

Bu makaleye atıfta bulunmak için/To cite this article:

ÖZEN AKIN, G. EKEN, F. O. EBADİ, H. (2021). Başa Çıkma, Savunma Mekanizmaları ve Nedensel Belirsizlik Arasındaki İlişkiler. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 25 (Özel Sayı), 416-432.

Başta Çıkma, Savunma Mekanizmaları ve Nedensel Belirsizlik Arasındaki İlişkiler

Gaye ÖZEN AKIN (*)

Furkan Onur EKEN (**)


Hüseyin EBADİ (***)


Öz: Bu çalışmada, bireylerin kullandıkları başa çıkma ve savunma mekanizmaları ile sosyal olayların neden sonuç ilişkilerini anlama yeteneklerine olan güvensizlikleri (nedensel belirsizlik) arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya katılan 300 kişiye (143 K, 157 E) Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği (BÇTDÖ), Savunma Biçimleri Testi-40 (SBT-40) ve Nedensel Belirsizlik Ölçeği (NBÖ) uygulanmıştır. Verilerin analizinde Pearson korelasyon analizi ve çoklu doğrusal adımsal regresyon analizi kullanılmıştır. NBÖ ile BÇTDÖ toplam puanı, BÇTDÖ-İşlevsel Olmayan Başa Çıkma (İOBÇ) alt boyut puanı; SBT-40 toplam puanı, İmmatür (İS) ve Nevrotik Savunmalar (NS) alt boyut puanları arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur. Buna ek olarak bulgular, BÇTDÖ-İOBÇ alt boyutu puanlarından “inkâr” ve “davranışsal boş verme” ile Problem Odaklı Başa Çıkma alt boyutu puanlarından “geri durma”nın NBÖ puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığını ve toplam varyansın %24’ünü açıkladığını göstermiştir. Diğer yandan SBT-40 İS alt boyutu puanlarından “pasif saldırganlık”, “değersizleştirme” ve “disosiyasyon” ile SBT-40 NS alt boyutu puanlarından “karşıt tepki geliştirme”nin ise NBÖ puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı ve toplam varyansın %12’sini açıkladığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, sosyal olayların neden sonuç ilişkilerini anlama yeteneğine olan güvensizlik (nedensel belirsizlik), başa çıkma tutumları açısından incelendiğinde, bu güvensizliği inkâr, davranışsal boş verme ve geri durma gibi stresörlerden uzaklaşan baş etme stratejilerinin yordadığı bulunmuştur. Bu güvensizliğin aynı zamanda pasif saldırganlık, değersizleştirme, disosiyasyon ve karşıt tepki geliştirme savunma mekanizmalarınca yordandığı belirlenmiştir.


Anahtar Kelimeler: Başa çıkma, savunma mekanizmaları, nedensel belirsizlik


The Relationship Between Coping, Defense Mechanisms and Causal Uncertainty

Abstract: In this research, it is aimed to examine relations of coping, defense mechanisms and uncertainty about one's ability to understand cause and effect relations in the social world (causal

*)Araştırma Görevlisi, Beykent Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü (e-posta: gayeozen@beykent.edu.tr)  ORCID ID. <https://orcid.org/0000-0003-2702-5948>

**)Araştırma Görevlisi, Beykent Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü (e-posta: onureken@beykent.edu.tr)  ORCID ID. <https://orcid.org/0000-0001-6526-3512>

***)Dr. Öğr. Üyesi, Beykent Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü (e-posta: huseyinebadi@beykent.edu.tr)  ORCID ID. <https://orcid.org/0000-0001-5871-9833>

Bu makale araştırma ve yayın etiğine uygun hazırlanmıştır  iThenticate for Authors & Researchers intihal incelemesinden geçirilmiştir.

uncertainty). COPE, Defense Style Questionnaire-40 (DSQ-40) and Causal Uncertainty Scale (CUS) were administered to 300 participants (143 F, 157 M) who participated in the study. Pearson correlation analysis and multiple linear (stepwise) regression analysis were used to analyze the data. It was found that there was a statistically significant positive correlation between total scores of COPE, COPE-Dysfunctional Coping sub-dimension, DSQ-40, DSQ-40-Immature defenses and DSQ-40-Neurotic defenses sub-dimensions and CUS. Additionally, the findings showed that "denial" and "behavioral disengagement" subscale scores of Dysfunctional coping and "withdrawal" subscale scores of Problem-Focused coping significantly predicted 24% of CUS scores. On the other hand, "passive aggression", "devaluation" and "dissociation" subscale scores of the Immature defenses and the "reaction formation" subscale scores of the Neurotic defenses were found to significantly predict the 12% CUS scores. As a result, when uncertainty about one's ability to understand cause and effect relations in the social world (causal uncertainty) is examined in terms of coping and defense mechanisms, results revealed that it was predicted by coping strategies that enable getting distanced from stressors such as denial, behavioral disengagement, and withdrawal. It was determined that causal uncertainty is also predicted by passive aggression, devaluation, dissociation and reaction formation defense mechanisms.

Keywords: Coping, defense mechanisms, causal uncertainty

Makale Geliş Tarihi: 14.12.2020

Makale Kabul Tarihi: 15.11.2021

DOI: 10.53487/ataunisobil.840459

I. Giriş

Atıf teorisine göre bireyler, davranış ve olayları nedenleri açısından yorumlamakta ve bireylerin bu yorumları, o davranış veya olaya verecekleri tepkilerin belirlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Kelley 1973; Taylor ve Fiske, 1978; Kelley ve Michella, 1980). Olay ve davranışların nedenlerine ilişkin bilgiler, davranış, duygu ve beklentileri etkilemekle birlikte bireylerin işlevselliğine katkıda bulunmaktadır (Kelley ve Michella, 1980; Weary ve Edwards, 1994; Rotter, 1996). Sosyal olaylar arasında nedensel bilgi arama ve bu bilgiyi işlemenin altında yatan temel motivasyonun, var olan belirsizliklerin azaltılmasına duyulan ihtiyaçtan kaynaklandığı öne sürülmektedir (Heider, 1958; Kelley, 1967, 1973). Sosyal olayların nedenlerini anlayamama olarak tanımlanan nedensel belirsizlik ise bireylerin olay ve davranışlar arasında neden sonuç ilişkisi kurmadaki başarısızlıkları ya da bireylerin bu becerilerine güvenmemeleri olarak ifade edilmektedir (Weary ve Edwards, 1994; Tobin vd., 2014). Nedensel belirsizlik, bireylerin muhakeme becerisini ve dolayısıyla da yaşadıkları olaylara ilişkin çıkarımlarını etkileyerek öngörü ve kontrol algısını azalttığı için en sorunlu belirsizlik formlarından biri olarak nitelendirilmektedir (Edwards, 1995; Weary ve Jacobson, 1997; Chang, 2000; Tobin ve Weary, 2008).

Bireylerin stres durumuna atfettiği nedensel açıklamalar, başa çıkma sürecindeki ilk değerlendirmelerini ve bu duruma verecekleri tepkilerini belirlemektedir (Smith ve Lazarus, 1993; Scherer ve Ceschi, 1997; Park ve Folkman, 1997; Evers vd., 2001; Roesch vd., 2002). Folkman ve Lazarus (1980) başa çıkmayı, bireylerin içsel ve dışsal talepleri ve bu talepler arasındaki çatışmayı azaltmak, yönetmek ya da bu çatışmalara tolerans göstermek için ortaya koyduğu tüm bilişsel ve davranışsal çabalar olarak

tanımlamıştır. Başa çıkma tutumları, bireylerin en temelde stresi ortaya çıkaran etkenleri ya da olayların olumsuz etkisini azaltmak veya yok etmek için kullandığı stratejilerdir (Roth ve Cohen, 1986; Folkman vd., 1986). Buna göre, başa çıkma sürecinde öncelikle durumun anlamı ve önem derecesi, sonrasında ise stres veren durumun üstesinden gelmek için hangi başa çıkma stratejilerinin kullanılacağı değerlendirilerek neticede ne yapılması gerektiğine bilinçli olarak karar verilmektedir (Skinner vd., 2003; Folkman ve Lazarus, 1985; Folkman vd., 1986). Diğer yandan savunma mekanizmaları, bireylerin duygu ve dürtülerinden kaynaklanan hem içsel hem de diğerleriyle olan çatışmalarını bilinçdışı bir şekilde çözerek, kaygı içeren durumlardan uzaklaşmak için ortaya koyduğu davranışlar olarak tanımlanmaktadır (Freud, 2011/1937; Morgan, 2010). Çevreye uyum sağlama işlevi gören savunma mekanizmalarının, belirli bir psikopatoloji gösteren bireylerde olduğu kadar sağlıklı bireylerde de gözlemlendiği belirtilmektedir (Vaillant, 1994; McWilliams, 2011). Cramer (1998, 2015) savunma mekanizmalarının temelde bireyi kaygıdan koruduğunu, daha uç durumlarda ise bireyin kendini, öz saygısını ve bütünlüğünü koruma işlevi gördüğünü belirtmiştir.

Savunma mekanizmaları ve başa çıkma tutumları, temelde aynı tehdide/stres kaynağına verilen tepkiler olsa da her birinin altında farklı bilişsel süreçler yattığı öne sürülmektedir (Maricutoiu ve Crasovan, 2016; Cramer, 1998; Miceli ve Castelfranchi, 2001; Kramer, 2010). Genel olarak başa çıkma daha çok belirli bir duruma bağlı olarak ortaya çıkan davranışlar; savunma mekanizmaları ise nispeten sabit -ve daha çok geçmişe dönük- sayılabilecek bireysel özellikler olarak kabul edilmektedir. Haan (1965), savunma mekanizmalarını katı, istemsiz, gerçekliği çarpıtan ve değişmez; başa çıkmayı ise esnek, problem çözme amaçlı, gerçeklik yönelimli ve değişebilir nitelikte olan ego işlevleri olarak tanımlamıştır. Cramer (2015), başa çıkmanın özellikle dışsal bir problemin çözümüne yönelik bilinçli ve istemli; savunma mekanizmalarının ise iç dengeyi tekrar sağlamaya yönelik bilinç ve istem dışı davranışlar olması açısından birbirinden farklılaştığını belirtmiştir. Alanyazında başa çıkma ile savunma mekanizmaları arasındaki bağlantıların incelenmesine yönelik yürütülen bazı çalışmaların bulgularının, bu süreçlerin birbirinden farklı işlediğine ilişkin genel kabulle çeliştiği görülmektedir. Örneğin Muris vd., (1995), faktör analizi yaptıkları çalışmalarında başa çıkma ve savunmaların, immatür-problemden kaçınma, duygu dışı vurumu ve olgun-problem odaklı başa çıkma ve savunmalar olmak üzere üç boyutta toplandığını bildirmiştir. Erickson vd., (1997), başa çıkma ve savunma mekanizmalarını bireylerin genel işlevselliği açısından inceledikleri çalışmalarında, başa çıkma ve savunmalar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki olduğunu göstermişler ve hem savunma mekanizmalarının hem de başa çıkma tutumlarının bireylerin genel işlevselliklerinin yordanmasına bağımsız olarak katkıda bulunduğunu belirtmişlerdir. Yazarlar, immatür savunmalar ile kaçınma-başa çıkma arasında pozitif yönde; yaklaşma-başa çıkma arasında ise negatif yönde bir ilişki gözlerken olgun savunmalar ile başa çıkma alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki tespit etmemişlerdir.

Başa çıkma tutumları ve savunma mekanizmaları bireye ve bireyin karşılaştığı stres verici duruma özgü olup, bireyin stres kaynağına ilişkin değerlendirmeleri, geçmiş deneyimlerine dayanarak oluşturduğu, olaylar arasında nedensel ilişki kurma

becerisinden etkilenmektedir (Smith ve Lazarus, 1993; Scherer ve Ceschi, 1997; Park ve Folkman, 1997; Evers vd., 2001; Roesch vd., 2002). Alanyazındaki çalışmalar, yüksek düzeyde nedensel belirsizliğin, yüksek düzeyde negatif duygulanım, nevrotik örüntüler, depresyon, kaygı ve kötümserlikle; diğer yandan düşük düzeyde özsaygı ve kontrol algısıyla ilişkili olduğunu göstermektedir (Weary vd., 2001; Edwards, Weiry ve Reich, 1998; Tobin ve Raymundo, 2010; Boucher ve Jacobson, 2012). Chang (2000), nedensel belirsizliğin, değer biçmeden bağımsız olarak etkin olmayan başa çıkma üzerinde etkili olduğunu göstermiştir. Sonuçlar, nedensel belirsizlik yaşayan bireylerin var olan başa çıkma kaynaklarını algılama eğilimlerinin düşük olduğunu ve stresli durumlarda etkin olmayan başa çıkma mekanizmalarını daha yaygın biçimde kullandıklarını bildirmiştir.

Özetle, başa çıkma tutumları bilinçli ve istemli; savunma mekanizmaları ise bilinç dışı düzeyde olan ve bireyin stres veren durumlarda bozulan iç ve dış dengesini yeniden kurmak için yürüttüğü iki farklı uyum süreci olarak kabul edilmektedir. Ancak, bu kavramların birbirleri ile bağlantılı yönlerinin olduğuna da dikkat çekilmekte ve sağlıklı bireylerin genel işlevselliğinin değerlendirilmesinde bu kavramların birlikte ele alınması önerilmektedir (Erickson, Feldman ve Steiner, 1997; Cramer, 1998; Lazarus, 2000; Bouchard ve Theriaut, 2003; Nicolas ve Jebrane, 2008). Buradan hareketle, bu araştırmada başa çıkma ile savunma mekanizmaları arasındaki bağlantıların araştırılması ve buna ek olarak bireylerin kullandıkları başa çıkma tutumları ile savunma mekanizmalarının sosyal olayların neden sonuç ilişkilerini anlama yeteneklerine olan güvensizliklerini yordayıcı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

II. Yöntem

A. Çalışma Grubu

Araştırmaya, İstanbul'da ikamet eden, yaşları 18-45 (Ort. = 25.18, Ss = 5.52) arasında olan 143 kadın (Ort.yaş = 24.78, Ss = 6.82) ve 157 erkek (Ort.yaş = 25.55, Ss = 5.23) olmak üzere toplam 300 kişi katılmıştır.

B. Veri Toplama Araçları

Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği (BÇTDÖ). Carver, Scheier ve Weintraub (1989) tarafından bireylerin problem odaklı baş etme stratejilerini, duygu odaklı baş etme stratejilerini ve işlevsel olmayan baş etme stratejilerini değerlendirme amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, 60 soru ve 15 alt ölçekten oluşan 4'lü Likert tipi (1 = *Asla böyle bir şey yapmam*, 4 = *Çoğunlukla böyle yaparım*) bir ölçektir. Ölçekte her biri 5 alt ölçek içeren 3 boyut bulunmakta ve her alt ölçek 4'er sorudan oluşmaktadır. Boyutlar; problem odaklı, duygu odaklı ve işlevsel olmayan başa çıkma olarak tanımlanmıştır. Ölçekten alınan puanların hangi başa çıkma tutumunun birey tarafından daha çok kullanıldığı hakkında bilgi vermektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Ağargün vd., (2005) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe formunun Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının .79 olduğu bildirilmiştir. Bu çalışmada ölçeğin toplam puan ve alt boyutları problem odaklı, duygu odaklı ve işlevsel olmayan baş etme alt boyutları için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .77, .74, .612 ve .77 olarak bulunmuştur.

Savunma Biçimleri Testi (SBT-40). Andrews, Singh ve Bond (1993) tarafından bilinçdışı bir şekilde kullanılan savunma mekanizmalarının bilinç düzeyindeki yansımalarını değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. İmmatür, nevrotik ve olgun olmak üzere 3 boyutta toplanan ve 20 savunmadan oluşan 40 maddelik testin puanlaması 1=*bana hiç uygun değil* ve 9=*bana çok uygun* arasında derecelendirilmektedir. Testten alınan puanların yüksek olması olgun, nevrotik ve olgun olmayan savunma biçimlerinin kullanımının arttığını düşük olması ise bu savunma biçimlerinin kullanımının azaldığını göstermektedir. Savunma Biçimleri Testi, Yılmaz, Gençöz ve Ak (2007) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Testin uyarlama çalışmasında immatür, nevrotik ve olgun savunmalar alt boyutlarının Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .83, .61 ve .70 bulunmuştur. Bu çalışmada ölçeğin toplam puan için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .80 iken alt boyutlar için sırasıyla .77, .56 ve .57 olarak elde edilmiştir.

Nedensel Belirsizlik Ölçeği (NBÖ). Weary ve Edwards (1994) tarafından bireylerin sosyal olayların neden sonuç ilişkilerini anlama yeteneklerine olan güvensizliklerine ilişkin kişiler arası farklılıkları ölçmek üzere geliştirilmiştir. Toplamda 14 maddeden oluşan bu ölçek 5'li Likert tipi (1 = *Hiç katılmıyorum*, 5 = *Çok katılıyorum*) bir ölçektir. Tek faktörlü yapıdaki ölçekten alınan puanların yüksek olması yüksek nedensel belirsizliğe işaret etmektedir. Uz (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan Nedensel Belirsizlik Ölçeğinin uyarlama çalışmasındaki Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .82 iken bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .85 olarak bulunmuştur.

C. İşlem

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu ve diğer demografik bilgileri araştırmacılar tarafından hazırlanan sosyo-demografik özellikler bilgi formu ile alınmıştır. Ölçme araçları bilgilendirilmiş onam formu ile birlikte sunulmuştur. Ölçek ve formların doldurulması yaklaşık 25 dakika sürmüştür.

D. Verilerin Analizi

Betimleyici veriler frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma değerleri kullanılarak analiz edilmiştir. Basıklık ve çarpıklık değerlerinin + 2 ve - 2 arasında ya da bu değerlere yakın olması durumunda verilerin normal dağılım gösterdiği belirtilmektedir (George ve Mallery, 2010). Araştırmanın değişkenlerinin normallik varsayımı incelenirken basıklık ve çarpıklık değerleri, kutu-çizgi grafikleri, dal-yaprak grafikleri, Q-Q grafiği incelenmiş ve verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Araştırmada değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesinde Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısından yararlanılmıştır. Regresyon analizleri öncesinde regresyon varsayımları (Güriş ve Astar, 2014, Büyüköztürk, 2003; Tabachnick ve Fidell, 2007; Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010) sınanarak verilerin regresyon analizine uygun olduğu tespit edilmiştir. Yordayıcı değişkenlerin yordanan değişkenin varyansını ne düzeyde açıkladığını incelemek üzere çoklu doğrusal adımsal regresyon analizi yürütülmüştür.

III. Bulgular

Araştırmada kullanılan ölçeklere ilişkin en küçük ve en büyük değerler, ortalama, standart sapma, çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo 1'de verilmiştir. Tablo 2'de ise

BÇTDÖ, SBT-40 ve NBÖ arasındaki ilişkilerin incelenmesine dair Pearson korelasyon analizi sonuçları gösterilmiştir.

Tablo 1. Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi-40 ve Nedensel Belirsizlik Ölçeğine İlişkin Betimleyici Veriler

Öçekler	Min.-Maks.	Ort.	SS	Çarpıklık	Basıklık
Problem Odaklı Başa Çıkma	30-73	58.30	7.63	-0.30	-0.08
Aktif Başa Çıkma	6-16	12.49	2.46	-0.41	-0.54
Plan Yapma	5-16	12.92	2.39	-0.58	-0.27
Geri Durma	4-16	9.80	2.10	0.12	-0.05
Yararlı Sosyal Destek Kullanımı	4-16	11.98	2.92	-0.55	-0.03
Diğer Mesguliyetleri Bastırma	5-16	11.11	2.12	-0.06	-0.45
Duygu Odaklı Başa Çıkma	34-76	54.91	7.34	-0.08	0.21
Pozitif Yeniden Yorumlama ve Gelişme	5-16	13.33	2.15	-0.90	0.69
Dini Olarak Başa Çıkma	4-16	11.87	3.67	-0.71	-0.53
Şakaya Vurma	4-16	8.55	3.11	0.37	-0.41
Duygusal Sosyal Destek Kullanımı	4-16	11.33	2.92	-0.43	-0.39
Kabullenme	4-16	9.74	2.49	0.17	-0.50
İşlevsel Olmayan Başa Çıkma	23-62	41.38	8.48	0.40	-0.62
Zihinsel Boş Verme	4-24	10.01	2.67	0.78	2.44
Soruna Odaklanma- Duyguları Açığa Vurma	4-16	11.60	2.85	-0.24	-0.78
İnkâr	4-14	6.71	2.54	0.76	-0.24
Madde Kullanımı	3-18	6.35	3.33	1.38	1.02
Davranışsal Olarak Boş Verme	4-14	6.71	2.58	0.69	-0.54
Başta Çıkma Tutumları Toplam Puan	112-200	154.59	15.73	0.07	0.18
İmmatür Savunmalar	44-170	99.52	25.97	0.34	-0.25
Yansıma	2-26	8.12	4.27	0.60	0.30
Pasif Saldırganlık	2-18	7.51	3.76	0.40	-0.39
Dışa Vurma	2-18	10.53	3.88	0.02	-0.53
Yalıtma	2-18	8.87	4.48	0.21	-0.82
Değersizleştirme	2-18	7.22	3.77	0.47	-0.24
Otistik Fantezi	2-18	7.61	3.97	0.38	-0.58
İnkâr	2-18	7.56	4.05	0.46	-0.54
Yer Değiştirme	2-18	7.94	4.28	0.30	-0.70
Disosiyasyon	2-18	6.36	3.40	0.51	-0.28
Bölünme	2-18	9.55	3.81	-0.01	-0.30
Mantuksallaştırma	2-25	8.25	3.82	0.44	0.74
Bedenselleştirme	2-18	10.00	4.03	0.07	-0.49
Nevrotik Savunmalar	13-72	40.92	10.59	0.13	-0.24
Yapma-Bozma	2-18	10.17	3.97	-0.03	-0.53
Yapay Özgecilik	2-18	12.41	3.78	-0.14	-0.77
İdeallerştirme	2-18	9.80	4.47	0.09	-0.82
Karşı Tepki Geliştirme	2-18	8.54	4.07	0.26	-0.67
Olgun Savunmalar	4-36	21.86	6.40	-0.21	-0.26
Yüceltme	2-18	10.82	4.10	-0.13	-0.48
Mizah	2-18	11.05	4.14	-0.30	-0.65
Beklenti	2-18	12.67	3.99	-0.50	-0.37
Baskılama	2-18	10.71	3.52	0.05	-0.33
Savunma Biçimleri Testi-40 Toplam Puan	75-255	162.30	33.78	0.21	0.11
Nedensel Belirsizlik Toplam Puan	14-54	30.86	9.57	0.03	-0.76

Tablo 2. Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği, Savunma Biçimleri Testi-40 ve Nedensel Belirsizlik Ölçeği Arasındaki İlişkiler

Ölçekler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
İnnatür Savunmalar																					
Yansıtma	-.22**	-.15**	.18**	-.06	.04	-.12*	-.08	.09	-.03	.15*	.30**	.09	.36**	.27**	.33**	-.08	.03	.44**	.21**	.27**	
Pasif Saldırganlık	-.15**	-.13*	.16**	-.07	.08	-.18**	-.10	-.06	.03	.12*	.10	.10	.09	.19**	.18**	-.05	-.07	.23**	.06	.18**	
Dışa Vurma	-.21**	-.07	.18**	-.04	.04	-.15**	-.11	.05	-.01	.08	.19**	.08	.26**	.15**	.22**	-.05	-.06	.29**	.11	.23**	
Yalıtma	.03	.00	.11	.13*	.14*	.10	-.03	.03	.17**	.08	.18**	.25**	.05	.15**	.12*	.13	.13*	.23**	.26**	.11	
Değersizleştirme	-.18**	-.20**	.05	-.16**	.01	-.11	-.08	.05	-.21**	.13*	.16**	-.16**	.29**	.22**	.23**	-.17	-.07	.24**	.01	.13*	
Ostistik Fantezi	-.14**	-.10	.22**	-.14*	-.06	-.19**	-.11	.04	-.07	.13*	.09	-.06	.25**	.11*	.21**	-.09	-.08	.19**	.03	.23**	
İnkâr	-.25**	-.16**	.09	-.03	.02	-.10	.03	.07	.09	.10	.29**	.09	.23**	.20*	.23**	-.11	.08	.34**	.16**	.19**	
Yer Değiştirme	.03	-.06	.03	-.08	-.02	.01	-.02	.07	-.11	-.09	.10	-.11	.30**	.13*	.17**	-.04	-.06	.19**	.05	.11	
Disosiyasyon	-.20**	-.04	.10	-.06	.02	-.09	-.04	.10	.07	.09	.27**	.09	.22**	.21**	.21**	-.07	.07	.32**	.17**	.21**	
Bölünme	-.06	-.02	.01	-.06	-.02	-.03	-.16**	.15**	-.04	.03	.00	-.09	.21**	.12*	.04	-.05	-.05	.09	.00	.01	
Mantıksallaştırma	-.03	-.07	.11*	-.01	-.05	-.02	-.03	.05	.05	.09	.17**	.06	.11*	.13*	.07	-.02	.06	.18**	.12*	.13*	
Bedenselleştirme	-.17**	-.09	.07	-.01	.02	-.07	.06	.06	.13*	.11	.14*	.12*	.19**	.04	.23**	-.06	.12*	.23**	.15**	.08	
Nevrotik Savunmalar	-.07	-.04	.07	.14*	.07	.06	.05	.01	.13*	.09	.22**	.20**	.16**	.07	.21**	.06	.14*	.27**	.24**	.15**	
Yapma-Bozma	-.01	.08	.13*	.17**	.06	.15	.13*	.00	.20**	.06	.24**	.19**	.15**	.11	.11	.14**	.20**	.26**	.30**	.18**	
Yapay Örgüçlük	-.02	.05	.03	-.01	.08	.07	.05	-.04	.06	.01	.13*	.01	.21**	.06	.02	.04	.04	.14*	.11	.08	
İdealleştirme	.19**	.26**	.06	.35**	.12*	.24**	.17**	-.02	.26**	-.01	.15*	.30**	-.04	.02	-.07	.33**	.24**	.12*	.34**	.09	
Karşı Tepki Geliştirme	-.08	-.01	.10	.03	-.05	.07	.04	.05	.10	.07	.18**	.15*	.04	.10	.04	.00	.11*	.17**	.14*	.08	
Olgun Savunmalar	-.10	-.06	.12*	.08	.01	.02	.09	-.01	.12*	.09	.17**	.06	.19**	.09	.28**	.02	.12*	.23**	.20**	.22**	
Yüceltme	.22**	.21**	-.03	.11	.08	.30**	-.01	.24**	.01	-.04	.00	-.11	-.02	.03	-.18**	.19**	.17**	-.08	.13*	-.08	
Mızah	.23**	.20**	-.10	.09	.05	.32**	.07	.04	.03	-.06	.00	-.07	-.05	-.06	-.18**	.16**	.14*	-.11*	.08	-.05	
Beklenti	.10	.12*	.04	.08	.09	.15*	-.08	.34**	-.02	.00	.00	-.10	.02	.11	-.10	.14*	.13*	-.01	.12*	-.08	
Baskılama	.33**	.31**	-.07	.17*	.24**	.30**	.04	-.01	.06	.08	-.03	.02	-.11	-.03	-.25**	.31**	.16**	-.13*	.16**	-.08	
SBT-40 TP	.21**	.09	-.04	.05	.12*	.15**	.00	.06	-.05	-.05	.00	-.08	.05	-.01	-.09	.14*	.03	-.04	.06	-.05	
NBÖ TP	-.13**	-.05	.17*	.03	.06	.01	-.02	.11*	.09	.13*	.30**	.11	.32**	.25**	.25**	.02	.12*	.40**	.28**	.23**	
	-.01	-.26**	-.18**	.33**	.03	.14**	.07	-.11	.03	.04	.05	.18**	.40**	.19**	.10	.32**	.32**	.43**	.24**	.1	

Not 1. 1.Problem Odaklı Başa Çıkma; 2.Aktif başa çıkma; 3.Plan yapma; 4.Geri darma; 5.Yaratıcı sosyal destek kullanımı; 6.Diğer mesguliyetleri bastırma; 7.Duygu Odaklı Başa Çıkma; 8.Pozitif yeniden yorumlama ve gelişme; 9.Dini olarak başa çıkma; 10.Sakaya vurma; 11.Duygusal sosyal destek kullanımı; 12.Kabullenme 13.İşlevsel Olmayan Başa Çıkma; 14.Zihinsel boş verme; 15.Soruna odaklanma ve atılgınları açığa vurma; 16.İnkâr; 17.Maade kullanımı; 18.Davranışsal olarak boş verme; 19. Başa çıkma tutumlarının değerlendirme ölçeği toplam puan; 20. Nedensel Belirsizlik Ölçeği Toplam Puan.

Not 2. TP: Toplam Puan SBT-40; Savunma Biçimleri Testi-40. NBÖ: Nedensel Belirsizlik Ölçeği.

Not 3. **p < .01, *p < .05

BÇTDÖ ve SBT-40'ın alt boyutlarından hangilerinin ve ne düzeyde NBÖ puanlarını yordadığını belirlemek amacıyla çoklu doğrusal adımsal regresyon analizi yürütülmüştür. Öncelikle NBÖ puanları yordanan değişken, BÇTDÖ ve SBT-40'ın alt ölçekleri ise yordayıcı değişkenler olarak tanımlanmıştır. Uygulanan çoklu doğrusal adımsal regresyon analizi sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. Başa Çıkma Tutumlarının ve Savunma Mekanizmalarının Nedensel Belirsizlik Üzerindeki Yordayıcı Rolünün İncelenmesine Yönelik Yürütülen Çoklu Doğrusal Adımsal Regresyon Analizi Sonuçları

M	Yordanan	Yordayıcı	R ²	ΔR ²	F	ΔF	B	SH	β	t	p
1	NBÖ	DBV-BÇTDÖ	.18	.18	65.12	65.12	1.57	.195	.42	8.070	.000
2	NBÖ	DBV-BÇTDÖ	.22	.04	42.62	16.68	1.33	.20	.36	6.679	.000
		GD-BÇTDÖ					1.00	.24	.22	4.084	
3	NBÖ	DBV-BÇTDÖ					1.05	.22	.28	4.782	
		GD-BÇTDÖ	.24	.02	31.64	7.76	0.99	.24	.22	4.120	.000
		İN-BÇTDÖ					0.60	.21	.16	2.786	
4	NBÖ	DBV-BÇTDÖ					1.09	.22	.29	4.960	
		GD-BÇTDÖ	.25	.01	25.07	4.284	0.95	.24	.21	3.941	.000
		İN-BÇTDÖ					0.60	.21	.16	2.816	
		YÖ-SM					0.26	.13	.10	2.070	

M = Model. NBÖ = Nedensel Belirsizlik Ölçeği. BÇTDÖ = Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği. SM = Savunma Mekanizmaları. DBV = Davranışsal Boş Verme. GD = Geri Durma. İN = İnkâr. YÖ = Yapay Özgecilik.

Analiz sonuçları, modeldeki değişkenlerden davranışsal boş vermenin nedensel belirsizliği tek başına anlamlı biçimde yordadığını göstermiştir (R² = .18, F(1, 298) = 65.12, p = .000). Davranışsal boş verme nedensel belirsizlik varyansının %18'ini açıklarken modele geri durma alt ölçek puanı yordayıcı değişken olarak eklendikten sonra nedensel belirsizlikteki varyansın açıklanma yüzdesinde %4 (R² = .22, F(1, 297) = 42.62, p = .000) artış gözlenmiştir. Nedensel belirsizlik varyansının açıklanma yüzdesinde modele sırasıyla eklenen inkâr ile %2 (R² = .24, F(1, 296) = 31.64, p = .000), yapay özgecilik ile ise %1 (R² = .25, F(1, 295) = 25.07, p = .000) artış gözlenmiştir. Buna göre, nedensel belirsizliğin yordayıcıları olarak modele alınan değişkenlerden davranışsal boş verme, geri durma, inkâr ve yapay özgecilik birlikte nedensel belirsizlik toplam varyansının %25'lik kısmını anlamlı düzeyde açıkladığı bulunmuştur (R² = .25, F(4, 295) = 25.07, p = .000). Sırasıyla davranışsal boş verme (β = .29, t = 4.96, p = .000), geri durma (β = .21, t = 3.94, p = .000), inkâr (β = .16, t = 2.82, p = .005) ve yapay

özgeciliğin ($\beta = .10$, $t = 2.07$, $p = .039$) nedensel belirsizliği pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur.

NBÖ puanlarının yordanan değişken, BÇTDÖ'nün alt ölçek puanlarının yordayıcı değişkenler olarak tanımlanarak uygulanan çoklu doğrusal adımsal regresyon analizi sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4. Başa Çıkma Tutumlarının Nedensel Belirsizlik Üzerindeki Yordayıcı Rolünün İncelenmesine Yönelik Yürütülen Çoklu Doğrusal Adımsal Regresyon Analizi Sonuçları

M	Yordanan	Yordayıcı	R ²	ΔR^2	F	ΔF	B	SH	β	t	p
1	NBÖ	DBV-BÇTDÖ	.18	.18	65.12	65.12	1.57	.19	.42	8.070	.000
2	NBÖ	DBV-BÇTDÖ	.22	.04	42.62	16.68	1.33	.20	.36	6.679	.000
		GD- BÇTDÖ					1.00	.24	.22	4.084	
3	NBÖ	DBV-BÇTDÖ					1.05	.22	.28	4.782	
		GD-BÇTDÖ	.24	.02	31.64	7.76	0.99	.24	.22	4.120	.000
		İN-BÇTDÖ					0.60	.21	.16	2.786	

NBÖ = Nedensel Belirsizlik Ölçeği. BÇTDÖ = Başa Çıkma Tutumlarını Değerlendirme Ölçeği. DBV = Davranışsal Boş Verme. GD = Geri Durma. İN = İnkâr.

Analiz sonuçları, modeldeki değişkenlerden davranışsal boş vermenin nedensel belirsizliği tek başına anlamlı biçimde yordadığını göstermiştir ($R^2 = .18$, $F(1, 298) = 65.12$, $p = .000$). Davranışsal boş verme nedensel belirsizlik varyansının %18'ini açıklarken modele geri durma alt ölçek puanı yordayıcı değişken olarak eklendikten sonra nedensel belirsizlikteki varyansın açıklanma yüzdesinde %4 ($R^2 = .22$, $F(2, 297) = 42.62$, $p = .000$) artış gözlenmiştir. Nedensel belirsizlik varyansının açıklanma yüzdesinde modele eklenen inkâr ile %2 ($R^2 = .24$, $F(3, 296) = 31.64$, $p = .000$) artış gözlenmiştir. Buna göre, nedensel belirsizliğin yordayıcıları olarak modele alınan Başa Çıkma Tutumları Değerlendirme Ölçeği'nin alt ölçeklerinden davranışsal boş verme, geri durma ve inkâr birlikte nedensel belirsizlik toplam varyansının %24'lük kısmını anlamlı düzeyde açıkladığı bulunmuştur ($R^2 = .24$, $F(3, 296) = 31.64$, $p = .000$). Sırasıyla davranışsal boş verme ($\beta = .28$, $t = 4.78$, $p = .000$), geri durma ($\beta = .22$, $t = 4.12$, $p = .000$) ve inkârın ($\beta = .16$, $t = 2.79$, $p = .006$) nedensel belirsizliği pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur.

NBÖ puanlarının yordanan değişken, SBT-40'ın alt ölçek puanlarının yordayıcı değişkenler olarak tanımlanarak uygulanan çoklu doğrusal adımsal regresyon analizi sonuçları Tablo 5'te sunulmuştur. Analiz sonuçları, modeldeki değişkenlerden pasif saldırganlığın nedensel belirsizliği tek başına anlamlı biçimde yordadığını göstermiştir ($R^2 = .05$, $F(1, 298) = 17.18$, $p = .000$). Pasif saldırganlık nedensel belirsizlik varyansının

%5'ini açıklarken karşıt tepki geliştirme modele girdikten sonra nedensel belirsizlikteki varyansın açıklanma yüzdesinde %3 ($R^2 = .08$, $F(2, 297) = 13.39$, $p = .000$) artış gözlenmiştir.

Tablo 5. Savunma Mekanizmalarının Nedensel Belirsizlik Üzerindeki Yordayıcı Rolünün İncelenmesine Yönelik Yürütülen Çoklu Doğrusal Adımsal Regresyon Analizi Sonuçları

M	Yordanan	Yordayıcı	R ²	ΔR ²	F	ΔF	B	SH	β	t	p
1	NBÖ	PS-SM	.05	.05	17.18	17.18	0.59	.14	.23	4.145	.000
2	NBÖ	PS-SM	.08	.03	13.39	9.13	0.48	.15	.19	3.262	.000
		KTG-SM					0.41	.13	.17	3.022	.000
3	NBÖ	PS-SM	.10	.02	11.06	5.96	0.73	.18	.29	4.095	.000
		KTG-SM					0.37	.13	.16	2.731	.000
		DİS-SM					-0.46	.19	-.16	-2.442	.000
4	NBÖ	PS-SM	.12	.02	10.35	7.48	0.59	.18	.23	3.200	.000
		KTG-SM					0.34	.13	.15	2.554	.000
		DİS-SM					-0.53	.19	-.19	-2.787	.000
		DĞSZ-SM					0.42	.15	.17	2.735	.000

M = Model. NBÖ = Nedensel Belirsizlik Ölçeği. SM = Savunma Mekanizmaları. PS = Pasif Saldırganlık. KTG = Karşıt Tepki Geliştirme. DİS = Disosiyasyon. DĞSZ = Değersizleştirme.

Modele sırasıyla disosiyasyonun eklenmesiyle %2 ($R^2 = .10$, $F(3, 296) = 11.06$, $p = .000$) ve değersizleştirmenin eklenmesiyle de yine %2 ($R^2 = .12$, $F(4, 295) = 10.35$, $p = .000$) artış gözlenmiştir. Buna göre, nedensel belirsizliğin yordayıcıları olarak modele alınan SBT-40'nin alt ölçeklerinden pasif saldırganlık, karşıt tepki geliştirme, disosiyasyon ve değersizleştirme birlikte nedensel belirsizlik toplam varyansının %12'lik kısmını anlamlı düzeyde açıklamıştır ($R^2 = .12$, $F(4, 295) = 10.35$, $p = .000$). Sırasıyla pasif saldırganlık ($\beta = .23$, $t = 3.20$, $p = .002$), karşıt tepki geliştirme ($\beta = .15$, $t = 2.55$, $p = .011$), disosiyasyon ($\beta = -.19$, $t = -2.79$, $p = .006$) ve değersizleştirmenin ($\beta = .17$, $t = 2.73$, $p = .007$) nedensel belirsizliği istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir. Analiz sonuçları nedensel belirsizliği, pasif saldırganlık, karşıt tepki geliştirme ve değersizleştirme puanlarının pozitif yönde; disosiyasyon puanlarının ise negatif yönde yordadığını göstermiştir.

IV. Sonuç ve Tartışma

Bu çalışmada, başa çıkma tutumları, savunma mekanizmaları ve bireylerin sosyal olayların neden sonuç ilişkilerini anlama yeteneklerine olan güvensizlikleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Başa çıkma tutumları ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişki incelendiğinde, immatür savunmaları kullanma arttıkça problem odaklı başa çıkma stratejilerini kullanmanın azaldığı; işlevsel olmayan başa çıkma stratejilerini kullanmanın ise arttığı gözlenmiştir. Nevrotik savunmaları kullanma arttıkça hem duyu odaklı hem de işlevsel olmayan başa çıkma stratejilerini kullanmanın arttığı; olgun savunmaları kullanma arttıkça ise problem odaklı başa çıkma stratejilerini kullanmanın arttığı bulunmuştur. Olgun savunmaların problem odaklı başa çıkma stratejileriyle ilişkili olduğunun bulunması, olgun savunmaların, immatür ve nevrotik savunmalara göre daha işlevsel olduğuna, olayların çarpıtılmasına daha az düzeyde neden olduğuna ve psikopatolojilerle daha düşük düzeyde ilişkili olduğuna ilişkin bulgularla uyumludur. Dolayısıyla araştırma bulgularının Newman (2001) ve Cramer'in (2000) savunma mekanizmalarının genellikle psikopatolojiler ile ilişkili olabileceğine yönelik görüşlerini destekler niteliktedir. Diğer yandan immatür savunmaların işlevsel olmayan başa çıkma stratejileriyle ilişkili olduğunun bulunması, immatür savunmaların olayların anlam, değer ve öneminin çarpıtılması ve psikopatolojilerle ilişkili olduğunu gösteren çalışmaların sonuçlarına katkı sağlamaktadır (Andrews, 1991; Brody vd., 2002; Vaillant, 1994; Andrews ve Pollock., 1989). Araştırmanın başa çıkma tutumlarının ve savunma mekanizmalarının ilişkili olduğunu gösteren bulguları, başa çıkmanın bilinçli; savunma mekanizmalarının ise bilinç dışı süreçler içerdiği düşüncesine dayanarak bu iki kavramın birbirinden farklı olduğunu öne süren araştırmalardan (Haan, 1965; Olff vd., 1993; Vaillant, 1994; Cramer, 2000; Freud, 2011) ziyade başa çıkma ve savunma mekanizmalarının hem özgün hem de ortak özelliklerinin olduğunu iddia eden (Muris ve vd., 1995; Erickson ve vd., 1997; Bouchard ve Thriault, 2003; Nicolas vd., 2013) çalışmaları desteklemiştir. Mevcut bulgulardan hareketle bireylerin stresli durumlar karşısında sergiledikleri davranışları değerlendirilirken özellikle işlevsel olmayan başa çıkma stratejileri kullanan bireylerde bilinç dışı süreçlerin işliyor olabileceği göz önünde bulundurulması düşünülebilir. Nitekim bu çalışmanın bulguları, kişinin kendi performansına yönelik algısını derecelendirdiği özbildirimsel ölçeklerle edinilen verilerden elde edilmiştir. Gelecek çalışmalarla başa çıkma ve savunmalar arasındaki bağlantıların ve özellikle başa çıkma stratejilerinin bilinç dışı faktörlerle olan ilişkisinin davranışsal performansına dayanan veri toplama araçlarıyla incelenmesi başa çıkmanın altında yatan süreçlere ilişkin bilgimize katkı sağlayacaktır.

Nedensel belirsizlik ile başa çıkma tutumları ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, sosyal olayların neden sonuç ilişkilerini anlama yeteneklerine olan güvensizlikleri yüksek olan bireylerin daha çok işlevsel olmayan başa çıkma stratejileri ile nevrotik ve immatür savunmalar kullandıkları görülmüştür. Başa çıkma tutumları ve savunma mekanizmalarının birlikte nedensel belirsizlik üzerindeki yordayıcı rolü incelendiğinde, nedensel belirsizliği, problem odaklı baş etme stratejilerinden geri durma; işlevsel olmayan baş etme stratejilerinden davranışsal olarak

boş verme ve inkâr; nevrotik savunmalardan ise yapay özgecilik pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamıştır. Başa çıkma tutumlarının tek başına nedensel belirsizlik üzerindeki yordayıcı rolü incelendiğinde nedensel belirsizliği, problem odaklı baş etme stratejilerinden geri durma; işlevsel olmayan baş etme stratejilerinden ise davranışsal olarak boş verme ve inkâr pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamıştır. Savunma mekanizmalarının tek başına nedensel belirsizlik üzerindeki yordayıcı rolü incelendiğinde ise nedensel belirsizliği, immatür savunmalardan pasif saldırganlık ve değersizleştirme ile; nevrotik savunmalardan karşıt tepki geliştirme pozitif yönde; immatür savunmalardan disosiyasyon ise negatif yönde yordamıştır.

Bu çalışma, bireylerin neden sonuç ilişkilerini anlama yeteneklerine olan güvensizliklerinin kaynağının bireylerin başa çıkma tutumları ve savunma mekanizmaları açısından incelemesi dolayısıyla önemlidir. İşlevsel olmayan - maladaptif başa çıkma stratejileri normal kabul edilen ile psikopatolojilerin ayırımında önemli bir ayırıcı özellik olarak değerlendirilmekle birlikte (Millon ve Davis, 1996) çeşitli psikolojik sorunlar ve kişilik psikopatolojileriyle ilişkilendirilmesi dolayısıyla bireyin çevresiyle uyumunu etkileyen bir faktör olarak ele alınmaktadır (Bijtteber ve Vertommen, 1999; Vollrath vd., 1995). Diğer yandan, savunma mekanizmalarının bireyin günlük işlevselliğini bozmayacak düzeyde kullanılması olağan kabul edilirken; yüksek düzeyde kullanılması uyumsuz davranışlarla ve çeşitli psikopatolojilerle ilişkilendirilmektedir. Bu doğrultuda, işlevsel olmayan başa çıkma stratejilerinin duygu odaklı ve problem odaklı başa çıkma stratejilerine; immatür savunmalarının ise olgun ve nevrotik savunmalara göre daha yüksek düzeyde psikopatolojik yatkinliğe işaret ettiği söylenebilir. Özellikle immatür savunmaların daha erken dönemde oluştuğu ve diğer savunmalara kıyasla düşünce örüntüsünde daha fazla bozulma yarattığı öne sürülmektedir (Vaillant, 1994; McWilliams, 2011; Cramer 1998, 2015; Brody ve Carson, 2012; Chang, 2000). Mevcut bulgular immatür savunmalara sahip olmanın düşünce örüntüsündeki bozulmalardan birinin, neden sonuç ilişkilerini anlamama durumu olabileceğine işaret etmektedir. Bu alanda yeni araştırmalara ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın sonuçları, bireylerin neden sonuç ilişkilerini anlama yeteneklerine olan güvensizliklerinin, olaylarla baş etmede kullandıkları geri durma, inkâr ve davranışsal boş verme stratejilerinden; buna ek olarak pasif saldırganlık, karşıt tepki geliştirme, disosiyasyon ve değersizleştirme savunmalarından etkilendiğini göstermiştir. Dolayısıyla sonuçlar, nedensel anlamlandırmayı başa çıkma sürecinin bir parçası olarak ele alan çalışmalara (Smith ve Lazarus, 1993; Scherer ve Ceschi, 1997; Park ve Folkman, 1997; Evers vd., 2001) hangi başa çıkma stratejilerinin ve savunmaların nedensel belirsizliği yordadığını göstermesi açısından katkı sağlar niteliktedir. Gelecekte, özellikle bilinç dışı olduğu ileri sürülen savunma mekanizmalarının incelenmesinde, ilgili alandaki bir uzmanın klinik görüşmelerle katılımcıların savunma mekanizmalarını tespit etmesiyle oluşturulacak bir örneklemle çalışmanın önemli olduğu düşünülmektedir.

Özetle, bu çalışmayla, başa çıkma stratejilerinin ve savunma mekanizmalarının ortak yönlerinin olduğunu öne süren çalışmalar desteklenmiştir. Buna ek olarak çeşitli

psikopatolojilerle ilişkilendirilen immatür ve nevrotik savunmalar ile işlevsel olmayan başa çıkma stratejileri kullanmanın bireylerin neden sonuç ilişkilerini anlama yeteneklerine olan güvensizliklerini açıkladığı görülmüştür. Gelecek çalışmalarla bireylerin çeşitli olumsuz durumlarla karşılaştıklarında, bilinç dışı olduğu bilinen savunma mekanizmaları ile bilinçli yapıda olduğu öne sürülen başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkinin ve bu ilişkiyi etkileyebilecek düşünme süreçlerinin incelenmesine ihtiyaç vardır. Bu sonuçların, işlevsel olmayan başa çıkma stratejileri kullanan, immatür ve nevrotik savunmalara sahip bireylerin olaylar arasındaki neden sonuç ilişkilerini anlama becerilerinin geliştirilmesine yönelik yürütülecek çalışmalarla klinik alandaki uygulamalara yol göstereceği düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Ağargün, M. Y., Beşiroğlu, L., Kıran, Ü. K., Özer, Ö. A., Kara, H. (2005). COPE (Başa çıkma tutumlarını değerlendirme ölçeği) Psikometrik özelliklere ilişkin bir ön çalışma, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6, 221-226.
- Andrews, G., Singh, M., Bond, M., (1993). The defense style questionnaire. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 181, 246-256. <http://dx.doi.org/10.1097/00005053-199304000-00006>
- Astar, M., & Güriş, S. (2015). *SPSS ile İstatistik*. Der Yayınları.
- Beck, J. S. (2014). *Bilişsel davranışçı terapi: temelleri ve ötesi*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Bijttebier, P., & Vertommen, H. (1999). Coping strategies in relation to personality disorders. *Personality and Individual Differences*, 26(5), 847–856. doi:10.1016/s0191-8869(98)00187-1
- Bouchard, G., & Thériault, V. J. (2003). Defense mechanisms and coping strategies in conjugal relationships: An integration. *International Journal of Psychology*, 38(2), 79-90. <https://doi.org/10.1080/00207590244000214>
- Boucher, E. M., & Jacobson, J. A. (2012). Causal uncertainty during initial interactions. *European Journal of Social Psychology*, 42(5), 652-663. <https://doi.org/10.1002/ejsp.1876>
- Brody, S., & Carson, C. M. (2012). Brief report: Self-harm is associated with immature defense mechanisms but not substance use in a nonclinical Scottish adolescent sample. *Journal of Adolescence*, 35(3), 765–767. doi:10.1016/j.adolescence.2011.09.001
- Büyüköztürk, Ş. (2003). Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 32(32), 470-483
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 56(2), 267. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>

- Chang, E. C. (2000). Causal uncertainty and depressive symptoms: Appraisals and coping as mediating variables. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*(3), 420-436. <https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.3.420>
- Cramer, P. (1998). Coping and defense mechanisms: What's the difference? *Journal of Personality, 66*(6), 919-946. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00037>
- Cramer, P. (2000). Defense mechanisms in psychology today: Further processes for adaptation. *American Psychologist, 55*(6), 637. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.55.6.637>
- Cramer, P. (2015). Defense mechanisms: 40 years of empirical research. *Journal of Personality Assessment, 97*(2), 114-122.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., ve Ş. Büyükoztürk (2012) *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Pegem Akademi.
- Edwards, J. A. (1995). *The effects of causal uncertainty on dispositional attribution* (Doctoral dissertation). The Ohio State University.
- Edwards, J. A., Weary, G., & Reich, D. A. (1998). Causal uncertainty: Factor structure and relation to the big five personality factors. *Personality and Social Psychology Bulletin, 24*(5), 451-462. <https://doi.org/10.1177/0146167298245001>
- Erickson, S., Eldman, S. S., & Steiner, H. (1997). Defense reactions and coping strategies in normal adolescents. *Child Psychiatry and Human Development, 28*, 45-66. <https://doi.org/10.1023/A:1025145119301>
- Evers, A. W., Kraaimaat, F. W., van Lankveld, W., Jongen, P. J., Jacobs, J. W., & Bijlsma, J. W. (2001). Beyond unfavorable thinking: the illness cognition questionnaire for chronic diseases. *Journal of consulting and clinical psychology, 69*(6), 1026. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.69.6.1026>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of health and social behavior, 219-239*. <http://dx.doi.org/10.2307/2136617>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: A study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology, 48*, 150-170.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and Promise. *Annual Review of Psychology, 55*, 74-745. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456>
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of personality and social psychology, 50*(5), 992. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.50.5.992>

- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of personality and social psychology*, 50(5), 992.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. J., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of personality and social psychology*, 50(3), 571.
- Freud, A. (2011). Ben ve Savunma Mekanizmaları. (Çev. Erim, Y.): Metis Yayınları. www.pdfekitaparsivi.com/ (Özgün eser 1936 tarihlidir).
- George, D., & Mallery, P. (2010). SPSS for Windows step by step. A simple study guide and reference (10. Baskı). *GEN, Boston, MA: Pearson Education, Inc.*
- Haan, N. (1965). Coping and defense mechanisms related to personality inventories. *Journal of Consulting Psychology*, 29(4), 373. <http://dx.doi.org/10.1037/h0022410>
- Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. Wiley.
- Kelley, H. H. (1967). *Attribution theory in social psychology*. In D. Levine (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (Vol. 15, pp. 129–238). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Kelley, H. H. (1973). The processes of causal attribution. *American Psychologist*, 28(2), 107.
- Kelley, H. H., & Michela, J. L. (1980). Attribution theory and research. *Annual Review of Psychology*, 31(1), 457-501. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.31.020180.002325>
- Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: Past, present, and future. *Fifty years of the research and theory of RS Lazarus: An Analysis Of Historical And Perennial Issues*, 366-388.
- McWilliams, N. (2011). *Psychoanalytic diagnosis: Understanding personality structure in the clinical process*. Guilford Press.
- Millon, T., & Davis, R. D. (1996). *Disorders of personality: DSM-IV and beyond*. New York: John Wiley and Sons.
- Morgan, C. T. (2010). *Psikolojiye giriş*. Eğitim Yayınevi.
- Muris, P., Merckelbach, H., & Bögels, S. (1995). Coping, defense, and fear in college students. *Personality and Individual Differences*, 18, 301-301. [http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)00145-I](http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869(94)00145-I)
- Newman, L. S. (2001). Coping and defense: No clear distinction. *American Psychologist*, 56(9), 760–761. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.9.760>

- Nicolas, M., & Jebrane, A. (2008scher). Relationships between coping strategies and defense mechanisms in sport performance. *Psychological Reports, 103*, 735-744. <https://doi.org/10.2466/pr0.103.3.735-744>
- Nicolas, M., Sandal, G. M., Weiss, K., & Yusupova, A. (2013). Mars-105 study: Time-courses and relationships between coping, defense mechanisms, emotions and depression. *Journal of Environmental Psychology, 35*, 52-58. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2013.05.001>
- Olf, M., Brosschot, J. F., & Godaert, G. (1993). Coping styles and health. *Personality and Individual Differences, 15*(1), 81-90. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90044-4](https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90044-4)
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of general psychology, 1*(2), 115. <http://dx.doi.org/10.1037/1089-2680.1.2.115>
- Pollock, C., & Andrews, G. (1989). Defense styles associated with specific anxiety disorders. *The American Journal of Psychiatry, 146*(11), 1500-1502. <https://doi.org/10.1176/ajp.146.11.1500>
- Roesch, S. C., Weiner, B., & Vaughn, A. A. (2002). Cognitive approaches to stress and coping. *Current Opinion in Psychiatry, 15*(6), 627-632. <http://dx.doi.org/10.1097/00001504-200211000-00012>
- Roth, S., & Cohen, L. J. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *American Psychologist, 41*(7), 813.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs, 80*, 1-28. <http://dx.doi.org/10.1037/h0092976>
- Scherer, K. R., & Ceschi, G. (1997). Lost luggage: A field study of emotion-antecedent appraisal. *Motivation and Emotion, 21*, 211-235. <https://doi.org/10.1023/A:1024498629430>
- Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin, 129*(2), 216.
- Smith, C. A., & Lazarus, R. S. (1993). Appraisal components, correlational themes and the emotions. *Cognition and Emotion, 7*, 233-269. <https://doi.org/10.1080/02699939308409189>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*, 6th Ed. Northridge, CA: California State University.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston, MA: Pearson.

- Taylor, S. E., & Fiske, S. T. (1978). Salience, attention, and attribution: Top of the head phenomena. In *Advances in experimental social psychology*, 11, 249-288. Academic Press.
- Tobin, S. J. & Weary, G. (2008). The effects of causal uncertainty, causal importance, and initial attitude on attention to causal persuasive arguments. *Social Cognition*, 26, 44–65. <https://doi.org/10.1521/soco.2008.26.1.44>
- Tobin, S. J., & Raymond, M. M. (2010). Causal uncertainty and psychological well-being: The moderating role of accommodation (secondary control). *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(3), 371-383. <https://doi.org/10.1177/0146167209359701>
- Tobin, S. J., Osika, M. M., & McLanders, M. (2014). Attitudes toward others depend upon self and other causal uncertainty. *PloSone*, 9(2), e87677. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0087677>
- Uz, I. (2015). Nedensel Belirsizlik Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16, 19. <https://doi.org/10.5455/apd.173182>
- Vaillant, G. E. (1994). Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 44.
- Vollrath, M., Alnaes, R., & Torgersen, S. (1995). Coping and MCMI-II personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 8(1), 53±63.
- Weary, G. & Jacobson, J. A. (1997). Causal uncertainty beliefs and diagnostic information seeking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 839–848. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.4.839>
- Weary, G., Jacobson, J. A., Edwards, J. A., & Tobin, S. J. (2001). Chronic and temporarily activated causal uncertainty beliefs and stereotype usage. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 81(2), 206. DOI: 10.1037//0022-3514.81.2.206
- Weary, G., & Edwards, J. A. (1994). Individual differences in causal uncertainty. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 308–318. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.67.2.308>
- Yılmaz, N., Gençöz, T., Ak, M. (2007) Savunma Biçimleri Testi'nin Psikometrik Özellikleri: Güvenilirlik ve Geçerlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 244-253.