 ile 40 arasında bir puan almaktadır. Puanlar 10’a yaklaştıkça psikosomatik belirti fazlalığına 40’a yaklaştıkça psikosomatik belirti azlığına karşılık gelmektedir (Çuhadaroğlu, 1986). Bu çalışmada psikosomatik belirtiler Cronbach alfa değeri .75 olarak bulunmuştur.

3.3.4. Berkeley duygusal dışavurum ölçeği

Gross ve John (1995) tarafından geliştirilmiş ve Akın (2011) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 16 maddeden, 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin üç maddesi (3., 8. ve 9.) ters olarak kodlanmıştır. Ölçek 7’li Likert derecelendirmeye 1-

7 arasındaki rakamlardan birini işaretleyerek yanıtlanmaktadır. Her bir madde için 1, “Kesinlikle Katılmıyorum”; 2 “Katılmıyorum”; 3 “Bazen Katılmıyorum”; 4 “Kararsızım”; 5 “Bazen Katılıyorum”; 6 “Katılıyorum”; 7 ise “Kesinlikle Katılıyorum” anlamlarına gelmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları toplam puan .88, olumlu dışavurum .74, olumsuz dışavurum .82, dürtü şiddeti .87 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test çalışmasında ise test-tekrar test güvenilirlik katsayılarının ölçeğin bütünü için .81; olumlu dışavurum boyutu için .85; olumsuz dışavurum boyutu için .66; dürtü şiddeti boyutu için .67 olarak hesaplanmıştır (Kaya, 2013). Bu araştırma kapsamında Cronbach alfa değerleri duygusal dışavurum toplam puanı için .80, olumlu dışavurum boyutu için .68, olumsuz dışavurum boyutu için .63, dürtü şiddeti boyutu için .73 olarak bulunmuştur.

3.4. Veri Toplama İşlemi

Araştırmada katılımcılar bilgilendirilmiş onam formuna onay verdikten sonra çalışmaya katılmışlardır. Araştırma soruları katılımcılara çevrimiçi ortamda hazırlanarak sunulmuştur. Araştırma için 18 – 65 yaş arası bireylere ulaşılması hedeflenmiştir. Kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak veriler toplanmıştır.

4. BULGULAR

Bu araştırma, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumları arasındaki ilişkiyi tespit edebilmek amacıyla yapılmıştır. Bu amaç kapsamında 397 yetişkin bireyden veri toplanmıştır. Bu süreçte elde edilen verilerin analizinde SPSS-25 istatistik programı kullanılmıştır. Yapılan her analiz, tablo formatında bu bölümde rapor edilmiştir.

Yapılan analizlerde ilk olarak yetişkin bireylerin demografik bilgilerine ait frekans ve yüzde değerleri hesaplanmıştır. Ayrıca, katılımcıların kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumlarına yönelik tanımlayıcı istatistikler (minimum değer, maksimum değer, aritmetik ortalama ve standart sapma) hesap edilmiştir. Daha sonra, araştırma verilerinin normal dağılım varsayımını karşılama durumu incelenmiştir. Bu incelemede, araştırma verilerine yönelik çarpıklık ve basıklık değerleri referans alınmıştır.

Araştırma amaçları kapsamında yapılan analizlerde, parametrik analiz yöntemleri tercih edilmiştir. Bu bağlamda, katılımcıların kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumları demografik değişkenler açısından incelenirken bağımsız gruplar t testi ve tek yönlü anova analizleri kullanılmıştır. Tek yönlü anova analizinde anlamlı farklar çıktığı durumda ise post-hoc testlerinden Tukey testi ile incelenmiştir. Ayrıca, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumları arasındaki ilişki pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

4.1. Yetişkin Bireylerin Demografik Bilgilerine Yönelik Bulgular

Bu araştırma, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumları arasındaki ilişkiyi konu edinmektedir. Bu kapsamda, araştırmaya 18-65 yaş arasındaki 397 yetişkin birey katılmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerine ait toplanan verilerine ait ulaşılan bulgular aşağıda sunulmuştur.

Çizelge 4.1: Yetişkin Bireylerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzdeler

Değişken	Grup	f	%
Cinsiyet	Kadın	280	70.5
	Erkek	117	29.5
Yaş Grubu	18-30 yaş	205	51.6
	31-40 yaş	91	22.9
	41-50 yaş	59	14.9
	51-65 yaş	42	10.6
Medeni Durum	Evli	188	47.4
	Bekar	209	52.6
Eğitim Durumu	İlk/Ortaokul	36	9.1
	Lise	87	21.9
	Üniversite	226	56.9
	Lisansüstü	48	12.1
Toplam		397	100.0

Çizelge 4.1'e göre, araştırmaya katılan yetişkin kişiler genellikle; kadın (%70.5), 18-30 yaş grubunda (%51.6), bekar (%52.6) ve üniversite mezunu (%56.9) kişilerden oluşmaktadır.

4.2. Araştırmaya Ait Tanımlayıcı Bulgular

Yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumlarına ait tanımlayıcı istatistikleri hesaplanarak elde edilen bulgular aşağı kısımda rapor edilmiştir.

Çizelge 4.2: Yetişkin Bireylerde Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavuruma Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Ölçek	Boyut	min	max	\bar{x}	ss
Kişilik Özellikleri	Dışadönüklük	9.00	40.00	27.97	6.51
	Sorumluluk	14.00	45.00	34.19	5.87
	Yumuşak Başlılık	17.00	45.00	35.11	5.16
	Deneyime Açıklık	15.00	50.00	35.31	6.94
	Nevrotiklik	8.00	40.00	23.53	6.63
Ps. Belirtiler	Toplam	11.00	39.00	29.21	5.06
Duygusal Dışavurum	Toplam	31.00	112.00	79.61	13.42
	Olumlu Dışavurum	7.00	28.00	22.18	4.21
	Olumsuz Dışavurum	6.00	42.00	25.74	6.31
	Dürtü Şiddeti	10.00	42.00	31.70	6.59

Çizelge 4.2'den hareketle, yetişkin bireylerin kişilik özelliklerine ait en yüksek boyut deneyime açıklık (35.31 ± 6.94) ve en düşük boyut ise nevroitiklik (23.53 ± 6.63) olarak belirlenmiştir.

Çizelge 4.2'den hareketle, yetişkin bireylerin psikosomatik belirtileri 29.21 ± 5.06 olarak belirlenmiştir.

Çizelge 4.2'den hareketle, yetişkin bireylerin duygusal dışavurumlarına ait toplam puan 79.61 ± 13.42 olarak belirlenmiştir. Yetişkin bireylerde duygusal dışavuruma ait en yüksek boyut dürtü şiddeti (31.70 ± 6.59) ve en düşük boyut ise olumlu dışavurum (22.18 ± 4.21) olarak belirlenmiştir.

4.3. Araştırma Verilerinin Dağılımına Yönelik Bulgular

Yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumları incelenmeye başlamadan önce araştırma verilerinin dağılımı kontrol edilmiştir. Normallik kontrolleri Shapiro-Wilk ve Kolmogorov-Smirnov testi kullanılarak yapılmaktadır (Büyüköztürk, 2010). Fakat sosyal bilimlerdeki normallik kontrolleri, yaygın olarak çarpıklık ve basıklık değerlerinin incelenmesi ile kontrol edilmektedir (Yalçıntaş, 2019). Çarpıklık ve basıklık değerlerinin normal dağılım varsayımını karşılamaında kullanılan farklı referanslar vardır. Büyüköztürk (2010)'e göre çarpıklık ve basıklığın -1 ile +1; Tabachnick ve Fidell (2013)'e göre -1,5 ve +1,5; George ve Mallery (2010)'ye göre ise -2 ile +2 değerleri arasında yer alması normal dağılıma işarettir.

Çizelge 4.3: Yetişkin Bireylerde Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavuruma Ait Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçek	Boyut	Çarpıklık		Basıklık	
		İst.	St. Hata	İst.	St. Hata
Kişilik Özellikleri	Dışadönüklük	-.42	.12	-.27	.24
	Sorumluluk	-.44	.12	-.21	.24
	Yumuşak Başlılık	-.42	.12	.08	.24
	Deneyime Açıklık	-.37	.12	-.24	.24
	Nevrotiklik	-.15	.12	-.27	.24
Ps. Belirtiler	Toplam	-.35	.12	-.05	.24
Duygusal Dışavurum	Toplam	-.57	.12	.57	.24
	Olumlu Dışavurum	-1.04	.12	1.01	.24
	Olumsuz Dışavurum	-.28	.12	-.13	.24
	Dürtü Şiddeti	-.77	.12	.38	.24

Çizelge 4.3'e göre; yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumlarına ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri -2.00 ile +2.00 arasında yer almaktadır. Bu kapsamda, araştırma verilerinin normal dağıldığı kabul edilmiştir. Verileri normal dağılım gösteren araştırmaların analizinde, parametrik yöntemler kullanılmaktadır (Kul, 2014).

Bu sebeple araştırmaya bağımsız gruplar t testi, anova analizi ve pearson korelasyon analizi ile devam edilmiştir.

4.4. Kişilik Özelliklerine Yönelik Bulgular

Araştırma amaçlarından hareketle, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri demografik değişkenlere göre incelenmiştir. Yapılan incelemelerde cinsiyet ve medeni duruma ilişkin analizler bağımsız gruplar t testiyle yapılırken yaş grubu ve eğitim durumuna göre yapılan analizler ise tek yönlü anova analiziyle gerçekleştirilmiştir. Tek yönlü anova analizinde meydana gelen anlamlı farklar ise post-hoc testlerinden Tukey testi ile incelenmiştir.

Çizelge 4.4: Yetişkin Bireylerin Kişilik Özelliklerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	ss	sd	t	p
Dışadönüklük	Kadın	280	28.20	6.64	395	1.07	.27
	Erkek	117	27.44	6.21			
Sorumluluk	Kadın	280	34.29	5.70	395	.48	.64
	Erkek	117	33.97	6.27			
Yumuşak Başlılık	Kadın	280	35.13	5.20	395	.16	.88
	Erkek	117	35.04	5.07			
Deneyime Açıklık	Kadın	280	35.28	6.81	395	-.15	.88
	Erkek	117	35.39	7.28			
Nevrotiklik	Kadın	280	24.52	6.31	395	4.71	.000
	Erkek	117	21.17	6.80			

Çizelge 4.4'ten hareketle, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri cinsiyete göre incelendiğinde; dışadönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık ve deneyime açıklık boyutları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>.05$). Fakat nevroitiklik kişilik özelliğinde kadın katılımcıların puanı erkek katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p<.05$).

Çizelge 4.5: Yetişkin Bireylerin Kişilik Özelliklerinin Yaş Grubuna Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	ss	F	p	Fark
Dışadönüklük	18-30 yaş	205	28.34	6.42	.80	.50	
	31-40 yaş	91	27.08	6.88			
	41-50 yaş	59	27.97	6.23			
	51-65 yaş	42	28.17	6.58			
	Total	397	27.97	6.51			
Sorumluluk	18-30 yaş	205	32.33	5.77	18.74	.000	2,3,4>1
	31-40 yaş	91	35.05	5.63			
	41-50 yaş	59	37.49	3.97			
	51-65 yaş	42	36.79	5.75			
	Total	397	34.19	5.87			
Yumuşak Başlılık	18-30 yaş	205	34.00	5.19	11.62	.000	3,4>1
	31-40 yaş	91	35.00	4.55			
	41-50 yaş	59	38.03	4.48			
	51-65 yaş	42	36.64	5.33			
	Total	397	35.11	5.16			
Deneyime Açıklık	18-30 yaş	205	36.01	6.74	2.04	.11	
	31-40 yaş	91	35.11	7.26			
	41-50 yaş	59	33.61	6.45			
	51-65 yaş	42	34.69	7.63			
	Total	397	35.31	6.94			
Nevrotiklik	18-30 yaş	205	24.75	6.00	7.80	.000	1,2>3,4
	31-40 yaş	91	23.58	6.86			
	41-50 yaş	59	21.51	7.05			
	51-65 yaş	42	20.33	6.87			
	Total	397	23.53	6.63			

Çizelge 4.5'ten hareketle, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri yaş grubuna göre incelendiğinde; dışadönüklük ve deneyime açıklık boyutlarında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>.05$). Fakat sorumluluk, yumuşak başlılık ve nevrotiklik kişilik özelliklerinde yaşa göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<.05$).

Kişilik özelliklerinde yaşa göre meydana gelen anlamlı farkların incelenmesinde, post-hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır. Bunun sonucunda, sorumluluk kişilik özelliğinde 31-40 yaş, 41-50 yaş ve 51-65 yaş grubundaki katılımcıların puanı 18-30 yaş grubundaki katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ayrıca, yumuşak başlılık kişilik özelliğinde 41-50 yaş ve 51-65 yaş grubundaki katılımcıların puanı 18-30 yaş grubundaki katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ek olarak nevrotiklik kişilik özelliğinde 18-30 yaş ve 31-40 yaş aralığındaki katılımcıların puanı 41-50 yaş ve 51-65 yaş aralığındaki katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Çizelge 4.6: Yetişkin Bireylerin Kişilik Özelliklerinin Medeni Duruma Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	Ss	sd	t	p
Dışadönüklük	Evli	188	28.18	6.74	395	.58	.56
	Bekar	209	27.79	6.31			
Sorumluluk	Evli	188	35.85	5.33	395	5.56	.000
	Bekar	209	32.70	5.94			
Yumuşak Başlılık	Evli	188	36.38	4.93	395	4.79	.000
	Bekar	209	33.96	5.10			
Deneyime Açıklık	Evli	188	34.60	6.80	395	-1.92	.06
	Bekar	209	35.95	7.03			
Nevrotiklik	Evli	188	22.65	7.07	395	-2.52	.01
	Bekar	209	24.33	6.11			

Çizelge 4.6'dan hareketle, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri medeni duruma göre incelendiğinde; dışadönüklük ve deneyime açıklık boyutunda anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>.05$). Fakat sorumluluk ve yumuşak başlılık kişilik özelliğinde evlilerin puanı bekarların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ayrıca, nevroitiklik kişilik özelliğinde ise bekar katılımcıların puanı evli katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p<.05$).

Çizelge 4.7: Yetişkin Bireylerin Kişilik Özelliklerinin Eğitim Durumuna Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	ss	F	p	Fark
Dışadönüklük	İlk/Ortaokul	36	25.86	5.20	2.43	.07	
	Lise	87	29.24	6.54			
	Üniversite	226	27.88	6.67			
	Lisansüstü	48	27.73	6.29			
	Total	397	27.97	6.51			
Sorumluluk	İlk/Ortaokul	36	37.53	4.82	7.32	.000	1,2>3,4
	Lise	87	35.33	5.53			
	Üniversite	226	33.23	5.86			
	Lisansüstü	48	34.13	6.08			
	Total	397	34.19	5.87			
Yumuşak Başlılık	İlk/Ortaokul	36	35.75	5.22	1.38	.25	
	Lise	87	35.94	5.22			
	Üniversite	226	34.77	5.03			
	Lisansüstü	48	34.67	5.53			
	Total	397	35.11	5.16			
Deneyime Açıklık	İlk/Ortaokul	36	30.06	7.49	9.56	.000	2,3,4>1
	Lise	87	34.51	6.84			
	Üniversite	226	36.21	6.72			
	Lisansüstü	48	36.48	5.91			
	Total	397	35.31	6.94			

Çizelge 4.7: (Devamı) Yetişkin Bireylerin Kişilik Özelliklerinin Eğitim Durumuna Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	ss	F	p	Fark
Nevrotiklik	İlk/Ortaokul	36	22.53	7.47	1.23	.30	
	Lise	87	22.64	6.66			
	Üniversite	226	23.87	6.49			
	Lisansüstü	48	24.33	6.48			
	Total	397	23.53	6.63			

Çizelge 4.7’den hareketle, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri eğitim durumuna göre incelendiğinde; dışadönüklük, yumuşak başlılık ve nevrotiklik boyutlarında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>.05$). Fakat sorumluluk ve deneyime açıklık kişilik özelliklerinde eğitim düzeyine göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<.05$).

Kişilik özelliklerinde eğitim düzeyine göre oluşan anlamlı farkların incelenmesinde, post-hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır. Bunun sonucunda, sorumluluk kişilik özelliğinde ilk/ortaokul ve lise mezunu katılımcıların puanı üniversite ve lisansüstü mezunu katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ayrıca, deneyime açıklık kişilik özelliğinde lise, üniversite ve lisansüstü mezunu katılımcıların puanı ilk/ortaokul mezunu katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

4.5. Psikosomatik Belirtilere Yönelik Bulgular

Araştırma amaçlarından hareketle, yetişkin bireylerin psikosomatik belirtileri demografik değişkenlere göre incelenmiştir. Yapılan incelemelerde cinsiyet ve medeni duruma ilişkin analizler bağımsız gruplar t testiyle yapılırken yaş grubu ve eğitim durumuna göre yapılan analizler ise tek yönlü anova analiziyle gerçekleştirilmiştir. Tek yönlü anova analizinde meydana gelen anlamlı farklar ise post-hoc testlerinden Tukey testi ile incelenmiştir.

Çizelge 4.8: Yetişkin Bireylerin Psikosomatik Belirtilerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	Ss	sd	t	p
Psikosomatik Belirtiler (Toplam)	Kadın	280	28.57	5.04	395	-3.98	.000
	Erkek	117	30.74	4.79			

Çizelge 4.8’den hareketle, yetişkin bireylerin psikosomatik belirtileri cinsiyete göre incelenmesi sonucunda; erkek katılımcıların puanı kadın katılımcıların puanından anlamlı oranla yüksek bulunmuştur ($p<.05$).

Çizelge 4.9: Yetişkin Bireylerin Psikosomatik Belirtilerinin Yaş Grubuna Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	ss	F	p	Fark
Psikosomatik Belirtiler	18-30 yaş	205	28.30	5.12	5.69	.001	3,4>1
	31-40 yaş	91	29.57	5.05			
	41-50 yaş	59	30.54	4.56			
	51-65 yaş	42	31.00	4.58			
	Total	397	29.21	5.06			

Çizelge 4.9’den hareketle, yetişkin bireylerin psikosomatik belirtileri yaş grubuna göre incelendiğinde; gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşma tespit edilmiştir ($p<.05$).

Psikosomatik belirtilerde yaş grubuna göre meydana gelen anlamlı farkların incelenmesinde, post-hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır. Buna göre, 41-50 yaş ve 51-65 yaş grubundaki katılımcıların puanı 18-30 yaş grubundaki katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Çizelge 4.10: Yetişkin Bireylerin Psikosomatik Belirtilerinin Medeni Duruma Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	Ss	sd	t	p
Psikosomatik Belirtiler (Toplam)	Evli	188	30.02	4.91	395	3.07	.002
	Bekar	209	28.48	5.09			

Çizelge 4.10’den hareketle, yetişkin bireylerin psikosomatik belirtileri medeni duruma göre incelendiğinde; evlilerin puanı bekarların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p<.05$).

Çizelge 4.11: Yetişkin Bireylerin Psikosomatik Belirtilerinin Eğitim Durumuna Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	ss	F	p	Fark
Psikosomatik Belirtiler	İlk/Ortaokul	36	30.36	4.06	.72	.54	
	Lise	87	28.93	5.29			
	Üniversite	226	29.14	5.06			
	Lisansüstü	48	29.17	5.30			
	Total	397	29.21	5.06			

Çizelge 4.11'den hareketle, yetişkin bireylerin psikosomatik belirtileri eğitim düzeyine göre incelenmesi sonucunda; gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma bulunamamıştır ($p>.05$).

4.6. Duygusal Dışavuruma Yönelik Bulgular

Araştırma amaçlarından hareketle, yetişkin bireylerin duygusal dışavurumları demografik değişkenlere göre incelenmiştir. Yapılan incelemelerde cinsiyet ve medeni duruma ilişkin analizler bağımsız gruplar t testiyle yapılırken yaş grubu ve eğitim durumuna göre yapılan analizler ise tek yönlü anova analiziyle gerçekleştirilmiştir. Tek yönlü anova analizinde meydana gelen anlamlı farklar ise post-hoc testlerinden Tukey testi ile incelenmiştir.

Çizelge 4.12: Yetişkin Bireylerin Duygusal Dışavurumlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	Ss	sd	t	p
Duygusal Dışavurum (Toplam)	Kadın	280	83.23	11.72	395	9.12	.000
	Erkek	117	70.97	13.34			
Olumlu Dışavurum	Kadın	280	22.69	4.02	395	3.81	.000
	Erkek	117	20.96	4.42			
Olumsuz Dışavurum	Kadın	280	27.08	5.84	395	6.96	.000
	Erkek	117	22.51	6.25			
Dürtü Şiddeti	Kadın	280	33.45	5.62	395	9.00	.000
	Erkek	117	27.50	6.87			

Çizelge 4.12'de, yetişkin bireylerin duygusal dışavurumları cinsiyete göre incelenmesi sonucunda; toplam puan ile olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutlarında kadın katılımcıların puanı erkek katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek olarak bulunmuştur ($p<.05$).

Çizelge 4.13: Yetişkin Bireylerin Duygusal Dışavurumlarının Yaş Grubuna Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	ss	F	p	Fark
Duygusal Dışavurum (Toplam)	18-30 yaş	205	79.93	14.45	.61	.62	
	31-40 yaş	91	80.56	12.71			
	41-50 yaş	59	77.97	12.14			
	51-65 yaş	42	78.36	11.47			
	Total	397	79.61	13.42			

Çizelge 4.13: (Devamı) Yetişkin Bireylerin Duygusal Dışavurumlarının Yaş Grubuna Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	ss	F	p	Fark
Olumlu Dışavurum	18-30 yaş	205	22.44	4.07	1.04	.38	
	31-40 yaş	91	22.22	3.97			
	41-50 yaş	59	21.37	4.81			
	51-65 yaş	42	21.95	4.45			
	Total	397	22.18	4.21			
Olumsuz Dışavurum	18-30 yaş	205	25.86	6.80	.24	.87	
	31-40 yaş	91	25.79	6.04			
	41-50 yaş	59	25.78	5.14			
	51-65 yaş	42	24.95	6.04			
	Total	397	25.74	6.31			
Dürtü Şiddeti	18-30 yaş	205	31.62	6.83	.89	.45	
	31-40 yaş	91	32.55	6.55			
	41-50 yaş	59	30.81	6.42			
	51-65 yaş	42	31.45	5.70			
	Total	397	31.70	6.59			

Çizelge 4.13'ten hareketle, yetişkin kişilerin duygusal dışavurumları yaşa göre incelenmesi sonucunda; toplam puan ile olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır ($p>.05$).

Çizelge 4.14: Yetişkin Bireylerin Duygusal Dışavurumlarının Medeni Duruma Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	Ss	sd	t	p
Duygusal Dışavurum (Toplam)	Evli	188	79.64	12.81	395	.03	.97
	Bekar	209	79.59	13.99			
Olumlu Dışavurum	Evli	188	22.01	4.44	395	-.79	.43
	Bekar	209	22.34	4.00			
Olumsuz Dışavurum	Evli	188	26.00	5.81	395	.79	.43
	Bekar	209	25.50	6.73			
Dürtü Şiddeti	Evli	188	31.63	6.57	395	-.19	.85
	Bekar	209	31.76	6.63			

Çizelge 4.14'ten hareketle, yetişkin bireylerin duygusal dışavurumları medeni durumuna göre incelendiğinde; toplam puan ile olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır ($p>.05$).

Çizelge 4.15: Yetişkin Bireylerin Duygusal Dışavurumlarının Eğitim Durumuna Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	\bar{x}	ss	F	p	Fark
Duygusal Dışavurum (Toplam)	İlk/Ortaokul	36	73.47	13.86	3.39	.02	3,4>1
	Lise	87	78.97	12.58			
	Üniversite	226	80.32	13.42			
	Lisansüstü	48	82.08	13.64			
	Total	397	79.61	13.42			
Olumlu Dışavurum	İlk/Ortaokul	36	18.75	5.64	9.42	.000	2,3,4>1
	Lise	87	22.33	3.70			
	Üniversite	226	22.57	4.03			
	Lisansüstü	48	22.65	3.55			
	Total	397	22.18	4.21			
Olumsuz Dışavurum	İlk/Ortaokul	36	25.28	4.80	1.10	.35	
	Lise	87	24.89	5.69			
	Üniversite	226	25.91	6.60			
	Lisansüstü	48	26.79	6.88			
	Total	397	25.74	6.31			
Dürtü Şiddeti	İlk/Ortaokul	36	29.44	8.25	1.78	.15	
	Lise	87	31.75	6.54			
	Üniversite	226	31.84	6.30			
	Lisansüstü	48	32.65	6.52			
	Total	397	31.70	6.59			

Çizelge 4.15’de, yetişkin bireylerin duygusal dışavurumları eğitim durumuna göre incelendiğinde; toplam puan ile olumlu dışavurum boyutunda anlamlı düzeyde farklılaşma bulunmuştur ($p<.05$). Fakat olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutlarında eğitim durumuna göre gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşma bulunamamıştır ($p>.05$).

Duygusal dışavurum puanında eğitim durumuna göre meydana gelen anlamlı farkların incelenmesinde, post-hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır. Buna göre, toplam puanda üniversite ve lisansüstü mezunu katılımcıların puanı ilk/ortaokul mezunu katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ayrıca, olumlu dışavurum boyutunda lise, üniversite ve lisansüstü mezunu katılımcıların puanı ilk/ortaokul mezunu katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

4.7. Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Araştırma kapsamında; yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan incelemelerde pearson korelasyon analizi kullanılmıştır.

Çizelge 4.16: Yetişkin Bireylerde Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

	D	S	YB	DA	N	PB	DD	OLD	OSD	DŞ
D	1									
S	.320**	1								
YB	.322**	.355**	1							
DA	.445**	.144**	.129*	1						
N	-.269**	-.318**	-.393**	-.214**	1					
PB	.070	.206**	.220**	-.019	-.470**	1				
DD	.188**	.159**	.197**	.138**	.226**	-.141**	1			
OLD	.393**	.204**	.270**	.318**	-.110*	.037	.709**	1		
OSD	.038	.112*	.083	-.048	.242**	-.057	.779**	.336**	1	
DŞ	.094	.086	.150**	.124*	.300**	-.255**	.838**	.484**	.415**	1

D:Dışadönüklük; S: Sorumluluk; YB: Yumuşak Başlılık; DA: Deneyime Açıklık; N: Nevrotiklik; PB: Psikosomatik Belirtiler; DD: Duygusal Dışavurum; OLD: Olumlu Dışavurum; OSD: Olumsuz Dışavurum; DŞ: Dürtü Şiddeti

Çizelge 4.16'ya göre yetişkin bireylerin dışadönüklük kişilik özelliği ile duygusal dışavurum toplam puanı, olumlu dışavurum boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır ($p<.05$). Ancak yetişkinlerin dışadönüklük kişilik özelliği ile psikosomatik belirtiler, olumsuz dışavurum, dürtü şiddeti boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>.05$).

Çizelge 4.16'ya göre yetişkinlerin sorumluluk kişilik özelliği ile psikosomatik belirtiler, duygusal dışavurum, olumlu dışavurum ve olumsuz dışavurum boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır ($p<.05$). Ancak yetişkinlerin sorumluluk kişilik özelliği ile dürtü şiddeti boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>.05$).

Çizelge 4.16'ya göre yetişkin bireylerin yumuşak başlılık kişilik özelliği ile psikosomatik belirtiler, duygusal dışavurum, olumlu dışavurum ve dürtü şiddeti boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır ($p<.05$). Ancak yetişkin bireylerin yumuşak başlılık kişilik özelliği ile olumsuz dışavurum boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>.05$).

Çizelge 4.16'ya göre yetişkin bireylerin deneyime açıklık kişilik özelliği ile duygusal dışavurum toplam puanı, olumlu dışavurum ve dürtü şiddeti boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır ($p<.05$). Ancak yetişkin bireylerin deneyime açıklık kişilik özelliği ile psikosomatik belirtiler, olumsuz dışavurum boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>.05$).

Çizelge 4.16'ya göre yetişkin bireylerin nevroitiklik kişilik özelliği ile psikosomatik belirtiler ve olumlu dışavurum boyutu arasında negatif yönlü; nevroitik kişilik özelliği ile duygusal dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutları arasında ise pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır ($p<.05$).

Çizelge 4.17: Yetişkin Bireylerde Kişilik Özellikleri ve Psikosomatik Belirtilerin Duygusal Dışavurum Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

	B	S.H.	β	t	p
Dışadönüklük	.24	.11	.12	2.16	.03
Sorumluluk	.35	.12	.15	3.01	.003
Yumuşak Başlılık	.68	.13	.26	5.09	.000
Deneyime Açıklık	.23	.10	.12	2.34	.02
Nevrotiklik	.84	.11	.42	7.40	.000
Psikosomatik Belirtiler	-.11	.14	-.04	-.79	.43

$R=.46$; $R^2=.21$; $\Delta R^2=.20$; $F=17.67$; $p=.000$

Çizelge 4.17'den hareketle, yetişkin bireylerde kişilik özellikleri ile psikosomatik belirtilerin duygusal dışavurum üzerindeki etkisine yönelik kurulan modelin anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$). Bu kapsamda, araştırmanın bağımsız değişkenleri bir bütün olarak duygusal dışavurumu yordamaktadır. Ayrıca, araştırmanın bağımsız değişkenleri duygusal dışavurum varyansının %20'sini açıklamaktadır.

Dışadönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve nevroitiklik kişilik özelliklerinin bağımsız olarak duygusal dışavurumu etkilediği belirlenmiştir ($p<.05$). Fakat psikosomatik belirtilerin bağımsız olarak duygusal dışavurumu etkilemediği belirlenmiştir ($p>.05$).



5.TARTIŞMA

Bu araştırmada, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumları arasındaki ilişki değerlendirilmiştir. İlgili literatür incelendiğinde; doğrudan bu konuda yürütülmüş bir çalışma halihazırda saptanamamıştır. Bu ekseninde, daha önce yürütülen çalışmalar yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumları arasındaki ilişkiyi ortaya koyma bakımından yetersizdir. Bu noktada, araştırma kapsamından edinilen sonuçların literatürde yer alan boşlukları giderdiği söylenebilir. Ayrıca, yapılan bu araştırmanın sonuçları, yetişkin bireylerin daha yakından tanınmasına ilişkin doneler sunmakta olup ileride benzer konularda çalışma yürütecek araştırmacılara yol gösterici nitelikte olacağı tahmin edilmektedir.

5.1. Kişilik zelliklerine Yönelik Sonuçların Tartışılması

Araştırma kapsamında öncelikle, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri demografik değişkenlere göre değerlendirilmiştir. İlk olarak cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Kişilik zellikleri cinsiyete göre incelenmiş ve nevroitiklik alt boyutu dışındaki alt boyutlar arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Kadınların nevroitiklik kişilik özelliği puanı erkeklerin nevroitiklik kişilik özelliği puanına göre yüksek bulunmuştur. Kişilik zelliklerinin cinsiyet ile arasındaki ilişkisine bakılmış olan benzer çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin; Tatlıoğlu (2013) tarafından yapılmış olan çalışmada niversite ğrencilerinin beş faktörlü kişilik kuramına göre kişilik özelliklerinin alt boyutları bazı değişkenlere göre incelenmiş olup sonucunda kişilik özellikleri alt boyutlarından nevroitiklik alt boyutu dışındaki diğer özelliklerin puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Nevroitiklik kişilik özelliği alt boyutunda cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kız ğrencilerin nevroitiklik kişilik özelliği alt boyutu puanı erkek öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. Schmitt ve diğerlerinin (2008) elli beş farklı kültürü kapsayan beş faktörlü kişilik özelliklerinin cinsiyete göre farklılıklarının incelendiği çalışmada, cinsiyet farklılıkları en çok nevroitiklik

boyutunda belirgin bir farklılık göstermiştir. Nevrotiklik boyutunda kadınlar erkeklerden önemli ölçüde daha yüksek puan almıştır. Coşkun (2021) tarafından yapılan çalışmada kadın üniversite öğrencilerinin nevroitiklik puanı erkek üniversite öğrencilerinin nevroitiklik puanına göre yüksek bulunmuştur. Yapılan bir çalışmada nevroitiklik kişilik özelliği ile depresyon arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır (Turhan, 2019). Buradan hareketle nevroitiklik kişilik özelliğinin kadınlarda daha fazla görülüyor olması ile depresyonun kadın cinsiyetinde erkeklere oranla iki kat fazla olmasını da destekler niteliktedir (Mete, 2008). Bu doğrultuda araştırmadan elde edilen bu bulgunun literatür ile uyumlu olduğu sonucuna varılmaktadır.

Araştırmanın alt amaçları kapsamında, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri yaş grubuna göre incelendiğinde; dışadönüklük ve deneyime açıklık boyutlarında anlamlı sonuçlar bulunamamıştır. Ancak sorumluluk kişilik özelliğinde 31-40 yaş, 41-50 yaş ve 51-65 yaş grubundaki katılımcıların puanı 18-30 yaş grubundaki katılımcıların puanından; yumuşak başlılık kişilik özelliğinde 41-50 yaş ve 51-65 yaş grubundaki katılımcıların puanı 18-30 yaş grubundaki katılımcıların puanından; nevroitiklik kişilik özelliğinde 18-30 yaş ve 31-40 yaş grubundaki katılımcıların puanı 41-50 yaş ve 51-65 yaş grubundaki katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bu sonuçların sebebi, yaş grubuna bağlı olarak bireylerin evlilik, iş yaşamı vb. gibi konulardaki yaşantılarla iç içe olması olabilir (Taysi, 2010). Dolayısıyla, yaş grubu yükseldikçe sorumluluk bilincinin de yükselmesi beklenmektedir (Erişti, 2010). Ayrıca, yaş grubu ve sorumluluk düzeyine paralel olarak bireylerin daha çözüm odaklı olması beklenmektedir. Bu durum da yumuşak başlılık kişilik özelliğinin ileriki yaşlarda daha baskın olmasına sebebiyet verebilmektedir (Eryılmaz ve Ercan, 2011). Nevrotiklik kişilik özelliğinin genç yaşlarda görülmesinin sebebi ise ilgili yaşlarda henüz duygusal ve psikolojik olgunlaşmanın henüz tam olarak gerçekleşmemesinden olabilir (Alkal ve Kök, 2018). Dolayısıyla, araştırma sonuçlarının literatürdeki çalışmaların hem sonuçları ile hem de açıklamaları ile örtüştüğü söylenebilir.

Yetişkin bireylerin kişilik özellikleri medeni duruma göre incelendiğinde; dışadönüklük ve deneyime açıklık boyutunda anlamlı sonuçlar edinilememiştir. Ancak sorumluluk ve yumuşak başlılık kişilik özelliğinde evliler lehine; nevroitiklik kişilik özelliğinde ise bekarlar lehine anlamlı sonuçlar bulunmuştur. Sorumluluk ve

yumuşak başlılık kişilik özelliklerinde elde edilen sonuçların evlilik ile aile, çocuk bakımı, ev işleri vb. gibi konularda sorumluluğun artması ve buna bağlı olarak çözüm odaklı düşünülmesi olabilir. Nitekim Demir (2012) tarafından elde edilen sonuçlar bu sonuçlar ile uyumlu bulunmuş olup benzer açıklamalar yapılmıştır. Ayrıca Durmuş (2006) ve Behrem (2017) tarafından yürütülen araştırmada bu araştırmanın medeni durum özelinde elde ettiği sonuçların desteklendiği görülmüştür. Demir (2012), Durmuş (2006) ve Behrem (2017)'in araştırmalarında elde edilen sonuçlar bütüncül olarak değerlendirildiğinde, bu araştırmada kişilik özelliklerinin medeni duruma göre farklılaşmalarına ilişkin edinilen sonuçların literatür ile uyumlu olduğu söylenebilir.

Araştırma amaçları kapsamında, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri ile eğitim düzeyine göre karşılaştırıldığında; dışadönüklük, yumuşak başlılık ve nevroitiklik boyutlarında anlamlı sonuçlara ulaşılamamıştır. Fakat sorumluluk kişilik özelliğinde ilk/ortaokul ve lise mezunu katılımcıların puanı üniversite ve lisansüstü mezunu katılımcıların puanından; deneyime açıklık kişilik özelliğinde lise, üniversite ve lisansüstü mezunu katılımcıların puanı ilk/ortaokul mezunu katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek olarak belirlenmiştir. İlgili literatür incelendiğinde, yapılan pek çok araştırmanın elde ettiği bulgular ile bu çalışmayı desteklediği belirlenmiştir. Örneğin; Ulucan ve Bahadır (2011) tarafından yapılan araştırmada, bu çalışmaya paralel olarak nevroitiklik kişilik özelliğinin eğitim düzeyine göre farklılık göstermediği belirlenmiştir. Ayrıca, Yelboğa (2006) tarafından yürütülen araştırmada ise eğitim düzeyinin kişilik özelliklerinin yordayıcısı olup olmadığı değerlendirilmiş ve bu çalışmanın deneyime açıklık ile sorumluluk kişilik özellikleri bağlamında elde ettiği sonuçları desteklemiştir. Son olarak, Eroğlu (2022)'nin kişilik özelliklerinin yaş, eğitim durumu ve gelir düzeyi gibi etkenlerin karşılaştırıldığı çalışmasında deneyime açıklık ile sorumluluk kişilik özelliklerinin anlamlı farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir. İlgili çalışmalar bir bütün olarak değerlendirildiğinde, araştırma sonuçlarının literatür ile uyumundan bahsedilebilir. Bu sonuçlardan hareketle, araştırmanın 1 numaralı hipotezi olan; “Yetişkin bireylerde, kişilik özellikleri demografik değişkenlere (cinsiyet, yaş grubu, medeni durum, eğitim durumu) göre anlamlı fark göstermektedir.” hipotezinin desteklendiği söylenebilir.

5.2. Psikosomatik Belirtilere Yönelik Sonuçların Tartışılması

Araştırmanın alt amaçları kapsamında, yetişkin bireylerin psikosomatik belirtileri demografik değişkenlere göre incelenmiş olup anlamlı sonuçlara varılmıştır. Buna göre; erkeklerin psikosomatik belirtiler puanı kadınların puanından anlamlı düzeyde yüksektir. Psikosomatik belirtiler puanı hesaplanırken, ölçek puanının yükselmesi, psikosomatik belirtiler düzeyinin düştüğünü gösterir nitelikte iken ölçek puanının düşmesi ise psikosomatik belirtiler düzeyinin yükseldiğini göstermektedir. Bu ekseninde, psikosomatik belirtiler puanı üzerine elde edilen bulguların tam tersi göz önüne alınmalıdır. Dolayısıyla, kadınların psikosomatik belirtilerinin erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu söylenebilir. Bu sonucun sebebi, kadınların erkeklere göre çocukluktan itibaren daha zor ve baskıcı şartlar altında yetiştirilmesinden kaynaklı olabilir. Nitekim literatürde yer alan pek çok araştırma bu düşünceyi desteklemektedir. Örneğin; Yaya ve diğerleri (2019) yapmış olduğu çalışmada erkek ve kadın akademisyenlerin somatizasyon puanları arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Kadın akademisyenlerin puanı erkek akademisyenlerin somatizasyon puanlarına göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Ercan (2018) tarafından yapılmış beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde incelenen psikosomatik belirtiler ile ilgili çalışmanın sonucunda da psikosomatik belirtilerin kadınlarda erkeklere oranla anlamlı bir şekilde yüksek çıktığı görülmüştür. Özenli ve diğerleri (2009) çalışmasında da genel olarak kadınların erkeklere göre daha fazla psikosomatik bozukluk geliştirdikleri ifade edilmiştir. Ayrıca, Şişman ve diğerlerinin (2013) yaptığı çalışmada ve Baylan (2019)'ın çalışmasında psikosomatik belirtiler de kadınlar lehine anlamlı sonuçlar edinilmiştir. Bu ekseninde, araştırmanın cinsiyet özelinde elde ettiği sonuçlar, literatür ile uyumludur.

Yetişkin bireylerin psikosomatik belirtileri yaş değişkenine göre incelendiğinde; 41-65 yaş aralığındaki katılımcıların psikosomatik belirtiler puanı 18-30 yaş aralığındaki katılımcıların puanından yüksek bulunmuştur. Psikosomatik belirtiler puanı hesaplaması dikkate alındığında; 18-30 yaş grubundaki yetişkin bireylerin psikosomatik belirtilerinin 41-65 yaş grubundan anlamlı düzeyde yüksek olduğu söylenebilir. Bu sonucun sebebi, 18-30 yaş grubunun eğitim, maddiyat, romantik ilişkiler vb. gibi pek çok konuda düzen sağlayamamış ve sancılı süreçlerden geçiyor olmasından kaynaklanıyor olabilir. Nitekim, 41-65 yaş

grubundaki bireylerin düzenli bir yaşamlarının olması, 18-30 yaş grubuna göre daha muhtemeldir. Dolayısıyla, araştırmanın yaş grubu özelinde elde ettiği sonucun araştırma kapsamında ulaşılması beklenen bir sonuç olduğu savunulabilir. İlgili literatür incelendiğinde; bu araştırmanın sonuçlarını destekler nitelikte artan yaş ile somatizasyon düzeyinin düştüğü belirlenmiştir. Örneğin; Yaya ve diğerleri (2019) çalışmasında katılımcıların yaşı arttıkça somatizasyon puanında azalmalar olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca Karlı (2008) ise genç yaş aralığında artan stres ile ilişkili olarak psikosomatik belirtilerin daha fazla görüldüğü, yaşın ilerlemesiyle birlikte stres belirtilerindeki düşüş ile de psikosomatik belirtilerin görülme sıklığının azaldığını ifade etmiştir. Bu ifadeye ek olarak, ileriki yaşlarda artan deneyimler ile baş edebilme durumlarının daha gelişmiş olduğu ve yaşın ilerlemesiyle birlikte stres belirtilerinin azaldığını belirtmiştir. Ayrıca, Kulaksız ve Erensoy (2021)'un araştırmasında yetişkin bireylerin psikosomatik belirtileri incelenmiş olup bu araştırma ile örtüşen sonuçlar elde edilmiştir. Şişman ve diğerlerinin (2013) yaptığı çalışmada ise hem bu çalışmanın hem de Kulaksız ve Erensoy (2021)'un araştırmasında yaş grubu özelinde edinilen sonuçlara paralel nitelikli sonuçlar bulunmuştur. Bu kapsamda, araştırma sonuçlarının literatürü doğruladığı ifade edilebilir.

Psikosomatik belirtiler medeni duruma göre incelendiğinde evlilerin psikosomatik belirtiler puanı bekarlara göre yüksek bulunmuştur. Psikosomatik belirtiler puanı hesaplaması dikkate alındığında; bekar bireylerin psikosomatik belirtilerinin evli bireylerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu söylenebilir. Bu sonuç, literatürü destekleyen bir sonuçtur. Nitekim, Ercan (2018) tarafından yapılan çalışmada araştırmaya katılan evli olan bireylerin somatizasyon belirtilerinin bekar olan bireylere göre daha düşük olduğu bulunmuştur. Ayrıca, Kulaksız ve Erensoy (2021)'un yetişkin bireyler üzerine yürüttüğü çalışmada, bu çalışmada olduğu gibi katılımcıların psikosomatik belirtilerinin medeni durum kapsamında anlamlı fark gösterdiği belirlenmiştir. Fakat bazı çalışmalarda ise psikosomatik belirtilerde medeni durum bağlamında anlamlı bir sonuç bulunamamıştır (Kutlutürk, 2021; Baylan, 2019). Karlı (2008) tarafından yapılan çalışmada ise psikosomatik belirtilerinin duygusal ilişkiye göre anlamlı fark gösterdiği belirlenmiştir. Waite ve Lehrer (2003)'in araştırmasında ise bu sonuçları destekleyici ifadeler yer

verilmiştir. Bu kapsamda, araştırma sonuçlarının literatürle uyumlu olduğu söylenebilir.

Psikosomatik belirtiler eğitim durumuna göre incelendiğinde; anlamlı bir sonuç elde edilememiştir. Bu sonuçtan hareketle, ilk/ortaokul, lise, üniversite ve lisansüstü mezunu yetişkin bireylerin psikosomatik belirtilerinin denk olduğu söylenebilir. İlgili literatür incelendiğinde, bu sonuçların daha önceki araştırmalar ile örtüştüğü belirlenmiştir. Örneğin; Şişman ve diğerlerinin (2013) çalışması ile Teken (2016)'in ergen bireyler üzerine yürüttüğü araştırmada bu araştırmanın sonuçlarına paralel olarak psikosomatik belirtilerin eğitim düzeyine göre anlamlı fark göstermediği sonucu edinilmiştir. Dolayısıyla, Şişman ve diğerleri (2013) çalışması ile Teken (2016)'in araştırmasının bu çalışma ile paralel nitelikte olduğu söylenebilir. Bu da araştırma sonuçlarının literatür ile uyumunu göstermesi bakımından önemlidir. Bu sonuçlardan hareketle, araştırmanın 2 numaralı hipotezi olan; “Yetişkin bireylerde, psikosomatik belirtileri demografik değişkenlere (cinsiyet, yaş grubu, medeni durum, eğitim durumu) göre anlamlı fark göstermektedir.” hipotezinin cinsiyet, medeni durum ve yaş grubu özelinde desteklendiği; eğitim durumu özelinde ise desteklenmediği söylenebilir.

5.3. Duygusal Dışavuruma Yönelik Sonuçların Tartışılması

Yetişkin bireylerin duygusal dışavurumları demografik değişkenlere göre incelenmiştir. Duygusal dışavurum cinsiyete göre incelendiğinde; duygusal dışavurum toplam puanı ve tüm alt boyutlarında kadınların puanı erkeklerin puanından yüksek olarak bulunmuştur. Literatür incelendiğinde de kadınların duygusal dışavurum puanlarının erkeklerin puanından yüksek olduğu görülmektedir. Örneğin; Coşkun (2021) tarafından yapılan çalışmada kadın üniversite öğrencilerinin olumlu duygusal dışavurum boyutu, olumsuz duygusal dışavurum boyutu, dürtü şiddeti ve duygusal dışavurum boyutu puanlarında cinsiyetler arası anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur. Duygusal dışavurum puanı ve tüm alt boyutları için kadın üniversite öğrencilerinin puanları erkek üniversite öğrencilerinin puanlarına göre daha yüksek bulunmuştur. King ve Emmons (1990) tarafından yapılan çalışmada kadın katılımcıların duygusal dışavurum düzeyleri daha yüksek olarak bulunmuştur. Çelik (2013) tarafından yapılan çalışmada olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum, dürtü şiddeti ve duygusal dışavurum puanlarının kadınlarda erkeklere göre yüksek

olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kaya (2013) tarafından yapılan duygusal dışavurumların çeşitli değişkenler ile incelendiği çalışmada duygusal dışavurum puanı ve tüm alt boyutlarında kadınların puanının erkeklerden yüksek olduğu bulunmuştur. Kadınların duygusal dışavurum düzeyleri erkeklere göre daha yüksektir. Literatürde duygusal dışavurumun cinsiyet değişkenine göre farklılar gösterdiği; kadın bireylerin duygularını erkek bireylere göre daha fazla dışa vurma eğiliminde oldukları görülmektedir (Gross ve John, 1995). Kadın ve erkeklerin duygularını dışavurumdaki bu farklılıkları toplumsal cinsiyet rollerinin etkilemesiyle olabilmektedir. Toplum tarafından cinsiyete özgü yüklenen roller gereği erkekler daha soğukkanlı ve katı; kadınlar daha ılımlı ve duygusal olarak tanımlanmaktadır (Esen ve diğerleri, 2017). Bu tanımlamaların da erkeklerin duygularını gizlemesine sebep olduğu düşünülmektedir. Literatürdeki bu sonuçlardan yola çıkarak araştırmanın bulguları ile alan yazının uyumlu olduğu söylenebilmektedir.

Araştırmanın alt amaçlarından hareketle, yetişkinlerin duygusal dışavurumları yaşa göre incelendiğinde; toplam puan ile olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutlarında gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşma bulunamamıştır. Bu sonuç, farklı yaş gruplarındaki bireylerin duygusal dışavurum düzeylerinin denk olduğunu göstermesi bakımından önemlidir. İlgili literatür incelendiğinde duygusal dışavurum ile yaş grubu arasındaki ilişkide benzer konulu çalışmalarda da anlamlı sonuçların belirlenemediği saptanmıştır. Örneğin; Küpana (2017)'nin araştırmasında piyano öğrencilerinin duygusal dışavurumları değerlendirilmiş olup bu çalışmaya benzer olarak farklı yaşlardaki katılımcıların duygusal dışavurumlarının benzer olduğu belirlenmiştir. Buradan hareketle, Küpana (2017)'nin araştırması ile yapılan bu çalışmanın uyumlu olduğu söylenebilmektedir. Ayrıca, Ersoy ve Köşger (2017)'in araştırmasının da hem bu çalışmanın hem de Küpana (2017)'nin desteklediği belirtilmiştir. Dolayısıyla, araştırma sonuçlarının literatür ile uyumlu olduğu savunulabilir.

Yetişkin bireylerin duygusal dışavurumları medeni duruma göre incelendiğinde; toplam puan ile olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutlarında gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşma bulunamamıştır. Bu sonuç, bekar ve evli yetişkin bireylerin duygusal dışavurum düzeylerinin benzer olduğunu göstermektedir. İlgili literatür incelendiğinde, duygusal dışavurum üzerine yürütülen araştırmaların medeni durum özelinde inceleme yapmadığı belirlenmiştir.

Bu noktada, yetişkin bireylerin duygusal dışavurumlarının medeni durum özelinde anlamlı bir fark gösterip göstermeme durumu bakımından literatürün yetersiz olduğu söylenebilir. Dolayısıyla, bu araştırmada elde edilen sonuçlar, literatürde yer alan boşlukları gidermesi açısından önem arz etmektedir.

Katılımcı bireylerin duygusal dışavurumları eğitim durumuna göre incelendiğinde; olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutlarında eğitim durumuna göre gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşma elde edilememiştir. Ancak toplam puanda üniversite ve lisansüstü mezunu katılımcıların puanı ilk/ortaokul mezunu katılımcıların puanından; olumlu dışavurum boyutunda lise, üniversite ve lisansüstü mezunu katılımcıların puanı ilk/ortaokul mezunu katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bu sonuçtan hareketle, yetişkin bireylerin duygusal dışavurum düzeylerinin eğitim durumu özelinde anlamlı fark gösterdiği söylenebilir. Nitekim literatürde yer alan çalışmalar da bu durumu desteklemektedir (Şengül ve Demirel, 2016; Küpana, 2017). Bu ekseninde araştırma sonuçlarının literatür ile uyumlu olduğu söylenebilir. Bu sonuçlardan hareketle, araştırmanın 3 numaralı hipotezi olan; “Yetişkin bireylerde, duygusal dışavurum düzeyi demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermektedir.” hipotezinin cinsiyet ve eğitim durumu özelinde desteklendiği; medeni durum ve yaş grubu özelinde ise desteklenmediği söylenebilir.

5.4. Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkiye Yönelik Sonuçların Tartışılması

Bu araştırmanın temel amacı, yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum ile arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç bağlamında, ilgili değişkenler arasındaki korelasyonel ilişkiler incelenmiş olup kişilik özelliklerinin tamamının duygusal dışavurum ile pozitif yönlü; psikosomatik belirtiler puanının ise duygusal dışavurum ile negatif yönlü ilişkisi bulunmuştur. Psikosomatik belirtiler puanı hesaplanırken, ölçek puanının yükselmesi, psikosomatik belirtiler düzeyinin düştüğünü gösterir nitelikte iken ölçek puanının düşmesi ise psikosomatik belirtiler düzeyinin yükseldiğini göstermektedir. Bu ekseninde, psikosomatik belirtiler puanı üzerine elde edilen bulguların tam tersi göz önüne alınmalıdır. Dolayısıyla, psikosomatik belirtiler düzeyinin de tıpkı kişilik özellikleri gibi duygusal dışavurum ile pozitif yönlü ilişkisi olduğunu söylemek

mümkündür. Buradan hareketle; kişilik özelliklerinin tamamı ve psikosomatik belirtiler ile duygusal dışavurum arasında doğru orantı vardır. Bu bağlamda, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri ve psikosomatik belirtileri yükseldikçe duygusal dışavurumları da yükselmekte; kişilik özellikleri ve psikosomatik belirtileri düştükçe duygusal dışavurumları da düşmektedir. Ayrıca, araştırmanın ana amacı kapsamında; yetişkin bireylerde kişilik özellikleri ile psikosomatik belirtilerin duygusal dışavurum üzerindeki etkisine yönelik kurulan bu modelin anlamlı olduğu sonucu edinilmiştir. Bu sonuca göre, dışadönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve nevroitiklik kişilik özelliklerinin duygusal dışavurumu bağımsız olarak yordadığı; psikosomatik belirtilerin bağımsız olarak duygusal dışavurum üzerinde yordayıcı etkisinin olmadığı belirlenmiştir. İlgili sonuçlar bir bütün olarak değerlendirildiğinde; kişilik özelliklerinin yetişkin bireylerin duygusal dışavurum düzeylerini etkilediği; ancak psikosomatik belirtilerin ise yetişkin bireylerin duygusal dışavurum düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı söylenebilir Buradan hareketle, araştırmanın 4 numaralı hipotezi olan; “Yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum arasında anlamlı ilişki vardır.” hipotezi doğrulanarak kabul edilmiştir.

Dışadönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve nevroitiklik gibi kişilik özellikleri, yetişkin bireylerin duygularına ve davranışlarına etki edebilmektedir. Örneğin; yumuşak başlı kişilik özelliğinde olan veya nevroitiklik kişilik özelliklerini taşıyan bireylerin herhangi bir olay veya durum karşısında duygularının ve tepkilerinin benzer olması söz konusu değildir. Farklı duygular ve tepkiler veren bu bireylerin ortak noktası ise taşımış oldukları kişilik özelliklerinin duygusal dışavurum düzeyleri üzerinde etkili olmasıdır. Bu bağlamda, kişilik özelliklerinin yetişkin bireylerde farklı şekilde duygusal dışavuruma sebebiyet verse de duygusal dışavurum düzeyine anlamlı etkisi bulunmaktadır. Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde, yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum ile arasındaki ilişkiyi doğrudan değerlendiren bir çalışma bulunamamıştır. Ancak, bazı araştırmaların yaptıkları incelemeler ile bu çalışmayı dolaylı olarak destekledikleri sonucuna ulaşılmıştır. Örneğin; Coşkun ve Aslan (2021) tarafından yürütülen araştırmada, kişilik özellikleri ile duygusal dışavurum arasındaki ilişkiye yönelik bir derleme yapılmış olup kişilik özelliklerinin duygusal dışavurumu etkilediği sonucuna varılmıştır. Ayrıca, Araz ve Erkuş

(2014)'un araştırmasında duygusal dışavurumun yordayıcıları arasında kişilik özellikleri gösterilmiştir. Buradan hareketle, Araz ve Erkuş (2014) tarafından yürütülen çalışmanın hem Coşkun ve Aslan (2021)'in araştırmasını hem de bu çalışmayı desteklediği söylenebilir. Bunlara ek olarak; Gross ve John (1995) tarafından yürütülen araştırma ile Leising ve diğerleri (2007) alışmasında kişilik özellikleri duygusal dışavurum arasındaki ilişkiyi yurt dışında inceleyen çalışmalar olarak göze çarpmaktadır. Bu araştırmaların da kişilik özellikleri ile duygusal dışavurum düzeyi arasında pozitif yönlü ilişki tespit etmesi, literatürdeki çalışmalar ile bu araştırmanın uyumunu göstermesi açısından önemlidir.

Psikosomatik belirtiler ile duygusal dışavurum arasındaki ilişkiyi değerlendiren araştırmalar incelendiğinde; yürütülen çalışmaların bu araştırmaya ilişkin sonuçlar ile örtüştüğü belirlenmiştir. Örneğin; şafak ve diğerleri (2015) araştırmasında psikosomatik belirtilerin duygusal dışavurum ile anlamlı ilişkisinin olduğu belirlenmiştir. Buradan hareketle, şafak ve diğerleri (2015) araştırmasında edinilen sonuçlar ile bu çalışmanın örtüştüğünü söylemek mümkündür. Ancak şafak ve diğerleri (2015) araştırmasında ergen bireyler örnekleminin ele alınması her iki araştırmanın ayrıştığı noktadır. Ancak iki araştırmanın ortak sonuçlarda buluşması, bu çalışmanın psikosomatik belirtiler ile duygusal dışavurum üzerine elde ettiği sonuçların literatürle uyumlu olduğunu göstermektedir. Nitekim daha başka çalışmalarda da bu sonuçlara dolaylı olarak paralel nitelikte sonuçlar tespit edilmiştir (Cantekin, 2008; şener ve Köseoğlu, 2020; Koç, 2020). Buradan hareketle, araştırmanın 5 numaralı hipotezi olan; “Yetişkin bireylerde kişilik özellikleri ve psikosomatik belirtiler, duygusal dışavurum düzeyini yordamaktadır.” hipotezi doğrulanarak kabul edilmiştir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Bu araştırmada, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumları arasındaki ilişki incelenmektedir. Bu kapsamda araştırmada elde edilen sonuçlara aşağıda yer verilmiştir.

Araştırmanın amaçlarından hareketle, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri demografik değişkenlere göre incelenmiştir. Kişilik özellikleri cinsiyete göre incelendiğinde; nevroitiklik boyutu dışındaki özellikler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Nevrotiklik kişilik özelliğinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kadınların nevroitiklik kişilik özelliği puanı erkeklerin puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Kişilik özellikleri yaş grubuna göre incelendiğinde ise; sorumluluk, yumuşak başlılık ve nevroitiklik kişilik özelliklerinde anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur. Sorumluluk kişilik özelliği 30 yaş üstündeki bireylerde 18-30 yaş arasındaki bireylerin puanına göre anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Yumuşak başlılık özelliğinde 41 yaş ve üzerindeki katılımcıların puanının 18-30 yaş aralığındaki katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Son olarak nevroitiklik kişilik özelliğinde 18-40 yaş arasındaki katılımcıların puanı 41-65 yaş aralığındaki katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Kişilik özellikleri medeni duruma göre incelendiğinde; sorumluluk, yumuşak başlılık ve nevroitiklik kişilik özelliklerinde evliler ve bekarlar arasında farklılık olduğu bulunmuştur. Sorumluluk ve yumuşak başlılık özelliklerinde evlilerin puanı bekarlardan yüksek bulunmuştur. Nevrotiklik özelliğinde bekarların puanı evlilerin puanından yüksek bulunmuştur. Dışadönüklük ve deneyime açıklık boyutunda anlamlı farklılık bulunamamıştır.

Kişilik özellikleri eğitim durumuna göre incelendiğinde; dışadönüklük, yumuşak başlılık ve nevroitiklik kişilik özelliklerinde bir fark bulunamamıştır. Sorumluluk ve deneyime açıklık kişilik özelliklerinde anlamlı farklılıklar

bulunmuştur. İlk/ortaokul ve lise mezunu katılımcıların sorumluluk puanı üniversite ve lisansüstü mezunu katılımcıların puanından yüksek bulunmuştur. Deneyime açıklık kişilik özelliğinde lise, üniversite ve lisansüstü mezunu katılımcıların puanı ilk/ortaokul mezunu katılımcıların puanından daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmanın amaçlarından hareketle, yetişkin bireylerin psikosomatik belirtileri demografik değişkenlere göre incelenmiştir. Psikosomatik belirtiler cinsiyete göre incelendiğinde; erkeklerin puanı kadınlara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Psikosomatik belirtiler puanı hesaplanırken ölçek toplam puanının yüksek çıkması belirti azlığına işaret ederken, puanın düşük çıkması belirti sıklığına karşılık gelmektedir. Bu durumdan yola çıkarak kadınların psikosomatik belirtilerinin daha fazla olduğu sonucuna varılmaktadır. Yaş grubuna göre incelendiğinde; 41- 65 yaş arasındaki katılımcıların psikosomatik belirtiler puanı 18-30 yaş grubundaki katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Psikosomatik belirtiler puan hesaplaması dikkate alındığında; 18-30 yaş grubundaki bireylerin psikosomatik belirtileri 41-65 yaş aralığındaki bireylerden yüksek olduğu söylenebilmektedir. Psikosomatik belirtiler medeni duruma göre incelendiğinde; evlilerin puanı bekarların puanından yüksek bulunmuştur. Hesaplama durumu dikkate alındığında; bekar kişilerin psikosomatik belirtileri evlilere göre fazla bulunmuştur. Eğitim durumuna göre incelendiğinde ise gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Araştırmanın amaçlarından hareketle, yetişkin bireylerin duygusal dışavurumları demografik değişkenlere göre incelenmiştir. Duygusal dışavurum cinsiyete göre incelendiğinde; toplam puan ile olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti alt boyutlarının tümünde kadınların puanı erkeklerin puanından yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Yaş grubuna göre incelendiğinde; toplam puan ile olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutlarında yaş grupları arasında bir fark bulunamamıştır. Medeni duruma göre incelendiğinde; toplam puan ile olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutlarında evli ve bekarlar arasında bir farklılaşma bulunamamıştır. Eğitim durumuna göre incelendiğinde; olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutlarında eğitim grupları arasında bir farklılaşma bulunamamışken toplam puan ile olumlu dışavurum boyutunda anlamlı düzeyde bir farklılık bulunduğu sonucuna varılmıştır. Buna göre, toplam puanda üniversite ve lisansüstü mezunu katılımcıların puanı ilk/ortaokul

mezunu katılımcıların puanından yüksek bulunmuştur. Olumlu dışavurum alt boyutunda ise lise, üniversite ve lisansüstü mezunu katılımcıların puanı ilk/ortaokul mezunu katılımcıların puanından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Araştırma kapsamında; yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Yetişkin bireylerin dışadönüklük kişilik özelliği ile duygusal dışavurum toplam puanı, olumlu dışavurum alt boyutu arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Ancak dışadönüklük kişilik özelliği ile psikosomatik belirtiler, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutları arasında ilişki bulunamamıştır. Sorumluluk kişilik özelliğinin duygusal dışavurum, olumlu dışavurum ve olumsuz dışavurum boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Psikosomatik belirtiler için puanlama durumu göz önüne alındığında; sorumluluk kişilik özelliği ile psikosomatik belirtiler arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Sorumluluk kişilik özelliği ile dürtü şiddeti boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yumuşak başlılık kişilik özelliği ile duygusal dışavurum, olumlu dışavurum ve dürtü şiddeti boyutları arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Psikosomatik belirtiler için puanlama durumu göz önüne alındığında; yumuşak başlılık ile negatif yönlü bir ilişkisi olduğu sonucuna varılmıştır. Yumuşak başlılık kişilik özelliği ile olumsuz dışavurum boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Deneyime açıklık kişilik özelliği ile duygusal dışavurum toplam puanı, olumlu dışavurum ve dürtü şiddeti boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Deneyime açıklık kişilik özelliği ile psikosomatik belirtiler, olumsuz dışavurum boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Nevrotiklik kişilik özelliği ile olumlu dışavurum boyutu arasında negatif yönlü; duygusal dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Psikosomatik belirtiler için puanlama durumu göz önüne alındığında; nevroitiklik kişilik özelliği ile psikosomatik belirtiler arasında da pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Araştırmanın bulgularına göre; yetişkin bireylerde kişilik özellikleri ve psikosomatik belirtilerin duygusal dışavurum üzerindeki etkisine yönelik kurulan bu modelin anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu kapsamda araştırmanın bağımsız değişkenleri bütünüyle duygusal dışavurumu yordamaktadır. Dışadönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve nevroitiklik kişilik özelliklerinin

bağımsız olarak duygusal dışavurumu etkilediği bulunurken psikosomatik belirtilerin bağımsız olarak duygusal dışavurumu etkilemediği bulunmuştur.

6.2. Öneriler

Bu araştırmanın konusu doğrultusunda, ilerleyen zamanlarda çalışmalar yapmak isteyen kişiler için birtakım öneriler sunulmuştur.

Bu araştırma 397 katılımcı ile kısıtlı olan bir zaman diliminde gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle sınırlı sayıda bir örnekleme sahiptir. Kadın katılımcıların sayısı erkek katılımcılara göre fazladır. Gelecek zamanda yapılacak olan çalışmalarda örneklem sayısı daha büyük tutularak kadın erkek dağılımına dikkat edilebilir.

Demografik değişkenlerde kısıtlı sorular sorulmuştur. Gelecek çalışmalarda demografik sorular kısmına psikosomatik belirtiler ile ilgili soruların eklenmesi araştırmaları güçlendirebilecek niteliktedir.

KAYNAKLAR

- Adıgüzel, B.** (2021). *Yetişkinlerin kişilik özellikleri, bağlanma biçimleri ve somatizasyon arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı).
- Alkal, A. ve Kök, M.** (2018). Ahlaki olgunluğun yordanmasında kişilik özelliklerin ve bazı değişkenlerin etkisinin incelenmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 22(2), 509-529.
- Akın, A.** (2011). The validity and reliability of the Turkish version of the Berkeley Expressivity Scale. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 27-33.
- Araz, A. ve Erkuş, A.** (2014). Duygu dışavurum tarzlarının kavramsallaştırılması ve ölçümü: Bir envanter geliştirme çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 29(74), 50- 61.
- Arslantaş, H. A.,** 2008. “Kültür-Kişilik ve Kimlik” *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları Dergisi*, 1(7), 105-112.
- Aslan, E., Sağlam, F. ve Naycı, S.** (2022). Temperament, Character Traits and Alexithymia in Patients with Asthma; A University Hospital Sample. *Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi*, 12(1), 86-94.
- Baylan, N.** (2019). *Çocukluk Çağı Travmalarının Somatizasyon ile İlişkisinde Aleksitiminin Aracı Rolü*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Behrem, Ü.** (2017). *Beş faktör kişilik özelliklerinin örgütsel adalet algısı aracılığıyla üretkenlik karşıtı davranışlar üzerine etkisinin incelenmesine yönelik bir araştırma* (Doctoral dissertation).
- Bozkurt, A., Atık, D. ve Manav, A.** (2021). İrritabl Barsak Sendromunun Kişilik Özellikleri ile İlişkisi. *Haliç Üniv Sağ Bil Der.* 4(1), 9-16
- Burger, J. M.** (2016). *Kişilik*. (İ. D. Erguvan Sarıoğlu, Çev.) İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Burke, R. J., Matthiesen, S. B. and Pallesen, S.** (2006). *Personality correlates of workaholism. Personality and Individual Differences*, 40, 1223-1233.
- Büyüköztürk, Ş.** (2010). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni, SPSS Uygulamaları ve Yorum*. (12. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Cantekin, D.** (2008). *A replication and extension of the written expressive disclosure paradigm: A longitudinal study* (Master's thesis, Middle East Technical University).

- Cervone, D. ve Pervin, L. A.** (2016) . *Kişilik Psikolojisi: Kuram ve Araştırma*. (M. Baloğlu, Çev.Ed.) (12. bs.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Cirhinlioğlu, Z.** (2018). Duygulara Sosyoloji ile Bakmak. F. G. Cirhinlioğlu (Ed.), *Duygu Psikolojisi*. içinde (1. bs.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Costa, P. T. ve McCrae, R. R.** (1988). From catalog to classification: Murray's needs and the five-factor model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(2), 258-265. doi:10.1037/0022-3514.55.2.258.
- Coşkun, H. ve Aslan, S.** (2021). Kişilik özellikleri, duygusal dışavurum ve sosyal onay ihtiyacı kavramları üzerine bir derleme. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(1), 60-77.
- Coşkun, H.** (2021). *Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin, duygusal dışavurumlarının ve sosyal onay ihtiyaçlarının incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kırıkkale Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Cüceloğlu, D.** (2012). *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları* (25. bs.). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çelik, E.** (2013). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Özelliklerinin Duygusal Dışavurum Açısından İncelenmesi/An Investigation of Resilience Characteristics of Senior High School Students Through Emotional Expression. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2).
- Çetin, C. ve Kurt, N. B.** (2016). Mobbing ve sonuçlarından biri: Psikosomatik belirtiler. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(2), 29-49.
- Çetinkaya, F., Vural, P. ve Eray, Ş.** (2015). Ergenlerde algılanan duygu dışavurumu ile psikosomatik belirtiler arasındaki ilişki. *The Journal of Current Pediatrics*, 13(104), 59-62.
- Çermik, Ö., Çevik, A., Soykan, A., & Aksakal, O.** (1999). Kadın hastalarda somatizasyon: çok yönlü bir değerlendirme. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry*, 1(1), 68-78.
- Çevik, A. ve Şentürk, V.** (2008). Tarihsel süreçte psikosomatik tıp ve psikosomatik bozukluklara genel bir bakış. *Türkiye Klinikleri Journal Of Psychiatry Special Topics*, 1(2), 1-11.
- Çiçek, İ. ve Aslan, A. E.** (2020). Kişilik ve beş faktör kişilik özellikleri: Kuramsal bir çerçeve. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 10(1), 137-147.
- Çivitçi, N. ve Arıcıoğlu, A.** (2012). Beş Faktör Kuramına Dayalı Kişilik Özellikleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(23), 78-96.
- Çuhadaroğlu, F.** (1986). *Adolesanlarda Benlik Saygısı*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Dal, Ö. G. V. ve Eroğlu, A. H.**, 2015. "Farklı Kişilik Özelliklerine Sahip Bireylerin Risk Algılarının Tüketici Davranışı Açısından İncelenmesi: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma" *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 20(2), 361-385.

- Davison, G. C., Neale, J. M.,** (2004). Anormal Psikolojisi. Çev Ed: Dağ, İ, Türk Psikologlar Derneği Yayınları No: 29, Ankara.
- Demir, C.** (2012). *Kişilik özellikleri ve iş tatmini arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik bir uygulama* (Master's thesis, İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Durmuş, R.** (2006). *3-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin kişilik özellikleri ile anne-baba tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Doctoral dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey)).
- Ercan, G.** (2018). KKTC’de Yaşayan Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerde Kişilerarası İlişki Tarzlarının Psikosomatik Bozukluklarla İncelenmesi. *Yüksek Lisan Tezi, TC Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.*
- Erişti, A.** (2010). *Bağlanma stilleri, kişilik özellikleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki* (Master's thesis, Ege Üniversitesi).
- Eroğlu, M.** (2022). Çalışan kadınların kişilik özelliklerinin ve yaş, eğitim durumu, gelir düzeyi gibi etkenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerine etkisi. *Uluslararası Temel Eğitim Çalışmaları Dergisi*, 3(1), 34-42.
- Ersoy, E. ve Köşger, F.** (2016). Empati: Tanımı ve Önemi/empathy: Definition and its importance. *Osmangazi tıp dergisi*, 38(2), 9-17.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L.** (2011). Öznel İyi Oluşun Cinsiyet, Yaş Grupları ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(36).
- Esen, E. Soylu, Y., Siyez, D. M., ve Demirgürz, G.** (2017). Üniversite öğrencilerinde toplumsal cinsiyet algısının toplumsal cinsiyet rolü ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, Cilt: 8, Sayı: 1, 2017, ss. 46-63, DOI: 10.19160/5000197327.
- George, D. ve Mallery, M.** (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*. Boston: Pearson.
- Gross, J. J. ve John, O. P.** (1995). Facets of emotional expressivity: Three Self-report Factors and Their Correlates. *Personality and Individual Differences*, 19(4), 555-568.
- Gross, J. J. ve John, O. P.** (1997). Revealing feelings: Facets of emotional expressivity in self-reports, peer ratings, and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 435-448.
- Güleç, M. Y.** (2009). Psikosomatik Hastalıklarda Mizaç ve Karakter. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(3), 201-214.
- Hashmi, A. ve Naz, Q.,** 2020. “Impact Of Big Five Personality Traits On Academic Achievement Of Prospective Teachers” *Journal Of Arts And Social Sciences*, 7(1), 40.
- Horzum, M. B. ve Ayas, T., Padır, M. A.,** 2017. “Beş Faktör Kişilik Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması” *Sakarya University Journal Of Education*, 7(2), 398-408.

- İnce, G.** (2018). *KKTCde yaşayan beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde kişilerarası ilişki tarzlarının psikosomatik bozukluklarla ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Karlı, E.** (2008). *Kişilerarası Tarz, Kendilik Algısı, Öfke ve Psikosomatik Bozukluklar*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Kaya, Ç.** (2013). *Sosyal iyi olma ile duygusal dışavurum arasındaki ilişkilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Doctoral dissertation, Sakarya Üniversitesi (Turkey)).
- Kim, T. S., Pae, C. U., Jeong, J. T., Kim, S. D., Chung, K. I. ve Lee, C.** (2006). Temperament and character dimensions in patients with atopic dermatitis. *The Journal of dermatology*, 33(1), 10-15.
- King, L. A. ve Emmons, R. A.** (1990). Conflict Over Emotional Expression: Psychological and Physical Correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 864-877.
- Koç, H.** (2020). *Uyumsuz düşünce tarzları ve duygusal dışavurum arasındaki ilişkide yalnızlığın aracı rolü* (Doctoral dissertation, Necmettin Erbakan University (Turkey)).
- Konak, İ.** (2020). *Uçuş ekiplerinde iş doyumu, örgütsel stres, psikosomatik belirtiler ile tükenmişlik düzeyi arasındaki ilişki: Bir havayolu şirketi örneği* (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Kul, S.** (2014). Uygun İstatistiksel Test Seçim Kılavuzu/Guideline For Suitable Statistical Test Selection. *Plevra Bülteni*, 8(2), 26-29.
- Kulaksız, G. ve Erensoy, H.** (2021). 18-65 Yaş Kişilerde Erken Çocuklukta Babalarından Algıladıkları Kabul/Red İlişkisinin Somatizasyon ve Anksiyete Geliştirme Etkisinin İncelenmesi. *Int J Acad Med Pharm*, 3(2), 142-149.
- Kural, S., Türkmen, M. ve Dilek, A. N.** (2016). Bartın üniversitesi BESYO öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları ile Kişilik Özellikleri İlişkisinin Araştırılması. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4(3), 870-881.
- Kutlutürk, B.** (2021). *Yetişkinlik dönemindeki kadınlarda çocukluk çağı travmaları ile erken dönem uyum bozucu şemalar ve somatizasyon arasındaki ilişkinin incelenmesi*. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Küpana, M. N.** (2017). Piyano öğrencilerinin duygusal dışavurum düzeylerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (44), 184-201.
- Leising, D., Müller, J. ve Hahn, C.** (2007). An adjective list for assessing emotional expressivity in psychotherapy research. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 14(5), 377-385. doi:10.1002/cpp.552.
- McCrae R. R. and Costa, P. T.** (1985). Updating Norman's 'Adequate Taxonomy: Intelligence and Personality Dimensions in Natural Language and in Questionnaires. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 710-721.

- Mete, H. E.** (2008). Kronik hastalık ve depresyon. *Klinik Psikiyatri*, 11(3), 3-18.
- Menkü, B.E. ve Coşar, B.** (2021). Psikosomatik bozukluklar. *Ankara: Türkiye Klinikleri*, 32-6.
- Onbaşıoğlu, B. M.** (2006). *Psikosomatik ve ruhsal rahatsızlığa sahip kişilerin stres ile ilişkili değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Özcan, B.** (2005). *Anne babaları boşanmış ve anne babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özden, A.** (2015). Psychosomatic symptoms and emotions: the relationship among emotion regulation, demographic variables and psychosomatic symptoms in a university sample. Yüksek lisans tezi, İstanbul Bilgi üniversitesi, İstanbul.
- Özenli, Y., Yoldaşcan, E., Topal, K., & Özçürümez, G.** (2009). Türkiye’de bir eğitim fakültesinde somatizasyon bozukluğu yaygınlığı ve ilişkili risk etkenlerinin araştırılması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10(Suppl 2), 131-136.
- Plotnik, R.** (2009). *Psikoloji’ye Giriş*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Pylypenko, N., Kovalova, O., Prokofieva, O., Kochkurova, O., Kriukova, M. ve Zelinska, Y.** (2022). Contemporary Approaches to Diagnosis, Psychotherapy and Neuro- Psychocorrection of Emotional Disorders in Psychosomatic Diseases. *Brain. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 13(1Sup1), 227-294.
- Schmitt, D. P., Realo, A., Voracek, M., & Allik, J.** (2008). Why can't a man be more like a woman? Sex differences in Big Five personality traits across 55 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(1), 168–182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.94.1.168>
- Somer, O., Korkmaz, M., ve Tatar, A.** (2002). Beş faktör kişilik envanterinin geliştirilmesi: Ölçek ve alt ölçeklerin oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49), 21-33.
- Sümer, N., Sümer, H. C.** (2005) Beş faktör kişilik özellikleri ölçeği (Yayımlanmamış çalışma).
- Şafak, E., Vural, P. ve Çetinkaya, F.** (2015). Ergenlerde algılanan duygu dışa vurumu ile psikosomatik belirtiler arasındaki ilişki. *Güncel Pediatri*, 13(2), 104-109.
- Şener, Ö. ve Köseoğlu, S. A.** (2020). Aleksitimi Belirtileri Olan Üniversite Öğrencilerinin Duygu İfadeleri ve Spontanlıkları Üzerine Psikodramanın Etkisi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (2), 318-327.
- Şengül, M. ve Demirel, A.** (2016). Türkçe Öğretmenlerinin Duygu Dışavurum Tarzları Üzerine Bir İnceleme / An Investigation on the Emotional Expression Styles of Turkish Teachers. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13(34).

- Şimşek, E.** (2010). Akademik Başarıyı Yordamada Psikosomatik Belirtilerin Rolü. In International Conference on New Trends in Education and Their Implications.
- Şişman, F. N., Kadioğlu, H., Ergün, A. ve Erol, S.** (2013). Okul Çocuklarında Somatizasyon ve Somatik Belirtiler Nedeniyle Okul Revirine Başvuru Durumu. *Journal of Psychiatric Nursing/Psikiyatri Hemşireleri Derneği*, 4(3).
- Şinikoğlu B. G.** (2016). *14-18 Yaş arası ergenlerde duygusal dışavurum tarzları, kişilik özellikleri ve algılanan ebeveyn tutumlarının ilişkisinin incelenmesi.* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Nişantaşı Üniversitesi.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S.** (2013). *Using Multivariate Statistics.* (6th Edition). Boston: Pearson.
- Tathlıoğlu, K.** (2013). Üniversite Öğrencilerinin Beş Faktör Kişilik Kuramı'na Göre Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Tarih Okulu Dergisi*, 2014(XVII).
- Taysi, E.** (2010). Evlilikte bağışlama: Evlilik uyumu ve yüklemelerin rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 25(65), 40.
- Teken, M.** (2016). *Karın ağrısı şikayetiyle hastaneye başvuran çocuk ve ergenlerde fiziksel sebep bulunanlarla bulunmayanlar arasındaki depresyon, anksiyete ve somatizasyon değerlerinin karşılaştırılması.* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Topçu, F.** (2017). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde beş faktör kişilik özelliklerinin yordayıcı etkisinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tunçer, Ö.** (2005). "Stres, Psikosomatik ve Somatoform Bozukluklar," Medikal Açıdan Stres ve Çareleri, İ. Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, Sempozyum Dizisi No: 47,153-162, s. 155.
- Turhan, Ö.** (2019). Beş faktör kişilik özelliklerinin iş tatmini üzerindeki etkisinde depresyonun aracılık rolü. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (5), 9-21.
- Tütüncü, N.** (2021). *Psikosomatik semptomların duygusal ifade, duygu düzenleme ve cinsiyet rolleri ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi). Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul.
- Ulucan, H. ve Bahadır, Z.** (2011). Haltercilerin kişilik özelliklerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 175-183.
- Yalçıntaş, M.** (2019). *Fen Bilimleri Öğretiminde Kuantum Öğrenme Modeli Kullanmanın İlkokul Dördüncü Sınıf Öğrencilerinin Akademik Merak, Kaygı, Özyeterlik ve Başarı Düzeylerine Etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yaya, B. Ergün, D. ve Yılmaz, B.** (2019). Akademisyenlerde sosyodemografik değişkenlere göre mobbing, psikosomatik belirtiler ve ruminatif düşünce

biçiminin incelenmesi. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1(3), 139-144.

Yazgan-İnanç, B. ve Yerlikaya, E. E. (2012). *Kişilik Kuramları* (6. bs.). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

Yelboğa, A. (2006). Kişilik özellikleri ve iş performansı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *ISGUC The Journal of Industrial Relations and Human Resources*, 8(2), 196-217.

Yeni, Z. (2015). *Beş faktör kişilik özellikleri ile duygusal emek arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik bir araştırma* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.

Yılmaz, A. ve Kumbasar, H. (2008). Genel tıp pratiğinde psikosomatik bozukluklar. *Türkiye Klinikleri Journal Of Psychiatry Special Topics*, 1(2), 17- 28.

Waite, L. J. ve Lehrer, E. L. (2003). The benefits from marriage and religion in the United States: A comparative analysis. *Population and development review*, 29(2), 255-275

EKLER

EK- 1: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Değerli Katılımcı,

Sizi Dr. Nurgül Yavuzer danışmanlığında, Gedik Üniversitesi, Klinik Psikoloji yüksek lisans öğrencisi Dilara Güler tarafından yürütülen tez kapsamında “Kişilik özelliklerinin psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum ile arasındaki ilişkinin incelenmesi” adlı çalışmaya davet etmekteyiz. Bu çalışmada yetişkinlerin kişilik özelliklerinin psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum ile arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Katılımcılara üç farklı form uygulanacaktır. Formların cevaplanması yaklaşık 10 dakika sürmektedir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Bu formu okuyup onaylamanız çalışmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelmektedir. Size en uygun cevapları işaretlemeniz beklenmektedir. Çalışmaya katılmama ya da katıldıktan sonra herhangi bir yerinden çalışmadan çıkma hakkına sahipsiniz. Bu formlardan elde edilecek bilgiler gizli tutulup yalnızca araştırma amacı ile kullanılacaktır.

Yukarıda yer alan bilgileri okudum ve davet edildiğim çalışmanın amacını anladım. Bu koşullarda söz konusu çalışmaya katılmayı ve toplanan verilerin bilimsel yayın amacı ile kullanılabileceğini kabul ediyorum.

Onaylıyorum

EK – 2: Demografik Bilgi Formu

Cinsiyetiniz

Kadın Erkek

Yaşınız:

Medeni Durumunuz

Evli Bekar

Eğitim Durumunuz

İlkokul /Ortaokul

Lise

Üniversite

Yüksek Lisans ve üzeri

EK – 3: Beş Faktör Kişilik Envanteri

Aşağıda sizi kısmen tanımlayan ya da pek tanımlamayan özellikler yer almaktadır. Lütfen aşağıda verilen özelliklerin sizi ne kadar yansıttığını ya da yansıtmadığını belirtmek için sizi en iyi tanımlayan şikkı işaretleyiniz.

	1. Hiç Katılmıyorum	2. Biraz Katılmıyorum	3. Kararsızım	4. Biraz Katılıyorum	5. Tamamen Katılıyorum
1. Kendimi konuşkan biri olarak görüyorum.					
2. Kendimi başkalarında hata arayan biri olarak görüyorum.					
3. Kendimi işini tam yapan biri olarak görüyorum.					
4. Kendimi bunalımlı, melankolik biri olarak görüyorum.					
5. Kendimi orijinal, yeni görüşler ortaya koyan biri olarak görüyorum.					
6. Kendimi ketum/vakur biri olarak görüyorum.					
7. Kendimi yardımsever ve çıkarıcı olmayan biri olarak görüyorum.					
8. Kendimi biraz umursamaz biri olarak görüyorum.					
9. Kendimi rahat, stresle kolay baş eden biri olarak görüyorum.					
10. Kendimi çok değişik konuları merak eden biri olarak görüyorum.					
11. Kendimi enerji dolu biri olarak görüyorum.					
12. Kendimi başkalarıyla sürekli didişen biri olarak görüyorum.					
13. Kendimi güvenilir bir çalışan biri olarak görüyorum.					
14. Kendimi gergin olabilen biri olarak görüyorum.					
15. Kendimi maharetli, derin düşünen biri olarak görüyorum.					
16. Kendimi heyecan yaratabilen biri olarak görüyorum.					
17. Kendimi affedici bir yapıya sahip biri olarak görüyorum.					

18. Kendimi dağınık olma eğiliminde biri olarak görüyorum.					
19. Kendimi çok endişelenen biri olarak görüyorum.					
20. Kendimi hayal gücü yüksek biri olarak görüyorum.					
21. Kendimi sessiz bir yapıda biri olarak görüyorum.					
22. Kendimi genellikle başkalarına güvenen biri olarak görüyorum.					
23. Kendimi tembel olma eğiliminde biri olarak görüyorum.					
24. Kendimi duygusal olarak dengeli, kolayca keyfi kaçmayan biri olarak görüyorum.					
25. Kendimi keşfeden, icat eden biri olarak görüyorum.					
26. Kendimi atılgan bir kişiliğe sahip biri olarak görüyorum.					
27. Kendimi soğuk ve mesafeli olabilen biri olarak görüyorum.					
28. Kendimi görevi tamamlanıncaya kadar sebat edebilen biri olarak görüyorum.					
29. Kendimi dakikası dakikasına uymayan biri olarak görüyorum.					
30. Kendimi sanata ve estetik değerlere önem veren biri olarak görüyorum.					
31. Kendimi bazen utangaç, çekingen olan biri olarak görüyorum.					
32. Kendimi hemen hemen herkese karşı saygılı ve nazik olan biri olarak görüyorum.					
33. Kendimi işleri verimli yapan biri olarak görüyorum.					
34. Kendimi gergin ortamlarda sakin kalabilen biri olarak görüyorum.					
35. Kendimi rutin işleri yapmayı tercih eden biri olarak görüyorum.					
36. Kendimi sosyal, girişken biri olarak görüyorum.					
37. Kendimi bazen başkalarına kaba davranabilen biri olarak görüyorum.					
38. Kendimi planlar yapan ve bunları takip eden biri olarak görüyorum.					
39. Kendimi kolayca sinirlenen biri olarak görüyorum.					
40. Kendimi düşünmeyi seven, fikirler geliştirebilen biri olarak görüyorum.					
41. Kendimi sanata ilgisi çok az olan biri olarak görüyorum.					
42. Kendimi başkalarıyla iş birliği yapmayı					

seven biri olarak görüyorum.					
43. Kendimi kolaylıkla dikkati dağılan biri olarak görüyorum.					
44. Kendimi sanat, müzik ve edebiyatta çok bilgili biri olarak görüyorum.					



EK – 4: Rosenberg Psikosomatik Belirtiler Ölçeği

Aşağıda ne sıklıkta bedensel belirtiler ve yakınmalar yaşadığınızı öğrenmek amacıyla bazı soru maddeleri verilmiştir. Bu belirtilerin sıklığını seçerken uygun olan birini işaretleyerek belirtiniz.

	Sık Sık	Bazen	Nadiren	Hiçbir Zaman
1. Hiç uykuya dalma ya da uykunun sürekliliği açısından sorunuz olur mu?				
2. Hiç ellerinizin sizi rahatsız edecek kadar titrediği olur mu?				
3. Hiç sizi rahatsız edecek kadar sinirlendiğiniz olur mu?				
4. Hiç sizi rahatsız edecek kadar çarpıntı hissettiğiniz olur mu?				
5. Hiç sizi rahatsız edecek kadar başınızın içinde basınç hissettiğiniz olur mu?				
6. Şu sıralarda hiç tırnak yiyor musunuz?				
7. Egzersiz veya çalışma zamanları dışında hiç sizi rahatsız edecek kadar nefes darlığı hissettiğiniz olur mu?				
8. Hiç sizi rahatsız edecek kadar ellerinizde titreme olur mu?				
9. Hiç sizi rahatsız edici baş ağrıları çeker misiniz?				
10. Hiç sizi rahatsız edici kabuslar görür müsünüz?				

EK – 5: Berkeley Duygusal Dışavurum Ölçeği

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneği işaretleyiniz.

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Bazen Katılmıyorum	Kararsızım	Bazen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Olumlu bir duygu yaşadığımda insanlar tam olarak ne hissettiğimi rahatlıkla anlayabilir.							
2. Bazı zamanlar acıklı filmleri izlerken ağlıyorum.							
3. İnsanlar sıklıkla hissettiklerimi anlayamazlar.							
4. Birisi bana komik gelen bir fıkra anlattığında kahkahayla gülerim.							
5. Benim için korkumu gizlemek zordur.							
6. Mutlu olduğumda duygularım bunu gösterir.							
7. Bedenim duygusal durumlara tepki verir.							
8. Öfkemi açığa vurmaktansa gizlemenin daha iyi olduğunu öğrendim.							
9. Ne kadar gergin veya üzgün olsam da dışarıya rahat görünmeye çalışırım.							
10. Duygularımı ifade eden birisiyim.							
11. Güçlü duygularım vardır.							
12. İstesem de bazı zamanlar duygularımı gizleyemem.							
13. Olumsuz bir duygu yaşadığımda insanlar tam olarak ne hissettiğimi rahatlıkla anlayabilirler.							
14. Ne kadar denesem de ağlamamı durduramadığım zamanlar olmuştur.							
15. Duygularımı çok yoğun yaşarım.							
16. Yüzüm duygularımı yansıtır.							

ÖZGEÇMİŞ

Dilara GÜLER

Lisans : (2015-2020) Psikoloji Bölümü, İstanbul Ticaret Üniversitesi

Y. Lisans : (2021- 2024) Klinik Psikoloji İstanbul Gedik Üniversitesi

