

T.C.
İSTANBUL NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

GENÇ ERİŞKİN BİREYLERDE SAVUNMA
MEKANİZMALARI İLE NARSİSİSTİK ÖZELLİKLER VE
DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Esra KATAR

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji

Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Bahar AKOĞLU

MART 2023

T.C.
İSTANBUL NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**GENÇ ERİŞKİN BİREYLERDE SAVUNMA
MEKANİZMALARI İLE NARSİSİSTİK ÖZELLİKLER VE
DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Esra KATAR

ORCID: 0000-0001-7693-2961

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji

Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

“Bu tez 08/03/2023 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATİ	İMZA
Dr.Öğr.Üyesi Bahar AKOĞLU	BAŞARILI	
Dr.Öğr.Üyesi Volkan DEMİR	BAŞARILI	
Dr.Öğr.Üyesi Müne AKTAY	BAŞARILI	

Enstitü Müdürü
Onay

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Esra KATAR

08/03/2023

ÖNSÖZ

Bu çalışmanın yürütülmesi sırasında desteğini sonuna kadar hissettiren, engin bilgi ve deneyimi ışığında beni yönlendiren, ideallerime daha sıkı sarılmamı sağlayan ve öğrencisi olmaktan hayatım boyunca gurur duyacağım tez danışmanım Dr.Öğr.Üyesi Bahar AKOĞLU'na,

Yüksek lisans eğitimim süresince beni cesaretlendiren, destekleyen, çalışmam için her konuda yardımcı sağlayan tüm arkadaşlarıma, tezimin her detayıyla titizlikle ilgilenen Kürşat AKBABA'ya, çalışmamın her aşamasında her anıma ortak olan canım Merve ÇİLTAS'a teşekkürlerimi sunuyorum.

Son olarak, hayatım boyunca her kararında yanımda olan aileme, özellikle bugünlere gelebilmemin en büyük mimarı, küçüklüğümde beri her zorlukta beni başarabileceğime inandıran, her daim yanımda olduğunu bildiğim, kendisine eğitim şansı hiç verilmemiş bu nedenle desteğini benden hiç esirgememiş annem Hacer KATAR'a yazdığım bu tezi ithaf ediyorum.

Esra KATAR

08/03/2023

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR	iii
TABLO LİSTESİ	iv
ÖZET	v
ABSTRACT	vi
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE	6
1.1 Narsisistik Kişilik Bozukluğu	6
1.1.1 Narsisizm Kavramı ve Tarihsel Gelişimi	8
1.1.2 Narsisistik Karakter Örgütlenmesinin Etiyolojisi	9
1.1.3 Narsisistik Kişilik Örgütlenmesinin Epidemiyolojisi	17
1.1.4 Narsisistik Kişilik Örgütlenmesinde Ayırıcı Tanı.....	17
1.1.5 Narsisizmin Diğer Değişkenlerle İlişkisi	19
1.2 Savunma Mekanizmaları Tarihçe	21
1.2.1 Savunma Mekanizmalarının Genel Özellikleri	23
1.2.2 Savunma Mekanizmaları ve Psikopatoloji.....	23
1.2.3 Savunma Mekanizmalarının Sınıflandırılması.....	25
1.2.3.1 İmmatür (Olgunlaşmamış) Savunma Mekanizmaları	26
1.2.3.2 Nevrotik Savunma Mekanizmaları	28
1.2.3.3 Olgun Savunma Mekanizmaları.....	29
1.3 Duygu Düzenleme Güçlüğü.....	29
1.3.1 Duygular	29
1.3.2 Duygu Düzenleme.....	30
1.3.3 Duygu Düzenleme ve Psikopatoloji.....	33
1.3.4 Duygu Düzenleme Güçlüğü.....	34
BÖLÜM 2: GEREKÇE VE YÖNTEM	36
2.1 Araştırmanın Yöntemi	36
2.2 Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	37
2.3 Veri Toplama Araçları	37
2.3.1 Demografik Bilgi Formu.....	37
2.3.2 Savunma Biçimleri Testi (SBT).....	37
2.3.3 Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form	38
2.3.4 Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	39
2.4 Veri Analizi.....	39
BÖLÜM 3: BULGULAR	40
TARTIŞMA	63
SONUÇ VE ÖNERİLER	77
KAYNAKÇA	80

KISALTMALAR LİSTESİ

Akt : Aktaran

Ark : Arkadaşları

DFS : Savunmacı Kötümserlik Ölçeği

Dr. : Doktor

DSM : Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı

NKB : Narsisistik Kişilik Bozukluğu

Öğr. : Öğretim

PCIT : Parent Child Interaction Therapy

SBT : Savunma Biçimleri Testi

SPSS : Statistical Package Program for Social Science

Vb. : Ve benzeri

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....	40
Tablo 2: Katılımcıların Demografik Özellikleri	41
Tablo 3: Katılımcıların Yaşlarına Ait Tanımlayıcı Değerler	42
Tablo 4: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Tanımlayıcı Değerleri	43
Tablo 5: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeği Arasındaki İlişki	44
Tablo 6: Savunma Biçimlerinin Duygu Düzenleme Güçlüğü Yordamasına İlişkin Bulgular	46
Tablo 7: Savunma Biçimlerinin Büyüklenmeci Narsisizmi Yordamasına İlişkin Bulgular	47
Tablo 8: Savunma Biçimlerinin Kırılgan Narsisizmi Yordamasına İlişkin Bulgular	48
Tablo 9: Cinsiyete Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması.....	49
Tablo 10: Çalışma Durumuna Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması.....	51
Tablo 11: Tanısı Konmuş Kronik Bir Fiziksel Hastalık Olma Durumuna Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması.	52
Tablo 12: Tanısı Konmamış Fakat Süregelen Fiziksel Bir Yakınma Durumuna Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması	54
Tablo 13: Medeni Durumuna Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması.....	56
Tablo 14: Eğitim Durumuna Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması.....	58
Tablo 15: Aylık Kazanç Ortalamasına Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması.....	60

İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yüksek Lisans

Tez Özeti

Tezin Başlığı: Genç Erişkin Bireylerde Savunma Mekanizmaları ile Narsisistik Özellikler ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Arasındaki İlişki	
Tezin Yazarı: Esra KATAR	Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Bahar AKOĞLU
Kabul Tarihi: 08/03/2023	Sayfa Sayısı: vi (Önkısım)+ 99(Tez) + 6 (Ek)
Anabilim dalı: Psikoloji	Bilim Dalı: Klinik Psikoloji
Bu çalışmanın amacı, genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmalarının narsisistik özellikleri ve duygu düzenleme güçlüğü düzeyini anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığının incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda çalışmada, 20-30 yaş arası 384 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmanın verileri "Sosyodemografik Bilgi Formu", "Savunma Biçimleri Testi (SBT)", "Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form" ve "Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği" ile toplanmıştır. Elde edilen bulgular sonucu immatür savunma mekanizmaları ile narsisistik kişilik özellikleri ve duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Aynı zamanda immatür savunma mekanizmalarının narsisistik kişilik özellikleri ve duygu düzenleme güçlüğü için anlamlı yordayıcı olduğu bulgulanmıştır. Sosyodemografik değişkenler açısından bakıldığında, her bir ana değişken için farklı bulgular elde edilmiştir.	
Anahtar Kelimeler: Savunma Mekanizmaları, Narsisizm, Duygu Düzenleme Güçlüğü	

Istanbul Nisantasi University, Graduate Education Institution Master's Thesis

Subject of Thesis: The Relationship Between Defense Mechanisms and Narcissistic Traits and Difficulty in Emotion Regulation in Young Adults	
Author: Esra KATAR	Supervisor: Assist. Prof. Dr. Bahar AKOĞLU
Date: 08/03/2023	Pages: vi (pretext)+ 99(mainbody) + 6(Appendices)
Department: Psychology	Subfield: Clinic Psychology
The purpose of this study is to research of whether immature defense mechanisms significantly predict narcissistic characteristics and the level of emotion regulation difficulties in young adult individuals. For this purpose, 384 people between the ages of 20 and 30 voluntarily participated in the study. The data of the research were collected with the "Sociodemographic Information Form", "Defensive Forms Test (SBT)", "Five Factor Narcissism Scale-Short Form" and "Emotion Regulation Difficulty Scale". Results: It has been found that there is a positively significant relationship between immature defense mechanisms, narcissistic personality traits and emotion regulation difficulties Decisively. At the same time, it has been found that immature defense mechanisms are significant predictors for narcissistic personality traits and emotion regulation difficulties. From the point of view of sociodemographic variables, different findings were obtained for each main variable.	
Keywords: Defense Mechanisms, Narcissism, Difficulty in Emotion Regulation	

GİRİŞ

Problem Durumu

Savunma mekanizmaları, bireyin deneyimlediği kaygılı olay ya da durumlar sonucu, üzüntü, acı öfke gibi duygular ile baş etmek ve içsel gerilimi azaltmak amacıyla bilinçdışı düzeyde kullanılarak benliğin kendisini koruma altına alma yoludur. Bu noktada; kişilik örgütlenmelerinin, kişilik özelliklerinin ve psikopatolojilerin ortaya çıkış aşamasında kişilerin hangi savunma mekanizmalarını kullandığı büyük önem taşımaktadır. Bireylerin kullandıkları savunmalar, bazı psikopatolojilerin zeminini oluşturabileceği gibi diğer yandan bireylerin kişilik gelişimlerinde bazı patolojik özelliklerin tetikleyicisi de olmaktadır (Özdoğan,1997). Bu bağlamda, narsisizm kavramının, klinik alanda son dönemde üzerinde oldukça durulan bir araştırma terimi olduğu görülmektedir. Psikanalitik kuramcılara göre; narsisistik kişilik özellikleri, çocukluk döneminde birincil bakım vericinin çocuğun davranışlarına karşı sergilediği soğuk ve reddedici tutum ile başlamaktadır (Kohut,1971). Davranış ve duyguları ebeveyn tarafından aynalanmayan ve sembolize edilmeyen çocuğun bilişsel fonksiyonlarının gelişimi de sekteye uğramaktadır. Beynin duygulanım ve motivasyon kısmı ile ilgili önemli bir kontrol mercii olan prefrontal korteks, yeterince sembolize edilmemiş duygular nedeniyle dış dünyadan gelen bilgiyi işleme ve düzenleme konusunda gelişim göstermeyebilmektedir. Bu sebeple birey, ilerleyen dönemde duygularını ifade etmek, duygularını düzenlemek ve bilişsel duygu stratejilerini geliştirmek noktasında problem yaşayabilmektedir (Stendardi ve ark.,2021). Buradan hareketle kişi, kullandığı savunma mekanizmalarının ortaya çıkarabileceği durum ve duygular neticesinde narsisistik özellikler geliştirebilmekte, yeterince sembolize edilmemiş duyguları nedeniyle duygularını düzenlemekte güçlük yaşayabilmektedir.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Narsisizm konusu modern toplumların gündelik dilinde önemli bir yer edinmektedir. Son dönemlerde birçok araştırmacının da ilgi odağındadır. Araştırmalar olgun olmayan savunmaların ve narsisistik özelliklerin kişilerin iş yaşamı, arkadaşlık ilişkileri, aile yaşamı gibi pek çok alanı etkilediğini göstermektedir. İmmatür savunmalar birey tarafından tehdit algısına yönelik oluşturulan bilinçdışı bir sürecin kullanımı ile duyguları düzenlemelerinde etkili olabilmektedir (Stendardi ve ark., 2021). Bu çalışmayla genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmalarının narsisistik özellikleri ve duygu

düzenleme güçlüğü düzeyini anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığı incelenecektir. Literatürde bu değişkenler ile ilgili ilişkiyi ele alan çalışmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Kernberg, narsisizmin patolojik bir durum olarak ele alarak gelişimde yaşanan bazı hatalardan kaynaklı bir durum olduğundan bahsetmiştir (Kernberg,1974). Bu bağlamda çocuğun nesne ilişkileri, nesneleri nasıl içselleştirdiği önem arz etmektedir. Nesne tabiri çocuğun içgüdüsel enerjisini yönelttiği dış dünya varlıkları olarak bilinmektedir. İçgüdünün doyum amacını gideren kişi nesne olarak tanımlanır. Her bireyin içsel nesne tasarımları mevcuttur. Kendilik-nesne ilişkileri ve buna yönelik fanteziler psikik yapının gelişiminde belirleyici etmenlerdir. Dürtünün nesne ile kurduğu ilişki bilinçdışına itildikten sonra bastırılması saplanma durumunu ortaya çıkarmaktadır. Bu durumda saplanan ve bilinçdışında kalan dürtüsel durum, bağlantılı durumları da bilinçdışına çekmeye eğilimlidir.

Benlik idealine utanç duygusunu yerleştiren narsisistik özellikler taşıyan bireyde kişiye özgü savunmalar ortaya çıkar. Bunlar; idealize etme, tüm güçlü kontrol, değersizleştirme gibi mekanik savunmalar ve sınırda kişiliğin doğasında olan inkârdır (McWilliams,2009). Savunma mekanizmaları açısından, narsisistik özellik taşıyan kişilerdeki en temel savunma değersizleştirme ve idealizasyondur. Bu noktadan bakıldığında, savunma mekanizmalarının narsisistik özelliklerin yordayıcısı olduğu düşünülmektedir. Araştırmada bir diğer değişken olarak duygu düzenleme güçlüğüne de yordanan bir durum olarak ortaya çıkıp çıkmadığı da araştırılacaktır.

Alanyazına bakıldığında, kişilerdeki narsisistik özelliklerin daha çok çocukluk çağı travmaları, benlik algısı, mükemmeliyetçilik, bağlanma stilleri gibi çerçeveler dâhilinde incelendiği görülmüştür (Bora ve Gölge, 2019). Bireylerin bulundukları sosyal çevrede oluşturdıkları ideal görünümelerini onaylanır kılmak ve bu görünümü korumak adına farkında olmadan yarattıkları stratejilerin, narsisistik kişilik özelliklerini ne denli yordadığını ve bu bağlamda duygu düzenleme durumlarının nasıl etkilendiğini araştırmak temel hedef olarak belirlenmiştir. Ayrıca sosyodemografik ve genel sağlık bilgisi formu ile bireylerin medeni durumu, eğitim durumu, cinsiyeti gibi durumlarının da savunma mekanizmalarının narsisistik özellikleri ne düzeyde yordama etkisine sahip olduğu da araştırılacaktır. Çalışmanın bu nedenle alanyazına katkı sağlayacağı öngörülmektedir. Araştırma; narsisistik özellikleri olan bireylerin klinik ortamda ortaya koyacağı savunmaları, duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri ve buna uygun müdahalelerin çalışma

sürecince daha iyi fark edilebilir olacağını ortaya koymayı da hedeflemektedir. Literatüre katkı sağlamak ve araştırmada kullanılan ölçeklerin geçerlik ve güvenirliklerini yeniden test etmek ise literatüre olan diğer bir katkıdır.

Araştırma Soruları

- 1.Sosyo-demografik değişkenlere göre, genç erişkin bireylerin immatür savunma mekanizmaları puanları farklılık göstermekte midir?
- 2.Sosyo-demografik değişkenlere göre, genç erişkin bireylerde narsisizm ölçeği puanları farklılık göstermekte midir?
- 3.Sosyo-demografik değişkenlere göre, genç erişkin bireylerde duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri farklılık göstermekte midir?
4. Genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları ile narsisizm ölçeği puanları arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?
- 5.Genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları ile duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?
6. Genç erişkin bireylerde duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri ile narsisizm ölçeği puanları arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?
- 7.Genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları narsisizm ölçeği puanlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
8. Genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları duygu düzenleme güçlüğü düzeylerini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

Araştırma Hipotezleri

- 1.Sosyo-demografik değişkenlere göre, genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları farklılaşmaktadır.
- 2.Sosyo-demografik değişkenlere göre, genç erişkin bireylerde narsisizm ölçeği puanları farklılaşmaktadır.
- 3.Sosyo-demografik değişkenlere göre, genç erişkin bireylerde duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri farklılaşmaktadır

4. Genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları ile narsisizm ölçeği puanları arasında anlamlı düzeyde ilişki vardır.
5. Genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları ile duygu düzenleme güçlüğü arasında anlamlı düzeyde ilişki vardır.
6. Genç erişkin bireylerde duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri ile narsisizm ölçeği puanları arasında anlamlı düzeyde ilişki vardır.
7. Genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları narsisizm ölçeği puanlarını anlamlı düzeyde yordamaktadır.
8. Genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları duygu düzenleme güçlüğü düzeylerini anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Araştırmanın Kısıtları ve Varsayımlar:

Araştırmaya katılan bireylerin ölçme araçlarını içten ve yansız biçimde yanıtladıkları kabul edilmektedir. Sınırlılıklar;

- Bu araştırmanın çalışma grubu İstanbul ili 20-30 yaş aralığında kişiler ile sınırlıdır.
- Bu araştırmaya katılan bireylere ilişkin bilgiler, araştırmacının hazırladığı “Demografik bilgi formu” soruları ve ölçeklerdeki sorularla sınırlıdır.
- Araştırmada ilgili veriler, ölçeklerin ölçtüğü değerler ile sınırlıdır.
- Araştırmada kullanılan ölçekler katılımcıların kendi bildirimine dayalı olduğu için sorular gerçekçi bir biçimde yanıtlanmamış olabilir. Bu noktada özellikle ihmal ve istismar yaşantılarına ilişkin toplumsal önyargılar veya güven sorunları yanıtların bir kısmının yanıltıcı veya çarpıtılmış olma ihtimalini bulundurmaktadır.

Tanımlar

Savunma Mekanizması: Bireyin deneyimlemekten hoşnut olmadığı durum veya duyguların oluşturduğu içsel gerilimi, kaygıyı ortadan kaldırmak ve/veya azaltmak adına egonun geliştirdiği bilinçdışı mekanizmalardır (APA,1994).

Narsisistik Kişilik Özellikleri: Çocukluk döneminde ebeveyn tarafından yeterince aynalanmayan çocuğun benliğine dair yaşadığı ikircikli özelliklerdir. Bu durum, aşağılık

hissi ve yanında benliğin gösterişli imajı olmak üzere iki görünümün zıt kutupları şeklinde karakterize edilen narsisistik kişilik özelliklerini ortaya çıkarır (Kohut,1977). Kernberg (1975) ise, narsisizmi tanımlarken ilkel savunma mekanizmalarından bölünmeye dikkat çeker. İdealize edilemeyen nesnelere karşı iç saldırganlık besleyen kişinin bölünme mekanizması ile yarattığı ikiliği temsil eder. Bu bağlamda birbiriyle uyuşmayan, aşağılık hissi ile benliğine dair aşırı bir beğeni içinde salınan bir kişilik yapısı oluşur.

Duygu Düzenleme Güçlüğü: Duygu düzenleme kavramı; kişinin yaşadığı duyguları farkındalığı ve anlamlandırması, kabullenmesi, diğer yandan olumsuz duygular ya da dürtüsel istekler yaşanırken olması gereken/istenen şekilde davranabilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Gratz ve Roemer, 2004). Durum, duygu ve olaylara uygun şekilde duygusal tepkileri düzenlemek adına doğru duygu düzenleme stratejilerini kullanmak duygu düzenleme becerileri olarak adlandırılır. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, bahsedilen becerilerin herhangi birinin ya da hepsinin olmaması duygu düzenleme güçlüğü olarak nitelendirilmektedir.

BÖLÜM 1: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1 Narsisistik Kişilik Bozukluğu

Narsisizm, psikoloji literatürü incelendiğinde en dikkat çekici uyandıran, hakkında çok tartışmalar yapılan ve araştırmaların odağı olan bir konudur. Son dönemde yapılan araştırmalarla gittikçe popüler bir nitelik kazanan narsisizm, oldukça karmaşık dinamiklere sahiptir (Demirci ve Ekşi, 2017). Günümüzde psikolojinin birçok alt dalında konu olarak araştırma yapılan narsisizm, temelde psikanalitik teoriden şekillenmeye başlamıştır. Narsisizm, adını efsaneleşmiş mitoloji karakteri Narcissus'tan almaktadır. Yunan mitine göre, Narcissus bir gün suda yansımasını görür ve kendisine dair bir istek duymaya başlar. Zamanla bu isteği onu tüketir ve en sonunda bir çiçek olur. Diğer yandan “özseverlik” anlamına gelen narsisizmin güncel psikodinamik araştırmalardan temellendiği de görülmektedir (Davison ve Neale, 2011). Yaygın tanım ile narsisizm; kendini yüceltme, ileri düzey egosantrizm, başkalarının ilgi ve onayına ihtiyaç ve grandiyöz düşlerinin yanında, başkalarına karşı duyarlı olma güçlüğü, diğer insanlara duyulan az anlayış ve saldırganca tutum gibi özelliklerle tanımlanır (Kernberg, 2012).

Araştırmalara bakıldığında, psikoloji teorisyenlerinin narsisizmi ele alırken daha çok büyüklenmeci davranışlar tarafına yoğunlaştıkları görülmektedir. Yapılan güncel çalışmalardan birinde ise kırılganlık niteliği ve mevcut boyutun kişilik özellerine yansıması konusu üzerinede değinilmeye başlandığı fark edilmektedir (Back ve ark., 2013).

Büyüklenmeci narsisizm; kendisini gösterme ve yaptığı her şeyi doğru olarak nitelendirme, çevreden ilgi bulma gayreti, kıskançlık, karşıdakinin isteklerini perdeleme ve düşük endişe hali gibi özelliklerle tanımlanmaktadır. Tam tersi bir noktada yer alan kırılgan narsisizm ise kişide ileri düzeyde anlayışlı olma durumu, sosyal iletişimde çekimser tavırlar, eleştirel ifadelere karşı duyarlılık, stres ve kaygı düzeyinin yüksek olması gibi sosyal yaşantıda grandiyöz ümitler olarak tanımlanmıştır (Akt.har ve Thompson, 1982; Wink, 1991).

Araştırmalara bakıldığında narsisizmin temeline ait işaretlerin ebeveyn tutumlarıyla ilgili olduğuna dikkat çekildiği anlaşılmaktadır. Narsisizmin temellerini anlamak adına önemli bir isim olarak karşımıza çıkan Kernberg (1975), düşmanca bir tutum içerisinde olan

soğuk ebeveyn modellerine odaklanırken, bu alanda önemli bir diğer kuramcı Kohut (1971), çocuğun duygu ve davranışlarının birincil bakım verici yönünden doğru biçimde yansıtılamamasının eseri olarak nitelendirir. Günümüz teorisyenlerinden Twenge ve Campbell (2010) ise narsisizmin oluşmasında çocuğu sürekli övmekle meşgul bir aile yaşantısına dikkat çekmektedir.

Klinik alanda mevcut birçok araştırmanın da gösterdiği gibi narsisist özellik gösteren kişiler, çocukluk yaşantılarında birincil bakım verenlerince istekleri duyarlı bir şekilde yanıtlanmamıştır ve ilerleyen dönemde bu isteklerini ilişkilerinden elde ettikleri onay, alkışlanma ve sevgi ile karşılamaya gayret eden kimseler olarak görülmektedir (Morf ve Rhodewalt, 2001).

Hangi tip ebeveyn ve hangi tip gelişimsel düzeyde yaşanan sorunun narsisistik özellikler oluşturabileceği üzerine yapılan araştırmalar son derece önem taşımaktadır. Bu bağlamda narsisistik kişilik özelliklerine sahip kişilerin gelişim aşamalarına ilişkin hangi savunma mekanizmalarını kullandıkları, bu mekanizmalarının narsisistik örgütlenmeyi ne düzeyde etkilediği üzerine çalışma yapılmasının fayda sağlayacağı düşünülmüştür. Kohut (1971)' un belirttiği şekilde erken çocukluk yıllarında bakım verenleri tarafından yeterince aynalanmamış, istekleri tutarsız bir şekilde empati yokluğuyla karşılanmış kişilerin duygularını düzenlemesi noktasında da güçlük yaşayabilecekleri göz önünde bulundurulmuştur. Buradan hareketle, bu çalışma belirtilen kavramlar arasında nasıl bir ilişki olduğunu saptamak adına yapılmıştır.

DSM-V te de Narsisistik Kişilik Bozukluğu belirli tanı kriterleri ile tanılanmıştır (Köroğlu,2018). Aşağıda yer alan durumlardan beş ya da çoğunun erken erişkinlikte başlayan ve farklı ortamlarda görülen, büyüklenme(davranış veya düşlerde) beğenilme ihtiyacı ve empati kuramama eşliğinde giden yaygın bir tablo şeklindedir:

- Kendisinin önemine yönelik büyüklenmeci bir algı
- Limiti olmayan bir güç, başarı, güzellik veya aşka dair düşlemler ile meşguliyet durumu
- Kendinin özel olduğuna ve yalnızca özel insanlar veya kurumlar tarafından anlaşılabileceğine inanma
- Diğer insanların aşırı ilgi ve hayranlığına gereksinim duyma
- Diğer insanları kullanma/manipüle etme

- Empati eksikliği yaşama, diğer insanların hissettiği ile ilgilenmeme
- Diğerlerini kıskanma veya kendinin kıskanıldığını düşünme
- Kibirli, diğerlerine tepeden bakan davranış veya tutumlar gösterme
- Kendisinin her şeyi hak ettiği duygusu içinde olma.

1.1.1 Narsisizm Kavramı ve Tarihsel Gelişimi

Narsisizm kavramı Yunan efsanelerinde yer alan suda kendi yansımasına âşık olan Narcissus efsanesinden gelmektedir. Efsaneye göre, Echo adındaki bir peri kızının sevgisini karşılıksız bıraktığı için ceza çekmesi adına kendisinin göldeki yansımasına âşık olan Narkissos, göldeki yansımaya özlem duyduğu, fakat ona erişemediği için orada erimiş, en son çiçek haline gelmiştir (Behary, 2014). Efsaneden yola çıkarak kuramcılarının dikkatini çeken narsisizmin kavramlaşma aşamalarına en çok katkıyı psikanalitik teorisyenler sağlamıştır. Narsisizm kavramı ilk defa psikanalist Ellis'in terimi bu mitolojik hikâye ile bağdaştırması ve bireyin kendi bedenini cinsel nesne gibi nitelendirip cinsel sapkınlık yaşamasına ilişkin bir durum olarak açıklamıştır. 1898 yılında yayınlanan makalede narsisizme kadınlarda daha yüksek düzeyde rastlandığına dikkat çeken Ellis, kişinin kendisine aşırı hayranlık durumu olarak nitelendirmiştir. Nacke, ilerleyen süreçte, Ellis'in ortaya koyduğu kavramı açıklamış ve narsisizmin cinsel sapkınlığın bir çeşidi şeklinde nitelendirmiştir. Sadger, çalışmaları ile bu kavramı psikanaliz yazınına dâhil etmiştir (Kızıltan, 2017). “Tanrı kompleksi” isimli çalışmasında Ernest Jones (1913), grandiyöz narsisistleri açıklayan ilk psikanalist olma niteliği kazanmıştır. Söz konusu makalede teşhir etme, duygusal mesafe, yargılama gibi niteliklerine sahip insan tiplerinin öne çıkmış olduğu görülmektedir. Normal çizgiden psikotiğe kayan bir tabloda ego gelişimini nitelendirmiştir (McWilliams, 2014).

Freud'un 1914'te yaptığı “Narsisizm Üzerine: Bir Giriş” çalışması narsisizmin alanyazındaki durumunu saptamak için büyük önem taşımaktadır. Söz konusu makalesinde narsisizmi, *kişinin kendi bedenini tıpkı cinsel bir objenin bedenini okşar gibi seven, doyum sağlayana kadar bakıyor olma durumu* şeklinde açıklamıştır (Kızıltan, 2017).

Otto Rank, narsisizmi psikanalitik yönden ele alan ilk kuramcıdır. O da Ellis'in çalışmasına benzer olarak narsisizm kavramını bireyin kendisini cinsel obje olarak sevme şekli olarak nitelendirmiş, diğer yandan kişinin kendisine hayran olma ve

kibirlenme niteliklerini de eklemiştir (Rank, 1911). Bu şekilde kavrama yeni nitelikler eklenmiştir. İlerleyen süreçte, Wilhelm Reich (1933), *Character Analysis* adlı eserinde ‘fallik narsisistik karakter’ olarak betimlediği kişilikleri özgüvenli, kendini beğenmiş, enerjisi yüksek, etkileyici davranışları olan şeklinde ifade etmiştir (McWilliams, 2014).

1.1.2 Narsisistik Karakter Örgütlenmesinin Etiyolojisi

Nedensellik açısından bakıldığında narsisizmi oluşturan birçok etmenin olduğu fark edilmektedir. Karakter yapısı, çocukluk çağı travmaları, kalıtsal nedenler bu faktörlerden bazılarıdır. Söz konusu etmenlerin varlığı, karakter yapılanmasında yüksek derecede hassasiyet, düşmanca tutumlar, benlik imajına karşı tutarsız hisler, sık sık mahcup olma gibi birçok duruma neden olmaktadır (Ronningstam, 2017). Psikanalitik kuram, narsisist kişilik özellikleri ve karakter örgütlenmesini bazı çerçeveler temelinde incelemiştir. Freud (1914) un savunduğu görüş, narsisizmin birincil ve ikincil olarak iki hat üzerinde gerçekleştiğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla Freud’a göre narsisizm birincil ve ikincil olarak ikiye ayrılmaktadır. İlk normda libido benliğe yatırılmıştır ve varoluşun başlangıcı düzeyindedir. İkincil normda ise gelişimle form değişir ve libido nesnelere yatırılmışken geri çekilerek tekrar benliğe yatırılır. Bu noktada bir gerilim meydana gelir. Benlik ve benlik ideali arasında oluşan bu gerilim dinamiği narsisist kişilik özelliklerini ortaya çıkarır (Freud,1914).

Narsisizm konusunda önemli çalışmalar yapan analitik kuramcılardan Kohut (1975)’ a göre; narsisistik kendilik gelişimi iki temel hat üzerinde gelişmektedir. Bu iki hat, grandiyöz benlik imajı ve hayal edilen ebeveyn imajı şeklindedir. Mevcut iki hat, çocuğun gelişim aşamalarıyla paralel olarak gelişmekte ve çocuğun ilerleyen dönemde değer ve ideallerinin gelişmesinde etkili olmaktadır. Bu çerçeveden bakıldığında, ebeveyn çocuğun kendilik gelişimini zedeleyip, istek ve imajlarını çocuk üzerinden yaratmaya çalışarak tutarsız aynalamalar ve travmatik deneyim oluşturacak tutumlar içerisinde olursa gelişimsel duraklamalar yaşanır ve bu durum çocuğun kişilik örüntülerini etkiler. Kohut (1975), yaptığı bir çalışmada deneyimlenmiş olan stresli olay ve durumlar karşısında hayal edilen ebeveyn imajı zedelenirse ilerleyen dönemde bu olaylara karşı dış dünyada hedeflenen imaj ile grandiyöz kendilik eksenleri noktasında ikircikli bir durum yaşanabileceğini belirtmiştir. Çocuk, küçük yaşta sergilediği davranışlarda ebeveynleri tarafından yeterince aynalanmaz ya da bu aynalama dengesiz bir şekilde gerçekleştirilirse büyüklenmeci kendilik ekseninde önemli travmatik kırılmalar yaşanabilir.

Benlik bütünlüğünün tehdit altında hissedilmesinin neden olduğu yoğun bir kırılma ile dengede tutarsızlık yaşanır; çünkü çocuk küçük yaşlardayken ebeveynlerinin sakinleştirici özelliğini erken travmatik kırılmalar yüzünden içsel bir yaşantı haline getirememiştir. Kohut (1971)'a göre bu durum, abartılı kendilik değerine karşın aşırı biçimde kendini aşağılık görme ve güvensizlik hissi narsisistik karakter yapılanmasının en temel yapıtaşlarını oluşturmaktadır.

Kohut 'un bakış açısına zıt bir görüş geliştiren Kernberg (1966), narsisizmi patolojik bir durum olarak ele alarak gelişimde yaşanan hatalardan kaynaklı bir durum olduğundan bahsetmiştir. Bu noktada çocuğun nesne ilişkileri, nesneleri nasıl içselleştirdiği çok önemlidir. Kendilik ve nesnelere dair iyi ve kötü oluşumların birbirinden ayrı tutulması gelişimsel hatanın temelini oluşturmaktadır. Örneğin çocuk annesine dair birçok anı deneyimler, kötü ve iyi yaşantılar annede birleştirilir fakat bu birleştirme patoloji içermektedir. Narsisistik karakter örgütlenmelerinin temel yapısını anne-çocuk ilişkisinde maddi manevi “aç” kalan çocuk oluşturur. Anne mutlu olduğunda çocuğuna hoş sözler söyler, yaptıklarını aynalar, özgüveninin gelişmesine katkı sağlar ancak; diğer yandan eşi ile kötü bir olay yaşadığında sinirlenir ve bunun acısını çocuğundan çıkarır. Bu noktada çocuk, annenin kötü tutumuna karşı bir tepki geliştirme isteği içerisine girer. Büyüklenmeci kendilik denilen savunmacı bir eksene doğru kayar (Kernberg,1966). Bireyleşme sürecinde yaşanan aksamalar kendilik oluşumunu önemli ölçüde zedeler. Öteki olarak adlandırılan bakım veren kişi, çocuğun alanını sürekli işgal eder, ona sürekli müdahale eder. Bu noktada, içe çekilen ve kendini yalıtın çocuk büyük bir boşluğun içine düşer. Yaşanan bu durum Winnicott (1966)' a göre kendiliğin gizlenmesi suretiyle oluşan sahte bir kendilik yaratmaktadır. Oluşturulan bu savunmacı durum işlevseldir; fakat zaman içerisinde Winnicott'un deyişiyle “psikosomatik birliği” bozar. Bozulmuş olan beden ve ruh imajı ilerleyen zamanda örtüşmez ve zihne küçük gelen bir bedeni ortaya çıkarır. İyi ve kötü nesnenin tam olarak bütünleştirilememesi ruhsal ikiliğe yol açar ve benliğin bu zayıflığı ideal benlikle kibirli bir özdeşleşme sağlanır.

Vamık Volkan (2009) narsisistik örgütlenmede ebeveynlerin yas yaşamalarının çocuklarına yansması üzerine özel bir vurgu yapmaktadır. Kendisini gerçekleştiremeyen, yetersizlik hissi olan ebeveynler çocuklarını bu gerçekleştiremedikleri istekler yönünde bir uzantı olarak görebilir. Kendi hayatında aktif rol alamayan, ebeveynlerinin kontrolü altında bulunan ve onların benlik imajlarını sağlama hedefinden başka rolü olmayan

çocuğun kendilik gelişiminde zedelenme gerçekleşir. Böyle bir durumun içinde kalan çocuklarda yatırım, sahte kendiliklere yapılır. Diğer yandan, ebeveynleri tarafından yine kendi benlik tasarımlarını gerçekleştirme fantezisiyle özel olduklarına dair inanç geliştiren bireylerde çelişkili ve değişkenlik doğuran kendilik algıları narsistik karakterin oluşumunda büyük rol oynamaktadır.

Saplanma, bastırmanın temelini oluşturan bir unsurdur. Dürtünün nesne ile kurduğu ilişki bilinçdışına itildikten sonra bastırılması saplanma durumunu ortaya çıkarmaktadır. Bu durumda saplanan ve bilinçdışında kalan dürtüsel durum, bağlantılı durumları da bilinçdışına çekmeye eğilimlidir. Semptomların oluşmasına ait süreçte, bastırılan durum geri geldiğinde dürtüsel durumun sabitlenmiş olduğu nesne ilişkisi de geri gelmektedir. Narsistik karakterin saplanması oral dönemi işaret etmektedir (Kernberg, 1975). Oral dönemde anne ve emme davranışı ile başlayan bağ ve devamında nesne oluşumunun içe atılırken iyi nesne ve kötü nesne olarak ayırt edilemeyerek kendilik ve nesne imajlarının bütünleştirilememiş olmasından kaynaklanmaktadır. Yaratılan boş içsel dünya sebebiyle benliğini olmadığı şekliyle görme eğilimleri artmaktadır. Annenin oral dönemde çocuğun ihtiyaçlarını kendi istediği zaman karşılaması, çocuğun ilk nesnesini içselleştirmesinde sorun yaşaması duygusal düşünsel açıdan bir bütünlük oluşturmamasına neden olur. Genel olarak bakıldığında anne olarak karşımıza çıkan ilk bakım veren soğuktur, reddedicidir veya çocuğu kendi benlik nesnesinin uzantısı olarak kullanır, bir diğer deyişle bakım veren kişi narsistiktir ve narsistik olan kişinin bebeklik narsisizminde saplandığı görüşü öne sürülmektedir (Kernberg, 1970). Yeterince bütünleştirilemeyen üç ana yapıda; ideal benlik, ideal nesne ve gerçek benlik imajının karıştırılması nedeniyle ego süperegoda doğru şekilde ayırt edilememiştir. Yapıların kaynaşması, kişinin hayatındaki dayanılmaz dış gerçeklere karşı bir savunma işlevi görür. Çalışmalarda narsistik bireylerin temel özelliklerinden biri olan zehirli nesne ilişkilerine dikkat çekmiştir. Büyükmecî benliğe bağlanma, çocuğun "ayna görüntüsü" aracılığıyla kazanılan değer duygusunun tatminini deneyimlemesine izin verilmediğinde gelişmektedir (Kernberg, 1970). Bu durumu deneyimleyen birey, hayatının ilerleyen dönemlerinde büyüklüğünü yansıtacak olan benlik nesneleri arama yoluna girmektedir. Patolojinin oluşumunda etkili olabilecek bir diğer ihtimal ise çocuğun birincil narsisizmini anneye yansıtamadığı ve bu idealizasyonu geri alamadığı, bu nedenle de içselleştirilmiş süperegoya dönüştüremediği zaman oluşan idealize edilmiş ebeveyn

imagosunun kalıcılaşması sonucu ortaya çıkar (Kohut,1971). Böyle bir çocuk, yetişkinlikte birleştiremediği benlik tasarımlarını birleştirebileceği idealize edilmiş nesneler arar. Anne ya da bakım veren kişi çocuğun kendisiyle ilgilenmez, bu anlamda kendi doyumunu ve daha önce gerçekleştiremediği kendilik oluşumunu çocuk üzerinden var etmeye çalışmaktadır. Çocuğun ne istediği ya da ne hissettiği önemli değildir. Nesneleri olması gerektiği gibi içselleştiremez, içi boş ve ayırt edilemeyen nesneler tutarsız bir benlik algısı yaratır. Erken içselleştirmenin yetersizliği nedeniyle kendilik deneyiminin gerçekliği algılanamaz ve bu nedenle gerçeği yansıtmayan sahte bir benlik ortaya çıkar (Kohut, 1966).

Ebeveynleri tarafından görülmemiş, yetersiz ve değersiz hissettirilmiş narsisistik karakterin temel duygusu “utanç” tır. Görülmediği, aynalanmadığı için yoğun bir utandırılmışlık yaşar. Yetişkinlikte eleştiriye veya olumsuz değerlendirilmeye tepki olarak duyulan utanç, kişinin çocuklukta ideal bir insan olamayacağını veya istenen standartları ve beklentileri karşılamadığını anladığında hissettiği utanca benzer. Yaptıkları işlerde destek göremediklerinden onay beklerler, onaylanmama korkusu bir diğer önemli duygusudur (McWilliams, 2013).

Narsisizm, erken çocukluk dönemi özelliklerinin yetişkinlikteki adaptasyonlarını andırması açısından da dikkat çekicidir. Örneğin, kırılğan boyutta eleştiri veya olumsuz değerlendirme utancı, kişinin ideal bir insan olamayacağını veya ideal standartlar ve beklentilere göre yaşamadığını anladığı çocuklukta utancına benzer. Aynı şekilde Erikson (1968)’ un psikososyal gelişim evreleri dikkate alındığında, öz-yeterliği kazanamayan çocuklarda utanç ve şüphe duyguları gelişebilir ve çeşitli nedenlerle (yüksek beklentiler, suçlayan anne-baba vb.) benliğin gelişmemesi olasıdır. Onun yerine şişirilmiş bir öz-bilgi vardır. Diğerlerine her zaman bir haset besler ya da başkalarının kendisine hasetle baktığına inanır (McWilliams, 2013).

Narsisist birey, manipüle ettiği kişilerin bulunduğu sosyal ortamlarda daha iyi bir konuma gelme düşüncesini önemserken, çevresinde bulunan insanların azalmasına karşı öfke duygusunu yerleştirir. İnsanların işgale uğraması nedeniyle uzaklaşmış olması ondan rahatsız olmaları nedeniyle geri adım atmış olma durumuna ihtimal vermemektedirler. Onlara göre bu durum ancak kıskançlık ya da onu çekememe durumundan kaynaklanıyor olabilir (Kernberg, 1975). Anne karnından henüz dünyaya gelememiş bir uzantı olarak

hayatlarını sürdürmeye mahkûm olmaları aslında çevrelerindeki insanları da kendilerinin bir uzantısı olarak görerek idealize etme-değersizleştirme arasında bir salınımında tutmaktadır. Narsisizmin genel anlamda ihmalkâr, sınır belirlemede yetersiz, çocuğuna şartlı olarak sevgi veren bakım verici tutumlarından kaynaklandığı öne sürülmektedir. Sınırlarını net şekilde çizemeyen ebeveynler tarafından yetiştirilen bireylerde ilgi yoksunluğu, duygusal ve fiziki uzaklığın da olmasıyla bireyde yalnız olma ve utanç duygusunun oluşması durumu ortaya çıkmaktadır. İlerleyen dönemde ise diğer insanlarla yakın olmak, ilgi duymak/almak gibi isteklerinden utanç hissetmeye başlarlar (McWilliams, 2013).

Benlik idealine karşı utanç duygusunu yerleştiren narsisist bireyde kişiye özgü savunmalar ortaya çıkar. Bunlar; idealize etme, tüm güçlü kontrol, değersizleştirme gibi mekanik savunmalar ve sınırdaki kişiliğin doğasında olan inkârdır (McWilliams, 2009). Savunma mekanizmaları açısından baktığımızda, narsistik kişilerdeki en temel savunma değersizleştirme ve idealizasyondur. Narsisist, var olan bedensel durumu ile zihninde oluşturduğu benlik algısı arasında kendini diğerlerinden üstün görme duyguları yaşar. Bu durumu tersine dışa da yansıtabilir. Örneğin “Fazla tevazu kibirden gelir” sözünde olduğu gibi kendini dünyanın en mütevazı insanı olarak göstermesine rağmen aslında çevresinde mükemmel olan her şeyin bir parçası olduğu düşüncesi var olan idealizasyonu dışa yansıttığını göstermektedir. İlişki içerisinde olduğu bireylerin kendisini her koşulda onaylaması beklentisi ve bu sayede kendini değerli hissetmesi bir narsisistin olmazsa olmazıdır. Bu, tam tersine işlediğinde kendini değersiz hisseder, en tahammül edemediği duygu içselleştirdiği yetersizlik duygusunun yüzeye çıkmasıdır ve böyle durumlarda inkâr savunma mekanizmasını kullanarak değersizlik duygusuna karşı bir savunma gerçekleştirir. Nesneler idealize edilirken bu idealize etme durumu ne kadar çok ise değersizleştirme durumu da o kadar çok olacaktır (Kohut, 1971). İdealize edilen kişi bir süre sonra son derece değersiz bir duruma sokulabilir. Örneğin, terapi alan bir narsisist kişilik öncelikle terapistini idealize ederek onun kendi terapisti olduğu için mükemmel olduğunu ifade eder. Süreç ilerledikçe sağaltımcı, onun yetersiz hissettiği utanç geliştirdiği duyguların tetiklenebileceği sorular yönelttiğinde, kişi tehlikeye karşı savunma olarak başta mükemmel olarak idealize ettiği terapisti bu kez değersizleştirerek bu duygudan kaçınır. Minnet, şükran veya pişmanlık duygularını inkâr edebilirler. Bir başkasından özür dilemek veya bir teşekkür etmek narsistik birey için oldukça zorlayıcı

olmaktadır (Howard, 2019). Örneğin sevgilisi tarafından terk edilen bir narsisist “Zaten çok kötü biriydi, yetersizdi, ben ondan üstünüm...” gibi ifadeler kullanarak bir zamanlar mükemmel olarak idealize ettiği sevgilisini oldukça değersiz bir konuma sokar. Psikanalitik kuramcıların vurguladığı üzere, kendiliği ile nesne imajları arasında tam bir ayrıştırma sağlayamayan bebek, dış gerçekliği de kendi istekleri doğrultusunda oluşmuş yapılar zanneder. Bu durum yetişkinlikte örneğin romantik ilişkide bulunduğu kişiyi kendi güzel gördüğü için öyle olduğu algısında olması gibi dış gerçekliği kendisinden doğan bir durum olarak addetmesi şeklinde ortaya çıkabilmektedir. Bebeklik çağında yetersiz aynalamaya maruz bırakılan bireyler çocukluktan itibaren aynalama doyumuna ulaşmadıkları için idealize ettikleri benliklerini yetişkinlikte de değişen ve gelişen çevresel faktörlerle başa çıkabilmek, onlara uyum sağlayabilmek adına savunma mekanizmalarını kullanmaktadır (Kohut,1971).

Psikanalitik kuram, çocuğun ilk etkileşim içinde olduğu önemli ötekiler (anne, baba, bakım veren kişi) ile oluşturduğu kendilik nesnesine vurgu yapmaktadır. Teşhirci büyüklenmeci ekseninde çocuk kendilik nesnesinin gözünde kendine yönelik bir hayranlık görmeyi bekler. İdealize ebeveyn imagosu ekseninde kendilik nesnesi açısından idealize bir ebeveyn imajı arar. Ebeveynlerinin diğerlerinden akıllı, güçlü, başarılı, güzel vb. olmasını bekler. İkizlik ekseninde ise, gereksinimi arkadaşları, kardeşleri, akranları ile görkemli olmak birlikte başarmaktır. Çocuk ancak bu narsistik gereksinimleri kendilik nesneleri tarafından en uygun şekilde karşılandığı zaman, ilerleyen yıllarda patolojik bir narsisizmden kurtulabilir. Bu gereksinimlerin uygun olarak karşılanmadığı bir yaşam başlangıcı, kendiliği eksik ve zedelenmiş bırakacaktır (Masterson, 2013).

Yapılan araştırmalar ışığında bakıldığında narsisist kişiler, her zaman kibirli görünen, başka insanları hor gören, sürekli kendisi ve başarıları hakkında konuşulmasını isteyen bir tavır içinde olmayabilir. Kendisinden daha güçlü görünen başka insanların yanında duran, kendisinden oldukça az söz edip diğerlerini başrolde tutan, sözde mütevazilik içindeki kişiler de olabilirler (Miller ve ark., 2010). Büyüklenmeci kendiliğin kırılgan yapısı baskın olduğunda narsistik kırılganlığın verdiği kötü histen uzaklaşmak adına toplumdan geri çekilmeler, yeni insanlarla iletişim kurmaktan kaçınma gibi tavırlar içine girebilirler. Bu görünümdeki narsisist kişiler terapide kaçınan kişilik, sosyal kaygılı gibi görülebilmektedir. Bazı durumlarda ise şizoid kişilik yapısında ya da kaçınımlarıyla otizm gösterdikleri şeklinde değerlendirilebilirler.

Büyüklenmecilik bazen çok yüksek düzeydedir ve diğer insanlarla iletişim dahi kurmak bu türden kişiler için aşağılayıcı bir anlam ifade ediyor olabilir (Morf ve Rhodewalt, 2001). Bu anlamda; psikoterapide Kohut (1975), bu kişilerin saplandıkları gelişim sürecinde yapılmamış olanları terapistin yapmasını önermektedir. Örneğin terapist yapacağı ayna veya büyük görme aktarımlarının farkına varıldığında kişinin zihinsel dünyasındaki empati yapmayan, görmezden gelen ebeveyn yerine bütünleştirici bir rol almak gerektiğini ifade etmiştir. Diğer yandan Kernberg (1971), ise terapistin böylesine olumlu ebeveyn rolüne girmesinin kişilerin zaten arayışında olduğu şeyi onlara vermekten öte gidemeyeceğini belirtmektedir. Bunun yerine bu kişilerin olumsuz, yıkıcı taraflarıyla yüzleştirilmesi gerektiğini savunmaktadır. Önceleri hiçbir şekilde tedavi edilemez görülen narsisistik kişilik bozukluğu'nun psikoterapiden fayda görebileceğine yönelik çok sayıda veri bulunmaktadır. Bu açıdan bakıldığında, şema terapi gibi terapi yaklaşımları bu kişilerde yararlı olmakla beraber uyumu da arttırmayı sağlayabilmektedir (Ar, 2014).

Narsisistik karakter örgütlenmesinin nedensel kökenini araştıran en temel iki teorik model bulunmaktadır. Her iki modele de bakıldığında narsisistik karakter özelliklerinin bireyde nasıl gelişim gösterdiği üzerinde durulmuştur. Bu iki model; Heinz Kohut 'un Benlik Psikolojisi Modeli ve Carolyn Morf ve Frederick Rhodewolt (2001) tarafından geliştirilen Sosyal-Bilişsel Kuram'dır. Kohut'un Benlik Psikolojisi Modeli, 1971 yılında çıkardığı "The Analysis of Self" adlı kitabında benlik psikolojisinin bir değişkenini ortaya çıkarmıştır. Narsisistik kişilik örgütlenmesi olan bireylerin kendini üstün görme, sınırsız bir başarı hayalleri kurma hayalleri olduğunu belirtmiştir. Diğer yandan ise bu durumun aşırı kırılğan benlik saygısından ileri geldiğini de öne sürmüştür. Bakım verenler çocuğa saygı, sevgi, empatiyle yaklaştıklarında tutarlı bir benlik algısı oluşur iken soğukluk ise tutarsız bir benlik saygısına neden olabilir. Bunun yanında, çocuğun yeteneklerinin aşırı abartıldığı bir model öne sürer. Sonraki süreçte ise çocuk kendisinde yer alan herhangi bir kusur nedeniyle kendini aşırı utanmış ve kusurlu hissedebilir. Kohut, yetenekleri aşırı abartan ya da soğuk davranan ebeveynlerin çocuklarının narsisistik kişilik örgütlenmesini geliştirebileceklerini belirtmiştir (Kohut, 1971).

Sosyal-Bilişsel Model, Carolyn Morf ve Frederick Rhodewalt (2001) tarafından geliştirilen model iki temel görüşe odaklanmaktadır. İlk olarak, narsisistik bireylerin diğerlerine göre bir parça dahi olsa özel olduklarına dair inançları bulunmaktadır ve

bunun esas nedeni kırılgan bir özsaygıya sahip olmalarıdır. İkincisi ise bu bireylerin diğer kişiler ile yakınlık kurmalarının nedeni arkadaşlık ilişkisi vb. şeylerden daha çok özsaygılarını yüceltmektir. Bu bağlamda, narsisistik bireyler özsaygılarını şişirmek amacıyla yaşadıkları deneyimleri bu büyük hayal içerisine sığdırırlar.

Morf ve Rhodewalt (2004), narsisistik kişilik örgütlenmesi olan bireylerin bilişsel, duygusal ve kişilerarası ilişkilerini incelemeyi amaçlayan bir laboratuvar çalışması gerçekleştirmiştir. Bu bireylerin kendileri ile ilgili muhteşem oldukları algısını değerlendirebilmek adına çeşitli ortamlarda kendilerini nasıl derecelendirdiklerine ilişkin önyargılarını incelemişlerdir. Araştırmacılar, bir çalışmada bireylere bir işte başarılı oldukları (performansları gözetilmeksizin) noktasında geri dönüşte bulunmuştur. Sonrasında ise katılımcılardan neden başarılı olduklarının nedenlerini derecelendirmelerini istemişlerdir. Bu bağlamda, narsisistik kişiler başarılarını şanstan ziyade kendi özel yeteneklerine yorarlardı. Bu araştırma, endişeleriyle ilgili muhteşemlik inançlarını sürdürmek adına yardımcı bilişsel önyargılar ortaya koyduklarını ortaya çıkarmıştır (Morf ve Rhodewalt, 2004).

Bu alanda önemli çalışmalar yürüten bir diğer kuramcı Masterson (2017), ruhsal yapının gelişiminde üç farklı etmenin önemli olduğuna dikkat çekmiştir. Terk depresyonu kuramını geliştirirken kişinin genetik, çevre, kader gibi etmenlerden etkilendiğini ve kuramını daha çok bebeğin 0-3 yaş arasında ebeveyn ile kurduğu ilişkiye bağlamıştır. Narsisistik ve borderline patolojileri açıklarken, 0-3 yaş arası gelişim basamakları temelinde Mahler'in ayrılma-bireyleştirme kuramı önemli bir teorik bir temellendirme oluşturmuştur (Mahler, Pine, & Bergman, 1975). Masterson narsisistik kişilik patolojisi olan kişilerin Mahler'in yaklaşımına göre yeniden yakınlaşma alt evresinden önceki 10-15. aylar arasındaki uygulama alt evresinde durakladıklarını ve borderline kişilik bozukluğundan daha ağır tablolar olduklarını bildirmiştir. Masterson ayrıca borderline kişilik bozukluğunda kullanılan yüzleştirme tekniğinin de narsisistik yapılarda kullanılmasının terapi sürecinin bırakılmasına yol açabileceğini, o nedenle “narsisistik incinebilirliğin aynalanarak yorumlanması”nın gerektiğini öne sürmüştür (Özakkaş, 2012).

1.1.3 Narsisistik Kişilik Örgütlenmesinin Epidemiyolojisi

Narsisistik kişilik bozukluğunun yaşam boyu oranları genel popülasyonda %1, klinik popülasyonda ise %2 ile %16 arasında olduğu tahmin edilmektedir. 2010 yılında yapılan bir inceleme, örneklemelerde %6'ya varan NKB oranlarını ve erkeklerde yıllık yeni tespit edilen NKB vakalarının sayısının kadınlardan biraz daha fazla olduğunu saptamıştır. Yapılan bir diğer araştırmada verilerin toplandığı otuz yıllık dönem boyunca NKB oranlarının erkekler ve kadınlar için nispeten sabit olduğunu ortaya koymuştur. Bu hastalarda sol anterior insulada gri maddede azalma görülmüş, bu azalmanın derecesi kişinin kendisinin tanımladığı duygusal empati ile korelasyon bulunmuştur (Schulze ve ark., 2013).

1.1.4 Narsisistik Kişilik Örgütlenmesinde Ayırıcı Tanı

Narsisistik kişilik örgütlenmesine sahip bireyler kendilerine olduğundan daha fazla değer verip çevrelerinde bulunan insanlardan da aynı oranda değer görmeyi bekler. Takdir ve beğeni görmeye ilişkin bu istek fazlalığı ve empati kurmada yaşanan yoksunluk narsisistik kişilik örgütlenmesinin öne çıkan en önemli ayırıcı noktalarından biridir. Karşılaşılan olumsuz durum ve olaylara tahammülsüzlük, gerek olmamasına rağmen diğerlerine göre kendisine ayrıcalık sağlanması gibi hak talepleri yoğun olarak ortaya çıkmaktadır (Hyman, 1989).

Bireylerin günlük yaşamlarında bazı zamanlar narsisistik savunmalara başvurmaları veya narsisizm temelinde yorumlanamayacak sıkıntılar yaşamaları, kişilerin narsisistik karakter örgütlenmesine sahip olduğunu göstermeyebilir (McWilliams, 2013). Ayrıca Kernberg (1975), narsisizmi kendilik nesnesi patolojik durumda olan bireyler için kullanılabileceğini savunmaktadır. Narsisizmin açıkça patolojik kendilik nesnesi ilişkileri olan insanlar için kullanılması gerektiğini öne sürer.

Ronningstam (2010), “Compendium of Narcissism” isimli çalışmasında narsisizm ve öteki karakter örgütlenmeleri arasında bulunan benzerlikleri ortaya koymaktadır. Çalışmalar incelendiğinde, tenkit ve öfke duyarlılığı bakımından narsisizm sınır; grandiyöz düşlemeler bakımından antisosyal davranışlar, dışavurum, dramatize etme ve baştan çıkarmak bakımından performatif davranış; mükemmeliyetçilik ve duygusal mesafe kişilik açısından obsesif-kompulsif ile benzerdir.

Narsisistler, sosyopatik eğilimleri olan insanlara benzerler; ancak süperegounun işleyişi, narsisistlerle sosyopatlar arasındaki farkı belirlemede önemli bir faktördür. Antisosyal kişilik örgütlenmesinde ileri düzeyde bir süpereo patolojisi ve narsisist yapı vardır (Kernberg, 1975). Narsisist ve borderline kişilik gruplarının kullandıkları savunma mekanizmalarındaki ortak yönler göz önüne alındığında, benzer bir görünüme sahiptirler. Dissosiyasyon, inkâr, yansıtma, özdeşim, tüm gücü ve ilksel idealleştirme, narsistik kişilik örgütlenmesi gibi ortak savunma mekanizmalarının varlığının yanı sıra; borderline kişilik örgütlenmesinin varlığı ve sosyal ilişkilerdeki işlevi, iyi dürtü kontrolü ve yeteneği ile farklılık gösterir (Kernberg, 1975).

Narsisist kişi, erken yaşlarda annesiyle yaşadığı onarılamaz kırıklar ve yıpranmalardan sonra, tüm yatırımını kendisine yatırmayı tercih eder. Kendisi ve bakıcıları arasındaki eksik noktayı inkâr ederek, kendi kendine yeterlilik dünyasına çekilir. Bu durumda dış dünyadan başka bir şeye ihtiyacı yoktur. Tartışmalı olarak, bu, borderline kişilik gruplarından en temel farklılıklardan biridir. Sınırdaki kişilik gruplarına sahip kişiler birbirlerine ihtiyaç duyarken, narsisist kişiler bunu reddederler (Ozan ve ark., 2008).

Kernberg ve Yeomans (2015) incelemelerinde, narsist ve borderline kişilik gruplarına sahip insanlar arasındaki temel farklılıklardan birinin iç dünyalarının ifadesi olduğuna dikkat çekmiştir. Narsistik kişilik grubuna sahip insanlar, eksikliklerini başkalarıyla paylaşmaktansa üzerinde çalışmaya daha istekliken, borderline kişilik grubuna sahip insanlar genellikle sorunlarını başkalarıyla paylaşırlar.

Bazı durumlarda narsisistler, sınırdaki kişilik gruplarına sahip kişilere benzer dürtüsellik, işte ve özel yaşamlarında kişilerarası sorunlar ve kendine zarar verme davranışı gibi belirtiler gösterebilirler. Kernberg ve Yeomans (2015), bu iki kişilik organizasyonunun ayırıcı tanısında yardımcı olacak üç belirgin özellikten bahsetmektedir. Birincisi, narsisist insanlar bağımlılık modelini kabul edemezler. Sınırdakilerin aksine, narsistler, sömürücü ilişkileri dışında, yakın ve bağımlı ilişkiler kurmakta güçlük çekerler. İkinci büyük fark, narsisist insanların kendilerini engellenmiş ve başarısız hissettiklerinde şiddetli depresyon göstermeleridir. Ötekileştirilmiş kişilerde de benzer etkileri görmek mümkünken, narsisist kişilik özelliklerine sahip kişiler, terapistleri dâhil çevrelerindeki kişileri değersizleştirir, onlara aşağılayıcı ve aşağılayıcı davranır.

Son olarak, Kernberg ve Yeomans (2015) için üçüncü temel fark, yakınlık ile ilgilidir. Narsisistler yalnız olmayı tercih ederken, sınırdan olanlar çatışma olduğunda bile yakınlık kurmaktan çekinmezler.

Narsisistin kendisiyle ilgili kaygısı bazen bedeniyle ilgili kaygıya dönüşebilir. Böyle bir durumda fiziksel sağlıkları hakkında endişelenmeye ve ölüm korkularından bahsetmeye başlarlar (McWilliams, 2013). Aynı zamanda obsesif süreçler ve narsisistik kişilik örgütlenmesinin ortak noktalarına rağmen, OKB hastalarının ilişkilerinde inatçılık, güçlü bir onaylamama ve soğukluk, yakınlık ve derinlik göze çarpar. Ancak bir narsisistin ilişkilerinin derinliğinden bahsetmek zordur (Kernberg, 1975).

1.1.5 Narsisizmin Diğer Değişkenlerle İlişkisi

Savunma mekanizmaları, insanların kendilerini rahatsız eden olaylardan, davranışlardan ya da düşüncelerden korumak için kullandıkları psikolojik hamlelerdir. Bireye acı veren, sıkıntı yaşatan, kaygıya sebep olan duygu, düşünce ve davranışların yarattığı rahatsızlık hissini yok etmek için ya da azaltmak için gerçeğin bilinçsizce saptırılması olarak tanımlanabilir (Clark, 1992).

Savunma mekanizmaları, endişe, suçlu hissetme, utanç, keder, aşağılanmış hissetme ve pişmanlık gibi olumsuzluk yaratan hisleri bir parça katlanılabilir duruma getirmeye yardımcı olurken, planlı bir seçimden ziyade algılanan bir tehdide karşı ortaya koyulan bilinçdışı otomatik bir yanıttır, bu bağlamda bireyin farkındalığının dışında gerçekleşir (Dorpat, 1987). Savunma mekanizmalarının amacı kuvvetli ve tehditkâr bir duyguyu deneyimlemekten kaçmak ve bu hissi kontrol ederek benlik saygısını korumaktır. Kişinin sahip olduğu mizaç, çocukluğunda yaşadığı rahatsızlıklar, ebeveynler, çevre ve kullanılan savunma stratejisinden alınan sonuç savunma mekanizması şekillendirmektedir öte yandan bireylerin hangi savunma mekanizmasını kullanacağı tehlikenin türüne göre de değişmektedir (Cramer, 1992; Vaillant, 1992).

Narsisizm, bireyin kendi fiziksel ve psikolojik benliğine geliştirdiği hayran olma ve bağ hissetme durumu olarak tanımlanmaktadır (Seward, 2007). Literatür incelendiğinde bazı kuramcılar narsisizmin net çizgileri olmayan, ihmalkâr, çocuğa karşı sevgisini koşullu olarak veren ebeveyn tutumlarında ortaya çıktığını öne sürmektedir. Freud (1957), narsisizmin libidosal gücün bireyin benliğine doğru aktarılması yoluyla ortaya çıktığını savunur. Ona göre narsisizm, cinsel gelişimin de bir basamağı niteliğindedir. Kernberg

narsisizmi, aynı zamanda bir savunma mekanizması gibi de nitelemektedir. Çocuğun 36 aylık olana kadar anne ve/veya babası ya da bakım vereni tarafından bırakılacağına ya da onları bir şekilde kaybedeceğine dair taşıdığı kaygıyı yatıştırmak için geliştirdiği, tehdit altında hissettiği durumu ya da nesneyi koruma altına alması olarak açıklamaktadır.

Benlik kavramının öne çıktığı narsisizmde kişi, diğer insanlar tarafından takdir edilmek hayranlık uyandırmak ister ve bundan zevk alır (Campbell ve Foster, 2007). Diğer yandan, işine yarayan biri ile karşılaşana kadar duygularını bastırmak için bir dizi savunma mekanizması kullanır. En eski savunma mekanizmaları arasında olan inkâr, çarpıtma, yansıtma gibi narsisistik savunmalar dışında değersizleştirme, idealizasyon, mantıksallaştırma gibi savunma biçimleri de narsisistik kişinin başvurduğu savunma biçimleri arasında yer alır (Bilgin, 2007). Narsisistik özelliklerin temelinde, erken dönemde gerçek benliği ile ilgilenilmemiş, istekleri ve duyguları görmezden gelinmiş, anne ve/veya babasının narsisizmini beslemek üzere narsisistik uzantı olarak kalmış, kendisinin mutlu olup olmamasıyla değil, başarılı olup olunmamasıyla ilgilenilmiş bir çocukluk yaşantısı görülmektedir. Bireylerin yaşamın ilerlemiş yıllarında ilkel düzenekleri kullanmayı sürdürmeleri, onların gelişmekte sınırlı kalmış ve kusur içeren ego temeline atıfta bulunmaktadır (Masterson, 2009; Mc. Williams, 2010). Araştırmalara göre narsisistik karakter örgütlenmesi gösteren bireyler kendilerine ve sosyal çevrelerinde bulunan insanların deneyimlediği hisleri anlamak ve empati kurmakta güçlük çekerler (Svrakic, 1985; Fan ve ark., 2011).

Narsisistik kişilik özellikleri taşıyan bireyler, utanma ve kırgınlık hissini oldukça sık deneyimlemekle beraber bu duyguları yansıtmak noktasında zorluk yaşarlar ve uyumlu olmayan düzeyde saldırganca tutum gösterebilirler (Çayırılı, 2017). Tehdit altında hisseden narsisistik kişi, zaman zaman duygularını düzenleyemez. Literatüre bakıldığında; güvensiz bağlanma boyutlarının yanı sıra, narsisistik özellikler taşıyan bireylerin ilişkilerde sorunlu unsurlarından birinin de duygu düzenleme konusundaki güçlükler olduğuna dikkat çekilmiştir (Elibol ve Tok, 2019). Savunma mekanizmaları ile narsisistik özellikler taşıma ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişki üzerine sınırlı sayıda çalışmaya ulaşılmıştır. Bu bağlamda genç erişkin bireylerde savunma mekanizmalarının narsisistik kişilik özelliklerinin ve duygu düzenleme güçlüğüne yordayıcısı olup olmadığı noktasında bir araştırma yapmak alanyazına katkı sağlamak açısından önemli olarak görülmüştür.

1.2 Savunma Mekanizmaları Tarihçe

Birçok kişi, yaşamlarının herhangi bir döneminde zorlayıcı deneyimler, olumsuz bazı hisler ve bu durumların yarattığı kaygılar ile karşı karşıya kalabilmektedir. Bu olumsuz duygu ve yaşantılar ile baş etmek, duyguları düzenleyebilmek adına bireylerin bilinçli ya da bilinçdışı düzeyde geliştirdiği çeşitli mekanizmalar ortaya çıkmaktadır. Savunma mekanizmaları, bilinç düzeyinde bulunan, kişinin kabul etmesi zor ve kaygıya sebep olan dürtüsel arzularının bilincin dışında tutularak kabul edilebilir başka durumlara yönlendirilmesi görevini üstlenmektedir (Gabbard, 2011).

“Savunma” kavramı ilk olarak Freud’un “Savunma Psikonevrozları” isimli incelemesinde karşımıza çıkmaktadır (Conte,1995). Bu çalışmasında Freud (1894), kavramı kişinin hoş karşılamadığı veya dayanılamayacak durumdaki hayal veya duygulanımlarına karşı benliğin sergilediği karşı koyma durumu şeklinde açıklamıştır. Savunma olgusunu başta histerik nevroz adı altında inceleyerek psikopatolojik bir kavram olarak nitelendirse de daha sonra ruhsal mekanizmalar olarak değerlendirerek bireylerin genel zihinsel süreçleri olduğunu ileri sürmüştür. Daha sonrasında ise bastırma kavramını, savunma kavramı yerine kullanmıştır. 1926’da “İnhibisyonlar, Semptomlar ve Anksiyete” adındaki araştırmasında o zamana dek açıklamış olduğu tanımlamalarda değişikliğe giderek savunma terimini nevroza doğru giden bir tablo riski bulunan bütün çatışmalar için geliştirilen bir düzenek olduğunu ileri sürmüştür. Çeşitli makalelerinde yüceltme ve karşıt tepki oluşturma, içe atma, özdeşim, yansıtma, yapma-bozma ve yalıtma gibi baş etme düzeneklerinden bahsetmiştir (Akt: Quinodoz, 2016).

Freud (1923)’ un yapısal kişilik kuramında ilkel benlik olarak nitelendirdiği id, çeşitli dürtüler içermektedir. Zaman içerisinde benlik gelişimiyle ortaya çıkan bazı dürtüler yeteri kadar doyurulmamaya başlamaktadır. Bu dürtüsel istekler birincil süreç olarak nitelendirilir. Birincil süreçler, benlik ve üstbenlik olarak adlandırılan yapısal kişilik modelinin diğer unsurlarına tabi olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu noktada, ikinci aşamada benlik; id yönünden gelen dürtüleri doyurma isteği durumunda süperegounun da isteklerini önemseyerek çeşitli savunmalara gereksinim duymaktadır. Yaşam süresince benlik; ilkel benlikten gelen kimi istekleri karşılamakta zorlanmaktadır. Bu durumu açıklayan bir diğer önemli kuramcı Anna Freud ’tur. “Ego ve Savunma Mekanizmaları” adlı kitabında ele alan Anna Freud, bu savunmaları ilkel benlik, üstbenlik ya da çevreden

gelen ve bireyde endişe yaratan durum/olaylara karşı koruma görevi üstlenen ego etkinliği olarak nitelendirmektedir. İçgüdüsel isteklerin yükselmesi benliği güç bir duruma sokmakta ve savunmaları daha çok kullanmaya itmektedir (Freud, 1937; Freud, 1965). Deneyimlenen kaygı, suçluluk hissi ve utanma durumları bu mekanizmalar ile baş edilir seviyede tutulmaktadır (Vaillant, 1994). Anna Freud; çalışmasında birbirinden farklı on savunmadan bahsetmiş, söz konusu mekanizmaların genellikle bir arada kullanıldığını ifade etmiştir. Ayrıca, mevcut çalışmasında egonun hangi savunmayı nasıl seçtiği konusuna da cevap arandığı; ancak bu soruya kesin bir cevap verilemeyeceği görüşünü benimsemiştir (Freud, 1937).

Bir diğer yandan, nesne ilişkileri kuramcıları savunma mekanizmaları konusunda farklı görüşler ortaya koymuştur. Onlara göre bireyler, bağlanma ve ayrılma nesnelere ilişkin geliştirdikleri keder duygularına karşın savunma düzeneklerini kullanmaktadır. Kendilik psikologları ise bireylerin benlik algılarındaki güçlü, olumlu ve tutarlı olma hissinin devamlılığı için savunma düzeneklerini kullandıkları görüşünü ileri sürmüştür (Kernberg, 2004).

Psikanalitik teorisyenler, her bireyin tercih ettiği bazı savunmalar olduğundan bahsetmiştir. Bu savunma düzeneklerinin kullanımının; bireyin karakter yapısı, çocuklukta yaşadığı sorunların niteliği, çocuğun model aldığı bireylerin aktarmış olduğu stratejiler ve kullanılmış olan savunmaların getirdiği durumlar şeklinde dört faktörün etkileşim olayı sonucu gerçekleştiği görüşünü ortaya koymuşlardır (Kernberg, 1975). Ayrıca Vaillant (2010) savunma mekanizmalarını bireylerin yaşadıkları olay ya da durumlardaki bilişsel çelişkileri azaltarak iç ve dış dünyadaki farklılıklardaki tutarsızlıkları dengelemek adına kullandıklarını ifade etmiştir.

Savunma düzeneklerinin Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM) de ilk defa yer alması DSM-III' ün yenilenmiş haline savunma mekanizmaları sözlüğü dâhil edilmesiyle oluşmuştur. Daha sonra, Savunmacı Kötümserlik Ölçeği (DFS) şeklinde adlandırılan ölçeğin DSM-IV'e eklendiği görülmüştür. Diğer yandan, Amerikan Psikiyatri Derneği, bu savunmaları kişiyi iç ve dış dünyada meydana gelen olay ya da durumları fark etmeye ve kaygıya ilişkin koruma görevi üstlenen otomatik ruhsal bir süreç şeklinde tanımlamıştır.

1.2.1 Savunma Mekanizmalarının Genel Özellikleri

Kişide hoşnutsuzluk yaratan endişe, suçlu olma hissi, aşağılanmışlık, keder, utanma gibi hisleri baş edilebilir hale getirerek bireylerin iç ve dış dünya arasında yaşanan çatışmalarını dengeleme görevini üstlenen bilinçdışı düzeneklere savunma mekanizmaları denilmektedir (Vaillant, 1971). Bu olay bilinç düzeyinde olmayan kendiliğinden oluşan, bireylerin kontrolü harici meydana gelmektedir (Dorpat, 1987). Problemi ya da olumsuz duygulanımı ortaya çıkaran asıl kaynak ile ilgilenmek yerine sürekli olarak savunma mekanizmalardan yararlanmak zaman içerisinde çeşitli psikopatolojileri ortaya çıkarabilmektedir.

Başlangıçta dokuz adet mekanizma açıklanmıştır. Bu savunmalar; gerileme, tepki oluşturma, yapıp bozma, yansıtma, içe yansıtma, yalıtma, kendine yöneltme ve karşıtına geri çevirmedi. Anna Freud yüceltme, karşıdakiyle özdeşleşim ve özgeciliği de dâhil etmiş, sayı on ikiye yükselmiştir (Freud, 2004). Daha sonraki dönemlerde savunma düzeneklerine karşı araştırmalar çoğalmış, farklı teorisyenlerin katkıları ile bu sayı otuz bire ulaşmıştır. Laplanche ve Pontalis (1988)'e göre psikoseksüel evrelerde deneyimlenen durumlar hangi savunmanın daha çok kullanıldığına dair ipucu vermektedir (Aktan, 2009). Kişiler tarafından kullanım durumunda olan savunmaların olgunluğu bireyin psikolojik işlev durumuyla ilişkili olmakla birlikte kişilik örgütlenmesi üzerinde de belirleyicidir. İnkâr, idealize etme ve yansıtma savunma mekanizmaları esas alınmak üzere yapılmış bir araştırma sonucunda; erken yaşlarda idealize etme düzeneğine az rastlanırken ilerleyen yaşlarda daha çok kullanıldığı ortaya konmuştur. İnkâr ise erken dönemde sıkça kullanılırken ilerleyen zamanlarda kullanımı azalmaktadır (Larsen ve ark., 2015).

1.2.2 Savunma Mekanizmaları ve Psikopatoloji

Benlik kavramı, bireylerin alt benliklerinin ortaya çıkardığı dürtüsel istekleri karşılaması noktasında üst benlik ile bir denge mekanizması işlevi edinir (Freud, 2011). Bu bağlamda, kişilerin günlük yaşantılarında karşılaştıkları çeşitli olumsuz durum ve duyguları kabul etmeyip bilinçdışına itmeleri bunun sonucunda ise kaygı yaşamaları muhtemeldir. Savunma mekanizmaları, bireyin yaşadığı bu kaygı durumunu azaltmak noktasında önemli bir görev üstlenir, kişinin id ve/veya üstbenliğinden kaynaklanan tehlike içeren duruma ya da iç dengenin sarsılabileceği bir tehlikeye yönelik korunma biçimlerini işaret etmektedir (APA, 1994). Fakat savunmaların yüksek düzeyde kullanılıyor olması veya

olgun olmayan savunma düzeneklerinin kullanılması psikolojik hastalıkları çağrıştırabilir (Vaillant, 2011). Bu durumda, benliğe faydalı ve işlevselleşmiş savunmaların düzeyi, kullanılma yöntemi biçimlendikçe benliğe zararlı yani patolojik bir şekle bürünmektedir. Baş etme düzeneklerinin kullanım durumu arttıkça DSM’de bulunan tanılar ortaya çıkmaktadır (APA, 2014).

Freud (2004)’ a göre savunma düzenekleri, kişinin iç dünyada yaşadığı güçlüklerle baş etmeyi ve dışsal dünyadaki gerçeklere uyumu kolay hale getirmektedir. Bu sebeple, savunmalar ne yalnız başına patolojilerle ne de iyi oluş ile bağlantılıdır. Çeşitli psikopatolojileri açıklarken ruhsal işleyişe dair önemli bir ipucu veren savunma düzenekleri teorisyenler için inceleme konusu olmuştur. Bu noktada Anna Freud (1936), savunma mekanizmalarının kullanımının patolojilerle ilişkili olabileceğini belirtmiştir. Otto F. Kernberg (1967), sınır karakter yapısı modeli öne sürmüştür. Model, egonun nesne ilişkilerine dayanmaktadır. Sınır karakter yapılanmasının bebeğin iyi ve kötü zihinsel imajları bir arada kullanamadığında ortaya çıktığı görüşünü savunur. Kernberg (1975), immatür savunmaların kullanılışını bu karakter yapılanmasının temeli şeklinde görmektedir. İmmatür düzenekler; yansıtma, inkâr, ayrışma veya bölmedir ve sınırda savunma mekanizmaları olarak açıklanmaktadır. Nevrotik bozukluklar ile borderline işleyişi birbirinden ayıran temel nokta kullanılan savunma mekanizmalarıdır. Gerçeği değerlendirme yetisini kaybeden borderline kişilik organizasyonu ilkel, gerçeği değerlendirme yetisi henüz kaybolmamış nevrotikler ise ona göre olgun savunma mekanizmalarını kullanmaktadır (Kernberg, 1975). Öte yandan Vaillant (2011)’ a göre kişinin immatür savunmalarının nedenini incelerken ilkel dürtülerden daha çok bağlanma ve ilişkilerine odaklanmak gerekir. Kişilik yapılanmalarına ilişkin bazı görüşler bulunmaktadır. Örneğin psikanalitik teorisyenler bazı kişilik yapılanmaları ile bazı savunma düzeneklerinin ilişkili olduğunu öne sürmektedir. Bu açıdan bakıldığında; yansıtma ve otistik fantezi daha çok paranoid, şizoid ve şizotipal; eyleme dökme, bölme, idealizasyon, değersizleştirme ve dissosiasyon antisosyal, narsisistik, borderline ve histriyonik; son olarak pasif saldırganlık ve bedenselleştirme ise genellikle kaçınan, bağımlı ve obsesif-kompulsif karakterlerde sıkça kullanılan savunmalardır (McWilliams, 2013; Erol Soy, 2015).

Savunma mekanizmaları ile ilgili son yapılan araştırmalardan en dikkat çekenlerden biri 2015 yılında Larsen ve arkadaşları tarafından yapılan çalışmadır. Araştırmaya göre, matür

savunmalar ile patolojiler yaşanması arasında negatif korelasyon mevcutken immatür savunmalar ile patolojik semptomlar arasında pozitif korelasyon olduğu saptanmıştır.

1.2.3 Savunma Mekanizmalarının Sınıflandırılması

Savunma mekanizmaları, çeşitli teorisyenler tarafından ortaya çıktığı süreçten bugüne sınıflandırılmıştır. Bu sınıflandırma işleminin, gelişimsel dönemler veya bireylerin işlevsellik düzeylerini etkileme düzeyi bakımından yapıldığı görülmektedir. Araştırmaların nicel nitelikte olanlarının az olması nedeniyle akademik temelde daha çok psikopatolojiler ile ilişkilendirilerek sınıflandırılmıştır. Savunma düzeneklerinin kümelere ayrılmasına yönelik ilk çalışmalar 1940'lı yıllara dayanmaktadır.

Farklı kuramcılar, savunma mekanizmalarını bakış açılarına göre kümelere ayırmıştır. Anna Freud (1936), bireylerin yaşamlarına uyum sağlamayı kolaylaştıran savunma düzenekleri ve patolojik olan düzenekler olmak üzere ikiye ayırmıştır. Vaillant (2009) kişinin benlik gelişimi ile kişinin kullandığı savunma mekanizması arasında bir ilişki olduğunu savunmuştur. Bu görüş temelinde mekanizmaları dört ana kümeye ayırmıştır. Bunlar; psikotik, olgunlaşmamış, nevrotik ve olgun savunmalardır.

Kernberg (1971), savunma mekanizmalarını 'bölünme' mekanizması temelinde ele almıştır. Kişilik örgütlenmelerini özellikle borderline kişilik örgütlenmesini inceleyerek diğer mekanizmaların bölünme mekanizması ekseninde şekillendiğini savunmuştur.

Savunma mekanizmalarının gelişim süreçlerine dair en önemli araştırmalardan biri Cramer (1987) e aittir. Bu araştırmada immatür savunmalardan matür düzeneklere kayan bir ivme olduğu, gelişim dönemlerinde başvuru alan düzeneklerin değişime uğrayabildiği saptanmıştır. Mekanizmaların ilkel ve olgun olarak ayrılmasında ise yaş unsurunu önemli bir faktör olarak öne sürmektedir. Örneğin, erken yaşlarda kullanılan inkâr mekanizması olağan, ileri yaşlarda kullanılan ise ilkel olarak nitelendirilmektedir. Bir diğer yandan bu görüşe destekleyici olarak kişinin hangi savunmayı daha sık kullanacağını belirlenmesinde etkileşimde bulunan dört farklı unsurdan bahseden bir çalışma bulunmaktadır. Unsurlardan ilki; bireyin kişisel karakter yapısıdır. Kişinin doğumla gelen, kalıtsal olarak geçen doğası ile ilintilidir. İkinci unsur, çocukluk döneminde yaşanan travmatik olayların tip ve özellikleridir. Üçüncü etkin unsur, çocuğun çevresinde bulunan kişilerin çocuğa öğretileridir. Dördüncü unsur ise başvuru alan savunmaların ortaya çıkardığı pekiştirici sonuçlardır. İlkel ya da birincil savunmalar, çoğunlukla benlik ve

dışsal süreçler arasında ilişki ve çizgiler konusunda iken, ikincil savunmalar genellikle id, ego ve süperego arasında yer almaktadır (McWilliams ,2013).

McWilliams (2013)' a göre savunmaların immatür olarak adlandırılması için iki ölçüt mevcut olmalıdır. Bu ölçütler; kendilik ve nesne imajlarının ayrıştırılamadığı ve gerçeklik algısına erişilemediği döneme dair olmalarıdır.

1.2.3.1 İmmatür (Olgunlaşmamış) Savunma Mekanizmaları

İlkel savunma mekanizmaları, genellikle yaşamın ilk yıllarında, kişinin iç ve dış kaynakların yarattığı kaygı durumlarıyla baş etmek için kullanılmaktadır. Önemli psikolojik bozukluklarda da sıklıkla rastlanmaktadır.

İlkel mekanizmalar olan savunma mekanizmaları; yansıtma, pasif saldırgan tutum, dışavurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, inkâr, yer değiştirme, dissosiyasyon, bölme, rasyonalizasyon ve bedenselleştirme.

İnkâr: Kişinin hayatında zor olarak nitelendirdiği, anksiyete yaratan, tehlike olarak nitelendirdiği olay veya durumun inkâr edilerek yok sayılması, görmezden gelinmesidir. İnkâr mekanizması çoğunlukla dış gerçeklikten kaynaklanan durumlar ile baş etmede kullanılır iken, bastırma mekanizması içsel süreçlere dayanmaktadır (McWilliams, 2013).

Bedenselleştirme: Baskı altında tutulan ve dışa vurulamayan çeşitli dürtülerin ruhsal semptomlar yerine fiziksel problemler olarak ortaya çıkmasıdır. Somatizasyon terimi, histerik hastaların konversif semptomlarından yola çıkılarak ilk kez Wilhelm Stekel tarafından 1921 yılında tanımlanmıştır.

Bölme: Benlik oluşumundan itibaren kendilik algısında yer alan nesne, benlik, öteki deneyimler gibi faktörlerin bütünleştirilemeyerek iyi ve kötü olarak keskin sınırlar ile ayrılması ve bunların birbirlerinden yalıtılması durumudur. Nesne ilişkileri kuramcılarında Melanie Klein, bebeğin benliğinin iyi ve kötüyü aynı anda içermeyerek iki ayrı kutup olarak ayrılmasından söz etmektedir. İlerleyen dönemde bu durum bebekte ikircikli bir duygu durumuna neden olmaktadır (Klein, 1946).

Yansıtma: Kişinin benliğine dair düşündüğü, hissettiği hoşnutsuzluk yaratan duygu ve düşünceleri kendisinden uzaklaştırmak amacıyla bir başkasına yöneltmesi durumudur. Bu savunma mekanizması kullanılırken kişi, kendisinde yer alan tüm başarısızlıkları, yetersiz durum veya duyguları karşısındakine mal eder. Başka bir deyişle, bu durumda olan

kendisi değil de başkasıymış gibi düşünmektedir. Kendi ve diğeri arasında sınır belirsizleşebilir, iç dünyada olan, dış dünyadan kaynaklanıyor şeklinde görülür (McWilliams, 2013).

Yalıtma: Düşünce ve/veya duyguya dair yaşantıların ayırt edilmesi durumudur. İç ya da dış dünyaya ait süreçlerden kaynaklanmış deneyimlerde duygular yalıtılınca düşünceye dair nitelikler öne geçerek duyguların baskılanmasına neden olabilmektedir. Örneğin, ani bir ölümle karşılaşan bir kişi durumun farkında değilmiş gibi davranabilir ve acısını göstermeyebilir. Yalıtımda zorlayıcı yaşantı inkâr edilmez, yalnızca yaşantının duygusal karşılığı ile olan bağlantı koparılmıştır (McWilliams, 2013).

Değersizleştirme: Genel anlamda bölme ve idealize etme düzenekleri ile bir arada görülen değersizleştirmede, bölme ile ayrılan iyi ve kötünün idealize etme-değersizleştirme olmak üzere salınımı mevcuttur. İyi olarak nitelendirilen yaşantı ideal niteliğe getirilirken kötü bulunan ise değersiz hale getirilir bu sayede iyi ve kötü birbirinden ayrı tutulur (Taşkent, 2010).

Gerileme: Kişide baskı, stres, zorlanma yaratan durum ya da olaylarda kişinin içinde bulunduğu ruhsal gelişim düzeyinden bir önceki düzeye gerilemesidir (McWilliams, 2013).

Dışa Vurma: Bireyin yaşantıladığı gerilim yaratan durumu kontrol altına alamayarak kontrolsüz dışa vurumudur (McWilliams, 2013).

Otistik Fantezi: Bireyin yaşantısında hoşnutsuzluğa neden olan olay veya durumun kısa süreliğine zihinden uzaklaştırılması adına kurulan gerçekdışı fantezilerdir. Örneğin, arkadaşlarına göre zayıf ve güçsüz olan bir çocuk kendisini içsel dünyasında kendisini tüm zorluklarla savaşı bir kahraman olarak düşünselleştirir. Bu şekilde, içsel fantezide dışsal gerçeklikte tatmin edemediği isteklerini tatmin etmiş olur (McWilliams, 2013).

Pasif Saldırganlık: Olumsuz ve yıkıcı duyguları dolaylı ve sözel olmayan yollar ile ifade etmektir. Genellikle olumsuz davranışlarla ortaya çıksa da intikam almaya yönelik davranışlar, başkaları hakkında arkalarından konuşmak pasif agresyona örnek verilebilir. İşlerin daha yavaş ilerlemesine neden olmak, kasten sakarlıklar, erteleme davranışı biçimlerinde de görülebilmektedir (Taşkent, 2010).

Rasyonalizasyon: İstenmeyen durumların bilişsel çarpıtmalar ile mantıksal bir temele oturtulmasıdır. Zaman zaman işlevsel olabilmekle beraber her şeyin akılcılaştırılması gerçekten uzaklaşmaya neden olabilmektedir. Bir örnek ile açıklamak gerekirse, alkol kullanan bir bireyin bunun nedenleri arasında stresli bir yaşamının olmasını öne sürmesi mantığa bürümedir (McWilliams, 2013).

Yer Değiştirme: Dürtünün ya da bir fikrin başka bir amaca yönlendirilmesidir. Örneğin iş yerinde patronuyla sorunlar yaşayan bir birey bu öfkesini eve gelince eşine yöneltebilir (McWilliams, 2013).

Dissosiyasyon: Sıkıntı yaratan duygulardan kaçınmak adına kişinin anlık olarak gerçeklikten kopması durumudur. İstismar ya da daha ciddi tablolarda, dissosiyasyon bireyin birden çok benliğe sahip olduğunu hissetmesine sebep olmaktadır (McWilliams, 2013).

1.2.3.2 Nevrotik Savunma Mekanizmaları

Kişiyi, kaygı ve stres yaratan durum ve duygulardan korumak adına kullanılan savunma düzenekleridir. İmmatür savunmalara göre bilişsel çarpıtmaları daha az kullanmaktadır.

Nevrotik savunma mekanizmaları; yapma-bozma, psödo-altruizm, idealleştirme ve karşıt tepki geliştirme (reaksiyon formasyon)'dır.

Yapma- bozma: Kişi önce bir eylemde bulunur daha sonra ise yapmış olduğu eylemi bozma eylemine yönelir. Bu yol ile hem istenmeyen düşünceleri engeller hem de dürtüsel ve karşı koyma arzusunu tatmin etmiş olur (Freud, 2011).

İdealleştirme: Bireyin kendisi ya da diğerlerine aşırı şekilde olumlu nitelikler atfetmesi olarak tanımlanmaktadır. İdealleştirilmiş nesneye dair tutarsız fikirlerin bilinç düzeyinden uzak durmasına imkân sağlamaktadır (Freud, 2011).

Karşıt Tepki Geliştirme: Egonun kabul edemeyeceği türdeki dürtü ve ihtiyaçların zıt haline dönüştürülme durumudur (Tükel, 2011)

Sahte iyilik (psödo altruizm): Kişinin kendi ihtiyaçlarını, dürtülerini başkaları üzerinden karşılamasıdır. Başkalarına iyi davranmasının sebebi aslında kendi dürtüleri ile ilgilidir (Freud, 2011).

1.2.3.3 Olgun Savunma Mekanizmaları

İlkel ve nevrotik savunma mekanizmalarında olan gerçeği bilişsel çarpıtma çok daha az bulunmaktadır. Bu savunmalar üst düzey savunmalar olarak nitelendirilmektedir. Yaşantıda meydana gelen istenmeyen durum ya da duyguların etkisini azaltmak adına geliştirilmektedir. Uyuma yönelik davranışları arttırması nedeni ile fiziksel ve ruhsal anlamda sağlıklı kişilerin bu mekanizmaları kullandığı ifade edilebilir.

Olgun savunma mekanizmaları; mizah, baskılama, beklenti ve yüceltmedir.

Mizah: Kişide gerginlik ve stres yaratan, baş edilmesi zor durumları kişisel duygularını dâhil etmeksizin mizahi, abartılı ifadelerle ortaya konmasıdır (Tükel,2011).

Baskılama: Hoşnutsuzluk uyandıran duygu ve düşüncelerin bilinçli şekilde bilinç dışına itilmesidir. Anna Freud bu durumu “güdülenmiş unutma” olarak adlandırmaktadır (Tükel,2011).

Beklenti: İlerleyen zamanlarda kişinin hayatında oluşabilecek olumsuz ya da rahatsızlık yaratabilecek durumları önceden planlayıp beklenti içine girmesi durumudur (Tükel,2011).

Yüceltme: Kabul edilemez nitelikte olan cinsellik, saldırganlık gibi dürtülerin toplumsal açıdan daha kabul edilebilir bir forma sokulmasıdır. Sürekli kavga eden bir çocuğun ilerleyen zamanlarda boksa yönelmesi yüceltme savunma mekanizmasına bir örnektir (Tükel,2011).

1.3 Duygu Düzenleme Güçlüğü

1.3.1 Duygular

Duygu, insanların hayatında günlük yaşantıda işlevselliği etkileyen hem fizyolojik hem de bilişsel öğeleri bulunan hislerdir. Sosyal şablonlar yaratarak diğer kişilerle iletişimi kolaylaştıran ve davranışsal niyetleri çözümlemeye yardımcı unsurlar olarak da tanımlanmaktadır. Gündelik yaşantıda bireyler sık sık duygusal tepki oluşturabilecek iç ve dış uyarıcılara maruz kalmakta, söz konusu duygular bazı düşünsel, davranışsal ve fiziksel tepkiler yoluyla meydana gelmektedir (Denollet ve ark., 2010).

Izard (2009), duyguların deneyimlenmese bile zihinde bulunduğunu ve bilişsel olarak öğrenilmediğini savunmaktadır. İçsel süreçler ya da dışsal uyaranlar olumlu ya da

olumsuz duyguların başlatıcısıdır. Duygular; bilişsel, davranışsal ve fizyolojik açıdan yansımalar olarak karşımıza çıkmaktadır.

Freud ve Breuer (1893)' in yaptıkları “Histeri Üzerine Çalışmalar” adlı çalışmada histeri durumunun travmatik deneyimler sonucu ortaya çıktığından bahsetmiştir. Psikoterapi sürecinde de yaşanmış duyguların hatırlanıp yeniden yaşantılanmasının önemli olduğunu vurgulamıştır. Duygular, niteliği, yoğunluğu bakımından değişiklik gösterebilmektedir. Bu anlamda duygu düzenleme süreçleri bu faktörleri incelemektedir. Duygunun deneyimlenmesi duygunun düzenlenmesini de zorunlu kılmaktadır (Gross ve Munoz, 1995).

1.3.2 Duygu Düzenleme

Duygu düzenleme; bireyin güç deneyimlere karşı oluşan duygusal tepkilere tahammülü ve içsel olarak zor duruma sokan deneyim ve tepkilere işlevsel durumu tüketen bazı davranışlar sergilemeden içsel gerilimi düşük seviyeye indirebilmesidir. (Briere ve Scott, 2016).

Alanyazına bakıldığında duygu ve duygu düzenleme noktasında birçok görüş bulunmaktadır. Lazarus (1991) duyguyu tanımlayan üç önemli faktörden bahsetmiştir. Bunlar; duygu, fiziksel sıkıntı ya da değişiklik; dışa vurulmamış davranış eğilimleri ve sıkça duygulanım olarak karşımıza çıkan özel yaşantılardır. Duygu konusunda araştırma yapan çalışmacılarda hislerin deneyim, davranış ve fiziksel olmak üzere çok boyutlu bir yapı olduğunu ortaya koyan genel bir kanı bulunmaktadır. Bu nedenle duygu düzenleme bu yapıların birinde ya da daha çoğundaki değişimleri içermektedir ve kişisel duygu deneyimlerini değiştirme gayretini de kapsamak zorunda değildir (Gross, 1999). Yaşanan duygular bazen olumlu zaman zaman olumsuz olarak karşımıza çıkmaktadır. Duyguların yoğunluğunu, kişi üzerinde yarattığı etkilerini azaltmak noktasında yer alan süreçler duygu düzenlemeyi ifade etmektedir. Duyguların düzenlenmesi, bireyin hedeflerine ulaşmasında kendisi için yoğun ve anlık nitelikte olan duygu tepkilerini izlemiş olma, analiz etme ve değiştirmede kullanılan iç ve dış tepki aşamalarından oluşmaktadır (Thompson, 1994). Duygu düzenleme, kişilerin duygu durum biçimlerini kontrol edebilmek adına gayretlerini içerir (Koole, 2010). Bireyler duygu düzenleme yolu ile olumlu veya olumsuz duygularının kendilerinde yarattığı etkileri devam ettirebilir, azaltabilir ya da arttırabilirler. Duygu düzenleme, kişinin istemediği oranda bir duyguyla

karşılaştığında kullanmış olduğu uyarlanmış veya uyarlanmamış bir yöntemin kullanılmasını işaret eder (Leahly ve ark., 2011). Duyguyla baş etme stratejileri olarak da adlandırabileceğimiz duygu düzenleme, problem odaklı ve duygu odaklı olmaz üzere karşımıza çıkmaktadır. Problem merkezli başa çıkma, bireyleri olumsuz duygulara yol açan sorunları azaltan ya da tamamen ortadan kaldıran davranışlara yönlendirirken, duygu merkezli başa çıkma, olumsuz duygulara yol açan durumları kabul etmeye ya da bunlardan kaçınmaya yönlendirir (Folkman, 1984; Kuhl, 2009). Başa çıkma ve duygu düzenleme kavramları örtüşür, ancak başa çıkma, duygusal olmayan hedeflere ulaşmak için düzenlenen duygusal olmayan davranışları içerir (önemli bir sınavı geçmek için çok çalışmak gibi), duygu düzenleme ise duygularla ilgilidir (Gross ve ark., 2006).

Psikanalitik teorisyenler olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenmesi ve baş etme stratejilerinin geliştirilmesi noktasında erken dönem çocukluk deneyimlerine odaklanmaktadır. Bu anlamda Kohut (1977), yaptığı çalışmada kendilik nesnesinin önemine vurgu yapmıştır. Bir çocuğun kişisel gelişim nesnesi ister bakıcı ister insan olsun, çocuğun duygusal çekiciliğini erken yaşlarda yeterince karşılayamazsa, çocuğun yaşamının ilerleyen dönemlerinde deneyimleyeceği olumsuz duyguları düzenlemede sorunlar olabileceğini öne sürer. Bağlanma teorisyenleri ise anne-bebek ilişkisinin duygusal düzenleme için çok etkili olduğuna inanırlar. Bakıcıların erken yaşta çocukların ihtiyaçlarına cevap verememesi duygusal düzenleme güçlüklerinde etkilidir; bakıcılar ayrıca çocuklara duygularını nasıl ifade edeceklerini ve kendilerinininkileri diğerlerinden nasıl ayırt edeceklerini öğretmede başarısız olurlar (Zlotnick ve ark., 1997).

Son dönemde çocukların maruz kaldığı yıpratıcı yaşantılar ile duygu düzenlemenin önemine dair yapılan araştırmalar da artmaya başlamıştır. Duygu düzenleme süreci, gelişimin erken dönemlerinde bakıcılarla kurulan ilişkilerle ilerler. Gelişimin erken dönemlerinde yaşanan travma, duygu düzenleme süreçlerini bozabilir (Fernando ve ark., 2014; Briere ve Scott, 2016). Duygu düzenleme süreci; duyguları fark etme ve anlama, duyguları kabul etme, dürtüsel davranışları kontrol etme ve olumsuz duygusal deneyimlere uygun ve esnek tepkiler verme becerilerini içerir (Fernando ve ark., 2014).

Duygu düzenleme süreci ile ilgili önemli açıklamalarda bulunan Gross (1998), duygu düzenleme süreci modelinde duyguların nasıl düzenlendiğini açıklamıştır. Duygu

düzenleme stratejilerini iki temelde ele alıyor: öncül olay odaklı ve duygu odaklı. Öncül olay odaklı stratejiler, tepki tam olarak ortaya çıkmadan önce kullanılan stratejilerdir. Sonuç odaklı stratejiler ise duygu ortaya çıktıktan sonra kullanılır ve olası davranışsal ve fizyolojik tepkileri değiştirmeyi amaçlar (Gross, 2001). Bu bağlamda; duygu düzenleme, duygu oluşturma sürecinde “bilişsel yeniden değerlendirme” ve “ketleme” olmak üzere iki temelde işlev görmektedir. Bilişsel yeniden değerlendirme, önceki olaylara odaklanır ve duyguları tetikleyen olayları yeniden düzenleyerek duygusal etkiyi değiştirir. Bilişsel yeniden değerlendirme, olumsuz duyguların ve işlevsiz davranışların azaltılmasında etkilidir. Öte yandan, duygusal bastırma, kalıcı duygusal tepkileri bastırmak için sonuç odaklı stratejilerden biridir. Bastırma, olumsuz duyguları ifade eden tepkileri bastırmada etkiliydi, ancak onları rahatlatmak için yeterli değildi. Bu bağlamda, bilişsel yeniden değerlendirme, bastırmadan daha etkili bir duygu düzenleme stratejisi olarak kabul edilebilir. Gross ve Thompson (2006), duygu düzenlemenin üç ana özelliği olduğunu belirtmişlerdir. Birincisi, olumlu ve olumsuz duyguları azaltarak veya artırarak düzenlemektir. İkincisi ise duygu düzenleme etkinliklerinin önce bilinçli sonra bilinçsiz olarak gerçekleşmesidir. Üçüncüsü, iyi veya kötü duygu düzenleme stratejilerini önceden ayırt etmemek.

Gross (2006) ortaya çıkardığı bu modelde 5 duygu düzenleme stratejisinden bahsetmektedir. Bu stratejiler;

- 1) durumun seçimi,
- 2) durumun değiştirilmesi,
- 3) duruma ilişkin dikkatin yayılması,
- 4) mevcut bilişlerin değişmesi,
- 5) duruma ilişkin tepkilerin ayarlanmasıdır.

Durumun seçimi, hoşnutsuzluk yaratan bir hissi yaşamama adına istenmeyen duruma katılmama davranışını kapsayan bir yöntemdir. Durumun değiştirilmesi, hissin ortaya çıkmasını tetikleyecek durumun muhtemel duyguların oluşmasını engellemek için değiştirilmesidir. Dikkatin yayılması, dikkat durumunu duygu oluşturan bir uyarıcıdan farklı bir uyarana yöneltmektir. Durum seçimi veya durumun değişimi gibi yöntemler dış çevre düzenlenemediğinde etkili olmaktadır. Bilişlerin değişmesi, bireyin yaşadığı

durumu tekrar değerlendirip duygunun ortaya çıkmasına sebep olan yorumu farklılaştırmasıdır. Tepkilerin ayarlanması da deneyimsel, fiziksel veya davranışsal tepkileri etkileyen yöntemlerdir. Modelde yer alan ilk dört unsur duygunun oluşmasını sağlayan etmenleri, beşincisi ise oluşan duyguyu düzenlemeyi hedeflemektedir (Gross, 2006).

Savunma mekanizmaları, daha çok bilinçdışı olarak meydana gelen, egoyu idden gelen içgüdüsel tatmin isteklerine karşı koruma görevi üstlenen düzenekler olarak tanımlanabilir. Dürtüye dair tatmin istekleri ve süperegodan kaynaklanan sınırlanmışlıklar kaygı yaratmakta, savunma mekanizmaları da bu kaygının düzenlenmesine yardımcı olmaktadır (Gross ve Thompson, 2006; Akt: Akan, 2014). Bu bağlamda duygu düzenlemede savunma mekanizmalarının kullanımı da oldukça yaygındır.

1.3.3 Duygu Düzenleme ve Psikopatoloji

Duygu düzenlemede konusunda deneyimlenen başarısızlıklar, çoğu psikopatoloji türünün temel özelliğini oluşturmaktadır (Gross, 2007). Duygu veya duygu düzenleme hakkındaki sıkıntılar DSM-IV'te yer alan psikopatoloji tanı kriterlerinin %75'inden çoğunu tanımlama durumundadır. Pek çok temel duygulanımsal bozukluk (depresyon, bipolar bozukluk ve kaygı bozuklukları) duyguyu düzenlemede noktasındaki zorlukları kapsamaktadır ve öteki içselleştirme ve dışsallaştırma bozuklukları (davranım bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu gibi) duyguların kontrolde tutulmaması olarak açıklanmaktadır (Thompson ve Goodman, 2010).

Duygu düzenleme ile psikopatolojiler arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma bulunmaktadır. Örneğin yaygın olarak işlevsiz duygu düzenleme biçimi özellikle depresyonun kavramsallaşmasında oldukça önemli bir yer tutmaktadır. Kişinin hayatında meydana gelen olumsuz duyguları anlamlandırma, bu duyguları deneyimlerken kendisini destekleme, duyguları tümüyle kabul ve işlevsel hale getirme noktasında oldukça zayıf olduğu ortaya konmuştur (Ayhan ve Akiş, 2021). Anksiyete bozukluğu yaşayan bireylerde ise duygularını daha az anladıkları ve duygularına daha çok olumsuz yanıt verme eğiliminde oldukları görülmüştür. Peñas-Lledó ve arkadaşlarının (2002) yaptığı başka bir araştırma, yeme bozukluğuna ilişkin belirtilerin (tıkınırcasına yeme, aşırı

boşaltım ve/veya yeme miktarını aşırı oranda azaltma) olumsuz duyguları düzenlemek veya bastırmak için işlevsel olmayan davranışlar olarak ortaya çıktığını göstermektedir.

Duygu düzenleme becerileri ve psikopatoloji arasındaki ilişki ile ilgili genel bir değerlendirme yapmak gerekirse, alan yazınındaki araştırmalar duygu düzenlemenin farklı psikopatoloji tipleriyle ilişkili olduğunu ve çeşitli zihinsel bozuklukların gelişimi, sürdürülmesi ve tedavisinde etkili varsayılan bir transdiagnostik faktör olarak kabul edilebileceğini göstermektedir (Schutte ve ark., 2001). Duygu düzenleme kavramının farklı şekillerde tanımlanması ve yapılan araştırma özelinde sınırlarının belirlenmesi nedeniyle duygu düzenleme ve psikopatoloji arasındaki ilişkinin nedensel düzlemde değerlendirilebilmesi için daha objektif ve kesin yöntemlerin kullanılmasının faydalı olacağı değerlendirilmektedir.

1.3.4 Duygu Düzenleme Güçlüğü

Duygu düzenleme becerisi yaşamın ilk yıllarından itibaren gelişim gösteren ve hayat boyu gelişim gösteren bir süreçtir. Kişinin yaşadığı olay ve durumlara nasıl, ne yoğunlukta bir duygusal tepki göstereceğini belirlemektedir. Bu bağlamda, duygu düzenleme güçlüğü iyi olarak nitelendirilmeyen hislerin yansımada tepkisellik, yoğunluk ve değişim bakımından rastlanan sorunlar olarak tanımlanmaktadır (Shields ve Cicchetti 1997; Thompson, 1994). Duygu düzenlemede güçlük, kişinin yaşadığı zorluklar karşısında ortaya çıkan duygu deneyim ve ifadelerini regüle etmede yaşanan güçlük, yeterince düzenleyememe şeklinde açıklanmaktadır (Cole ve ark., 1994). İşlevselci bakış açısından bireyin vermiş olduğu duygusal tepkilerin bireyin davranış ve ruhsal işlevsellik durumlarıyla uyumlu olmaması olarak nitelendirilmektedir (Han ve Shaffer, 2013).

Genel anlamda kişi, karşılaştığı duruma uyumsuz bir duygu oluşturur ya da verdiği tepkideki duyguyu kendi içinde anlamlandırmakta güçlük çeker. Olumsuz duyguları kabul, baş etme stratejisi geliştirerek kendisinde yarattığı olumsuzlukları uzaklaştırmak anlamında da zayıf kalır. Yaşanan olumsuz duyguya uygun amaç odaklı davranışlar geliştiremez. Bu çerçeveden bakıldığında, olumsuz duygular yaşanırken bunlara odaklanıp olumlu duyguların kaçırılması da muhtemeldir. Bu durum, kişideki uyumsuz davranış örüntülerini arttırırken günlük hayattaki işlevselliğini de bozabilmektedir.

Bireyin yaşadığı duyguları tanıyarak olmasını, anlamlandırması ve gereken yerlerde duygunun yoğunluğunu azaltabilmesinin sosyal ilişkilerdeki uyumunu kolay hale getirebileceği tahmin edilmektedir. (Shields ve Cicchetti, 1997). Erken dönemlerden itibaren öğrenilen tutum ve davranış biçimlerinin duygu düzenleme becerilerinin gelişiminin seyrini olumlu ya da olumsuz anlamda etkileyebileceği öngörülmektedir. Bu bağlamda çeşitli psikiyatrik bozukluklarda duygu düzenleme becerileri üzerine çalışılmasının önemli olduğu saptanmıştır. Uyumsuz duygu düzenleme stratejilerini değiştirmek noktasında Bilişsel Davranışçı Terapiye sıklıkla başvurulmaktadır. Kişinin düşünce yapısını fark etmesi, olay ve durumlara verdiği yanıtların içerdiği duyguları anlamlandırıp bu durumlara uygun davranış biçimleri geliştirmesi, düşüncelerini yeniden yapılandırması adına büyük önem taşımaktadır (Vatan, 2016). Özetle, bilişsel davranışçı terapi duygu düzenlemede kişinin öfkesini tanıması ve kontrolü, endişeyle başa çıkma, depresiflik içeren düşünce yapısını dönüştürmeyi sağlamak ve kişinin kendisine dair kontrolü sağlamasını arttırmak gibi becerileri geliştirmeyi hedeflemektedir. (Cole ve ark., 1994).

BÖLÜM 2: GEREKÇE VE YÖNTEM

2.1 Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma, İstanbul ili içinde 20-30 yaş grubundaki genç erişkin bireylerde savunma mekanizmalarının narsisistik özellikler ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan, ilişkisel tarama modelinde, betimsel bir çalışmadır.

Araştırma likert tipte bir anketle veri toplanacağı için nicel bir araştırmadır. Araştırma genç erişkin bireylerin katılacağı ilişkisel tarama modelinin kullanıldığı betimleyici ve kesitsel nitelikte bir çalışma tasarımıdır. İlişkisel yöntemler, iki ya da daha çok değişkenin birlikte nasıl değişim gösterdiğini ve aralarındaki ilişkiyi bulmayı amaçlamaktadır (Karasar, 1999). Bu yöntemin seçilme nedeni ilişkisel tarama modellerinden olan korelasyonel araştırmalar, değişkenler arasındaki ilişkinin düzeyinin belirlenmesi ve bu ilişkilerle ilgili daha üst araştırmalar yapılmasına olanak sağlayan ipuçları vermesi yönünden önemli görülmektedir (Büyüköztürk ve ark., 2014). Araştırma kesitseldir çünkü belli bir zaman dilimini kapsamaktadır. Araştırmaya yaşları 20-30 arasında değişen 384 (%49,5 erkek- %50,5 kadın gönüllü kişi katılmıştır. Kullanılan veri toplama araçları; Sosyodemografik Bilgi Formu, Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form, Savunma Biçimleri Testi (SBT) ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği'dir. Verilerin analizi için; SPSS (Statistical Package Program for Social Science) for Windows 25.0 programından faydalanılmıştır. Parametrik test grubunda olan ve değişkenler arası ilişkiyi test eden Pearson Korelasyon Analizi, gruplar arası anlamlı farkı saptamak için Bağımsız Gruplar t-testi ve ANOVA kullanılmıştır. Yordayıcılık analizi için ise Çoklu Doğrusal Regresyon kullanılmıştır.

Araştırmanın bilimsel dayanağı yordayıcı değişken olan immatür savunma mekanizmaları ile yordanan değişkenler olan narsisistik özellikler ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin gücünü ve yönünü ortaya koymaktır.

2.2 Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırma evreni 2022 yılında İstanbul ilinde yaşayan 20-30 yaş aralığındaki bireyler oluşturmaktadır. Evrendeki kişi sayısı bilinmediğinde örneklem sayısı 384 olarak alınmaktadır (Cohen, 1988). Bu nedenle örnekleme İstanbul ilinde tesadüfi örnekleme yöntemi ile 384 kişi oluşturulmuştur.

Çalışma grubunda yer alan kişilerin seçilmesinde şu ölçütler benimsenmiştir.

Bu ölçütler:

- Okuryazar olmaları
- Çalışmaya katılmaya gönüllü olmaları
- 20-30 yaş aralığında olması

Dışarda Bırakma Kriterleri:

- Okuryazar olmamak.
- 20 yaşından küçük, 30 yaşından büyük olmak.

2.3 Veri Toplama Araçları

Araştırma yapılırken Demografik Bilgi Formu, Savunma Biçimleri Testi (SBT), Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği kullanılmıştır.

2.3.1 Demografik Bilgi Formu

Katılımcılara Demografik Bilgi Formu verilmiş ve bu formda yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, medeni durumu, sosyoekonomik seviye hakkında sorulara yer verilmiştir.

2.3.2 Savunma Biçimleri Testi (SBT)

Savunma mekanizmaları karakterin gelişim süreçlerinde ve bireyin çevresine uyum sağlamasında büyük önem taşımaktadır. Kişiyi içsel çatışma ve duygusal sıkıntıdan koruma görevi üstlenir. Bu açıdan savunma mekanizmaları, ego gelişimi ve psikopatoloji ile yakından etkileşim içindedir. Katılımcıların savunma mekanizmalarını kullanma durumları bu ölçek ile saptanmıştır. Bond ve arkadaşları (1983) tarafından 26 farklı savunma biçimini ölçmek üzere geliştirilen ve toplam 88 maddeden oluşan bir ölçektir. Testin özgün hali; gelişmemiş, imge çarpıtan, kendiliği gizleyen ve olgun olmak üzere savunma biçimlerini dört kategoride ölçmektedir. Andrews ve arkadaşları (1989; 1993) ilk olarak ölçeği 72 maddeye indirmiş ardından 1993 yılında savunma biçimlerini ölçen sorular arasındaki sayısal eşitsizlik nedeniyle 40 maddeye indirmiştir. Bu hali ile 20

savunma biçimini immatür, nevrotik ve matür olmak üzere üç kategoride ölçmektedir. İmmatür savunmalar, yansıtma, pasif saldırganlık, dışa vurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, inkâr, yer değiştirme, disosiyasyon, bölünme, mantıksallaştırma, bedenselleştirme; nevrotik savunmalar, yapma bozma, yapay özgecilik, idealleştirme, karşıt tepki geliştirme; matür savunmalar ise yüceltme, mizah, beklenti ve baskılamadır. Türkçe 'ye tercüme edilmesi, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Yılmaz ve arkadaşları (2007) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada iç tutarlılık katsayısı matür, nevrotik ve immatür savunma biçimi için sırasıyla .70, .61 ve .83 olarak hesaplanmıştır. Aynı zamanda, her üç savunma biçimi için de iki-yarım-test güvenilirliği ve test-tekrar test güvenilirliği katsayılarının kabul edilir aralıkta yer aldığı bulunmuştur. Her bir alt ölçekten elde edilen puanın düzeyi o savunma mekanizması grubunun daha çok kullanıldığı anlamına gelmektedir (Yılmaz ve ark., 2007). Bu çalışma için iç tutarlılık katsayısı olan Cronbach Alpha katsayısı, İmmatür Savunmalar için .88, Nevrotik Savunmalar için .66, Matür Savunmalar için .83 olarak saptanmıştır.

2.3.3 Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form

Katılımcıların narsisistik özellikler taşıyıp taşımadıklarını belirlemek üzere bu formdan yararlanılmıştır. Glover, Miller, Lynam, Crego ve Widiger (2012) tarafından geliştirilen Beş Faktör Narsisizm Ölçeği 148 maddeden oluşurken, Sherman ve arkadaşları (2015) tarafından kısa form haline getirilmiştir. Ekşi (2016) tarafından uyarlanan Beş Faktör Narsisizm Ölçeği- Kısa Form 60 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçeğin toplamı için iç tutarlılık güvenilirliği katsayısı .87 olarak tespit edilmiştir, ölçeğin güvenilirliği yüksek bulunmuştur (Alpha=.87). Ölçek bileşimi, 15 alt boyutun ‘onay arayıcılık, kibir, liderlik-otorite, güvensizlik, hak iddia etme, teşhircilik, sömürücülük, büyüklenme hayalleri, umursamazlık, empati eksikliği, manipülatiflik, hayranlık ihtiyacı, tepkisel öfke-öfke, utanç, maceraperestlik’’ toplamı ile oluşturulabilir. Bu puan, DSM'nin NKB tanımına özgü narsisizm anlayışına denk gelmektedir. Ölçek 5 puanlık Likert tipi ölçektir. ‘1= Kesinlikle katılmıyorum, 5= Kesinlikle katılıyorum’’ şeklinde cevaplanmaktadır. Alınan puan yükseldikçe kişinin narsisizminin de yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. . Bu çalışma için iç tutarlılık katsayısı olan Cronbach Alpha katsayısı, Kırılgan Narsisizm için .86, Büyüklenmeci Narsisizm için .95 olarak saptanmıştır.

2.3.4 Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği

Katılımcıların duygu düzenlemede yaşadıkları güçlüğü değerlendirmek ve yordanan bir değişken olup olmadığını saptamak amacıyla bu ölçek kullanılmıştır. Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilen Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, farkındalık, açıklık, kabul etmeme, stratejiler, dürtü ve amaçlar olmak üzere toplam altı alt ölçekten oluşmaktadır. Beşli likert tipi olan ölçekte 36 madde yer almaktadır. Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilen özgün formunda cronbach's alpha değeri 0,93 olarak hesaplanmıştır. Türkçe 'ye tercüme edilmesi, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Rugancı (2008) tarafından gerçekleştirilmiştir. Rugancı (2008) tarafından gerçekleştirilen uyarlama sürecinde ölçekten bir madde, ölçeğin tamamı ile düşük bir korelasyona sahip olması nedeniyle çıkarılmış ve cronbach's alpha değeri 0,94 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınan puanların artması, duygu düzenleme güçlüğü düzeyinin de yüksekliğini göstermektedir. Bu çalışma için iç tutarlılık katsayısı olan Cronbach Alpha katsayısı, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği için .94, Farkındalık için .76, Açıklık için .73, Kabul Etmeme için .87, Stratejiler için .87, Dürtü için .82, Amaçlar için .76 olarak saptanmıştır.

2.4 Veri Analizi

Veri analizine başlamadan önce toplanan veriler uygun formata getirilerek SPSS 25 programına aktarılmıştır. Bir sonraki adım olan normal dağılım varsayımını ele alalım. Bu varsayımı değerlendirmek için basıklık ve çarpıklık katsayıları incelenmiştir, bu iki katsayının $-2/+2$ değerleri aralığında olması normal dağılım varsayımının sağlandığını göstermektedir (HahsVaughn ve Lomax, 2020). Değerlendirmeden sonra, parametrik testleri kullanarak analize geçilmiştir.

Gruplar arasındaki anlamlı farklılıkları belirlemek için Pearson korelasyon analizi, parametrik test gruplarında değişkenler arasındaki ilişkinin test edilmesi, Independent Groups t-testi ve ANOVA kullanılmıştır. Tahmine dayalı analiz için çoklu doğrusal regresyon kullanılmıştır. Korelasyon katsayısının değer aralığı 0.000*-0.300 zayıf korelasyon, 0.301-0.700 orta ve 0.701-1.000 yüksek olarak tanımlanmıştır. Çalışma boyunca atıfta bulunulan güven aralığı %95'tir ve p değeri 0,05'tir.

BÖLÜM 3: BULGULAR

Tablo 1

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

	Basıklık	Çarpıklık
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	0.859	0.868
Farkındalık	0.623	0.997
Açıklık	0.745	0.708
Kabul Etmeme	0.741	1.032
Stratejiler	0.186	0.791
Dürtü	0.431	0.781
Amaçlar	-0.341	0.409
Savunma Biçimleri Testi		
İmmatür Savunmalar	0.405	0.555
Nevrotik Savunmalar	0.169	0.366
Matür Savunmalar	-0.381	0.129
Beş Faktör Narsisizm Ölçeği		
Büyükleme Narsisizm	0.340	0.206
Kırılgan Narsisizm	-0.399	-0.007

Tablo 2
Katılımcıların Demografik Özellikleri

		n	%
Cinsiyet	Erkek	190	49.5
	Kadın	194	50.5
	Toplam	384	100.0
Medeni Durum	Bekar	279	72.7
	Evli	85	22.1
	Boşanmış	20	5.2
	Toplam	384	100.0
Eğitim Durumu	Lise	42	10.9
	Üniversite	258	67.2
	Lisansüstü	84	21.9
	Toplam	384	100.0
Çalışma Durumu	Çalışıyor	261	68.0
	Çalışmıyor	123	32.0
	Toplam	384	100.0
Aylık Kazanç Ortalama	Düşük	98	25.5
	Alt-orta	26	6.8
	Orta	29	7.6
	Yüksek	231	60.2
	Toplam	384	100.0
Kronik Fiziksel Rahatsızlık	Var	50	13.0
	Yok	334	87.0
	Toplam	384	100.0
Tanısı Konmamış Fiziksel Bir Yakınma	Var	43	11.2
	Yok	341	88.8
	Toplam	384	100.0

Katılımcıların %49.5'i erkek, %50.5'i kadın, %72.7'si bekar, %22.1'i evli, %5.2'si boşanmış, %10.9'u lise mezunu, %67.2'si üniversite mezunu, %21.9'u lisansüstü mezunu, %68'i çalışıyor, %32'si çalışmıyor, %25.5'inin aylık kazanç ortalaması düşük, %6.8'inin aylık kazanç ortalaması alt-orta, %7.6'sının aylık kazanç ortalaması orta, %60.2'sinin aylık kazanç ortalaması yüksek, %13'ünün tanısı konmuş kronik bir fiziksel hastalığı var, %87'sinin yok, %11.2'sinin tanısı konmamış fakat süregelen fiziksel bir yakınması var, %88.8'inin yok şeklinde bulgulanmıştır.

Tablo 3

Katılımcıların Yaşlarına Ait Tanımlayıcı Değerler

	n	Min.	Maks.	$\bar{X}$	Ss.
Yaş	384	20	30	26	3

Çalışmaya katılanların yaşlarının ortalaması ($\bar{X}$ =26, SS =3), minimum yaş 20, maksimum yaş 30'dur.

Tablo 4

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Tanımlayıcı Değerleri

	n	Min.	Maks.	$\bar{X}$	Ss.
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	384	37	159	77.42	21.78
Farkındalık	384	5	25	11.91	4.34
Açıklık	384	5	24	10.26	3.30
Kabul Etmeme	384	6	30	11.93	5.16
Stratejiler	384	8	40	17.61	6.68
Dürtü	384	6	29	12.49	4.50
Amaçlar	384	5	25	13.21	4.16
Savunma Biçimleri Testi					
İmmatür Savunmalar	384	30	192	87.42	29.93
Nevrotik Savunmalar	384	10	66	33.48	10.64
Matür Savunmalar	384	8	72	37.97	14.18
Beş Faktör Narsisizm Ölçeği					
Büyüklenmeci Narsisizm	384	49	240	125.07	32.44
Kırılgan Narsisizm	384	12	60	34.05	9.75

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ortalaması ($\bar{X}=77.42$, $SS=21.78$), Farkındalık ortalaması ($\bar{X}=11.91$, $SS=4.34$), Açıklık ortalaması ($\bar{X}=10.26$, $SS=3.30$), Kabul Etmeme ortalaması ($\bar{X}=11.93$, $SS=5.16$), Stratejiler ortalaması ($\bar{X}=17.61$, $SS=6.68$), Dürtü ortalaması ($\bar{X}=12.49$, $SS=4.50$), Amaçlar ortalaması ($\bar{X}=13.21$, $SS=4.16$), İmmatür Savunmalar ortalaması ($\bar{X}=87.42$, $SS=29.93$), Nevrotik Savunmalar ortalaması ($\bar{X}=33.48$, $SS=10.64$), Matür Savunmalar ortalaması ($\bar{X}=37.97$, $SS=14.18$), Büyüklenmeci Narsisizm ortalaması ($\bar{X}=125.07$, $SS=32.44$), Kırılgan Narsisizm ortalaması ($\bar{X}=34.05$, $SS=9.75$)’dir.

Tablo 5

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeği Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1-Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	1									
2-Farkındalık	.459**	1								
3-Açıklık	.757**	.347**	1							
4-Kabul Etmeme	.820**	.176**	.535**	1						
5-Stratejiler	.898**	.213**	.582**	.754**	1					
6-Dürtü	.857**	.294**	.597**	.678**	.733**	1				
7-Amaçlar	.770**	.205**	.564**	.502**	.681**	.607**	1			
8-İmmatür Savunmalar	.374**	.214**	.243**	.313**	.338**	.349**	.231**	1		
9-Nevrotik Savunmalar	.190**	.193**	0.084	.175**	.104*	.198**	.127*	.642**	1	
10-Matür Savunmalar	-.351**	-.152**	-.324**	-.337**	-.239**	-.321**	-.276**	-.554**	-.509**	1
11-Büyüklenmeci Narsisizm	.274**	.228**	.185**	.235**	.204**	.223**	.189**	.363**	.211**	-.448**
12-Kırılgan Narsisizm	.401**	.169**	.266**	.330**	.366**	.300**	.393**	.295**	.173**	-.309**

** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ Uygulanan testin ismi: Pearson Korelasyon Testi

İmmatür Savunmalar ile Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ($r = .374, p < 0.01$), İmmatür Savunmalar ile Farkındalık ($r = .214, p < 0.01$), İmmatür Savunmalar ile Açıklık ($r = .243, p < 0.01$), İmmatür Savunmalar ile Kabul Etmeme ($r = .313, p < 0.01$), İmmatür Savunmalar ile Stratejiler ($r = .338, p < 0.01$), İmmatür Savunmalar ile Dürtü ($r = .349, p < 0.01$), İmmatür Savunmalar ile Amaçlar ($r = .231, p < 0.01$) değişkenleri arasında pozitif yönlü zayıf ve orta düzeylerde ilişkiler bulgulanmıştır.

Nevrotik Savunmalar ile Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ($r = .190, p < 0.01$), Nevrotik Savunmalar ile Farkındalık ($r = .193, p < 0.01$), Nevrotik Savunmalar ile Kabul Etmeme ($r = .175, p < 0.01$), Nevrotik Savunmalar ile Stratejiler ($r = .104, p < 0.05$), Nevrotik Savunmalar ile Dürtü ($r = .198, p < 0.01$), Nevrotik Savunmalar ile Amaçlar ($r = .127, p < 0.05$) değişkenleri arasında pozitif yönlü zayıf düzeylerde ilişkiler bulgulanmıştır.

Matür Savunmalar ile Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ($r = -.351, p < 0.01$), Matür Savunmalar ile Farkındalık ($r = -.152, p < 0.01$), Matür Savunmalar ile Açıklık ($r = -.324, p < 0.01$), Matür Savunmalar ile Kabul Etmeme ($r = -.337, p < 0.01$), Matür Savunmalar ile Stratejiler ($r = -.239, p < 0.01$), Matür Savunmalar ile Dürtü ($r = -.321, p < 0.01$), Matür Savunmalar ile Amaçlar ($r = -.276, p < 0.01$) değişkenleri arasında negatif yönlü zayıf ve orta düzeyde ilişki bulgulanmıştır.

Büyüklenmeci Narsisizm ile Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ($r=.274, p<0.01$), Büyüklenmeci Narsisizm ile Farkındalık ($r=.228, p<0.01$), Büyüklenmeci Narsisizm ile Açıklık ($r=.185, p<0.01$), Büyüklenmeci Narsisizm ile Kabul Etmeme ($r=.235, p<0.01$), Büyüklenmeci Narsisizm ile Stratejiler ($r=.204, p<0.01$), Büyüklenmeci Narsisizm ile Dürtü ($r=.223, p<0.01$), Büyüklenmeci Narsisizm ile Amaçlar ($r=.189, p<0.01$), Büyüklenmeci Narsisizm ile İmmatür Savunmalar ($r=.363, p<0.01$), Büyüklenmeci Narsisizm ile Nevrotik Savunmalar ($r=.211, p<0.01$) değişkenleri arasında pozitif yönlü zayıf ve orta düzeylerde ilişkiler bulgulanmıştır.

Büyüklenmeci Narsisizm ile Matür Savunmalar ($r=-.448, p<0.01$) değişkenleri arasında negatif yönlü orta düzeyde ilişki bulgulanmıştır.

Kırılgan Narsisizm ile Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ($r=.401, p<0.01$), Kırılgan Narsisizm ile Farkındalık ($r=.169, p<0.01$), Kırılgan Narsisizm ile Açıklık ($r=.266, p<0.01$), Kırılgan Narsisizm ile Kabul Etmeme ($r=.330, p<0.01$), Kırılgan Narsisizm ile Stratejiler ($r=.366, p<0.01$), Kırılgan Narsisizm ile Dürtü ($r=.300, p<0.01$), Kırılgan Narsisizm ile Amaçlar ($r=.393, p<0.01$), Kırılgan Narsisizm ile İmmatür Savunmalar ($r=.295, p<0.01$), Kırılgan Narsisizm ile Nevrotik Savunmalar ($r=.173, p<0.01$) değişkenleri arasında pozitif yönlü zayıf ve orta düzeylerde ilişkiler bulgulanmıştır.

Kırılgan Narsisizm ile Matür Savunmalar ($r=-.309, p<0.01$) değişkenleri arasında negatif yönlü orta düzeyde ilişki bulgulanmıştır.

Tablo 6

Savunma Biçimlerinin Duygu Düzenleme Güçlüğüne Yordamasına İlişkin Bulgular

	B	SH	β	t	p
(Sabit)	73.15	6.11		11.96	0.000*
İmmatür Savunmalar	0.19	0.04	0.26	4.60	0.000*
Matür Savunmalar	-0.32	0.09	-0.21	-3.72	0.000*
$R=.41$ $R^2=.17$ $F=38.94$ $p=0.000^*$					

** $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepsiw Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi;*

İmmatür savunmalar ve matür savunmalar yordayıcı değişkenleri duygu düzenleme güçlüğü yordanan değişkeni için anlamlı yordayıcı olduğu bulgulara göre tespit edilmiştir ($R=.41$, $R^2=.17$, $p<0.05$). İşlemler sonucu elde edilen regresyon modelindeki yordayıcı değişkenler duygu düzenleme güçlüğündeki değişimin %17'sini oluşturduğu saptanmıştır. Betaya göre göreceli etki sırası immatür savunmalar ($\beta=.26$), matür savunmalar ($\beta=-.21$) şeklindedir. Duygu düzenleme güçlüğündeki değişimi en iyi açıklayan değişkenin immatür savunmalar değişkeni olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 7

Savunma Biçimlerinin Büyüklenmeci Narsisizmi Yordamasına İlişkin Bulgular

	B	SH	β	t	p
(Sabit)	140.31	8.83		15.89	0.000*
Matür Savunmalar	-0.82	0.12	-0.36	-6.56	0.000*
İmmatür Savunmalar	0.18	0.06	0.17	3.05	0.002*
$R=.47$ $R^2=.22$ $F=53.79$ $p=0.000^*$					

** $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepsiw Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi;*

İmmatür savunmalar ve matür savunmalar yordayıcı değişkenleri büyüklenmeci narsisizm yordanan değişkeni için anlamlı yordayıcı olduğu bulgulara göre tespit edilmiştir ($R=.47$, $R^2=.22$, $p<0.05$). İşlemler sonucu elde edilen regresyon modelindeki yordayıcı değişkenler büyüklenmeci narsisizmdeki değişimin %22'sini oluşturduğu saptanmıştır. Betaya göre göreceli etki sırası matür savunmalar ($\beta=-.36$), immatür savunmalar ($\beta=.17$) şeklindedir. Büyüklenmeci narsisizmdeki değişimi en iyi açıklayan değişkenin matür savunmalar değişkeni olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 8

Savunma Biçimlerinin Kırılgan Narsisizmi Yordamasına İlişkin Bulgular

	B	SH	β	t	p
(Sabit)	34.46	2.82		12.21	0.000*
Matür Savunmalar	-0.14	0.04	-0.21	-3.63	0.000*
İmmatür Savunmalar	0.06	0.02	0.18	3.08	0.002*
$R=.34$ $R^2=.11$ $F=25.31$ $p=0.000^*$					

** $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepsiw Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi;*

İmmatür savunmalar ve matür savunmalar yordayıcı değişkenleri kırılgan narsisizm yordanan değişkeni için anlamlı yordayıcı olduğu bulgulara göre tespit edilmiştir ($R=.34$, $R^2=.11$, $p<0.05$). İşlemler sonucu elde edilen regresyon modelindeki yordayıcı değişkenler kırılgan narsisizmdeki değişimin %11'ini oluşturduğu saptanmıştır. Betaya göre görece etki sırası matür savunmalar ($\beta=-.21$), immatür savunmalar ($\beta=.18$) şeklindedir. Kırılgan narsisizmdeki değişimi en iyi açıklayan değişkenin matür savunmalar değişkeni olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 9

Cinsiyete Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	t	Sd.	p
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	Erkek	190	81.47	22.78	3.66	373.767	0.000*
	Kadın	194	73.45	20.03			
Farkındalık	Erkek	190	12.75	4.74	3.79	359.262	0.000*
	Kadın	194	11.09	3.75			
Açıklık	Erkek	190	10.59	3.34	1.95	382	0.051
	Kadın	194	9.93	3.24			
Kabul Etmeme	Erkek	190	12.56	5.43	2.38	374.605	0.018*
	Kadın	194	11.31	4.81			
Stratejiler	Erkek	190	18.58	6.96	2.85	382	0.005*
	Kadın	194	16.66	6.27			
Dürtü	Erkek	190	13.32	4.70	3.61	373.789	0.000*
	Kadın	194	11.69	4.14			
Amaçlar	Erkek	190	13.67	4.18	2.13	382	0.034*
	Kadın	194	12.77	4.09			
İmmatür Savunmalar	Erkek	190	91.35	32.70	2.56	362.943	0.011*
	Kadın	194	83.56	26.46			
Nevrotik Savunmalar	Erkek	190	34.78	11.57	2.37	365.116	0.018*
	Kadın	194	32.21	9.50			
Matür Savunmalar	Erkek	190	36.66	14.40	-1.79	382	0.074
	Kadın	194	39.25	13.88			
Büyükleme Narsisizm	Erkek	190	129.66	34.99	2.77	382	0.006*
	Kadın	194	120.57	29.13			
Kırılgan Narsisizm	Erkek	190	34.77	10.19	1.42	382	0.156
	Kadın	194	33.36	9.28			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Açıklık, Matür Savunmalar, Kırılgan Narsisizm alt boyutu cinsiyet değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$).

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeğinden ($t(373.767)=3.66, p < 0.05$), Farkındalık alt ölçeğinden ($t(359.262)=3.79, p < 0.05$), Kabul Etmeme alt ölçeğinden ($t(374.605)=2.38, p < 0.05$), Stratejiler alt ölçeğinden ($t(382)=2.85, p < 0.05$), Dürtü alt ölçeğinden ($t(373.789)=3.61, p < 0.05$), Amaçlar alt ölçeğinden ($t(382)=2.13, p < 0.05$), İmmatür Savunmalar alt ölçeğinden ($t(362.943)=2.56, p < 0.05$), Nevrotik Savunmalar alt

ölçeğinden ($t(365.116)=2.37, p<0.05$), Büyüklenmeci Narsisizm alt ölçeğinden ($t(382)=2.77, p<0.05$) aldıkları puanlar cinsiyet değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın olduğu saptanmıştır. Ortalamalar karşılaştırıldığında erkeklerin, kadınlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir.



Tablo 10

Çalışma Durumuna Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	t	Sd.	p
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	Çalışıyor	261	74.27	20.13	-4.22	382	0.000*
	Çalışmıyor	123	84.10	23.66			
Farkındalık	Çalışıyor	261	11.51	3.78	-2.35	183.457	0.020*
	Çalışmıyor	123	12.76	5.26			
Açıklık	Çalışıyor	261	9.82	3.06	-3.59	207.207	0.000*
	Çalışmıyor	123	11.18	3.61			
Kabul Etmeme	Çalışıyor	261	11.46	4.86	-2.48	210.939	0.014*
	Çalışmıyor	123	12.92	5.62			
Stratejiler	Çalışıyor	261	16.71	6.25	-3.91	382	0.000*
	Çalışmıyor	123	19.52	7.18			
Dürtü	Çalışıyor	261	11.99	4.14	-3.03	202.559	0.003*
	Çalışmıyor	123	13.57	5.03			
Amaçlar	Çalışıyor	261	12.77	4.06	-3.08	382	0.002*
	Çalışmıyor	123	14.15	4.22			
İmmatür Savunmalar	Çalışıyor	261	85.01	30.16	-2.31	382	0.022*
	Çalışmıyor	123	92.52	28.89			
Nevrotik Savunmalar	Çalışıyor	261	32.95	9.72	-1.31	196.167	0.191
	Çalışmıyor	123	34.61	12.32			
Matür Savunmalar	Çalışıyor	261	38.29	13.68	0.64	382	0.525
	Çalışmıyor	123	37.30	15.22			
Büyüklenmeci Narsisizm	Çalışıyor	261	122.17	31.47	-2.56	382	0.011*
	Çalışmıyor	123	131.20	33.73			
Kırılgan Narsisizm	Çalışıyor	261	32.84	9.75	-3.63	382	0.000*
	Çalışmıyor	123	36.64	9.29			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Nevrotik Savunmalar, Matür Savunmalar alt boyutu çalışma durumu değişkeni üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamı düzeyde bir farklılığın olmadığı bulgulanmıştır ($p > 0.05$).

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeğinden ($t(382) = -4.22$, $p < 0.05$), Farkındalık alt ölçeğinden ($t(183.457) = -2.35$, $p < 0.05$), Açıklık alt ölçeğinden ($t(207.207) = -3.59$, $p < 0.05$), Kabul Etmeme alt ölçeğinden ($t(210.939) = -2.48$, $p < 0.05$), Stratejiler alt ölçeğinden ($t(382) = -3.91$, $p < 0.05$), Dürtü alt ölçeğinden ($t(202.559) = -3.03$, $p < 0.05$), Amaçlar alt ölçeğinden ($t(382) = -3.08$, $p < 0.05$), İmmatür Savunmalar alt ölçeğinden ($t(382) = -2.31$, $p < 0.05$), Büyüklenmeci Narsisizm alt ölçeğinden ($t(382) = -2.56$, $p < 0.05$), Kırılgan Narsisizm alt ölçeğinden ($t(382) = -3.63$, $p < 0.05$) aldıkları puanlar çalışma durumu değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamı düzeyde bir farklılığın olduğu bulgulanmıştır. Ortalamalar karşılaştırıldığında çalışmayan bireylerin, çalışanlara göre daha yüksek ortalama puanlara sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 11

Tanısı Konmuş Kronik Bir Fiziksel Hastalık Olma Durumuna Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	t	Sd.	p
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	Var	50	78.82	17.62	0.49	382	0.626
	Yok	334	77.21	22.35			
Farkındalık	Var	50	12.76	4.52	1.48	382	0.139
	Yok	334	11.78	4.31			
Açıklık	Var	50	10.08	2.84	-0.41	382	0.684
	Yok	334	10.28	3.37			
Kabul Etmeme	Var	50	11.70	3.99	-0.33	382	0.739
	Yok	334	11.96	5.31			
Stratejiler	Var	50	17.48	6.16	-0.15	382	0.881
	Yok	334	17.63	6.77			
Dürtü	Var	50	12.92	3.73	0.72	382	0.474
	Yok	334	12.43	4.60			
Amaçlar	Var	50	13.88	4.21	1.22	382	0.224
	Yok	334	13.11	4.14			
İmmatür Savunmalar	Var	50	98.88	31.99	2.93	382	0.004*
	Yok	334	85.70	29.27			
Nevrotik Savunmalar	Var	50	36.48	10.88	2.15	382	0.032*
	Yok	334	33.03	10.55			
Matür Savunmalar	Var	50	34.06	9.79	-2.81	85.955	0.006*
	Yok	334	38.56	14.65			
Büyüklenmeci Narsisizm	Var	50	129.00	28.94	0.92	382	0.358
	Yok	334	124.48	32.93			
Kırılgan Narsisizm	Var	50	34.80	9.17	0.58	382	0.563
	Yok	334	33.94	9.84			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklemeler T-Testi

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Farkındalık, Açıklık, Kabul Etmeme, Stratejiler, Dürtü, Amaçlar, Büyüklenmeci Narsisizm, Kırılgan Narsisizm alt boyutu tanısı konmuş kronik bir fiziksel hastalık olma değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamı düzeyde bir farklılığın olmadığı bulgulanmıştır ($p > 0.05$).

İmmatür Savunmalar alt ölçeğinden ($t(382)=2.93, p<0.05$, Nevrotik Savunmalar alt ölçeğinden ($t(382)=2.15, p<0.05$) aldıkları puanlar tanısı konmuş kronik bir fiziksel hastalık olma değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın olduğu saptanmıştır. Ortalamalar karşılaştırıldığında var diyenlerin, yok diyenlere göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir.

Matür Savunmalar alt ölçeğinden ($t(85.955)=-2.81, p<0.05$) aldıkları puanlar tanısı konmuş kronik bir fiziksel hastalık olma değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın olduğu saptanmıştır. Ortalamalar karşılaştırıldığında yok diyenlerin, var diyenlere göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 12

**Tanısı Konmamış Fakat Süregelen Fiziksel Bir Yakınma Durumuna Göre Duygu
Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm
Ölçeğinin Karşılaştırılması**

		n	$\bar{X}$	Ss.	t	Sd.	p
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	Var	43	83.74	24.75	2.03	382	0.043*
	Yok	341	76.62	21.28			
Farkındalık	Var	43	11.00	3.32	-1.46	382	0.144
	Yok	341	12.03	4.44			
Açıklık	Var	43	10.70	4.31	0.73	47.865	0.469
	Yok	341	10.20	3.16			
Kabul Etmeme	Var	43	13.79	5.37	2.53	382	0.012*
	Yok	341	11.69	5.09			
Stratejiler	Var	43	20.49	6.84	3.03	382	0.003*
	Yok	341	17.25	6.59			
Dürtü	Var	43	13.42	5.49	1.20	48.877	0.238
	Yok	341	12.38	4.35			
Amaçlar	Var	43	14.35	4.00	1.91	382	0.057
	Yok	341	13.07	4.16			
İmmatür Savunmalar	Var	43	91.44	31.57	0.94	382	0.350
	Yok	341	86.91	29.72			
Nevrotik Savunmalar	Var	43	33.16	10.42	-0.21	382	0.835
	Yok	341	33.52	10.68			
Matür Savunmalar	Var	43	35.33	15.76	-1.30	382	0.195
	Yok	341	38.30	13.96			
Büyükleme Narsisizm	Var	43	122.44	29.79	-0.56	382	0.574
	Yok	341	125.40	32.79			
Kırılgan Narsisizm	Var	43	35.77	10.05	1.22	382	0.222
	Yok	341	33.84	9.71			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Farkındalık, Açıklık, Dürtü, Amaçlar, İmmatür Savunmalar, Nevrotik Savunmalar, Matür Savunmalar, Büyükleme Narsisizm, Kırılgan Narsisizm alt boyutu tanısı konmamış fakat süregelen fiziksel bir yakınma durumu değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamı düzeyde bir farklılığın olmadığı bulgulanmıştır ($p > 0.05$).

Tablo 13

Medeni Durumuna Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	Bekâr	279	77.71	22.20	G.Arası	1337.21	2	668.60	1.41	0.245
	Evli	85	74.96	21.25	G.İçi	180316.13	381	473.27		
	Boşanmış	20	83.75	16.78	Toplam	181653.33	383			
	Toplam	384	77.42	21.78						
Farkındalık	Bekâr	279	11.95	4.36	G.Arası	2.04	2	1.02	0.05	0.948
	Evli	85	11.78	4.48	G.İçi	7216.95	381	18.94		
	Boşanmış	20	12.00	3.49	Toplam	7218.99	383			
	Toplam	384	11.91	4.34						
Açıklık	Bekâr	279	10.43	3.41	G.Arası	62.96	2	31.48	2.91	0.056
	Evli	85	9.53	2.79	G.İçi	4118.51	381	10.81		
	Boşanmış	20	10.95	3.46	Toplam	4181.48	383			
	Toplam	384	10.26	3.30						
Kabul Etmeme	Bekâr	279	12.06	5.32	G.Arası	112.07	2	56.04	2.12	0.121
	Evli	85	11.11	4.63	G.İçi	10065.89	381	26.42		
	Boşanmış	20	13.50	4.63	Toplam	10177.96	383			
	Toplam	384	11.93	5.16						
Stratejiler	Bekâr	279	17.77	6.67	G.Arası	123.35	2	61.68	1.38	0.252
	Evli	85	16.73	7.10	G.İçi	16989.83	381	44.59		
	Boşanmış	20	19.20	4.48	Toplam	17113.18	383			
	Toplam	384	17.61	6.68						
Dürtü	Bekâr	279	12.35	4.48	G.Arası	48.98	2	24.49	1.21	0.299
	Evli	85	12.61	4.61	G.İçi	7697.01	381	20.20		
	Boşanmış	20	13.95	4.24	Toplam	7745.99	383			
	Toplam	384	12.49	4.50						
Amaçlar	Bekâr	279	13.15	4.22	G.Arası	18.78	2	9.39	0.54	0.582
	Evli	85	13.21	3.93	G.İçi	6595.71	381	17.31		
	Boşanmış	20	14.15	4.25	Toplam	6614.49	383			
	Toplam	384	13.21	4.16						
İmmatür Savunmalar	Bekâr	279	84.87	29.22	G.Arası	8865.23	2	4432.61	5.05	0.007*
	Evli	85	91.95	28.99	G.İçi	334136.10	381	877.00		
	Boşanmış	20	103.70	37.09	Toplam	343001.33	383			
	Toplam	384	87.42	29.93						
Nevrotik Savunmalar	Bekâr	279	32.61	10.66	G.Arası	800.50	2	400.25	3.58	0.029*
	Evli	85	35.61	10.07	G.İçi	42543.37	381	111.66		
	Boşanmış	20	36.65	11.37	Toplam	43343.87	383			
	Toplam	384	33.48	10.64						

Matür Savunmalar	Bekâr	279	38.79	14.66	G.Arası	687.84	2	343.92	1.72	0.181
	Evli	85	35.82	11.67	G.İçi	76330.85	381	200.34		
	Boşanmış	20	35.65	16.42	Toplam	77018.68	383			
	Toplam	384	37.97	14.18						
Büyüklenmeci Narsisizm	Bekâr	279	126.19	34.28	G.Arası	1428.10	2	714.05	0.68	0.509
	Evli	85	121.53	26.32	G.İçi	401661.27	381	1054.23		
	Boşanmış	20	124.35	29.70	Toplam	403089.37	383			
	Toplam	384	125.07	32.44						
Kırılgan Narsisizm	Bekâr	279	34.49	9.93	G.Arası	235.81	2	117.90	1.24	0.290
	Evli	85	32.59	8.99	G.İçi	36186.04	381	94.98		
	Boşanmış	20	34.25	10.26	Toplam	36421.85	383			
	Toplam	384	34.05	9.75						

** $p < 0.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)*

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Farkındalık, Açıklık, Kabul Etmeme, Stratejiler, Dürtü, Amaçlar, Matür Savunmalar, Büyüklenmeci Narsisizm, Kırılgan Narsisizm alt boyutu medeni durum değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$).

İmmatür Savunmalar alt ölçeğinden ($F(2,381)=5.05, p < 0.05$) elde edilen puanları medeni durumuna göre kıyasladığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Grup varyanslarının homojen dağıldığı Levene's testi ile tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Tukey bulguları incelediğinde, boşanmış olanların aldığı puanların bekâr olanlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Nevrotik Savunmalar alt ölçeğinden ($F(2,381)=3.58, p < 0.05$) elde edilen puanları medeni durumuna göre kıyasladığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Grup varyanslarının homojen dağıldığı Levene's testi ile tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Tukey bulguları incelediğinde, boşanmış ve evli olanların aldığı puanların bekâr olanlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 14

Eğitim Durumuna Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	Lise	42	81.81	24.40	G.Arası	2180.00	2	1090.00	2.31	0.100
	Üniversite	258	77.98	22.50	G.İçi	179473.34	381	471.06		
	Lisansüstü	84	73.50	17.35	Toplam	181653.33	383			
	Toplam	384	77.42	21.78						
Farkındalık	Lise	42	12.98	5.50	G.Arası	54.11	2	27.06	1.44	0.239
	Üniversite	258	11.76	4.15	G.İçi	7164.88	381	18.81		
	Lisansüstü	84	11.86	4.25	Toplam	7218.99	383			
	Toplam	384	11.91	4.34						
Açıklık	Lise	42	11.12	4.27	G.Arası	127.99	2	63.99	6.02	0.003*
	Üniversite	258	10.45	3.39	G.İçi	4053.49	381	10.64		
	Lisansüstü	84	9.24	2.05	Toplam	4181.48	383			
	Toplam	384	10.26	3.30						
Kabul Etmeme	Lise	42	12.38	5.44	G.Arası	257.05	2	128.53	4.94	0.008*
	Üniversite	258	12.36	5.38	G.İçi	9920.91	381	26.04		
	Lisansüstü	84	10.38	3.91	Toplam	10177.96	383			
	Toplam	384	11.93	5.16						
Stratejiler	Lise	42	17.90	6.22	G.Arası	4.07	2	2.04	0.05	0.956
	Üniversite	258	17.58	7.04	G.İçi	17109.11	381	44.91		
	Lisansüstü	84	17.56	5.77	Toplam	17113.18	383			
	Toplam	384	17.61	6.68						
Dürtü	Lise	42	13.81	5.18	G.Arası	142.17	2	71.09	3.56	0.029*
	Üniversite	258	12.57	4.47	G.İçi	7603.82	381	19.96		
	Lisansüstü	84	11.60	4.07	Toplam	7745.99	383			
	Toplam	384	12.49	4.50						
Amaçlar	Lise	42	13.62	4.20	G.Arası	17.42	2	8.71	0.50	0.605
	Üniversite	258	13.26	4.25	G.İçi	6597.07	381	17.32		
	Lisansüstü	84	12.87	3.86	Toplam	6614.49	383			
	Toplam	384	13.21	4.16						
İmmatür Savunmalar	Lise	42	95.43	25.58	G.Arası	3065.99	2	1533.00	1.72	0.181
	Üniversite	258	86.24	29.56	G.İçi	339935.34	381	892.22		
	Lisansüstü	84	87.02	32.68	Toplam	343001.33	383			
	Toplam	384	87.42	29.93						
Nevrotik Savunmalar	Lise	42	35.86	12.00	G.Arası	302.50	2	151.25	1.34	0.263
	Üniversite	258	33.00	10.21	G.İçi	43041.38	381	112.97		
	Lisansüstü	84	33.76	11.15	Toplam	43343.87	383			
	Toplam	384	33.48	10.64						
Matür Savunmalar	Lise	42	39.29	15.38	G.Arası	548.13	2	274.07	1.37	0.257
	Üniversite	258	37.14	14.39	G.İçi	76470.55	381	200.71		
	Lisansüstü	84	39.86	12.78	Toplam	77018.68	383			
	Toplam	384	37.97	14.18						
Büyüklenmeci Narsisizm	Lise	42	134.62	37.50	G.Arası	6236.64	2	3118.32	2.99	0.051
	Üniversite	258	125.25	32.97	G.İçi	396852.73	381	1041.61		
	Lisansüstü	84	119.73	26.86	Toplam	403089.37	383			
	Toplam	384	125.07	32.44						
Kırılgan Narsisizm	Lise	42	35.52	11.56	G.Arası	101.78	2	50.89	0.53	0.587
	Üniversite	258	33.88	9.72	G.İçi	36320.07	381	95.33		
	Lisansüstü	84	33.87	8.89	Toplam	36421.85	383			
	Toplam	384	34.05	9.75						

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Duygu Düzenleme Güçlüğü      , Farkındalık, Stratejiler, Amaçlar,  mmat r Savunmalar, Nevrotik Savunmalar, Matür Savunmalar, Büyüklenmeci Narsisizm, Kırılgan Narsisizm alt boyutu eğitim durumu de i kenini üzerinden kıyaslandığında    eklerden alınan ortalama puanların arasında anlamı düzeyde bir farklılığın olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$).

Açıklık alt      nden ($F(2.381)=6.02, p<0.05$) elde edilen puanları eğitim durumuna göre kıyasladığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Uygulanan Levene's testinden sonra grupların varyanslarının homojen dağılmadığı bilgisine ulaşılmıştır($p<0.05$). Post hoc testinin varyans homojenliği sağlanmadığında yapılan Games-Howell testi bulguları sonuçlarına göre, lise ve  niversite mezunu olanların aldığı puanların lisansüstü mezunu olanlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Kabul Etmeme alt      nden alınan puanları ($F(2.381)=4.94, p<0.05$) eğitim düzeyine göre kar ıla tırdığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Levene testi uygulandıktan sonra gruplar arasındaki varyans dağılımının homojen olmadığı görülmüştür ($p<0,05$). Post hoc testinin varyanslarda homojenliği sağlamadığı durumlarda Games-Howell testi sonuçlarına göre,  niversite mezunlarının ortalama olarak mezunlardan daha yüksek puan aldığı belirlenmiştir.

Dürtü alt      nden alınan puanlar ($F(2.381)=3.56, p<0.05$) eğitim düzeyine göre karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Levene testi, grup varyanslarının düzgün dağıldığını belirlemiştir ($p>0.05$). Tukey anket sonuçları incelediğinde, lise mezunu olanların yüksek lisans mezunu olanlara göre puan ortalamalarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 15

Aylık Kazanç Ortalamasına Göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi, Beş Faktör Narsisizm Ölçeğinin Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	Düşük	98	81.79	21.22	G.Arası	4338.45	3	1446.15	3.10	0.027*
	Alt orta	26	82.35	28.06	G.İçi	177314.89	380	466.62		
	Orta	29	79.72	26.79	Toplam	181653.33	383			
	Yüksek	231	74.72	20.20						
	Toplam	384	77.42	21.78						
Farkındalık	Düşük	98	12.14	4.79	G.Arası	16.09	3	5.36	0.28	0.838
	Alt orta	26	11.54	2.80	G.İçi	7202.90	380	18.96		
	Orta	29	12.31	5.12	Toplam	7218.99	383			
	Yüksek	231	11.81	4.19						
	Toplam	384	11.91	4.34						
Açıklık	Düşük	98	11.09	3.43	G.Arası	122.45	3	40.82	3.82	0.010*
	Alt orta	26	10.96	4.07	G.İçi	4059.02	380	10.68		
	Orta	29	10.17	4.29	Toplam	4181.48	383			
	Yüksek	231	9.84	2.94						
	Toplam	384	10.26	3.30						
Kabul Etmeme	Düşük	98	12.45	5.38	G.Arası	130.80	3	43.60	1.65	0.178
	Alt orta	26	13.50	6.82	G.İçi	10047.16	380	26.44		
	Orta	29	11.10	5.59	Toplam	10177.96	383			
	Yüksek	231	11.63	4.75						
	Toplam	384	11.93	5.16						
Stratejiler	Düşük	98	18.99	6.56	G.Arası	562.55	3	187.52	4.31	0.005*
	Alt orta	26	18.12	8.50	G.İçi	16550.64	380	43.55		
	Orta	29	20.00	7.52	Toplam	17113.18	383			
	Yüksek	231	16.67	6.25						
	Toplam	384	17.61	6.68						
Dürtü	Düşük	98	13.32	4.72	G.Arası	216.68	3	72.23	3.65	0.013*
	Alt orta	26	13.92	5.21	G.İçi	7529.31	380	19.81		
	Orta	29	13.21	5.85	Toplam	7745.99	383			
	Yüksek	231	11.90	4.03						
	Toplam	384	12.49	4.50						
Amaçlar	Düşük	98	13.80	4.29	G.Arası	92.56	3	30.85	1.80	0.147
	Alt orta	26	14.31	4.17	G.İçi	6521.92	380	17.16		
	Orta	29	12.93	4.57	Toplam	6614.49	383			
	Yüksek	231	12.88	4.02						
	Toplam	384	13.21	4.16						
İmmatür Savunmalar	Düşük	98	94.73	26.69	G.Arası	13846.31	3	4615.44	5.33	0.001*
	Alt orta	26	78.23	29.53	G.İçi	329155.02	380	866.20		
	Orta	29	98.59	30.83	Toplam	343001.33	383			
	Yüksek	231	83.94	30.33						
	Toplam	384	87.42	29.93						
Nevrotik Savunmalar	Düşük	98	36.04	11.43	G.Arası	916.68	3	305.56	2.74	0.043*
	Alt orta	26	33.54	10.86	G.İçi	42427.19	380	111.65		
	Orta	29	31.55	11.06	Toplam	43343.87	383			
	Yüksek	231	32.63	10.08						
	Toplam	384	33.48	10.64						
Matür Savunmalar	Düşük	98	36.71	14.19	G.Arası	672.22	3	224.07	1.12	0.343
	Alt orta	26	34.42	14.36	G.İçi	76346.46	380	200.91		
	Orta	29	38.21	14.00	Toplam	77018.68	383			
	Yüksek	231	38.87	14.17						
	Toplam	384	37.97	14.18						
Büyükleme Narsisizm	Düşük	98	133.06	33.18	G.Arası	8640.11	3	2880.04	2.77	0.041*
	Alt orta	26	119.85	29.12	G.İçi	394449.26	380	1038.02		
	Orta	29	123.83	40.62	Toplam	403089.37	383			

	Yüksek	231	122.42	30.95						
	Toplam	384	125.07	32.44						
Kırılgan Narsisizm	Düşük	98	37.30	9.07	G.Arası	1387.94	3	462.65	5.02	0.002*
	Alt orta	26	32.69	10.22	G.İçi	35033.91	380	92.19		
	Orta	29	33.31	12.03	Toplam	36421.85	383			
	Yüksek	231	32.93	9.42						
	Toplam	384	34.05	9.75						

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Farkındalık, Kabul Etmeme, Amaçlar, Matür Savunmalar alt boyutu aylık kazanç ortalaması değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$).

Aylık ortalama gelire göre Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği puanlarını ($F(3.380) = 3.10$, $p < 0.05$) karşılaştırdığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklar bulunmuştur. Levene's testi uygulandıktan sonra gruplar arasındaki varyans dağılımının homojen olmadığı görülmüştür ($p < 0.05$). Games-Howell testi sonuçlarından, post hoc testinin varyanslarda homojenliği sağlamadığı durumda, düşük gelirli olanların yüksek gelirli olanlardan daha yüksek puan ortalamalarına sahip olduğu belirlenebilir.

Açıklık alt ölçeğinden elde edilen puanları ($F(3.380) = 3.82$, $p < 0.05$) aylık gelir ortalamasına göre karşılaştırdığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Grup varyans dağılımının homojen ($p > 0.05$) olduğu Levene's testi ile belirlenmiştir. Post hoc testinin varyans homojenliği sağlandığında yapılan Tukey testi bulguları sonuçlarına göre, düşük düzeyde geliri olanların aldığı puanların yüksek düzey geliri olanlardan daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Strateji alt ölçeğinden elde edilen puanları ($F(3.380) = 4.31$, $p < 0.05$) ortalama aylık gelire göre karşılaştırdığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Levene testi uygulandıktan sonra gruplar arasındaki varyans dağılımının homojen olmadığı görülmüştür ($p < 0.05$). Post hoc testlerde varyansın homojenliği garanti edilmeden yapılan Games-Howell testi sonuçlarına göre düşük gelirli olanların yüksek gelirli olanlardan daha yüksek puan ortalamalarına sahip olduğu belirlenmiştir.

Aylık gelir ortalamasına göre Dürtüsellik alt ölçeğinden alınan puanları karşılaştırdığımızda ($F(3.380) = 3.65$, $p < 0.05$), ortalamalar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Levene testi uygulandıktan sonra gruplar arasındaki varyans dağılımının homojen olmadığı görülmüştür ($p < 0.05$). Post hoc testinin varyans homojenliği sağlanmadığında yapılan Games-Howell testi bulguları sonuçlarına göre, düşük düzeyde

geliri olanların aldığı puanların yüksek düzeyde geliri olanlardan daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

İmmatür Savunmalar alt ölçeğinden ($F(3.380)=5.33, p<0.05$) elde edilen puanları aylık kazanç ortalamasına göre kıyasladığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Grup varyans dağılımlarının homojen olduğuna Levene's testi ile karar verilmiştir ($p>0.05$). Post hoc testinin varyans homojenliği sağlandığında yapılan Tukey testi bulguları sonuçlarına göre, düşük düzeyde geliri olanların aldığı puanların yüksek düzeyde geliri olanlardan daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Nevrotik Savunmalar alt ölçeğinden ($F(3.380)=2.74, p<0.05$) elde edilen puanları aylık kazanç ortalamasına göre kıyasladığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Grup varyans dağılımlarının homojen olduğuna Levene's testi ile karar verilmiştir ($p>0.05$). Post hoc testinin varyans homojenliği sağlandığında yapılan Tukey testi bulguları sonuçlarına göre, düşük düzeyde geliri olanların aldığı puanların yüksek düzeyde geliri olanlardan daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Büyüklenmeci Narsisizm alt ölçeğinden alınan puanları ($F(3.380)=2.77, p<0.05$) aylık ortalama gelire göre karşılaştırdığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklar bulunmuştur. Levene testi, grup varyans dağılımının homojen olduğunu belirlemiştir ($p>0.05$). Post hoc varyans homojenliği testleri yapıldığında Tukey testi sonuçlarına göre, düşük gelirli olanların yüksek gelirli olanlardan daha yüksek puan ortalamalarına sahip olduğu belirlenmiştir.

Kırılgan Narsisizm alt ölçeğinden elde edilen puanları ($F(3.380) = 5.02, p < 0.05$) ortalama aylık gelire göre karşılaştırdığımızda, ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Levene testi, grup varyans dağılımının homojen olduğunu belirlemiştir ($p>0.05$). Post hoc testinin varyans homojenliği sağlandığında yapılan Tukey testi bulguları sonuçlarına göre, düşük düzeyde geliri olanların aldığı puanların yüksek düzeyde geliri olanlardan daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

TARTIŞMA

Bu çalışma, genç erişkin bireylerde savunma mekanizmalarının narsisistik kişilik özelliklerinin ve duygu düzenleme güçlüğüünün yordayıcısı olup olmadığını saptamak amacıyla yapılmıştır. Aynı zamanda ilgili değişkenlerin; yaş, cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum gibi çeşitli sosyodemografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediği ele alınmıştır.

Yapılan analizler sonucunda katılımcıların çeşitli ölçeklerden aldıkları puanlar, medeni durum, yaş, cinsiyet, eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği saptanmıştır. Bu bulgu doğrultusunda H1 hipotezinin doğru olduğunu söylemek mümkündür (H1: Sosyodemografik değişkenlere göre, genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları farklılaşmaktadır.)

Katılımcıların immatür savunma ölçek puanının cinsiyete göre farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Ortalamalara bakıldığında erkeklerin, kadınlara oranla daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Parekh ve arkadaşları (2010), yaptıkları araştırmada erkeklerde immatür savunma mekanizmalarının kadınlara oranla daha yaygın olduğunu saptamıştır. Literatüre bakıldığında, kadın ve erkeklerin farklı savunma mekanizmaları kullandıklarını belirten araştırmalar bulunmakla birlikte; bu durumun aksini vurgulayan çalışmaların da olduğu bilinmektedir. Whitty (2003), yaptığı çalışmalarda, ilkel ve olgun savunma düzenekleri karşılaştırılmış ve cinsiyet değişkeni ile söz konusu düzenekler arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmadığını ileri sürmüştür. Di Giuseppe ve arkadaşları (2019) nin Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Kliniği'nde yaptıkları bir çalışmada yaşları 14-18 arasında bir grup kız katılımcılarda nevrotik savunma düzeneklerini çok daha fazla kullandıkları bulmalarına karşın; savunmalarda cinsiyet bakımından bir farklılık değişim bulunmadığı saptanmıştır. Andrews ve ark. (1989) da verilerle paralel olarak savunma mekanizmalarının kullanımı açısından katılımcılar arasında cinsiyet bakımından herhangi bir fark bulunmadığı vurgusunu yapmıştır. Yaşar (2014)' ın araştırmasında yetişkinler ile yaptığı çalışmaya katılanların cinsiyetleri onların savunma mekanizmalarını kullanma düzeylerinde anlamlı bir farka sebep olmamakla birlikte kadın ve erkeklerin savunma düzeneklerini kullanma düzeylerinin birbirine yakın olduğu sonucu elde edilmiştir; ancak Çağatay (2014) tarafından üniversite öğrencileri ile

yapılan çalışmada savunma mekanizmalarının yaş değişkenine göre anlamlı derecede farklılaştığı bulunmuştur.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda erkeklerin kadınlara oranla daha fazla immatür savunma kullanmaları durumunu kültürel bağlamda açıklamak mümkündür. Psikanalitik açıdan bakıldığında ilkel savunmaların oral döneme ait fiksasyonlar neticesinde ortaya çıktığı bilinmektedir. Bireylerin doğuştan getirmiş olduğu yaşam (cinsellik) ve ölüm içgüdüleri ile yönlendirilen bir bebek, bu iki temel içgüdünün yarattığı gerilimi azaltmak ve ilkel narsisistik yapısını korumak amacıyla bastırma mekanizmasını kullanır (Brenner, 1977). Freud için diğer savunmalar da iki temel dürtünün ihtiyaçlarını karşılamaya çalışmakta, aynı zamanda bilinç düzeyinde algılanmasını engellemek adına uğraşmaktadır. Türkiye’de erkek çocuklarının toplumsal öğrenmeler ile aileleri tarafından baskılanması, duygusal yaşantılarını sembolize etmek yerine bilinçdışına iterek duygusal işlemlemeyi gerçekleştirememelerine neden olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda benliğe dair özsaygıyı sürdürmek ya da deneyimlenen herhangi bir kaygı, içsel gerilim yaratan duygu veya olay ile başa çıkmak adına kullanılan savunma mekanizmalarının kullanım oranı da artmış olabilir. Diğer yandan, erkek çocuğu kadar maskeleye yaşamayan görece daha çok aynalanan, duygularını sembolize eden kız çocukları karşılaştıkları kaygı durumları ile daha gelişmiş savunma mekanizmalarını kullanarak başa çıktığı düşünülmektedir.

Araştırmada İmmatür Savunmalar alt ölçeği puanları medeni duruma göre kıyaslandığında anlamlı düzeyde farklılık saptanmıştır. Bulgular incelediğinde, boşanmış olan katılımcıların aldığı puanların bekâr olan katılımcılara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Sivandian ve Besharat (2016)’ ın yaptıkları çalışmada medeni durum değişkenine göre savunma mekanizmalarının farklılık gösterip göstermediği ile ilgili araştırmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Uluslararası alanyazında Ghazwin ve ark. (2016) yaptıkları araştırmaya bakıldığında omurilik yaralanması ve uyum bozukluğu olan evli ve bekâr bireylerin savunma mekanizmaları değişkenine dair aldıkları puanların farklılık göstermediği saptanmıştır.

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu, immatür savunmalar alt ölçeğinden alınan puanların katılımcıların eğitim durumuna göre farklılık göstermesidir. Lise ve üniversite bitirmiş katılımcıların aldığı puanların lisansüstü eğitimi almış katılımcılara göre daha

yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Alanyazında savunma türlerinin eğitim düzeyi ile ilişkisinin incelendiği bir çalışmada savunma düzeneklerinin eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık yaratmadığı saptanmıştır (Albayrak, 2018). Literatür incelendiğinde, Gençoğlu (2019) tarafından yapılan bir araştırmada lise ve lise altı ile üniversite ve lisansüstü eğitim düzeylerini karşılaştırmış, immatür savunmaların lise ile altında olan katılımcıların daha yüksek puan aldıklarını ve matür ve nevrotik savunma biçimlerinin farklılaşmadığını ortaya koymuştur.

Literatürden edinilen bu bulgular ise yapılan çalışmanın verileri ile paralel değildir. Mevcut duruma bakıldığında, eğitim durumu ile savunma düzenekleri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular ve fikirler farklılık göstermektedir. Dolayısıyla bu farklılık eğitim durumu değişkeni dışında araştırmalara katılan bireylerin yaş, maddi durum, medeni hal ve cinsiyet gibi bazı etmenlerden kaynaklandığı düşünülebileceği gibi her çalışmanın eğitim düzeylerini farklı kategorilere ayırmasından da kaynaklanıyor olabilir.

Narsisizmin sosyo-demografik değişkenler açısından değerlendirilmesi sonucunda elde edilen bulgulara göre H2 hipotezinin doğru olduğunu söylemek mümkündür. (Sosyo-demografik değişkenlere göre genç erişkin bireylerde narsisizm ölçeği puanları farklılaşmaktadır.) Narsisizm ölçek puanının cinsiyete göre farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Elde edilen puanlara bakıldığında erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla daha yüksek puanlar aldığı bulgulanmıştır. Toplumsal cinsiyetçilik ve getirdiği roller göz önüne alındığında, erkeklere atfedilen güçlü olma, kendilerini gösterme, manipülatif tutumlarla üstünlük kurma çabaları düşünüldüğünde bu durumların aksini ortaya çıkaracak herhangi bir durumda benliği tehdit eden kişi ya da olaya karşı büyüklenmeci bir davranışa başvurabilecekleri düşünülebilir. Üzümcü (2016)' nün yaptığı bir çalışmasına bakıldığında, kadınların büyüklenmeci narsisizm ortalamalarının erkek katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha düşük olduğu saptanmaktadır. Uluslararası alanyazın incelendiğinde ise Türkiye'deki çalışmalar ile uyumlu olarak Grijalva ve arkadaşları (2014) tarafından yapılmış olan 31 yıl içinde yapılan araştırmalar meta analiz ile kapsamlı şekilde irdelenmiş, benzer olarak kadın katılımcıların büyüklenmeci narsisizm boyutu puanları erkeklere göre daha az çıkmıştır. Bu bağlamda, DSM-V'te bulunan bilgilere de bakıldığında, NKB tanı alma açısından erkeklerin %50 ile %75 arasında bir orana sahip olduğu görülmektedir (APA, 2013). Gabbard (2009), DSM' de yer alan NKB kriterlerinin daha çok büyüklenmeci narsisizm ile ilgili olduğu dikkate

alındığında, kadınların erkeklere göre daha düşük büyüklenmeci narsisistik özellikler taşıdığı söylenebilmektedir. Bu açıdan bakıldığında, erkeklerin daha çok büyüklenmeci narsisistik özellik taşımasına yönelik bulunan verinin literatürle paralel olduğu anlaşılmaktadır. Akoğlu (2022), çocuğun benliğini oluşturabilmesi adına gereken idealizasyon ve büyüklenmeci tutumların ebeveynleri tarafından aynalanıp, sembolize edilmek yerine agresyon ve aşağılamayla karşılanması halinde çocuğun artık eleştirilen, küçümsenen ve değersizleştirilen bir benlik oluşturacağına psikanaliz ekseninde vurgu yapmıştır. Bu çerçevede, büyüklenmeci narsisistik özellik taşıyan bireyler kırılgan narsisistik özellikleri olan bireylere göre kendilerini daha çok gizlemektedir. Diğer yandan, kırılgan narsisizmin kişiler arası iletişimde gerginlikler, iç dünyayla daha çok ilgilenme, utanç gibi durumları içeren yapılanması göz önünde bulundurulduğunda; cinsiyet faktörünün bu noktada toplumsal roller ile ilintili olarak erkeklerde daha çok maskelenmiş olabileceği ve bu nedenle büyüklenmeci narsisizm ortalamalarının kadınlara göre anlamlı olarak yüksek çıkmasını açıklayabileceği yorumu yapılabilir.

Büyüklenmeci Narsisizm alt ölçeğinden, Kırılgan Narsisizm alt ölçeğinden elde ettikleri ortalamalar çalışma durumu faktörüne göre ölçeklerden toplanan veriler arasında anlamlı şekilde bir farkın olduğu bulgulanmıştır. Veriler incelendiğinde, çalışmayan katılımcıların çalışan bireylere oranla daha yüksek puan aldığı görülmektedir. Alanyazına bakıldığında; narsisist kişilik özelliklerinin bireylerin örgütsel bağlılık davranışı sergileme, iş tatmini ve iş performansı düzeylerini olumsuz yönde etkilediği, bir yandan da verimliliğe karşı davranış sergilemelerine ve yöneticilerine karşı aldırış etmeden hareket etmelerine sebep olduğu savunulmaktadır (Kanten, 2014). Yurtdışı çalışmalardan birinde, narsisizmin performansa etkisine bakılmış, narsisist özellik gösteren çalışanların zor işlerde diğer çalışanlara oranla daha iyi performans sergiledikleri ve narsisist kişilik özelliklerinin çeşitli performans gerektiren işlerde uygunluk gösterebileceği saptanmıştır (Wallace ve Baumeister, 2002). Bu bağlamda, araştırma kapsamında olan genç erişkin kitle arasında çalışan bireylerin narsisist kişilik özelliklerine uygunluk gösteren işlerde çalıştıkları bu nedenle ankette çalışma değişkenini ölçen sorulara daha az baskı altında hissederek cevap verdikleri düşünülebilir. Çalışmayan kesimin gelir düzeyiyle de ilintili olarak daha sınırlı imkânlarla sahip olduğu, bu nedenle kırılgan narsisistik özelliklerini daha ön planda tutarak gizli büyüklenmeci fanteziler geliştirdikleri yorumu yapılabilir.

Büyüklenmeci Narsisizm, Kırılgan Narsisizm alt ölçeği medeni hal değişkeni yönünden karşılaştırıldığında elde edilen sonuçlar arasında anlamlı şekilde bir farklılığın olmadığı gözlemlenmiştir. Literatür incelendiğinde; Akar (2014), çalışmasında bu araştırma ile uyumlu olarak katılımcıların medeni durumlarına göre söz konusu puanların farklılık göstermediği bulgusuna ulaşıldığı görülmektedir. Diğer yandan, yöneticilerde narsisizm üzerine yapılan bir çalışmada evli bireylerin narsisizm puanlarının bekâr katılımcılara göre anlamlı derecede daha düşük olduğu sonucu elde edilmiştir (Çoban ve İrmiş,2018). Yapılan çalışmanın genç erişkin bireyler ile yapıldığı göz önünde bulundurulduğunda, mevcut yaş skalasında yer alan bireylerin puanlarının anlamlı bir farklılık oluşturmamış olabileceği düşünülmektedir.

Büyüklenmeci Narsisizm, Kırılgan Narsisizm alt boyutu Açıklık alt ölçeği puanları eğitim değişkeni üzerinden kıyaslandığında puanlar arasında anlamlı farklılık bulunmuştur, lise ve üniversite eğitimi tamamlamış olanların puanlarının lisansüstü eğitimi almış olanlara göre daha yüksek ortalama elde ettiği görülmüştür. Literatür incelendiğinde; Çakır (2018), yetişkinler üzerine yaptığı bir çalışmada kırılgan ve büyüklenmeci narsisizm puanlarının farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Karaaziz ve Atak (2013) yaptıkları çalışmada benzer sonuçlar elde edilmiştir. Mevcut araştırmalardan farklı olarak lisansüstü eğitim düzeyine sahip bireylerin daha yüksek puan alması, eğitim durumunun getirdiği statüsel farklar noktasında açıklanabilir. Kırılgan narsisistik özellik gösteren bireyler negatif değerlendirmeye yönelik tahammülsüzlük, onay arayışı ve zayıflıkları inkâr gibi durumlar ile baş etmekte zorluk yaşayabilmektedir. Örneğin, lise mezunu fakat eğitim düzeyini daha ileriye taşımak isteyen bir bireyin bunu gerçekleştirememesi ve bunu kendisinde bir eksiklik olarak nitelendirerek kırılgan narsisistik kişilik özellikleri göstermesi şeklinde yorum yapmak mümkündür. Ayrıca, bu bireylerin eğitim almaları onlara ilerleme gücü katabilir.

Büyüklenmeci ve Kırılgan Narsisizm alt boyutundan toplanan verileri aylık kazanca göre karşılaştırdığımızda puanlar arasında fark olduğu bulgulanmıştır. Düşük düzeyde geliri olanların yüksek puanlar aldığı saptanmıştır. Narsisizm üzerine yapılan farklı araştırmalarda narsisizm puanlarının maddi gelir düzeyine göre değişmediği saptanmıştır (Gönülalan, 2019; Üzümcü, 2016). Uluslararası literatür incelendiğinde birçok çalışmada maddi gelir durumu ile narsisizm arasında anlamlı ilişki bulunduğu ve maddi refah düzeyi yükseldikçe narsisizmin paralel olarak arttığı saptanmıştır.

Mevcut araştırmaların yanısıra, Kardaş (2017)'ın üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada bu araştırmanın bulguları ile uyumlu olarak düşük maddi duruma sahip öğrencilerin kırılğan ve büyüklenmeci narsisizm ortalamalarının diğerklerine oranla anlamlı olmayacak şekilde yüksek bulunduğıu saptanmıştır. Aynı şekilde yapılan başka bir araştırmada narsisistik özellikler ile aile gelir düzeyi arasında negatif korelasyon olduğıu bulunmuştur (Barry ve ark., 2007). Bu çerçeveden bakıldığında, daha düşük ekonomik düzeye sahip olan bireylerin daha çok narsisistik özellikler göstermesi kırılğan narsisizm ile açıklanabilir. Kırılğan narsisizm ve gelir düzeyi arasındaki ilişki noktasında, düşük ekonomik gelire sahip grubun daha fazla maddi gelire sahip olan gruba oranla imkânlarının kısıtlı olabildiğini söylemek mümkündür. Dolayısıyla, düşük gelire sahip bu bireyler, yaşadıkları bu kısıtlı koşulların getirdiğı olumsuz duyguların üstesinden gelmek adına, eleştiriye karşı duyarlılık, içe dönük olma, aşırı mütevazî olma gibi kırılğan narsisizme işaret eden davranış şekilleri ve büyüklenmeci fanteziler taşıyor oldukları düşünülebilir. Ayrıca yaşamış oldukları imkânlardan ötürü bu fantezilerini gizleyerek Gabbard'ın ifadesi ile “sessiz büyüklenmeci” bir şekilde ifade ediyor olabilirler (Gabbard, 1989).

Araştırmadan elde edilen bulgularda ilkel mekanizmalar ve matür savunmalar yordayıcı değışkenleri duygu düzenleme güçlüğü yordanan değışkeni için anlamlı yordayıcı olduğıu bulgulara göre tespit edilmiştir. İşlemler sonucu elde edilen regresyon modelindeki bağımsız değışkenler duygu düzenleme güçlüğündeki değışimin %17'sini oluşturduğıu saptanmıştır. Betaya göre görelî etki sırası immatür savunmalar, matür savunmalar şeklindedir. Duygu düzenleme güçlüğündeki değışimi en iyi açıklayan değışkenin immatür savunmalar değışkeni olduğıu saptanmıştır. Elde edilen bu sonuç, benlik değışerini koruyabilmek adına dışsal tehlikeleri yalıtarak bireyin kendisini güvende hissetmesini sağılayan mekanizmaların ilkel şekli olan immatür savunmaların, dışsal durum ve olayları algılamak ve yorumlamak noktasında ilkel kalması kişilerin duygularını anlamlandırma ve düzenleme noktasında güçlüklerle yol açabileceğıi olarak yorumlanabilir.

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeğinden aldıkları puanlarda erkeklerin, kadınlara; çalışmayanların çalışanlara, tanısı konmamış fakat süregelen fiziksel bir yakınma durumu var diyenlerin; yok diyenlere, lise ve üniversite mezunu olanların lisansüstü mezunu olanlara göre, düşük düzeyde geliri olanların yüksek düzeyde geliri olanlara göre daha yüksek ortalamaya sahip oldukları gözlenmiştir. Diğerk yandan, tanısı konmuş kronik bir

fiziksel hastalık olma, medeni durum değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamı düzeyde bir farklılığın olmadığı saptanmıştır. Bu bulgular doğrultusunda, H3 hipotezinin doğru olduğunu söylemek mümkündür. (H3: Sosyo -demografik değişkenlere göre, genç erişkin bireylerde duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri farklılık göstermekte midir?)

Katılımcıların Duygu Düzenleme Güçlüğü ölçeğine verdikleri yanıtlarından elde edilen ortalamalar karşılaştırıldığında erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla daha yüksek ortalama aldığı tespit edilmiştir. Bora (2019) yaptığı araştırmada cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Literatür incelendiğinde cinsiyet değişkeni üzerinden anlamlı farklılık olmadığını belirten çeşitli araştırmalara rastlamak mümkündür (Aydın, 2018; Saruhan, 2018). Uluslararası alanyazına bakıldığında, Harris ve arkadaşlarının (2018) yaptığı intihar teşebbüsünde bulunmuş ve bulunmamış hasta grubundan elde edilen veriler de anlamlı bir ilişki olmadığı yönünde benzerlik göstermektedir. Ancak mevcut araştırmada narsisizm ile ilintili bulunan duygu düzenleme güçlüğü bu anlamda çok boyutlu olarak ele alınabilir. Yapılan araştırmalarda, patolojik narsisizmin kırılgan boyutunda olanlar daha çok kaçınmacı, büyüklenmeci boyutunda yer alanlar ise kaygılı bağlanmayla ilişkilendirilmişlerdir. Literatürde narsisizmin sorunlu unsurlarından birinin duygu düzenleme konusundaki güçlükler olduğuna vurgu yapılmıştır. Bu bağlamda, birincil bakım verici tarafından reddedici, soğuk ve yıkıcı bir şekilde karşılanan çocuk duygularını yeterince sembolize edemez ve beyinde duygu gelişimi ile ilgili bölge gelişimini sürdüremez. Bu noktada ilerleyen dönemde duygularını regüle etmekte sıkıntı yaşayabilir. Cinsiyet değişkeni üzerinden bakılacak olursa, kültürel roller ve bağlam göz önünde bulundurulduğunda erkek çocuklarının duygularını yaşamak konusunda çokça bastırıldıkları, maskeleye yapmaya maruz bırakıldıkları bu nedenle de duygularını kodlama, yansıtma, sembolize etmede yeterince gelişemeyerek ilerleyen dönemde duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkları yorumu yapılabilir.

Çalışma durumu değişkeni kapsamında elde edilen bulgular doğrultusunda; çalışmayanların, çalışanlara göre daha yüksek ortalamaya sahip oldukları görülmüştür. Literatür incelendiğinde, değişkene yönelik çalışmaların kısıtlı olduğu görülmüştür. Bu noktada, çalışma durumlarını kişiler arası ilişkiler temelinde incelemek anlamlı olabilir. Duygular, daha çok diğer bireylerle kurulan iletişim neticesinde oluşmaktadır ve bir

bağlama tabiidir (De Rivera 1984, Oatley ve Johnson Laird 1987, Andersen ve Guerrero 1998). Bu nedenle duygu düzenlemeyi kişiler arası şartlara bağlamak da mümkündür. Örneğin, söz konusu duruma dair yapılmış bir araştırma; keder, kızgınlık, korku tipi hislerin yalnız olunduğunda en düşük şekilde yaşandığını göstermekteyken, hislerin daha çok biriyle birlikte yaşandığını ve bu durumu hislerin bir toplulukta iken deneyimlenmesi durumunun takip ettiği bulgusunu öne sürmüştür (Scherer ve ark., 1988). Bir diğer araştırmada ise mevcut duygu durumlarının daha çok başka kişilerin davranışlarıyla ilintili olduğunu savunmaktadır. Sonuç olarak, insanların bir topluluk içinde deneyimledikleri olay ve/veya durumlar, bu tip duyguların oluşmasına neden olabilmektedir (Oatley ve Duncan 1992, 1994). Bu çalışmalar ile uyumlu olarak, Gross ve arkadaşları (2006), duyguları düzenleme işleminin de yüksek oranda (%98) öteki insanlarla beraberken ortaya çıktığını vurgulamakta, duyguları regüle etme süreçlerinin iç ve dış dünyaya dair süreçlerin birlikteliğinden meydana geldiğini savunmaktadır (Thompson, 1994). Çoğunlukla toplumsal ortamda oluşan hislerin düzenlenme durumu da genellikle içsel gayretin yanında kişilerle olan iletişimlerin de düzenlenmesini içermektedir. Bu açıdan duygu düzenleme, son dönemde en çok bahsi geçen bağlamsal etmenlerden olarak görülmektedir (Aldao, 2013). Bu doğrultuda, çalışmayan bireylerin başka insanlarla kurdukları iletişimin çalışan bireylere oranla daha az olması, duyguların ve düzenleme süreçlerinin ortaya çıkması adına bağlamsal faktörün eksik olması yönünden açıklamak mümkündür.

Duygu Düzenleme Ölçeğine tanısı konmamış fakat süregelen fiziksel bir yakınma durumu değişkenine katılımcıların verdiği yanıtlardan elde edilen puanlar doğrultusunda tanısı konmamış fakat süregelen fiziksel bir yakınma durumu var diyenlerin; yok diyenlere göre daha yüksek ortalamaya sahip oldukları anlaşılmıştır. Duygularını ifade edemeyenlerin bedeni konuşur, bu bağlamda istenmeyen arzu ve dürtüler, dile getirilmeyen sorunlar kendini yakınmalarla gösterebilir. Duygu düzenlemede zorluk, olumlu olmayan hislerin dışavurumunda davranım, sıklık ve değişme sürati açısından deneyimlenen sorunlar şeklinde tarif edilmektedir (Shields ve Cicchetti 1997; Thompson, 1994). Fiziksel yakınması olan bireylerin bedenlerinde oluşan yakınmaların neden kaynaklandığını tanımlayamamalarından dolayı oluşan olumsuz duyguların da anlamlandırılmayarak duruma uygun duygusal düzenleme stratejilerinin kullanılamamasının, duygu düzenleme güçlüğüne neden olabileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların Duygu Düzenleme Güçlüğü ölçeğine verdikleri yanıtlarından elde edilen ortalamalara göre medeni durum değişkeni için anlamlı düzeyde bir farklılığın olmadığı saptanmıştır. Literatür incelendiğinde, bu konuda yapılan araştırmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Araştırma bulgularına paralel olarak, Arpınar (2020)'ın yaptığı bir araştırmada, çalışmaya katılan kişilerin olumlu yeniden odaklanma, plan yapmaya yeniden odaklanma, olumlu yeniden değerlendirme, olayın değerini azaltma, felaketleştirme, diğerlerini suçlama puanlarının medeni durum değişkenine göre farklılık bulunmadığı görülmüştür. Duygu düzenleme stratejilerinin daha çok bireyin yetiştiği aile ve sosyal ortam ile şekillendiği, ihmal eden sınırları olmayan ailelerde yetişen bireylerin ruminasyon ve olumsuz duygu düzenleme stratejilerine daha sık başvurduğu bildirilmiştir. Bu çerçeveden bakıldığında, medeni durumun bireylerin kullandığı duygu düzenleme stratejileri üzerinde önemli ölçüde bir fark yaratmadığı, duygu düzenleme güçlüğüne ortaya çıkaran etmenlerin daha çok bağlamsal ve çocukluk çağına dair olduğu söylenebilmektedir.

Katılımcıların Duygu Düzenleme Güçlüğü ölçeğine verdikleri yanıtlarından elde edilen ortalamalara göre eğitim düzeyi faktörü yönünden karşılaştırıldığında ise anlamlı olarak bir farklılığın bulunduğu görülmüştür. Lise ve üniversite mezunu olanların aldığı puanların lisansüstü mezunu olanlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Alanyazına bakıldığında, çalışmadan çıkarılan sonuçlarını destekler nitelikte, eğitim düzeyi ilköğretim seviyesinde olan kişilerin olumsuz duygu düzenleme stratejilerini daha fazla kullandıkları gösterilmiştir (Balzarotti, ve ark., 2014; Garnefski ve ark., 2002). Nitekim başka bir araştırmada da Arpınar (2020), suçluluk duygusu, kabullenme, tekrarlayıcı düşünceler, yeniden odaklanma, olumlu şekilde tekrar gözden geçirme ve durumun değerini düşürme alt boyutlarında yüksek lisans/doktora mezunu olanların lehine anlamlı farklılaşma olduğunu bildirmiştir. Bu noktada, bireylerin aldıkları eğitimler ile bilinç seviyelerinin, duyguları anlama ve ifade etme becerilerinin de artması ile olumlu duygu düzenleme stratejilerinin kullanımının da arttığı söylenebilmektedir.

Duygu düzenleme ölçeğinden elde edilen puanları aylık kazanç ortalaması üzerinden karşılaştırdığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir, düşük düzeyde geliri olanların aldığı puanların yüksek düzeyde geliri bulunan katılımcılardan daha yüksek puanlar elde ettikleri görülmüştür.

Alanyazın incelendiğinde, Arpınar (2020)' in bilişsel duygu düzenleme stratejilerine ilişkin yaptığı bir araştırmada, katılımcılardan geliri düşük olanlarda ruminasyon ve olumlu yeniden değerlendirme alt boyutlarında en yüksek ortalamalar saptanırken, olayın değerini azaltma düzeyi ise yüksek geliri olanlarda saptanmıştır. Diğer yandan, Côté ve arkadaşları (2010) yaptıkları bir çalışmada gelir düzeyinin duygu düzenleme stratejileri noktasında anlamlı farklılaşma oluşturan bir etmen olduğu ortaya konmuştur.

İmmatür savunmalar ve matür savunmalar bağımsız değişkenleri kırılğan narsisizm bağımlı değişkeni için anlamlı yordayıcı olduğu bulgulara göre tespit edilmiştir. İşlemler sonucu elde edilen regresyon modelindeki bağımsız değişkenler kırılğan narsisizmdeki değişimin %11'ini oluşturduğu saptanmıştır. Betaya göre görece etki sırası matür savunmalar, immatür savunmalar şeklindedir. Bu noktada H4 ve H7 hipotezlerinin doğru olduğunu söylemek mümkündür. (H4: Genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları ile narsisizm ölçeği puanları arasında anlamlı düzeyde ilişki vardır/ Genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları narsisizm ölçeği puanlarını anlamlı düzeyde yordamaktadır). İmmatür savunmalar, ilkel savunma mekanizmaları olarak kabul edilir ve yaşamın ilk yıllarında dış dünya ile iç gerçeklik arasındaki uyumun sağlanamamasına neden olan savunma düzenekleridir (McWilliams, 2013). Küçük yaşlarda kullanımı sağlıklı olarak nitelendirilse de yetişkinlikte de yoğun olarak bu ilkel savunma mekanizmalarının kullanılması psikopatoloji göstergesi olabilmektedir. Kırılğan narsisizmde boşluk hissi, şiddetli kaygı, utanç, değersizlik duygusu, sosyal olarak çekingenlik, içedönüklük, başkalarının olumsuz değerlendirmelerine karşı hoşnutsuzluk sık rastlanan durumlardır (Rose, 2002; Dickinson, 2003). Bu çerçeveden bakıldığında, ilkel savunmaların kırılğan narsisizmin ortaya çıkardığı bu durumlar ile başa çıkmak noktasında önemli bir rol üstlendiği söylenebilmektedir. Narsisizmde önemli bir etmen olarak görülen savunma mekanizmalarının şiddetli kaygılar ve utançla ilişkili olduğu ortaya konmuştur (Kernberg, 2015; Robins, 2001). Mizah, beklenti ve bastırma gibi durumlara uyarlanabilir savunma mekanizmaları, bireyin yaşadığı kararsızlık ya da kabul etmek istemediği gerçekler gibi hoş olmayan duygusal yaşantılarla başa çıkmasına imkân sağlamaktadır. Savunma mekanizmaları, yaşanan deneyime göre esnek bir şekilde kullanılabilirler ve olumsuz duygusal tepkileri başarıyla en aza indirgeyebilirler. Bireyin hoş olmayan ya da kendisini utandırdığı bir durumda, yaşamaktan hazzetmediği utanma duygusunu şaka yaparak

atlatılması buna örnek gösterilebilir (Cramer, 2015). Narsisizmdeki savunma mekanizmaları bakım veren tarafından erken dönemde reddedilme, yıkıcı ve değersizleştirme sonucunu olarak nitelendirilebilir (Prunas ve ark. 2018). Narsisist özellikler taşıyan kişi, birincil bakım vericinin tutarsız davranışları, duygusal tepkilerinin getirisi olarak yaşadığı başa çıkamadığı kaygılara, utanca ve benlik saygısına yönelik tehditlere karşı savunmak için bilinçsiz olarak savunma mekanizmalarını geliştirir (Kernberg, 1970). Narsisizmin temel noktasında büyüklenmeci fanteziler, kendini ve diğerlerini değersizleştirme ve idealleştirme, inkâr ve dışsallaştırma, bölmeye dayalı, yansıtmacı savunmaların büyük yer tuttuğu söylenebilir. İdealizasyon ve değersizleştirme savunma mekanizmaları birbirlerini tamamlayıcı nitelikte ilerlemektedir, bireyler kendilerini idealize ettiklerinde diğer bireyleri değersizleştirmektedirler. Narsisistik özellikler gösteren bir birey karşısındaki kişiyi, kendisinde bulunan bir kusuru temsil ettiğini düşünmesi nedeniyle değersizleştirebilmektedir. Bu mekanizmaların bilinçsiz kullanımı narsisist birey için her şeye gücü yeten, önemli fantezi dünyasını sürdürmek ve kabul edilmesi zor olarak nitelendirdiği gerçeklerden kaçmasının bir yolu olarak karşımıza çıkmaktadır (Perry, 2019). Bu bilgiler ışığında, narsisistik özellikleri olan bireylerde saklı kalmış değersizlik duygusu onların diğer bireylerin hayranlık ve saygısını kazanmak için mükemmel bir görünüm sergilemeleri eğilimine neden olmaktadır (Ronningstam, 2010). Görüldüğü üzere; narsisistik özellikleri yüksek olan bireyler kusurlarının görülmesini istememeleri, bulundukları ortamda reddedilmeye karşı tahammül seviyelerinin düşük olması nedeniyle mükemmeliyetçi davranışlarda bulunmaktadırlar (Smith ve ark., 2016). Örneğin, İdealizasyon savunma mekanizmasında kişinin kusursuzluğunu bir diğer kişiye yansıtması ile sınırsız, tüm güçlü, idealleştirilmiş ebeveyn imagosu var olmaktadır (Akça, 2017). Araştırmadan elde edilen bulgular ışığında, kırılğan narsisizmin yarattığı boşluk hissi, şiddetli kaygı, utanç, değersizlik duygusu, sosyal geri çekilme içedönüklük, eleştiriye karşı düşük tolerans ve kaçınan özelliklerin getirdiği içsel gerilimle başa çıkmak noktasında bireylerin immatür ve matür savunma mekanizmalarını kullandığı söylenebilir.

İmmatür savunmalar bağımsız değişkeni ile duygu düzenleme güçlüğü bağımlı değişkeni için anlamlı yordayıcı olduğu bulgulara göre tespit edilmiştir. Betaya göre, duygu düzenleme güçlüğündeki değişimi en iyi açıklayan değişkenin immatür savunmalar değişkeni olduğu saptanmış, elde edilen bulgu doğrultusunda H5 ve H8 hipotezlerinin

doğru olduğunu söylemek mümkündür. (H5: Genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları ile duygu düzenlemede zorluk düzeylerinde anlamlı şekilde ilişki bulunmaktadır/ Genç erişkin bireylerde immatür savunma mekanizmaları puanları duygu düzenleme güçlüğü düzeylerini anlamlı düzeyde yordamaktadır) Savunma mekanizmaları; bireylerin duygusal çatışmalar ile içsel ve dışsal kaynaklı stres kaynaklarına karşı verilecek tepkileri düzenlenmesinde aracı rol üstlenmektedir. Çoğu kez bilinçdışı işleyen süreçler olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu doğrultuda kendiliğinden ortaya çıkar ve bunun için bilinçli bir çabaya gerek duymamaktadır. Bu açıdan bakıldığında duyguyu düzenli hale getirme aşamalarından farklılık göstermektedir. Duyguyu düzenli duruma getirme aşamaları savunma düzeneklerinden daha çok, bilinç düzeyinde başa çıkma yöntemleriyle benzerlik göstermektedir (Rice ve Hoffman, 2014). Aynı zamanda 2015'te Waqas ve arkadaşlarının yaptığı çalışmaya göre olgun başa çıkma düzeneklerinin kullanımı, olması gereken duyguyu düzenleme aşamaları açısından önem taşımaktadır. Alanyazına bakıldığında, iki ana değişken arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların oldukça az olduğu görülmüştür. Mevcut araştırmalarda, savunma mekanizmaları ve duygu düzenlemeye ilişkin çalışmalar çoğunlukla aleksitimi ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Gross (1998), duyguları düzenleme durumunu mevcut hisleri algılama ve kabullenme, yaşantılama ve sözel dışavurum süreci şeklinde ifade etmiştir. Onun bu tanımlamalarıyla benzeşir nitelikte aleksitimi kavramı için de 5 temel boyuttan bahsettiği vurgulanmaktadır. Bu boyutlar; hislerle bağ kurmak noktasında yaşanan güçlük, duyguları ifade etmekte güçlük, duygu deneyimleme konusuna dair potansiyelde noksanlık, başka birinin duygu veya düşünce şeklini hayal etmeye dair eksiklik ile sembolik düşünmek noktasında yaşanan sınırlılıktır (Chen ve ark., 2011). Bu bakımdan aleksitimi duyguların işleme aşamalarına dair özel bir bozukluk niteliğindedir ve alanyazına bakıldığında klinik ve klinik tablo dışındaki örneklerde aleksitimi ve ilkel savunmalar arasında pozitif korelasyon bulunmuş (Wise ve ark., 1991; Parker ve ark., 1998; Helmes ve ark., 2008; Çağıl, 2011). Shehata ve Hussein Ramadan (2017)'in duyguları düzenlemede zorluk ve savunmalar arasında bulunan ilişki üzerine yaptığı çalışmalarda ilkel savunmalar ile baskı kuran duygu düzenleme aşamaları arasında pozitif korelasyon olduğu bulgulanmıştır. Çalışma bulguları, mevcut araştırmanın bulguları ile uyumlu olmakla beraber “ilkel savunmaları

sıklıkla kullanan bireyler duygularını regüle etmek noktasında zorluk yaşamaktadır” şeklindeki hipotezi doğrulamaktadır.

Kırılğan Narsisizm ve Büyüklenmeci Narsisizm, Duygu Düzenleme Güçlüğü değişkenleri arasında pozitif yönlü zayıf ve orta düzeylerde ilişkiler saptanmıştır. Bu doğrultuda H6 hipotezinin doğru olduğunu söylemek mümkündür. (H6: Genç erişkin bireylerde duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri ile narsisizm ölçeği puanları arasında anlamlı düzeyde ilişki vardır.) Literatüre bakıldığında duygu düzenleme ve narsisizm arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda narsisistik kırılğan olma ile duygu düzenleme yöntemlerine ulaşmada zorluk, duygu içeren olayı anlamlandırma ve kabullenme zorluğu gibi faktörlerde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur (Di Pierro ve ark., 2017). Farklı bir araştırmada ise büyüklenmeci narsisizm ile duygu düzenleme arasında negatif korelasyon bulunduğu, kırılğan narsisizm ve duygu düzenleme güçlüğü arasında ise pozitif korelasyon bulunduğu anlaşılmıştır (Zhang ve ark., 2017). Alanyazında, duygu düzenleme güçlüğü'nün kırılğan narsisizm ile olan ilişkisinde bağlanma kavramının önemi birçok kez vurgulanmıştır. Bowlby'nin (1982), bağlanma kuramından yola çıkarak çocukluk döneminde karşılaşılan kayıp ve umutsuzluk duygularının ilerleyen zamanlarda psikolojik sorunlara sebep olabileceğini savunması psikopatoloji ve bağlanma kavramının arasındaki ilişkinin incelenmesine neden olmuştur. Bebeklik döneminde henüz kendi ihtiyaçlarını karşılayamayan bebek, bakım verenlerin bebeğe olan tepkileri üzerinden duygularını düzenlemeyi öğrenmektedir (Derryberry ve Rothbart, 1988). Psikanalitik kuram bu durumu; bakım veren tarafından yeterli düzeyde aynalanmayan çocuğun bu dönemde gelişmekte olan kendilik yapılarının yeterince bütünleşememesi üzerinden açıklamaktadır. Kernberg' e göre bebeklik narsisizminde saplanan kişi, ideal benliğini ideal nesne ve gerçek benlik imgelerini yeterince bütünleştiremez. Kohut ise narsisistik özelliklerin ortaya çıkış noktasını ‘narsisistik mükemmellik’ safhasında yaşamış olduğu hayal kırıklığı ile açıklamaktadır. Çocuğun narsisistik benlik veya büyüklenmeci benliğin, birincil bakım vericinin çocuğun davranışlarını aynalaması ile elde edeceği tatmin duygusunu tatmasına izin verilmediği zaman ortaya çıktığı belirtilmektedir (Russell, 1985). Birincil bakım vericinin reddedici, yıkıcı ve çocuğu kendi benlik nesnesi olarak kullanması, düzenleyemediği duygusal tepkilerin çocuğun da duygusal tepkilerini düzenleyememesine yol açmaktadır. Yaşamın ilk yıllarında bakım veren tarafından aynalama, davranışlara olumlu ya da olumsuz geribildirimler verilmesi,

çeşitli duyguların sembolize edilerek işlenmesi gibi durumların prefrontal korteksin gelişimini olumlu yönde etkilediği bilinmektedir. Bu bağlamda; aynalanmayan, duyguları sembolize dilmeyen çocuğun prefrontal korteksi gelişemez, ilerleyen dönemde duygularını düzenlemek noktasında sorun yaşayabilir. Bakım verenin reddedici, soğuk ve yıkıcı bu tutumu çocuk tarafından geliştirilen sahte kendilik ekseninde duygu düzenleme gücü ile temellenerek narsisizm eğilimini arttırabilmektedir. Araştırmalar doğrultusunda; yaşamın ilk yıllarında çocuğun deneyimlediği yetersiz aynalanma ve yetersiz duygu işlenmesi sonucunda çocuğun duygularını regüle edemediği ve narsisistik kişilik özellikleri ile ilgili olduğu söylenebilmektedir.



SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, ilkel savunma düzenekleri ile narsisistik kişilik örgütlenmeleri ve duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Aynı zamanda ilkel savunma mekanizmalarının narsisistik kişilik özellikleri ve duygu düzenleme güçlüğü için anlamlı bir yordayıcı olduğu bulgulanmıştır. Başka bir deyişle, ilkel savunma mekanizmalarının kullanımı arttıkça kişilerde narsisistik kişilik özellikleri ve duygu düzenleme güçlüğü de artmaktadır.

Erken dönemde birincil bakım verici tarafından yeterince aynalanmayan, duyguları sembolize edilmeyen çocuk tarafından içsel gerilimi ve kaygıyı azaltmak adına kullanılmaya başlayan ilkel ve nevrotik savunma mekanizmaları, yetişkinlik döneminde narsisistik kişilik özellikleri ve buna eşlik eden duygu düzenleme güçlüğüne ortaya çıkarmaktadır. Sosyodemografik değişkenler açısından bakıldığında, her bir ana değişken için farklı bulgular elde edilmiştir. Medeni durum, çalışma durumu, tanısı konmuş fiziksel bir hastalığın olması gibi değişkenler temelinde narsisizm ve duygu düzenleme güçlüğü üzerine literatürde sınırlı sayıda araştırmanın olduğu görülmüştür. Bu anlamda, yapılacak çalışmalarda söz konusu boyutların farklı açılardan ele alınmasının alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu çalışma, 20-30 yaş arası genç yetişkinler ile yapılmıştır. İlerleyen dönemde yapılacak araştırmalarda yaş aralığının değiştirilerek ileri yetişkinlik yaş gruplarında aynı değişkenlerin ele alınarak çalışılması, daha geniş bir kitle ile neden sonuç ilişkisi saptamak adına daha güçlü bulgular sağlayacaktır. Anket formunun katılımcılara online olarak verilmiş olması, araştırmaya büyük oranda akıllı telefon, bilgisayar ve internet erişimi olan genç yetişkinlerin katılım sağladığını işaret etmektedir. Savunma mekanizmaları ile narsisistik kişilik özellikleri ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki bağlantının her bir sosyoekonomik kategoride hangi düzeyde benzerlik gösteren veriler verebileceğini görebilmek adına araştırmanın yüz yüze ve nispeten daha az sosyoekonomik kategorideki katılımcılarla da yapılması, ne gibi benzerlik ya da farklılıklar olduğunun görülebilmesi adına daha güçlü veriler sağlayacaktır.

Ruhsal sorunların her birey için farklı bir zemininin olduğu bilinmekle beraber, aynı durumun kişilerin kullanmış oldukları savunma düzenekleri ile duygu düzenleme stratejileri için de geçerli olduğu söylenebilir. Bu noktada, işlevsel bir tedavi planının

oluşturulabilmesi için bireyi en iyi biçimde tanımak gerekmektedir. Araştırmamızın bulgularından hareketle, tanı ve tedavi süreçlerinde danışanın kullandığı savunma biçimlerinin ve erken dönemden itibaren kullanılan duygu düzenleme stratejilerinin de dikkate alınmasının önemli olduğu ortaya konmuştur.

Klinik uygulamalarda, savunma mekanizmaları, narsisistik kişilik özellikleri ve duygu düzenleme güçlüğü düzeylerinin saptanması, bireyin ihtiyacı olan doğru tedavi şemasının oluşturulması bakımından büyük önem taşımaktadır. Savunma mekanizmalarının, narsisistik kişilik özellikleri ve duygu düzenleme güçlüğü ile yakından bağlantılı ve yordayıcı nitelikte olduğu çalışmamızın bulguları tarafından desteklenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular ile edinilen çeşitli bilgilerden klinik uygulama ve klinik gözlemlerde faydalanılabilir. İmmatür ve nevrotik savunma mekanizmalarının narsisistik kişilik özellikleri ile ilişki içinde olması, klinik gözlem esnasında yalnız semptom odaklı gözlem yapmanın yeterli olmayabileceği, erken dönemden itibaren kullanılan bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin ve savunma mekanizmalarının da saptanmasının önemli olduğunu ortaya koymuştur.

Erken dönemde yeterince aynalanmayan ve duygularını ifade edemeyen çocuk, ideal benliğini oluşturmakta ikilik yaşar. Bu noktada psikoterapi, yaşamın erken dönemlerinde bireyin narsisistik ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalan kendilik nesnesi deneyimlerini keşfederek uzun süreli bir benlik duygusu geliştirmesine olanak sağlar. Terapi sürecinde gelişen empatinin, çocuğun kendilik nesnesi başarısızlıklarının ortaya çıkardığı bazı eksiklikleri anlaması adına iyi bir klinik yöntem olduğu söylenebilir. Terapistin empatik uyumlaması sayesinde kendilik nesnesi deneyimi yaratılır ve süreç içerisinde bunun içselleştirilmesine devam edilir (Kohut, 1971; Mitra ve Fluyau, 2021). Narsisistik örüntülerde klinik alanda uzmanların görevlerinden biri de ilkel savunma mekanizmalarının daha olgun savunmalara dönüşmesini sağlamaktır. Çalışmanın sonuçları bu ihtiyacı destekler niteliktedir. Terapide danışanın terapisti idealize eden yönünü mü aktardığı, hangi savunmalarda benliğini koruduğunu anlamak ve terapötik ilerleme için sabırlı ve uzun bir terapi desteği gerektiği aşıkardır. Özellikle çocukluk çağında gözlemlenen NKB' yi ele alırken oyun terapisi ve ebeveyn-çocuk etkileşim terapisi (PCIT) gibi aileyi içeren terapi türleri de önemli birer seçenektir. Ebeveynlik tarzlarındaki değişiklikler, ebeveyn davranışlarının çocuğun gelişimi üzerinde önemli bir etkisi olabileceğinden, bu ebeveynlik davranışlarının değiştirilmesi narsisizmi azaltmak

için bir müdahale olarak kullanılabilir. Aile terapisi de ebeveynlik tutumlarını ve ebeveynlerin çocuklara karşı davranışlarını daha iyi bir noktaya getirmekte faydalı olabilir. (Brummelman ve ark., 2015).

Bulgu ve sonuçlardan yola çıkarak, klinik uygulamalarda terapistlere danışanların semptomları kadar, kullanmış oldukları savunma mekanizmalarını da etkili biçimde gözlemlemeleri ve tedavi yöntemini çok boyutlu bir değerlendirme aşamasını geçtikten sonra oluşturmaları önerilmektedir. Danışanların klinik alanda duygu tanıma ve düzenleme becerisi kazanması da oldukça önem taşımaktadır. Bu erevede, Diyalektik Davranışçı Terapinin, Dinamik Yönelimli Psikoterapilerin ve ilişkisel sorunlarda duygu odaklı yaklaşımların fayda sağlayabileceği düşünülmektedir. Bireylerin kullandığı savunma mekanizmalarının bilindişı süreçlerle ilintili olduğu dikkate alındığında, bilindişı süreçler ile ilgilenerek projektif testlerle bir araştırma tasarımı geliştirilmesi önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Akar, A. (2014). *PDR ve Psikoloji Programı Öğrencilerinin Empatik Eğilimleri ve Narsisistik Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi*. Mersin: Toros Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akça, S. (2017). Kohut'un Kendilik Nesnesi İhtiyaçları Bağlamında Kırılgan Narsisizmin İncelenmesi: Bir Vaka Örneği. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 4 (1), 1-13.
- Akış, A. ve M. Akman (2022). Sosyal Bilgiler Öğretmenlerinin Sosyal Bilgiler Dersinde Coğrafya Konularının Öğretiminde Coğrafi Bilgi Sistemleri (CBS) Kullanımına Yönelik Bakış Açıları. *Elektronik Eğitim Bilimleri Dergisi*, 11 (22), 257-273.
- Akoğlu, B., E. Aktan, K. Bahayi, M. Aktay, P. Demirayak, S. Eryürek ve V. Demir, (2022). *Aynası Kırılan Narsisist*. Ankara:Eğiten Kitap.
- Amerikan Psikiyatri Birliği, (2014). Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-5), *Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı*, çev. Köroğlu E., Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Andrews, G., C. Pollock ve G. Stewart, (1989). The Determination of Defense Style by Questionnaire. *Archives of General Psychiatry*, 46(5), 455-460.
- Ar, Y. (2014). Büyüklenmecilik ya da İncinebilirlik: Narsisistik Kişilik Örgütlenmesinin Şema Terapi Yaklaşımı Çerçevesinde Ele Alınması. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 1(3), 29-43.
- Arpınar, M. (2020). Sosyo Demografik Özelliklerin Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerine Etkisine Yönelik Bir Çalışma. *Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi*, 06 (01).
- Atay, S. (2009). Narsistik Kişilik Envanteri'nin Türkçe'ye Standardizasyonu. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(1), 181-196.
- Atay, S. (2010). *Çalışan Narsist: Örgütler, Liderler, Yöneticiler ve Astlar*, İstanbul: Namar Yayınları.
- Ateş,B, ve M.E. Sağar (2021). Üniversite Öğrencilerinde Bilişsel Esneklik ve Duygu Düzenleme Becerilerinin İnternet Bağımlılığı Üzerindeki Yordayıcı Rolü. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7 (1) ,87-102.

Ayvaz Halıcı, N. (2022). *Yetişkinlerin Psikolojik Dayanıklılık ve Bilişsel Duygu Düzenlemeleri ile Bağlanma Stili Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul:Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Back, M. D., A.C. Küfner, M. Dufner, T.M. Gerlach, J.F. Rauthmann ve J.J. Denissen (2013). Narcissistic Admiration and Rivalry: Disentangling the Bright and Dark Sides of Narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 105(6), 1013.

Balzarotti, S., F. Biassoni, D. Villani, A. Prunas ve P. Velotti (2016). Individual Differences in Cognitive Emotion Regulation: Implications for Subjective and Psychological Well-being. *Journal of Happiness Studies*, 17(1), 125-143.

Barry, C. T., P. J. Frick, K. K. Adler ve S. J. Grafeman (2007). The Predictive Utility of Narcissism Among Children and Adolescents: Evidence for a Distinction Between Adaptive and Maladaptive Narcissism. *Journal of Child and Family Studies*, 16(4), 508-521.

Barry, T. D., A. Thompson, C. T. Barry, J. E. Lochman, K. Adler ve K. Hill (2007). The Importance of Narcissism in Predicting Proactive and Reactive Aggression in Moderately to Highly Aggressive Children. *Aggressive Behavior*, 33(3), 185-197.

Behary, W.T. (2014). *Narsistle Ateşkes*. (M. Caner, N. Azizlerli, Çev.). İstanbul:Psikonet Yayınları.

Belk Russell, W. (1985). Materialism: Trait Aspects of Living in the Material World. *Journal of Consumer Research*, 12(3), 265–280.

Bilge, Y. (2021). Aleksitimi ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Savunma Mekanizmaları ve İçgörünün Aracı Rolü. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(1), 1-12.

Bintaş, P. ve O. Yorulmaz (2022). Duygu Düzenlemeye Güncel Bir Bakış: Bağlamsal Faktörler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(2), 195-206.

Bora, A. (2019). *Çocukluk Çağı Örselenmelerindeki Savunma Mekanizmaları ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Borderline ve Narsisistik Kişilik Örgütlenmeleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*. Doktora Tezi.İstanbul: İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Adli Tıp Enstitüsü, Sosyal Bilimler ABD.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Vol I. Attachment (Second ed.)*. New York: Basic Books.

Brenner, C. (1974). *An Elementary Text Book Psychoanalysis*. Garden Lcitty, NY: Doubleday.

Breuer, J. ve S. Freud (1893). Ueber den Psychischen Mechanismus Hysterischer Phänomene. *Neurologischen Centralblatt*, Nr. 1 und 2.

Briere, J. N. ve C. Scott (2016). *Travma Terapisinin İlkeleri Belirtiler, Değerlendirme ve Tedavi için bir Kılavuz DSM-5 için Güncellenmiş. (B.D. Genç, Çev.)* İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Brummelman, E., S. Thomaes, S.A. Nelemans, B.O. de Castro, G. Overbeek ve B.J.Bushman (2015). Origins of Narcissism in Children. *PNAS Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 112(12), 3659–3662.

Büyüköztürk, Ş., E. Kılıç Çakmak, Ö.E. Akgün, Ş. Karadeniz ve F. Demirel (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (17. Baskı). Ankara: Pegem Yayınları

Clark, A. J. (1992). Psikolojik Danışmada Savunma Mekanizmalarının Tanınması ve Şekillendirilmesi. H. Ersever (çev.), *A.Ü. Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 25.2, 579-596.

Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences (2nd ed.)*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.

Cohen, Z. P. ve H. Faraji (2022). Narsistik Kişilik Bozukluğu Psikoterapisinde Aktarım ve Karşı Aktarımın İncelenmesi: Bir Gözden Geçirme. *Muhakeme Dergisi*, 5 (2), 41-55

Cole, P.M., M.K. Michel ve L.O.Teti (1994). *The Development of Emotion Regulation and Dysregulation: A Clinical Perspective, Monographs of the Society for Research in Child Development*; 59 (2-3), 73-100.

Côté, S., A. Gyurak ve R.W. Levenson (2010). The Ability to Regulate Emotion is Associated with Greater Well-being, Income, and Socioeconomic Status. *Emotion*, 10(6), 923–933.

Cramer, P. (1987). The Development of Defense Mechanisms. *Journal of Personality*, 55(4), 597- 614.

Cramer, P. (2011). Young Adult Narcissism: A 20 Year Longitudinal Study of the Contribution of Parenting Styles, Preschool Precursors of Narcissism and Denial. *Journal of Research in Personality*, 45(1), 19-28.

Çağatay, S. E. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantı Düzeyi ile Bağlanma Stilleri ve Savunma Mekanizmalar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı.

Çağıl, D. (2011). *Erkek Alkol Bağımlılarında Savunma Mekanizmalarının Aleksitimi ve Kişilik Boyutları ile İlişkisi*. Tıpta Uzmanlık Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi: Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Çakır B. (2018). *Yetişkinlerde Sosyal Medya Bağımlılığı, Narsisizm ve Empati Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*.Yüksek Lisans Tezi. İstanbul:Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı.

Çoban, H. ve A. İrmış (2018). Yöneticilerde Narsisizm Üzerine Bir Araştırma. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 14(1), 123-146.

Davison, G. C. ve J. M. Neale (2011). Anormal Psikolojisi. (İ. Dağ, Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Demirci, İ. ve F. Ekşi (2017). Büyüklenmeci Narsisizmin İki Farklı Yüzü: Narsistik Hayranlık ve Rekabetin Mutlulukla İlişkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 46 (46), 37-58.

Denollet J., Y. Gidron, C.J. Vrints ve V.M. Conraads (2010). Anger, Suppressed Anger, and Risk of Adverse Events in Patients with Coronary Artery Disease. *Am JCardiol*,105, 1555–1560.

Derryberry, D. ve M.K. Rothbart (1988). Arousal, affect, and attention as components of temperament. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(6), 958–966.

Di Giuseppe, M., A. Gennaro, V. Lingiardi ve J.C. Perry (2019). The Role of Defense Mechanisms in Emerging Personality Disorders in Clinical Adolescents. *Psychiatry*, 82(2), 128-142.

Doğan, E. (2015). *Alkol Bağımlıları ile Bağımlılığı Olmayan Bireylerin Savunma Mekanizmaları Açısından Karşılaştırılması*.Yüksek Lisans Tezi.İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dorpat T.L. (1987). A New Look at Denial and Defense. *The Annual of Psychoanalysis.*, 15, 23-47.

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W.W.Norton&Company,Inc.

Fan, Y., C.Wonneberger , B. Enzi , M. De Greck, C.Ulrich, C. Tempelmann ve G.Northoff, (2011). The narcissistic self and its psychological and neural correlates: an exploratory fMRI study.*Psychological Medicine*, 41(8), 1641- 1650.

Faraji,H. ve B.Fırat (2022). Yeme Bozuklukları ve Duygular. *Fenerbahçe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 153-174.

Fernando, S., T. Beblo, N. Schlosser, K. Terfehr, C. Otte, B. Löwe, O.T. Wolf, C. Spitzer, M. Driessen ve K. Wingenfeld (2014). The Impact of Self-reported Childhood Trauma on Emotion Regulation in Borderline Personality Disorder and Major Depression. *Journal of Trauma & Dissociation*, 15(4), 384-401.

Folkman, S. (1984). Personal Control and Stress and Coping Processes: A Theoretical Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 839-859.

Freud, A. (2004). *Ben ve Savunma Mekanizmaları*. Y. Erim (çev.), İstanbul: Metis Yayınları.

Garnefski, N., V. Kraaij ve P. Spinhoven (2001), Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotional Problems. *Personality and Individual Differences*, 30 (8), 1311-1327.

Gençoğlu, Ç. H. (2019). *Bireyleri Bağlanma Stillerinin Kullanılan Savunma Mekanizmaları ve Sosyodemografik Değişkenler ile İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gönülalan, G. D. (2019). *Ortaokul Öğrencilerinde Öz Yeterlilik ve Narsisizm*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gratz, K.L. ve L. Roemer (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 26, 41–54.

Grijalva E. ve P.D. Harms. (2014). Narcissism: An Integrative Synthesis and Dominance Complementarity Model. *Academy of Management Perspectives*, 28, 108–127.

Gross J.J. (2001). Emotion Regulation in Adulthood: Timing is Everything. *Current Directions in Psychological Science*, 10(6), 214-219.

Gross J.J. ve R.A. Thompson (2007). *Emotion Regulation: Conceptual Foundations*. In Handbook of Emotion Regulation (Ed. JJ Gross), 3- 24. New York, Guilford Press.

Gross, J. J. ve R.F. Muñoz (1995). Emotion Regulation and Mental Health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2(2), 151–164.

Gross, J. J., J.M. Richards ve O. John (2006). *Emotion Regulation in Everyday Life*. Ed., D. K. Snyder, J. A. Simpson and J. H. Hughes, *Emotion Regulation in Couples and Families: Pathways to Dysfunction and Health* (pp. 13-35). Washington: American Psychological Association.

Gross, J. J., R.F. Muñoz (1995). Emotion Regulation and Mental Health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2(2), 151–164.

Gross, J.J (1999). Emotion regulation: Past, Present, Future. *Cognition Emotion*, 13(5), 551-573.

H. R. Conte, et al. (1995). *Ego Defenses: Theory And Measurement*. Washington: A Wiley-Interscience Publication.

Han, Z. R.ve A. Shaffer (2013). The Relation of Parental Emotion Dysregulation to Children's Psychopathology Symptoms: The Moderating Role of Child Emotion Dysregulation. *Child Psychiatry & Human Development*, 44(5), 591-601.

Hoffman, L. ve T.R. Rice (2016). *Regulation-Focused Psychotherapy for Children with Externalizing Behaviors*. New York: Routledge.

Howard, V. (2019). Recognising Narcissistic Abuse and the Implications for Mental Health Nursing Practice. *Issues in Mental Health Nursing*, 40(8), 644-654.

Hyman, R. (1989). The Psychology of Deception. *Annual Review of Psychology*, 40, 133–154.

Izard C.E. (2009). Emotion Theory and Research: Highlights, Unanswered Questions, and Emerging Issues. *Annu Rev of Psychol*, 60: 1-25.

İnce, İ. (2020). *Büyükleme ve Kırılgan Narsisizmin Ego Savunma Mekanizmaları ve Psikolojik Rahatsızlıklar ile İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı.

Jones, E. (2007). *"Essays in Applied Psychoanalysis Vol II- Essays in Folklore", Anthropology And Religion, The International Psycho-Analytical Library, The Hogarth Press and The Institute of Psycho-Analysis*, London.

Kanten, P. (2014). Narsisistik Kişilik Özelliğinin Örgütsel Vatandaşlık Davranışı Üzerindeki Etkisinde Örgüt İkliminin Düzenleyici Rolü. *İşletme İktisadi Enstitüsü Yönetim Dergisi*, (76), 160.

Karaaziz, M. ve İ.E. Atak (2013). Narsisizm ve Narsisizmle İlgili Araştırmalar Üzerine Bir Gözden Geçirme. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 1 (2), 44-59.

Karasar, N. (1999). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Kardaş, S. (2017). *Sanal Kimlik ve Spiritüel İyi Oluşun Üniversite Öğrencilerinin Narsistik Eğilimlerini Yordayıcılığı*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı.

Kernberg, O. (1967). Borderline Personality Organization. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 15(3), 641-685.

Kernberg, O. (1975). *Sınır Durumlar ve Patolojik Narsisizm*. Çeviren: M. Atakay, Birinci Basım, 1999, Metis Yayınları.

Kernberg, O. (2012). *Aşk ve Saldırganlığın Ayrılmaz Doğası*. (T. Özakkaş, Dü., & A. Coşkun, Çev.) İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Khan, M. A., I. M. Rizqui ve I. Jehan (2010). Ego Defense Mechanism in Pakistani Medical Students: A Cross Sectional Analysis. *BioMed Central Psychiatry*, 10(12).

Kızıltan, H. (2017). Narsisizm Nedir? *Libido Dergisi*, Sayı: 25-26, 6-9.

Klein, M. (1946). Notes on Some Schizoid Mechanisms. *The International Journal of Psychoanalysis*, 27, 99.

Kohut, H. (1971). *The Analysis of The Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders*. Chicago: The University of Chicago Press.

Kohut, H. (1972). Thoughts on Narcissism and Narcissistic Rage. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 27(1), 360-400.

Kohut, H. (1977). *Restoration of the Self*. New York: International University Press.

Koole, S. L. (2009). The Psychology of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Cognition and Emotion*, 23(1), 4-41. Kopp, C. B. (1982). Antecedents of Self-regulation: A Developmental Perspective. *Developmental Psychology*, 18(2), 199.

Koole, S. L. (2010). The Psychology of Emotion Regulation: an Integrative Review. (In J. D. Houwerand ve D. Hermans (Eds), *Cognition and Emotion: Reviews of Current Research and Theories* (pp. 128-167). New York: Taylor & Francis Group.

Larsen, A., H. Bøggild, J.T. Mortensen, L. Foldager, J. Hansen, A. Christensen, M. Arendt, N.G.K. Rosenberg ve P. Munk- Jørgensen (2010). Psychopathology, Defense Mechanisms and the Psychosocial Work Environment. *International Journal of Social Psychiatry*, 56(6), 563- 577.

Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.

Leahy R.L., D. Tirsch ve L.A. Napolitano (2011). *Emotion Regulation in Psychotherapy: A Practitioner's Guide*. New York, Guilford Press.

Mahler, Margaret S., F. Pine ve A. Bergman (1975). *The Psychological Birth of the Infant* (71-73). London: Routledge.

Masterson, J. F. (2013). *Bağlanma Kuramı ve Nörobiyolojik Kendilik Gelişimi Açısından Kişilik Bozuklukları*. (T. Özakkaş, A. Çorak, Dü., & H. Şentürk, Çev.) İstanbul: Litera Yayıncılık.

Masterson, J. F. ve A. Lieberman (2017). *Terapistler İçin Kişilik Bozuklukları Rehberi*. (T. Özakkaş, Dü., & M. Benveniste, Çev.) İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Masterson, J. ve R. Klein (2009). *Kendilik Bozukluklarının Psikoterapisi* (M. Benveniste, P. Özdemir, Çev.). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

McWilliams, N. (1994). *Psychoanalytic Diagnosis: Understanding Personality Structure in the Clinical Process*. New York: The Guilford Press.

McWilliams, N. (2010). *Psikanalitik Tanı: Klinik Süreç İçinde Kişilik Yapısını Anlamak* (E. Kalem, Çev.). İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları (Orijinal Metin Yılı 1999).

Miller, J. D. ve W.K. Campbell (2010). The Case for Using Research on Trait Narcissism as a Building Block for Understanding Narcissistic Personality Disorder. *Personality Disorders: Theory, research, and treatment*, 1(3), 180.

Mitra, P. ve D. Fluyau (2023). Narcissistic Personality Disorder. In *StatPearls*. StatPearls Publishing.

Morf, C. C. ve F. Rhodewalt (2001). Unraveling the Paradoxes of Narcissism: A Dynamic Selfregulatory Processing Model. *Psychological Inquiry*, 12(4), 177–196.

Ozan, E., İ. Kırkpınar, N. Aydın, T. Fidan ve M. Oral (2008). Narsistik Kişilik Bozukluğu Gelişim Süreçleri ve Yaşamı. *Psikiyatride Derlemeler, Olgular ve Varsayımlar*, 2. 4-37.

Ötünçtemur, A. ve F. Çam Kahraman (2020). Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri ile Depresyon ve Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *İstanbul Kent Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, 1 (2), 50-74.

Özakkaş, T. (2012). *Masterson Yaklaşımına Genel Bakış*. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Özdoğan, B. (1997). *Çocuk ve Oyun*. 2. Basım, 28-37, Ankara: Am Yayınılık.

Parekh, M. A., H. Majeed, T.R. Khan, A.B. Khan, S. Khalid, N. Khwaja, R. Khalid, ve P.K. Piff (2014). Wealth and the Inflated Self Class, Entitlement and Narcissism. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 40 (1), 34-43.

Quinodoz, J. (2017). *Freud'u Okumak*. (B. Kolbay, Ö. Soysal, Çev.). İstanbul: Bağlam Yayınları.

Rank, O. (1911). Ein Beitrag Zum Narzissismus. *Jb. Psychoanal. & Psycopathol. Forsch.*, (3) 401-426.

Ronningstam, E. (2010). Narcissistic Personality Disorder: A Current Review. *Current Psychiatry Reports*, 12(1), 68-75.

Ronningstam, E. (2017). Intersect Between Self-esteem and Emotion Regulation in Narcissistic Personality Disorder- Implications for Alliance Building and Treatment. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 4(3), 1-13.

Sağar, M.E. (2002). Ergenlerde Okulda Öznel İyi Oluşun Yordayıcıları: Duygu Düzenleme, Başa Çıkma ve Bilişsel Esneklik. *Ege Eğitim Dergisi*, 23 (2), 133-149.

Schultz, D. P. ve S.E. Schultz (2013). *Theories of Personality* (10. baskı). Belmont: Wadsworth.

Schultz, D. P. ve S.E. Schultz (2007). *Modern Psikoloji Tarihi*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Schutte N. S., J.F. Malouff, C. Bobik ve ark. (2001). Emotional Intelligence and Interpersonal Relations. *The Journal of Social Psychology*, 141 (4), s.523-536.

Selvi, K. (2018). Narsistik Kişilik Bozukluğunun Adler'in Aşağılık ve Üstünlük Kompleksleri Açısından Analizi: Bir Olgu Çalışması. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(1), 1-20.

Sezer, S. ve M. Murat (2020). Narsistik Kişilik Özellikleri ile Affedicilik Arasındaki İlişki: Bağlanma Stillerinin Aracı Rolü. *OPUS- Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(22), 1320-1345.

Shields, A. ve D. Cicchetti (1997). Emotion Regulation Among School-age Children: The Development and Validation of a New Criterion Q-sort Scale. *Developmental Psychology*, 33(6), 906–916.

Sivandian, M., M.A. Besharat, M.H. Asgarabad ve A. Moghadamzade (2016). The Moderating Role of Ego Strength on the Relationship Between Attachment Styles and Marital Adjustment. *Community Health*, 3(1), 41-53.

Snibbe, A. C. ve H.R. Markus (2005). You Cant Always Get What You Want: Educational Attainment, Agency and Choice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(4),703-720.

Soy, E. E. (2015). *Majör Depresif Bozukluk Tanısı Almış Bir Hasta Grubunda Bağlanma Stilleri ve Savunma Mekanizmalarının Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi.İstanbul: Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Stendardi, D. ve ark. (2021). Present and Future self in Memory: The role of vmPFC in the self-reference Effect. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, Cilt 16, Sayı 12, s. 1205-1213, 2021.

Stephens, N. M., H.R. Markus ve S.S.Townsend (2007). Choice as an Act of Meaning: The Case of Social Class. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(5), 814-830.

Svrakic D. M. (1985) Emotional Features Of Narcissistic Personality Disorder. *American Journal of Psychiatry*, 142,720-724.

Taşkent, V. (2010). *Alkol ve/veya Madde Bağımlıları ile Bağımlılığı Olmayan Bireylerin Savunma Mekanizmaları Açısından Karşılaştırılması, Çocukluk Çağı Travmaları, Disosiyatif Yaşantılar ve Bağımlılık Şiddetinin Savunma Mekanizmaları Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Thompson, R.A. (1994).Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25–52, 250–283.

Thompson, R. A. ve M. Goodman (2010). Development of Emotion Regulation: More Than Meets the Eye. In A. M. Kring ve D. M. Sloan (Eds.), *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment* (pp. 38–58). The Guilford Press.

Turan, K. (2022). Narsisistik Kişilik Bozukluğu ve Psikodinamik Alt Tipleri. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 5(9), 114-129.

Tükel, R. (2011). *Bebek ve Anne Arasındaki Mekânda Öznenin Yaratılması: Winnicott'un Çalışmalarına Bir Bakış*. İçinde A. Gürdal Küey, T. İkiz, L. Kayaalp, R. Tükel ve E. Abrevaya (Edl.) *PsikanalizYazıları* 23: Donald W. Winnicott (ss.15-35) İstanbul: Bağlam Yayınları.

Twenge, J. ve W. Campbell (2010). *Asrın Vebası: Narsisizm İlleti*. (Ö. Korkmaz, Çev.) İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Üzümcü, E. (2016). *Büyükleme ve Kırılgan Narsistik Kişilik Özellikleri ile İlişkili Faktörlerin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Vaillant, G.E. (1992). Ego Mechanisms of Defense. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 44-50.

Volkan, V.D. (2009). *Fanustaki İnsanlar: Psikanalitik Öyküler*. İstanbul: Alfa Yayınları.

Wallace, Harry M. ve Roy F. BAUMEISTER (2002). The Performance of Narcissists Rises and Falls with Perceived Opportunity for Glory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 819-834.

West, A. E. (2018). *Yetişkin Bağlanma Stillerinin Savunma Mekanizmaları ve Yaşam Doyumuyla İlişkilerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Whitty, M. T. (2003). Coping and Defending: Age Differences in Maturity of Defence Mechanisms and Coping Strategies. *Aging & Mental Health*. 7.2, 123-132.

Wink, P. (1991). Two Faces of Narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590-597.

Wise, S.A., W.J. Bonnett, F.R. Guenther ve W.E. May (1981). A Relationship Between Reversed Phase C18 Liquid Chromatographic Retention and the Shape of Polycyclic Aromatic Hydrocarbons. *Journal of Chromatographic Science*, 19, 457-465.

Yaşar, Ö. S. (2014). *Yetişkin Yakın İlişkilerde Bağlanma Stilleri ile kullanılan Savunma Mekanizmalarının Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisan Tezi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yazdanshenas Ghazwin M., S.A.H. Tavakoli, S. Latifi, H. Saberi,N. Derakhshanrad , M.S.Yekaninejad, M. Sadeghi, S.H. Emami Razavi, A. Norouzi Javidan ve S.M. Ghodsi. Psychological Defense Mechanisms Among Individuals with SCI with Adjustment Disorder. *J Spinal Cord Med*. 2017 Sep;40(5),538-547.

Yeomans, F. E., J.F. Clarkin ve O.F. Kernberg (2015). Transference-focused Psychotherapy for Borderline Personality Disorder: A Clinical Guide. *American Psychiatric Publishing*.

Yılmaz, N., T. Gençöz ve M. Ak (2007). Savunma Biçimleri Testi'nin Psikometrik Özellikleri: Güvenilirlik ve Geçerlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, (18 -3) 244-253.

Yüksel, M. Y., V. Saruhan ve B. Keçeci (2021). Psikolojik Sağlamlığın Duygusal Zekâ ve Kişilerarası Duygu Düzenleme Açısından İncelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 53(53), 141-156.

Zhang, H., Y. Luo, Y. Zhao, R. Zhang ve Z. Wang (2017). Differential Relations of Grandiose Narcissism and Vulnerable Narcissism to Emotion Dysregulation: Self-esteem Matters. *Asian Journal of Social Psychology*, 20(3-4), 232–237.

Zlotnick C, M.T. Shea, P. Recupero ve ark. (1997). Trauma, Dissociation, Impulsivity and Self-mutilation among Substance abuse Patients. *Am J Orthopsychiatry*, 67,650-654.

EKLER

EK1: Sosyodemografik Bilgi Formu

1. Yaşınız (yıl):
2. Cinsiyetiniz:
3. Eğitim Durumunuz:
☐ Okuryazar
☐ Lise
☐ Lisans veya lisansüstü
4. Medeni Durumunuz:
☐ Bekâr
☐ Evli
☐ Boşanmış
☐ Dul
☐ Diğer
5. Sosyoekonomik durum:
☐ Alt
☐ Alt orta
☐ Orta
☐ Üst
6. Çalışma Durumunuz:
☐ Çalışıyor
☐ Çalışmıyor
8. Birlikte Yaşadığınız Kişiler:
☐ Ailesi ile
☐ Yalnız
☐ Eşi ile
☐ Arkadaşları ile
☐ Diğer.....
9. Herhangi fiziksel bir rahatsızlığınız:
☐ Var
☐ Yok
Var ise ne olduğunu belirtiniz.....
10. Düzenli kullandığınız bir ilaç:
☐ Var
☐ Yok

EK2: Savunma Biçimleri Testi (SBT)

Lütfen her ifadeyi dikkatle okuyup, bunların size uygunluğunu yan tarafında 1'den 9'a kadar derecelendirilmiş skala üzerinde seçtiğiniz dereceyi çarpı şeklinde (×) işaretlemek suretiyle gösteriniz. Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Başkalarına yardım etmek hoşuma gider, yardım etmem engellenirse üzülürüm.									
2. Bir sorunum olduğunda, onunla uğraşacak vaktim olana kadar o sorunu düşünmemeyi becerebilirim.									
3. Endişemin üstesinden gelmek için yapıcı ve yaratıcı şeylerle uğraşırım (resim, el işi, ağaç oyma)									
4. Arada bir bugün yapmam gereken işleri yarına bırakırım.									
5. Kendime çok kolay gülerim.									
6. İnsanlar bana kötü davranmaya eğilimliler.									
7. Birisi beni soyup paramı çalsa, onun cezalandırılmasını değil ona yardım edilmesini isterim.									
8. Hoş olmayan gerçekleri, hiç yokmuşlar gibi görmezlikten gelirim.									
9. Süpermen' mişim gibi tehlikelere aldırım.									
10. İnsanlara, sandıkları kadar önemli olmadıklarını gösterebilme yeteneğimle gurur duyarım.									
11. Bir şey canımı sıktığında, çoğu kez düşüncesizce ve tepkisel davranırım.									
12. Hayatım yolunda gitmediğinde bedensel rahatsızlıklara yakalanırım.									
13. Çok tutuk bir insanım.									
14. Her zaman doğruyu söylemem.									
15. Sorunsuz bir yaşam sürdürmemi sağlayacak özel yeteneklerim var.									
16. Seçimlerde bazen haklarında çok az şey bildiğim kişilere oy veririm.									
17. Birçok şeyi gerçek yaşamımdan çok hayalimde çözerim.									
18. Hiçbir şeyden korkmam.									
19. Bazen bir melek olduğumu, bazen de bir şeytan olduğumu düşünürüm.									
20. Kırıldığımda açıkça saldırgan olurum.									
21. Her zaman, tanıdığım birinin koruyucu melek gibi olduğunu hissedirim.									
22. Bana göre, insanlar ya iyi ya da kötüdürler.									
23. Patronum beni kızdırırsa, ondan hincımı çıkarmak için ya işimde hata yaparım ya da işi yavaşlatırım.									
24. Her şeyi yapabilecek güçte, aynı zamanda son derece adil ve dürüst olan bir tanıdığım var.									

25. Serbest bıraktığımda, yaptığım işi etkileyebilecek olan duygularımı kontrol edebilirim.									
26. Genellikle, aslında acı verici olan bir durumun gülünç yanını görebilirim.									
27. Hoşlanmadığım bir işi yaptığımda başım ağrır.									
28. Sık sık, kendimi kesinlikle kızmam gereken insanlara iyi davranırken bulurum.									
29. Hayatta, haksızlığa uğruyor olduğuma eminim.									
30. Sınav veya iş görüşmesi gibi zor bir durumla karşılaşacağımı bildiğimde, bunun nasıl olabileceğini hayal eder ve başa çıkmak için planlar yaparım.									
31. Doktorlar benim derdimin ne olduğunu hiçbir zaman gerçekten anlamıyorlar.									
32. Haklarım için mücadele ettikten sonra, girişken davrandığımdan dolayı özür dilemeye eğilimliyimdir.									
33. Üzüntülü veya endişeli olduğumda yemek yemek beni rahatlatır.									
34. Sık sık duygularımı göstermediğim söylenir.									
35. Eğer üzüleceğimi önceden tahmin edebilirsem, onunla daha iyi baş edebilirim.									
36. Ne kadar yakınırsam yakınayım, hiçbir zaman tatmin edici bir yanıt alamıyorum.									
37. Yoğun duyguların yaşanması gereken durumlarda, genellikle hiçbir şey hissetmediğimi fark ediyorum.									
38. Kendimi elimdeki işe vermek, beni üzüntülü veya endişeli olmaktan korur.									
39. Bir bunalım içinde olsaydım, aynı türden sorunu olan birini arardım.									
40. Eğer saldırganca bir düşüncem olursa, bunu telafi etmek için bir şey yapma ihtiyaç duyarım.									

EK3: Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form

Değerli Katılımcı, Bu ölçek 60 maddeden oluşmaktadır. Her bir madde 1 ile 5 arası puanlanmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi tanımlayan seçeneği işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Sizden beklenen içtenlikle cevap vererek bilimsel bir çalışmaya yardımcı olmanız. Lütfen bütün sorularla ilgili görüşlerinizi ifade ediniz.	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Aşırı hırslı biriyimdir.	①	②	③	④	⑤
Başkaları çok övündüğümü söylerler ama söylediğim her şey doğrudur.	①	②	③	④	⑤
Liderlik yapmak benim için kolaydır.	①	②	③	④	⑤
Birileri bana iyilik yaptığında, acaba benden ne istiyorlar diye merak ederim.	①	②	③	④	⑤
Özel muamele görmeyi hak ediyorum.	①	②	③	④	⑤
Başkalarını eğlendirmekten büyük zevk alırım.	①	②	③	④	⑤
İlerlemek için insanlardan yararlanmak iyi bir şeydir.	①	②	③	④	⑤
Sıklıkla ünlü olmak ile ilgili hayaller kurarım.	①	②	③	④	⑤
İnsanlar beni yargıladığında, bunu hiç umursamam.	①	②	③	④	⑤
Başkalarının ihtiyaçlarını konusunda kaygılanmam	①	②	③	④	⑤
İnsanları manipüle etmede /kullanmada oldukça iyiyimdir.	①	②	③	④	⑤
Kendimden emin olmak için sık sık başkalarının iltifatlarına ihtiyacın varmış gibi hissederim.	①	②	③	④	⑤
Eleştirilmekten, o kadar nefret ederim ki, olduğunda öfkemi kontrol edemem.	①	②	③	④	⑤
Bir şeyde başarısız olduğumu fark ettiğimde kendimi küçük düşmüş hissederim.	①	②	③	④	⑤
Heyecan duymak için neredeyse her şeyi deneyebilirim.	①	②	③	④	⑤
Başarılı olmak için inanılmaz bir motivasyonuna sahibim.	①	②	③	④	⑤
Sadece kendi ayarımdaki insanlarla ilişki kurarım.	①	②	③	④	⑤
Otorite pozisyonu alma konusunda kendimi rahat hissederim.	①	②	③	④	⑤

Diğer insanların bana karşı dürüst olacaklarına inanırım.	①	②	③	④	⑤
Kuralların başkaları için geçerli olduğu kadar benim için geçerli olduğunu düşünmüyorum.	①	②	③	④	⑤
Başkaları tarafından fark edilmekten hoşlanırım.	①	②	③	④	⑤
Kendi ilerlemem için insanları birer araç olarak kullanırım.	①	②	③	④	⑤
Sık sık çok başarılı ve güçlü olacağıma dair hayaller kurarım.	①	②	③	④	⑤
Başkalarının benim hakkımda ne düşündüğü gerçekten umursamam.	①	②	③	④	⑤
Başkalarının dertlerini genelde fazla ilgi göstermem.	①	②	③	④	⑤
İnsanları bir şeyler yaptırmak için yönlendirebilirim.	①	②	③	④	⑤
Benlik duygum istikrarlıdır.	①	②	③	④	⑤
Doğru muamele görmediğimde aşırı öfkelendiğim zamanlar olmuştur.	①	②	③	④	⑤
Başkalarının önünde küçük düşürüldüğümde berbat hissederim.	①	②	③	④	⑤
Gözü pek biriyimdir.	①	②	③	④	⑤
Büyük biri olmayı arzularım.	①	②	③	④	⑤
Benden daha aşağı kişilerle takılarak zamanımı boşa harcamam.	①	②	③	④	⑤
İnsanlar genellikle benim liderliğimi ve otoritemi takip ederler.	①	②	③	④	⑤
İnsanlara güvenme konusunda temkinliyimdir	①	②	③	④	⑤
Adaletsiz gibi gözükebilir ancak ihtimam, imtiyaz ve ödül gibi ayrıcalıkları hak ediyorum.	①	②	③	④	⑤
Bir parti ya da toplantıda en popüler kişi olmaktan hoşlanırım.	①	②	③	④	⑤
Başarıya ulaşmak için bazen diğer insanları kullanmanız gerekir.	①	②	③	④	⑤
Başarısıyla tanınmış biri olmayı nadiren hayal ederim.	①	②	③	④	⑤
Başkalarının eleştirilerine karşı oldukça kayıtsızımdır.	①	②	③	④	⑤
Sempatî duygum zayıftır	①	②	③	④	⑤

Eninde sonunda benim dediğim olur.	①	②	③	④	⑤
Hayatta yeterince başarıya ulaşip ulaşamayacağım hakkında kendimi oldukça güvensiz hissederim.	①	②	③	④	⑤
Hak ettiğim şeyi alamamak beni gerçekten çok öfkelerendirir.	①	②	③	④	⑤
İnsanlar beni yargıladığında utanırım.	①	②	③	④	⑤
Heyecan verici bir şey yapmak için yaralanmayı göze alabilirim.	①	②	③	④	⑤
Başarılı olmaya motiveyimdir.	①	②	③	④	⑤
Üstün bir insanım.	①	②	③	④	⑤
Çoğu durumda sorumluluk almaya eğilimliyimdir.	①	②	③	④	⑤
Sık sık diğerlerinin bana gerçeğin tamamını söylemediğini düşünürüm.	①	②	③	④	⑤
Özel muamele görmeyi hak ettiğime inanırım.	①	②	③	④	⑤
İnsanları eğlendirmeye bayılırım.	①	②	③	④	⑤
Kendi hedeflerime ulaşmada diğerlerini kullanmaya istekliyimdir	①	②	③	④	⑤
Bir gün benim adımla insanların çoğunun bileceğine inanıyorum.	①	②	③	④	⑤
Başkalarının benim hakkımdaki görüşlerini çok az umurumdadır	①	②	③	④	⑤
Başkalarının acıları beni üzmez.	①	②	③	④	⑤
İnsanlara istediklerimi yaptırmam kolaydır.	①	②	③	④	⑤
Keşke başkalarının benim hakkımdaki düşüncelerini bu kadar umurumda olmasaydı	①	②	③	④	⑤
İnsanlar bana saygısızlık ettiğinde tepem atar.	①	②	③	④	⑤
Başkalarının önünde bir hata yaparsam kendimi aptal gibi hissederim.	①	②	③	④	⑤
Riskli ya da tehlikeli şeyler yapmaktan hoşlanırım.	①	②	③	④	⑤

EK4: Duygu Düzenleme Güçlüğü      

YÖNERGE:Aşağıdaki cümlelerin size ne sıklıkla uyduğunu altlarında belirtilen 5 dereceli       üzerinden değerlendiriniz.

1..... 2..... 3 4 5.....

Hemen hemen
Hiç

Nadiren
Böyle Yaparım

Ara Sıra
Böyle Yaparım

Çoğu Zaman
Yaparım

Her Zaman
Böyle Yaparım

	Hiç	Bazen	Ara Sıra	�o�u Zaman	Her Zaman
1. Ne hissettiğim konusunda netimdir.	1	2	3	4	5
2. Ne hissetti�imi dikkate alırım.	1	2	3	4	5
3. Duygularım bana dayanılmaz ve kontrolsüz gelir.	1	2	3	4	5
4. Ne hissettiğim konusunda hiçbir fikrim yoktur.	1	2	3	4	5
5. Duygularıma bir anlam vermekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
6. Ne hissetti�ime dikkat ederim	1	2	3	4	5
7. Ne hissetti�imi tam olarak bilirim.	1	2	3	4	5
8. Ne hissetti�imi �nemserim.	1	2	3	4	5
9. Ne hissettiğim konusunda karmaşa ya�arım.	1	2	3	4	5
10. Olumsuz duyguların hayatımda yeri yoktur.	1	2	3	4	5
11. Kendimi kötü hissetti�imde böyle hissettiğim için kendime kızarım.	1	2	3	4	5
12. Kendimi kötü hissettiğim için utanırım	1	2	3	4	5
13. Kendimi kötü hissetti�imde i�lerimi bitirmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
14. Kendimi kötü hissetti�imde kontrolden �ıkarım	1	2	3	4	5
15. Kendimi kötü hissetti�imde uzun süre böyle kalaca�ıma inanırım.	1	2	3	4	5

16. Kendimi kötü hissetmenin yoğun depresif duyguyla sonuçlanacağına inanırım.	1	2	3	4	5
17. Kendimi kötü hissettiğimde duygularımın yerinde ve önemli olduğuna inanırım.	1	2	3	4	5
18. Kendimi kötü hissederken başka şeylere odaklanmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5
19. Kendimi kötü hissederken kontrolden çıktığım duygusu yaşarım.	1	2	3	4	5
20. Kendimi kötü hissediyor olsam da çalışmayı sürdürebilirim.	1	2	3	4	5
21. Kendimi kötü hissettiğimde bu duygumdan dolayı kendimden utanırım.	1	2	3	4	5
22. Kendimi kötü hissettiğimde eninde sonunda kendimi daha iyi hissetmenin bir yolunu bulacağımı bilirim.	1	2	3	4	5
23. Kendimi kötü hissettiğimde zayıf birisi olduğum duygusuna kapılırım.	1	2	3	4	5
24. Kendimi kötü hissettiğimde de davranışlarım kontrolüm altındadır.	1	2	3	4	5
25. Kendimi kötü hissettiğim için suçluluk duyarım.	1	2	3	4	5
26. Kendimi kötü hissettiğimde konsantre olmakta zorlanırım	1	2	3	4	5
27. Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarımı control etmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
28. Kendimi kötü hissettiğimde daha iyi hissetmem için yapacağım hiçbir şey olmadığına inanırım.	1	2	3	4	5
29. Kendimi kötü hissettiğimde böyle hissettiğim için kendimden rahatsız olurum.	1	2	3	4	5
30. Kendimi kötü hissettiğimde kendimle ilgili olarak çok fazla endişelenmeye başlarım.	1	2	3	4	5
31. Kendimi kötü hissettiğimde kendimi bu duyguya bırakmaktan başka çıkar yol olmadığına inanırım.	1	2	3	4	5
32. Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarım üzerindeki kontrolümü kaybederim.	1	2	3	4	5

33. Kendimi kötü hissettiğimde başka bir şey düşünmekte	1	2	3	4	5
34. Kendimi kötü hissettiğimde bu duygumun gerçekte ne olduğunu anlamak için zaman ayırırım.	1	2	3	4	5
35. Kendimi kötü hissettiğimde kendimi daha iyi hissetmem uzun zaman alır.	1	2	3	4	5
36. Kendimi kötü hissettiğimde duygularım dayanılmaz olur.	1	2	3	4	5



EK 5: Ölçek Kullanım İzinleri

← 371 keri dışından 47. →

Savunma Biçimleri Testi Kullanım İzni hk.

2 Nis 2022 Cmt 15:08

E

Merhaba ben Esra KATAR Niğantaş Üniversitesi Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans programı öğrencisiyim. İyileştirmeye başlayacağım.

"GENÇ ERİŞKİN BİREYLERDE SAVUNMA MEKANİZMALARI İLE NARSİSİSTİK ÖZELLİKLER VE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ ARASINDAKİ İLİŞKİ" konulu tez çalışmam için Türkçe'ye uyarladığımız Savunma Biçimleri Testi formuna izniniz olursa çalışmam için kullanmak istiyorum.

İyi günler,kolaylıklar dilerim.

Yanıtla Yönlendir

← 371 keri dışından 48. →

Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form Kullanım İzni hk. [Gelen Kutusu](#)

2 Nis 2022 Cmt 15:06

E

Merhaba ben. Niğantaş Üniversitesi Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans programı öğrencisiyim. İyileştirmeye başlayacağım.

"GENÇ ERİŞKİN BİREYLERDE SAVUNMA MEKANİZMALARI İLE NARSİSİSTİK ÖZELLİKLER VE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ ARASINDAKİ İLİŞKİ" konulu tez çalışmam için Türkçe'ye uyarladığımız Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Formuna izniniz olursa çalışmam için kullanmak istiyorum.

İyi günler,kolaylıklar dilerim.

4 Nis 2022 Pzt 10:39

Akıcı ben

Merhaba

Ölçeği kullanabilirsiniz. İyi çalışmalar

2 Nis 2022 Cmt 15:07 tarihinde E.

şunu yazdı:

em

EK 6: Etik Kurulu Karar Sureti

T.C.
NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
ETİK KURULU KARAR SURETİ

Toplantı Tarihi : 26.04.2022
Toplantının Yeri: Nişantaşı Üniversitesi Toplantı Odası
Toplantı Sayısı : 2022/20

Toplantıya Katılanlar:

Prof. Dr. Uğur YOZGAT	Başkan
Doç. Dr. Umut BAŞOĞLU	Başkan Yardımcısı
Prof. Dr. Yılmaz GÖBENEZ	Üye
Prof. Dr. Ömer Cüneyt BİNATLI	Üye
Prof. Dr. Ahmet İrfan YÜKLER	Üye
Prof. Dr. Serkan KESKİN	Üye
Öğr. Gör. Erkul BULUT	Üye
Demet ÖVELEK	Raportör

Gündem:

Gündem5. Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü öğrencisi Esra Katar'ın "Genç Erişkin Bireylerde Savunma Mekanizmaları ile Narsisistik Özellikler ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Arasındaki İlişki" adlı çalışmasının görüşüldü.

Karar5. Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü öğrencisi Esra Katar'ın "Genç Erişkin Bireylerde Savunma Mekanizmaları ile Narsisistik Özellikler ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Arasındaki İlişki" adlı çalışması görüşüldü. Yapılan görüşmede çalışmanın Üniversitemiz Etik Kurul Yönergesi hükümleri gereğince etik ve bilimsel açıdan sakınca bulunmaması nedeniyle uygunluğuna oy birliği ile karar verildi.

Prof. Dr. Uğur YOZGAT
Başkan