

T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
ADLİ TIP ENSTİTÜSÜ

DANIŞMAN
PROF.DR. MUSA TOSUN

TÜRK POLİSİNDE STRESLE BAŞA ÇIKMA
TARZLARI VE İNTİHAR OLASILIKLARI
ARASINDAKİ İLİŞKİ

SOSYAL BİLİMLER ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

PSİKOLOG ŞUA KORKUT

İSTANBUL
2012

Çalışmam sırasında benden yardımlarını esirgemeyen tez danışmanım Prof.
Dr. Musa Tosun'a,

çalışmam sırasında bana destek olan anneme,

ve çalışmamın her aşamasında göstermiş olduğu sabır ve yardımları için
Sinan Kurt'a teşekkür ederim.

	Sayfa No
İÇİNDEKİLER	1
1. GİRİŞ VE AMAÇ	4
2. GENEL BİLGİLER	7
2.1. Stres	7
2.1.1. Stresle Başa Çıkma	10
2.1.2. Stres ve Fizyolojik Etkileri	12
2.2. İntihar	13
2.2.1. İntiharla İlgili Çeşitli Bakış Açıları	18
2.2.1.1. Freud'un İntiharla İlgili Psikolojik Kuramları	18
2.2.1.2. Durkheim'in İntiharla İlgili Sosyolojik Kuramı	18
2.2.1.3. Shneidman'ın İntihar Yaklaşımı	19
2.2.2. İntihar Riski Yüksek Gruplar	19
2.2.2.1. Yaş	20
2.2.2.2. Cinsiyet	21
2.2.2.3. Bölgeler	21
2.2.2.4. Eğitim	21
2.2.2.5. Medeni Durum	22
2.2.2.6. Meslek	22

2.2.2.7. Zaman	22
2.2.3. İntihar Yöntemleri	23
2.2.4. İntihar Sebepleri	23
2.2.5. İntihar Girişimleri	23
2.2.6. Nörokimya – Biyolojik Faktörler ve İntihar	27
2.3. Polis Kavramı ve Tarihsel Gelişimi	27
2.3.1. Türkiye’de Polis Olmak	29
2.4. Polis ve Stres	31
3. GEREÇ VE YÖNTEM	35
3.1. Araştırmanın Şekli	35
3.2. Evren ve Örneklem	35
3.3. Verilerin Toplanması	35
3.4. Veri Toplama Araçları	35
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu	36
3.4.2. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği	36
3.4.3. İntihar Olasılığı Ölçeği	37
3.5. Verilerin Analizi	38
4. BULGULAR	39
4.1. Araştırma Örneklemine Tanıtıcı Özellikleri	39

4.2. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Güvenirlik Analizi	48
4.3. Polislerin Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve İntihar Olasılığı Ölçeğinden Elde Ettikleri Puan Ortalamaları	49
4.4. Polislerin Stresle Başa Çıkma Tarzları ve İntihar Olasılıkları Puan Ortalamalarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması	61
4.5. Polislerin Stresle Başa Çıkma Tarzlarıyla İntihar Olasılıkları Arasındaki İlişki	62
5. TARTIŞMA	70
6. SONUÇ	78
7. ÖZETLER	80
8. KAYNAKLAR	84
EKLER	90
ÖZGEÇMİŞ	102

1.GİRİŞ VE AMAÇ

Hızla değişen ve gelişen dünyada her geçen gün artan, farklılaşan ve öngörülemez olan çeşitli faktörler dolayısıyla, bireylerde stres ortaya çıkaran durumlar çeşitlenmektedir. Aslında stres gündelik yaşamda çoğu zaman kullanıldığı gibi endişe ve sıkıntı anlamına gelmez. Stres, karşılaşılan yeni durumlarda insanın ruhsal, bedensel sınırlarının zorlanmasıdır. Bu zorlanmalar karşısında verilen tepkiler de stres tepkisi şeklinde tanımlanır (54). Çeşitli durumlar karşısında ortaya konulacak olan bu stres tepkileri her bir birey için kişisel, çevresel ve kültürel faktörlere göre farklılaşabilmektedir. Bireylerin stres tepkileri karşısında kullandıkları baş etme stratejilerinin onların hayatlarını önemli ölçüde etkilediğı bilinmektedir. Bu etkinin bir yansıması da kişinin intihara olan bakış açısıdır. İntihar kişinin kendini ya da çevresindeki kişileri cezalandırmak için giriştiğı bir eylem olabileceğı gibi, içinde bulunduğu durumdan kendini ortadan kaldırmak dışında herhangi bir çözüm yoluyla çıkamayacağı düşüncesinin sonucu da olabilmektedir (3).

Karşı karşıya kalınan stres durumunu sonlandırabilmek için kullanılacak en olumsuz sonuçlardan biri intihardır. Bu sebeple bireylerin olaylar karşısında sergiledikleri tutum oldukça önemlidir. Günümüzde, kaçınılmaz olan stresörlerle nasıl baş edildiğı, gerek özel hayatta gerek sosyal hayatta gerekse iş hayatında huzurlu, başarılı ve kaliteli bir yaşam için oldukça önemlidir.

Dünya sağlık örgütünün verilerine göre 2000 yılında yaklaşık bir milyon kişi intihar ederek hayatına son vermiştir. Bu sayının 10-20 kat daha fazlası sayıda kişi ise intihar girişiminde bulunmuştur. Bu durum da göstermektedir ki, intihardan dolayı her 40 saniyede bir kişi ölüyor, her 3 saniyede bir de intihar girişiminde bulunmaktadır (50).

Stres ve intihar faktörlerine iş hayatı açısından bakıldığında birçok meslekte farklı olarak polislerin daha fazla ve çeşitli stres faktörüyle karşı karşıya

kaldıkları görülmektedir. Bu durum, mesleğin özelliğinden ve getirdiği gerekliliklerden kaynaklanmaktadır. Çalışma sisteminin düzensizliği, çalışma saatlerinin fazlalığı, ücret yetersizliği, fiziksel çalışma koşullarının yeterli seviyede olmayışı, olumsuz olaylarla karşılaşma sıklığı, amirlerle olan iletişim sorunları, terfi sisteminin belirsizliği ve daha birçok etken bu mesleği çokça stres faktörü barındıran meslekler kategorisine dâhil etmektedir.

Polislerin genellikle kırsal kesimde yetişmiş, ekonomik seviyesi alt-orta olarak tanımlanan gelir düzeyine mensup ailelerden geldikleri göz önüne alındığında, mesleğin gerektirdiği durumlardan kaynaklı stresörlerin yanında, bireyin sosyal ve kültürel birikiminin de çeşitli stres yaratıcı durumlara yatkınlık sağlayabileceği görülmektedir. Örneğin, gelir seviyesi düşük bir ailede maddi zorluklarla, küçük bir Anadolu şehrinde yetişmiş bir birey, polis okulunu bitirip büyük bir şehirde göreve başladığında resmi üniformanın kendisine verdiği güç ve para ile birçok şeyi yapabileceği ve birçok şeye de hakkı olduğu düşüncesi ile yanlış yollara sapabilmektedir.

Polislerin başa çıkmak zorunda oldukları birçok stres faktörü karşısında intihar olasılıkları da yükselmektedir. Yukarıda sayılan faktörler yanında bu duruma sebep olan bir diğer önemli faktörün de polislerin intiharlarında sıklıkla kullandıkları bilinen, her an yanlarında bulundurdukları beylik tabancalarıdır. İntihar için kullanılacak araç-gereçlere daha kolay ulaşılabilen meslek grubu çalışanlarının diğer meslek gruplarına göre daha riskli oldukları bilinmektedir (37).

Halkın huzuru ve güvenliğini sağlamakla görevli polislerin, bu zor görevi 24 saat kusursuz şekilde yerine getirebilmeleri oldukça güçtür. Bunun sağlanabilmesi için yapılması gereken birçok düzenleme vardır ve en önemlilerden biri de stres ortaya çıkaran faktörleri en az indirmektir.

Bu araştırma kapsamında polislerin stresle başa çıkma tarzlarıyla intihar olasılıkları arasında anlamlı bir ilişkinin var olup olmadığı incelenmiştir. Polislerin

çeşitli demografik özelliklerine göre stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğu bu araştırmanın hipotezidir. Stresle başa çıkma tarzlarından iyimser yaklaşımın, kendine güvenli yaklaşımın ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımının intihar olasılığıyla negatif ilişki içinde olması beklenirken, çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım tarzlarının intihar olasılığıyla pozitif ilişki içinde olması beklenmektedir.

2. GENEL BİLGİLER

Bu bölümde stres, intihar ve polis kavramları üzerinde durulacaktır. Stresle başa çıkma biçimleriyle intihar arasındaki ilişki ve bu ilişkinin polislik mesleğine nasıl yansıdığı incelenecektir.

2.1. Stres

Stres, Latince'den türemiş ve İngiliz diline geçmiş bir terimdir. İnsanlarla ve diğer canlılarla ilgili durumu tanımlamada kullanılan bir kelime olmadan önce fizik ve mühendislik bilimlerinde kullanılmıştır. Stres Latince'de "estricia", eski Fransızca 'estrece' kelimelerinden gelir. Websters sözlüğünde kelimenin isim olarak sekiz, fiil olarak dört farklı anlamı vardır. İsim olarak birinci anlamı zorlanma, gerilme ve baskıdır. 17. yy. felaket, bela, musibet, dert, keder, elem gibi anlamlarda kullanılmış, 18 ve 19. yy. kavrama yüklenen anlam değişmiş ve güç, baskı, zor gibi anlamlarda objelere, kişiye, organa veya ruhsal yapıya yönelik kullanılmıştır. Buna bağlı olarak da stres, nesne ve kişinin bu tür güçlerin etkisi ile biçiminin bozulmasına, çarpıtılmasına karşı bir direnç anlamında kullanılmaya başlanmıştır. Ayrıca kelime "bütünlüğü koruma" ve "esas duruma dönmek için çaba harcama" halini de ifade eder (8).

Stres kavramının literatürde çeşitli tanımlarına rastlamak mümkündür; 'bireyin başa çıkma mekanizmalarını ve enerjisini zorlayan, baskı yapan dış etkenler', 'organizmanın savaşa veya kaçma tepkisinin ortaya çıkmasına sebep olacak düzeyde tehdit edilmesi' ve 'organizmanın biyolojik, psikolojik ve sosyal dengesinin bozulduğu durum', bu tanımlardan bazılarıdır. En güncel tanımıyla ise stres, bireyin kendi içinde (bedensel-zihinsel) ya da çevresinde olumlu veya olumsuz yönde değişiklikler meydana geldiği zaman gösterdiği tepkiler bütünüdür (3).

Stres, 'insan ile içinde yaşadığı ortam arasındaki karşılıklı ilişkinin organizmada yarattığı tepki', 'insanın alışlagelen davranış kalıplarının yetersiz

kaldığı hallerde ortaya çıkan tepki' , 'zararlı etkenlerin yarattığı tehlike ve bunun ortaya çıkışında organizmanın rolü', 'insanın içinde yaşadığı ortamı kötü olarak değerlendirmesi sonucu içine düştüğü durumun adı' olarak da tarif edilmiştir (6).

Stres günlük konuşmalarda kullanıldığı gibi endişe ve sıkıntı anlamına gelmez. Stres, karşılaşılan yeni durumlarda insanın ruhsal, bedensel sınırlarının zorlanmasıdır. Organizma bu yeni duruma uymak için belli tepkiler gösterir. Buna stres tepkisi denir. Yanlış olarak stres diye adlandırılan endişe, sıkıntı ise organizmada stres etmenlerine karşı başa çıkamama durumunda gelişen psikik değişikliklerdir (54).

Stres iyi ya da kötü olabilir. Bazı durumlarda stres insan için faydalı da olabilmektedir. Böyle durumlar da stres insana ihtiyacı olan ekstra gücü ve uyanıklığı da vermektedir. Stresin bu iyi çeşidine EUSTRESS denir. Stres her zaman faydalı olmadığı gibi iyi yönlendirilemediği zaman da insan için zararlı olabilir. Çok zaman iyi yönlendirilmeyen bu stres durumu hastalıklara sebep olur. Bunların başında kardiyovasküler hastalıklar ile anksiyete bozuklukları gelmektedir. Stresin kötü sonlanan şekline ise DİSTRESS adı verilir. Zaten çok zaman halk arasında stres teriminin karşılığı olarak bu kötü sonlanan stres durumu, yani Distress kullanılır (50).

Stresi açıklayan biyolojik kuramlar arasında Hans Selye'nin 'Genel Uyum Sendromu Yaklaşımı' (General Adaptation Syndrome) bulunmaktadır. Genel Uyum Sendromu Yaklaşımında, Selye fareleri çeşitli sürelerde çeşitli stresörlere maruz bırakmış (aşırı soğuk, sıcak, basınç, hareketlilik, hareketsizlik, yorgunluk gibi) ve bu stresörler nedeniyle ortaya çıkan fizyolojik tepkileri gözlemlemiştir. Tüm stresörlerin aynı fizyolojik tepki örüntüsüne neden olduğu gözlenmiştir. Bu deneyler sonucunda 'Genel Uyum Sendromu' kuramı oluşturulmuştur. Bu kurama göre, alıştığı çevre koşulları değiştiğinde, organizma bu duruma uyum yapmaya çalışır. Uyum ise belli miktarda güç ve enerji gerektirir (56).

Genel Uyum Sendromu'nda 3 dönem tanımlanmaktadır. Alarm dönemi (alarm stage) denen birinci dönemde stresin tetiklediği otonom sinir sistemi aktive olur. Eğer stres çok kuvvetliyse gastroentestinal ülserler oluşur, adrenal salgı bezleri büyür, timusta atrofi görülür. Direnç dönemi (resistance stage) denen ikinci dönemde organizma eldeki başa çıkma mekanizmalarıyla strese uyum yapar. Eğer stres devam eder ya da organizma etkili bir şekilde tepki vermezse tükenme (exhaustion stage) denen üçüncü dönem başlar, organizma ölür ya da geriye dönülmeyecek hasar meydana gelir (15).

Tehlike ile karşılaşılınca “savaş veya kaç” (fight or flight) diye adlandırılan cevabın ortaya çıkması, uyum için gerekli olan güç ve enerjiyle mümkün olabilmektedir. Bir tehlike ile yüz yüze gelen canlı, başa çıkamayacağına inandığı bu tehlikeden uzaklaşmaya çalışır, başa çıkacağına inandığı tehlike ile ise savaşır ve böylece yeni duruma uyum sağlar (8).

İnsan üç çevreden gelen streslere maruz kalabilir: fiziksel çevre, sosyal çevre ve iç çevre.

Fiziksel Çevre: Kişinin içinde yaşadığı, çeşitli elemanlardan oluşan doğal ortam veya tabiattır.

Sosyal Çevre: Bütün kural, âdet, gelenek, görenek, değer yargıları, inanç sistemleri ve kanunları ile birlikte, kişinin içinde bulunduğu aile, mahalle, okul, iş yeri, toplum ve bütün insanlık âlemidir.

İç Çevre: Kişinin fizik ve sosyal çevreden etkilenen ve bu iki ortamdaki aldığı uyaranlara karşı çeşitli reaksiyonlar göstererek denge ve uyum sağlamasına alan teşkil eden, iç organları ve iç sıvıları ile bütün organizmasıdır (45).

İnsana stres tepkisini yaşatan durumları da esas olarak üç grupta toplamak mümkündür.

Fiziksel çevreden kaynaklananlar: hava kirliliği, gürültü, kalabalık, radyasyon, sıcaklık, toz, soğukluk vb.

İş veya meşguliyet konusundan kaynaklananlar: ağır iş, gece işi, parça başına dayanan üretim, aşırı yüklenme, çok hafif iş, zaman baskısı altında çalışma, karar verme güçlükleriyle dolu büyük sorumluluk gerektiren işler, hiçbir şekilde katkı yapmaya izin vermeyen işler gibi.

Psikososyal özelliklerden kaynaklananlar: insan hayatında karşılaşılan psikososyal stresörler üç ana başlık altında toplanabilir; günlük stresler, gelişimsel stresler, hayat krizleri niteliğindeki stresler (8).

Stres, uyarılana bağlıdır. Araştırmalar, stres kaynaklarından çok, strese maruz kalan kişinin tehdit algısının strese yol açtığını göstermektedir. Başka bir deyişle stres, kişinin istek ve potansiyeliyle, çevresinin ondan istek ve beklentilerinin örtüşmemesi nedeniyle ortaya çıkar. Bu nedenle stresi herkes farklı sebeplerden ve farklı şekillerde yaşar (7).

2.1.1. Stresle Başa Çıkma

Stres, kişinin sürekli değişen çevreye uyumunu sağlayan, duygusal ve fiziksel etkileri olan, olumlu duygular da uyandırabilen bir olgudur. Stres kişiye heyecan verir, harekete geçirir ve yeni bakış açıları kazandırır. Bu yararlı strestir ve farklı çözüm yolları bulunmasına imkân verir. Stres, kişinin kendi kapasitesini zorlanmalar karşısında yetersiz olarak algıladığı durumlarda ortaya çıkar. Kontrol odağı içte olan kişiler, zor durumları ve üzerlerindeki baskıyı kontrol edebileceklerine inandıklarından stresle başa çıkmada başarılı olurlar (7).

Yaşanan olumlu ve olumsuz her türlü değişim ‘uyum’ gerektirdiğinden belirli bir düzeyde stres yaratmaktadır ancak biyokimyasal özellikler fiziksel güç, psikolojik ve duygusal yapı, alışkanlıklar, tavırlar ve sosyal değerlerin her biri, kişinin strese karşı nasıl tepki vereceğinde ve stresli durumla nasıl başa çıkacağına önemli rol oynamaktadır (19).

Stres, insanın iç dengesini ve uyumunu bozan zorlama olarak tanımlanır. Fakat kedisi öldüğü için depresyona girecek derecede incinebilecek bir kişi, kimsenin dayanamayacağı bir acıya dayanabilmektedir. Bu nedenle stres, kişiden kişiye değişebilen bir kavram olarak kabul edilmelidir. Bireyin herhangi bir uyarana verdiği anlam o uyarının stresör olup olmadığını kararlaştıracaktır (43).

Olumsuz konuşmalar olumsuz düşüncelere, olumsuz düşüncelerde strese yol açar. Kişilik testlerinde olumlu olarak tanımlanan kişilerin karamsarlara göre daha sağlıklı olduğu, daha az stres yaşadığı ve daha uzun yaşadığı, araştırmalarla kanıtlanmış bir gerçektir (7).

Bireyler yaşadıkları strese karşı farklı başa çıkma tarzları kullanırlar. Aktif stratejileri içeren birinci tip başa çıkmada var olan sorunu çözmeye dönük stratejiler geliştirilirken, duygusal odaklı başa çıkmada stresin etkilerini azaltma ya da değiştirme amaçlanır (2).

Stresle başa çıkmada, öncelikle işe yaramayan ve bireye zararlı tepkilerin belirlenmesi ve bunların nelere yol açtığına farkına varılması gerekir. Stresle başa çıkma yöntemleri, bireyin bu tepkilerini değiştirebilmesini sağlayacak özgül beceriler kazandırarak stresi azaltmayı hedefler (31).

Stres ile başa çıkma iki ana kategoriye ayrılmaktadır. Birinci yaklaşım problem odaklı başa çıkmadır. Bu yaklaşımda kişi karşılaştığı tehdit edici durumu değerlendirip, etkisini azaltmak veya ortadan kaldırmak amacıyla çaba sarf etmektedir. Kişi olduğu durum içerisinde, pasif bir yol yerine aktif bir yol oynamaktadır. İkinci yaklaşım duygu odaklı başa çıkmadır; bu yaklaşımda kişi karşılaştığı tehdit dolayısıyla yaşadığı stresten arınmak amacıyla duygularını kontrol etme çabasıdadır. Kişi stresten uzaklaşmak amacıyla ilgisini ve düşüncelerini başka konulara yöneltir. Bu yaklaşıma örnek düşünce yapıları olarak, ‘inkâr’ veya ‘olumlu düşünmek’ verilebilir (9).

Yeni koşulları kabullenmek, değişim şartlarına karşı gayret ve esneklik, stresle başa çıkma konusunda büyük önem taşır. Olumsuz kişilik özelliklerinden biri veya birkaçı insanın uyumunu zorlarsa, bu özelliği tanınması ve onunla başa çıkmayı isteyip istemediğine karar vermesi gerekir (8).

Davranış kalıplarının kazanılmasında rol alan diğer faktör, kişinin içinde yaşadığı gruptur. Bireyin sağlıklı başa çıkmak konusunda örnek kalıplar edinmesini sağlayan, içinde yetiştiği ve yaşadığı çevredir. Çevre hoşgörüyü dayalı olmayan, önemli ve sıradan olaylar karşısında suçlayıcı, kahredici ve yaşamın bütününe lanetleyen tutumlar ortaya koyabilir veya çevre kızgınlığını olayla sınırlı tutabilir ve ondan sonra yapılacaklar ve yapılmayacaklar konusunda aydınlanmaya çalışan bir tutum ortaya koyabilir (8).

Stresle mücadeleyi zorlaştıran kişilik özellikleri şöyle sıralanabilir. Düşmanlık duyguları baskın kişiler, kendilerine her konuda suçluluk payı çıkaranlar, aşırı duyarlı ve duygusal tepkileri önde olanlar. Öte yandan benmerkezci olarak adlandırılan egoist kişilik özelliği baskın olanlar, olayları ya çok iyi ya çok kötü bulanlar ('hep ya da hiç' kuralı ile hayata bakanlar), çocuksu diye bilinenler (olgunlaşmamış kişilik özellikleri önde olanlar) ve çevreleri ile etkileşimlerinde ve ilişkilerinde yetersiz kalan (pasif) kişiler stresle başa çıkmakta başarısız olmaktadır (8).

2.1.2. Stres ve Fizyolojik Etkileri

Stres kelimesi ile kişinin fizyolojik, biyokimyasal, psikolojik stres tepkileri anlatılır. Stres kelimesinin ifade ettiği diğer anlam ise organizmanın dengesini bozabilecek etkenlerin tümüdür. Bilim dilinde stres vericiler olarak adlandırılan bu etkenler fiziksel, psikolojik (duygusal gerilimler, iç ve dış çatışmalar, eş sorunları vb.) veya sosyal (çevre faktörleri, kültürel değişim vb.) içerikli olabilir (8).

İnsanlar ve laboratuvar hayvanlarının sağlık, kan kaybı, oksijen azlığı, kan şekeriindeki düşüş veya heyecan gibi çok çeşitli koşullarla karşılaştırdıklarında adrenal medullada ve sempatik sinir sisteminde reaksiyon oluşması, bu canlıların “stres altında” olmaları şeklinde yorumlanmıştır (8).

Bedende stresle olan değişiklikler, organları yüksek uyarılmışlık durumunda tutar. Böylece otonom sistemi harekete geçer. Kalp atımları artar. Beyin, akciğerler, karaciğer ve kalbe daha fazla kan gider. Beden hücreleri insüline daha az tepki gösterir. Dolayısıyla kandaki şeker miktarı normalden fazla olur. Beyine glikoz desteği yapılır. Stres tepkisi sırasında kaslar da şeker yerine yağ depolarını yakmaya başlarlar. Sindirim sistemindeki organların enerji ihtiyaçları azalır. Açlık, susuzluk ve cinsellik dürtüleri bastırılır. Akut stres, bağışıklık sistemindeki fagositleri etkinleştirir. Sitokinlerin etkisi noradrenalinle güçlenir, 30-60 dakika sonra kortizolun etkisiyle tekrar frenlenir. Kimi zaman kortizol eksikliği olur ve bağışıklık sistemi fazla çalışır. Bu da beyin sapına etki eder. Davranışlarda ve duygudurumda değişikliklere sebep olur. Dolayısıyla güçsüzlük, toplumsal izolasyonluk ve depresyon ortaya çıkar. Aşırı stres, bedensel ve zihinsel sağlığı ve ilişkileri bozar. Fiziksel, duygusal ve davranışsal hastalıklar, uykusuzluk, çeşitli ağrılar, baş ağrısı gibi bir takım rahatsızlıklara yol açabilir (52).

Uzun süreli kronik stres ise organizmada fiziksel ve psikolojik sorunlar yaratabilir. Psikosomatik bozuklukların en sık görüldüğü beden bölgeleri arasında mide-barsak (gastrointestinal), solunum ve dolaşım (kardiovasküler) sistemler yer almaktadır (48).

2.2. İntihar

İntihar sözcüğünün geçmişteki kullanımına bakıldığında, batı dillerindeki romanlarında görülen ‘suicide’ sözcüğüne karşılık Tanzimat’ta Türkçeye çevrilen eserlerde ‘kendini katletmenin’ yerine ‘intihar’ kelimesi kullanılmaya başlanmıştır. Bu sözcük Arapçada ‘kurban’ demek olan ‘nahr’ dan meydana gelmiştir (4).

Durkheim intiharı ‘ölüme götüreceğini bilerek, olay kurbanı tarafından girişilen olumsuz bir eylemin doğrudan doğruya ya da dolaylı olarak meydana getirdiği her ölüm’ olarak tanımlamıştır (16). Dünya Sağlık Örgütü’nün tanımına göre intihar kasıtlı olarak kendini öldürme eylemidir (51).

Çoğu zaman, intihar aktif ve şiddetli bir eylemin sonucu sayılmakla beraber, yememek gibi devamlı pasif bir davranış da aynı sonuca götüreceğinden, bu ‘olumsuz eylemin’ belirtilmesi yerindedir. Olay kahramanın bu sonucu meydana getireceğini bildiği halde bu işi yapmış olması tanımda ayrıca belirtilmiştir. İntihar, akli başında bir insanın yaşamakla ölmek arasında bir seçme yapabileceği halde, her türlü ahlak baskısı dışında ölümü seçip kendini öldürmesidir (4).

İntihar, kişinin yaşamına kendi isteği ile son vermesidir. Özbenliğe yönelmiş saldırganlık halidir. İntihar düşünce, eğilim ya da girişim şeklinde kendini gösterebilir (3).

İntihar, başta depresyonlar olmak üzere birçok ruhsal bozukluğun seyri sırasında ortaya çıkabildiği gibi herhangi bir ruhsal bozukluğu olan bireylerin dışında herhangi bir ruhsal bozukluğu olmayan bireylerde de görülebilmektedir. Ayrıca intihar girişiminde bulunan her birey gerçekten yaşamını sonlandırmayı amaç edinmiş olmayabilir. Kendini fark ettirmek için, yardım çağırısında bulunmak amacıyla ya da başkalarına acı çektirmek için kişi, intihar teşebbüsünde bulunmuş olabilir (3).

Tüm intiharların yüzde ellisini depresyon, yüzde yirmi beşini alkol-madde kullanımı, yüzde on- on beşini şizofreni hastalarının gerçekleştirdiği bilinmektedir. Verilerden de anlaşıldığı üzere depresyon, psikiyatrik hastalıklar içerisinde intiharın en yüksek yordayıcısıdır. Her yüz depresyonlu hastadan on beşi yaşamını intiharla sonlandırmaktadır. İntihar eğiliminde risk taşıyan gruplar yalnız yaşayan, ayrılmış, boşanmış, dul ve yaşlı insanlardır. Orta derecede ya da şiddetli depresyondaki

insanların en az %70'inde intihar düşünceleri olduğu bilinmektedir. Kimi zaman iyileştiği düşünülen hastalarda da intihar teşebbüsleriyle karşılaşılabilir (3).

Bireyler intihar girişimlerini gerçekten yaşamlarını sonlandırmak isteyip istememelerine göre değişmek üzere ulaşabilecekleri en kolay yolu seçerek gerçekleştirirler. İntihar hakkında birçok yanlış bilgi vardır. Bunları tanımak intiharla ilgili gerçekleri bilmek kadar önemlidir. Aşağıda intiharla ilgili bazı mitler sıralanmıştır;

-İntihardan bahseden kişiler bunu yapmazlar.

Oysa kendi hayatlarına son verenlerin dörtte üçüne yakını daha önceden belki yardım çağrısı olarak belki de alay etmek için niyetlerinden bahsetmişleridir.

-İntihar uyarmadan yapılır.

Oysa kişi genelde, örneğin çevresindeki insanlara hayatın kendisi olmadan daha iyi olacağını söylemek gibi ya da başkalarına kendisine ait en değerli eşyaları beklenmeden ve açıklanamaz hediyeler olarak vermek gibi birçok uyarı işareti verir.

-Sadece belirli bir sınıfa ait kimseler intihar eder.

Oysa intihar ne yoksulun laneti ne de zenginlerin hastalığıdır. Bütün sosyo-ekonomik sınıftaki insanlar intihar eder.

- Belirli bir dini gruba üye olmak kişinin intihar etmeyeceğine dair iyi bir yordayıcıdır.

Oysa intihara karşı çıkan koyu Katolik yasaların, Katoliklerin kendilerini öldürme riskini aza indirdiği düşüncesi yanlıştır. Bu düşünce gerçeklerle desteklenmemektedir. Belki de bireyin resmi dini kimliği, her zaman gerçek düşüncelerinin doğru bir göstergesi olmadığı içindir.

-İntihara iten nedenler kolaylıkla tespit edilebilir.

Oysa gerçek şu ki, bizler tam olarak insanların neden intihar ettiğini anlayamayız. Örneğin, intihar öncesi yaşanan maddi durum kötüleşmesinin tam anlamıyla intiharın sebebini açıkladığı söylenemez.

-Bütün intihar edenler depresyondadır.

Oysa hayatını sona erdiren birçok insan depresyonda değildir. Bazıları kendileriyle barışık, sakin görünürler. Bu yanlış fikir, kişi ümitsiz olmadığı için sıklıkla göz ardı edilen olması yakın intihar işaretleri için izah edici olabilir.

-Ölümcül hastalığı olan kişi intihar etmez.

Oysa kişinin yaklaşan ölüme yönelik farkındalığı intiharı imkânsız hale getirmez. Kendi ya da sevdiklerinin acılarını sona erdirme düşüncesi birçok insanı belki de ölüm zamanlarını seçmeye sevk edebilir.

-İntihar etmek psikotikcedir.

Oysa intihar eğilimli çoğu insan mutsuz olsa bile çoğu gerçekle bağlantı içindedir.

-İntihar güneş lekeleri ve ayın dönemleri gibi kozmik faktörlerden etkilenir.

Oysa bu düşünceyi destekleyen bulgu yoktur.

-Duygusal durumdaki düzelmeye anlamı intihar riskinin azalmasıdır.

Oysa çoğunlukla depresif hastalar canlılıklarını artırmaya ve enerji düzeyleri gelişmeye başladıktan sonra intihar ederler.

-İntihar yalnız bir olaydır.

Oysa intihar etme düşüncesinin kişinin kafasında devam edip etmediği tartışmasına rağmen, başka bir kişiyle (eş, çocuk, sevgili, iş arkadaşı) hayal kırıklığına uğratan, acı veren bir ilişki içine dalmak başlıca neden olabilir.

-İntihar eğilimli kişiler açıkça ölmek istiyorlardır.

Oysa intihar eden çoğu insanın kendi ölümleri konusunda kararsız olduğu görülür. Diğerleri depresyon ya da alkolizmden dolayı acı çeker, eğer bunlar hafiflerse intihar isteği azalır. Birçok insanın intihar krizi geçer ve kendilerine zarar vermeleri engellendiği için müteşekkire olurlar.

-İntihar hakkında düşünmeye sık rastlanmaz.

Oysa çeşitli araştırmaların tahminleri, klinik olmayan toplumlarda intihar düşüncesinin %40'lardan %80'lere kadar çıkabildiğini göstermektedir. Bu demektir ki, bu insanlar hayatlarında en az bir defa intihar etmeyi düşünmüşlerdir.

- Özellikle depresif birine intihar sorusu sormak onu intiharın eşğine itecektir ve başka türlü ortaya çıkamayacak bir intihar davranışına neden olacaktır.

Oysa klinisyenlerin eğitimlerinde öğrendikleri ilk şeylerden biri, duygusal olarak çok kötü durumda olan bir kişiyi intihar hakkında sorgulamaktır. Bununla ilgili soru sorulması kişiye korkunç ve utanç verici olarak kendinde barındırdığı sırrı hakkında konuşma fırsatı verir yoksa bu ilerde izolasyon ve depresyona neden olabilir. Klinisyen risk gördüğü her hastada intiharı sorgular ama bunu yaparken yüklü sorulardan kaçınmakta da fayda vardır.

- Öldürücü olmayan yöntemlerle intiharı deneyenler kendilerini öldürme konusunda ciddi değıllerdir.

Oysa bu ifade öldürücülüğü, niyetle karıştırmaktadır. Bazı insanlar ilaç dozları ya da insan anatomisi hakkında bilgi sahibi değıllerdir. Bununla birlikte ölüme neden olamayacak bir girişim de kendine gerçekten zarar vermeyi isteyen biri tarafından denenebilir (15).

Birtchnell (1981) intihar girişiminde bulunan kadınlarda yürüttüğü bir çalışmasında, kadın deneklerin bağımlı kişilik özellikleri, yoğun evlilik sorunları olduğu, çok kardeşli ailelerden geldikleri ve erken çocukluk döneminde anne kaybı yaşadıkları saptanmıştır (32).

Wassermen (1989) yetişkinlik döneminde yakın ilişkide yaşanan kayıp tehditlerinin erken çocuklukta yaşanan yalnızlık duygularını alevlendirmek suretiyle kişiyi intihar davranışına yöneltebileceğini belirtmektedir. Kişinin önem verdiği tek bir ilişki varsa, bu yakın ilişki içinde kendilik değeri yükseliyorsa ve destek sistemleri azsa, bu ilişkide çıkan sorunlar kişinin yaşama tek başına devam edemeyeceği algısını güçlendirmek suretiyle intihar davranışına itebilir (32).

Erken yaşlarda yaşanan ana baba kaybı daha ileri yaşlarda olan kayba, boşanma ve ana-babanın intiharı ile gerçekleşen kayıplar doğal ölüm sonucu aile birliğinin bozulmasına göre intihar davranışı ile daha anlamlı bir ilişki göstermektedir (32).

2.2.1. İntiharla İlgili Çeşitli Bakış Açıları

2.2.1.1.Freud'un İntiharla İlgili Psikolojik Kuramları

Freud, intiharı açıklamak için iki temel hipotez öne sürmüştür. Depresyon kuramının genişletilmesi olan birinci hipotezinde intiharı cinayet olarak algılar. Birey ikircikli olarak sevdiği ve nefret ettiği birisini kaybettiğinde, o kişiyi içine alır ve saldırganlık içe döner. Eğer bu duygular yeterince kuvvetliyse, birey intihar edecektir. İkinci hipotezinde ölüm içgüdüsünün tamamıyla içe döndüğünü ve kişinin kendisini öldürmesine neden olduğunu ileri sürer. Bu hipotezinde tamamıyla kendi içine dönen ölüm içgüdüsünün kişinin kendisini öldürmesine sebep olduğunu ileri sürer (15).

2.2.1.2.Durkheim'in İntiharla İlgili Sosyolojik Kuramı

Emile Durkheim (1897) çeşitli ülkelerdeki intihar kayıtlarını, farklı tarihsel dönemlerde inceledikten sonra kendini yok etmeyi sosyolojik bir olgu olarak algılamış ve üç sınıfa ayırmıştır:

Egoist intihar; bireyin toplumla çok az bağı kaldığı zaman gerçekleşir. Bu insanlar sosyal varlıklar olarak işlev görmelerini sağlayan sosyal desteklerden koparak başkalarına yabancılaşırlar.

Elsever (diğerkâm, alturistik); Durkheim tarafından sosyal taleplere cevap olarak algılanır. İntihar eden bazı kişiler kendilerini sosyal bir grubun parçası olarak hissederler ve kendilerini toplumun yararına feda ederler. Vietnam savaşı sırasında Budist keşişlerin kendilerini kurban etmeleri bu çeşit intihara bir örnektir. Japonların harakirisi gibi bazı elsever intiharlar o koşullarda başvurulacak tek onurlu yoldur.

Anomik intihar; bireyin toplumla ilişkisindeki ani değişiklikle tetiklenebilir. İflasla karşılaşan başarılı bir iş adamı anomi, yani bir tür yönelim bozukluğu duygusu yaşayabilir, çünkü inandığı normal yaşama şekli artık olası değildir (15).

2.2.1.3. Shneidman'ın İntihar Yaklaşımı

İntiharların %90'ının DSM tanısı alabileceği doğrusunu kabul ederken, Shneidman (1986) şizofrenisi ve duygudurum bozukluğu olan çok sayıda insanın intihar etmediğini hatırlatmaktadır. Aynı zamanda da intiharlar için anahtar bir özellik olarak tespit edilen zihin rahatsızlığının ruh hastalığı olmadığını önermektedir. İntihar (hemen her zaman) çok acı veren bilinçli bir probleme bilinçli çözüm bulma çabası olarak görülür. Acı çeken için bu çözüm, bilinçliliği ve dayanılamayacak acıyı dindirir (15).

Bilişsel olarak, olası seçeneklerde daralma vardır. Çok sıkıntı veren intihar durumunda olmasalar bireyler stresle baş etmek için seçimlerinin daha fazla olduğunu görebilecek yetenektedirler. İntiharı planlayan bireyler genellikle bunu başkalarına, bazen bir yardım çağrısı olarak, bazen de dokunulmazlık arayışıyla başkalarından kaçarak iletirler. Sıklıkla rastlanan davranışlar kıymet verdikleri eşyaları hediye etmek ve mali durumu düzene sokmaktır (15).

2.2.2. İntihar Riski Yüksek Gruplar

Kişinin yaşamına neden son vermek istediği önemlidir. Yoğun ümitsizlik ya da gelecekle ilgili olumsuz beklentileri nedeniyle hayatına son vermek isteyenlerde intihar riski yüksektir. Umutsuzluk intihar riskini depresyonun şiddetinden bağımsız biçimde öngörmektedir (27).

İntihar davranışlarında bulunan insanlar genelde bu davranışı yaşamda karşılaştıkları sorunları çözmek ve halletmek için yapmaktadırlar. Kendilerini ortadan kaldırarak sorunun çözümlenmesini istemektedirler. Bu sorunlara olumsuz bir yaklaşımdır. Kaçmak veya sorunun çözümünü ertelemektir. Karşılaştığı sorunları istediği biçimde çözemeyen bazı kimseler kendini suçlayabilmektedir. Bu suçlamaların yarattığı olumsuz kendilik imgesinden kaçma arzusu kişiyi intihara yönlendiren güdüsel bir etmen olarak işlev görmektedir (18).

2.2.2.1.Yaş

İntihar davranışının farklı yaş gruplarındaki dağılımı incelendiğinde, intiharın her yaş grubunda görülmekle birlikte özellikle gençler arasında diğer yaş gruplarından çok daha hızlı bir artış gösterdiği ve gençlerin en riskli grup olduğu gözlenmektedir (O'Conner ve Sheehy, 1997). İntiharın yaşam boyu yaygınlığının araştırıldığı bir çalışmada 18-34 yaş grubunda yer alan kişilerin intihar davranışı olasılığı 35 yaş üstü bireylerden daha yüksek olarak bulunmuştur (Lee ve ark., 2007). Batıgün (2005) tarafından yapılan bir çalışmada da 15-25 yaş grubundaki bireylerin intihar olasılığının, 26-65 yaşlarında olan bireylerden daha yüksek olduğu bulunmuştur (Batıgün, 2005). Yapılan pek çok çalışma yaş ilerledikçe intihar davranışının azaldığını göstermektedir (20).

İntihar girişimleri çoğu zaman 20 ile 30 yaşları arasında yüksek bir frekans göstermektedir. Bu yaşlardaki intiharlar her zaman gerçek ölüm isteği olmayıp, daha çok başkaları ile olan ilişkilerden doğan gerginlik nedeniyle ortaya çıktığından gençlere daha fazla yardımcı olunması gerektiğini düşündürmektedir (22).

Erkeklerde ise, intihar girişimleri 10-20 yaş arasında gerçek intiharlardan 8 kat daha fazla iken, 50-60 yaşlarında gerçek intiharlara yaklaşmakta ve 70-80 yaşlarında da gerçek intiharlar, girişimlerin iki katına yaklaşmaktadır. Gençlikte çeşitli nedenlerle gerçekleştirilemeyen ölüm isteğinin, yaşlılıkla bir bakıma daha isabetle yerine getirildiği söylenebilir. Bunu ister daha ciddi olan ölüm isteği ile ister bu yüzden intihar yöntemlerinin daha iyi seçilmesiyle yorumlayabiliriz. Herhalde ölüm içgüdüleri, genel olarak, yaşlılıktaki yaşam içgüdülerine daha kolaylıkla baskın gelmektedir (4).

2.2.2.2.Cinsiyet

Kadınlar erkeklere göre daha fazla intihar girişiminde bulunmakta ancak ölümle sonuçlanan intiharlar erkeklerde daha fazla görülmektedir. Okman(1997),

yaş ile cinsiyet arasındaki ilişki incelendiğinde ise kadınların erkeklere göre daha genç yaşlarda intihar ettikleri tespit etmiştir (20).

Tüm bölgelerde erkek intihar oranı kadın intihar oranından fazla olmakla birlikte özellikle Güney Doğu Anadolu Bölgesi'ndeki illerde kadın intiharlarının erkek intiharlarından fazla olduğu dikkat çekmektedir (37).

TUİK verilerine göre 2008 yılında hayatına intiharla son veren erkeklerin sayısı, kadınların sayının yaklaşık iki katıdır (Erkekler: 1153, Kadınlar: 442) (44).

2.2.2.3.Bölgeler

DİE verilerine göre, Türkiye'de intihar olayları bölgeler arasında farklılık göstermekte, doğudan batıya gidildikçe ve özellikle büyük şehirlerde oranın arttığı görülmektedir. Fidaner'in yaptığı bir çalışmada, Türkiye'de kentsel bölgelerde intihar hızının kırsal bölgelerin 2 kat olduğu ve şehirlerde özellikle gecekondu kesiminde intihar oranının daha yüksek olduğu saptanmıştır (37).

Genelde batıda ve büyük kentlerde, doğuya ve küçük kentlere göre daha yüksek intihar oranları dikkat çeker. Bu, yaşam biçimindeki değişim, hızlı kentleşme ve modernleşme ile yakından ilgilidir (38).

2.2.2.4.Eğitim

Eğitim açısından değerlendirildiğinde ise literatürdeki bilgilerle uyumlu olarak, ülkemizde de eğitim düzeyi arttıkça intihar oranının azaldığı görülmektedir. Kriz merkezi 2008 yılı verilerine göre intihar girişiminde bulunanların %93'ünün eğitim düzeyi lise ve altında olup 5-8-11 yıl eğitim alanlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (37).

2.2.2.5.Medeni Durum

Kriz Merkezi 2008 yılı verilerine göre girişimde bulunanların %30'u evli, %65'i bekârdır (37).

2.2.2.6.Meslek

İntihar amaçlı kullanılabilir araçların fazla zorlukla karşılaşmadan elde edildiği iş dallarında çalışanların (polis, asker, işçi, doktor) intihar bakımından riskli gruplar olduğu bilinmektedir (37).

Askerlerde intihara karşı fazla bir eğilim keşfedilmiştir. Bağları hiç de gevşek olmayan askerlerdeki bu intihar eğilimi Durkheim'i zor durumda bırakmaz. Çünkü ona göre, bütünlüğü fazla kuvvetli, bağları fazla sıkı olan sosyal yapılar da, tıpkı gevşek ve dağınık topluluklar gibi kişiyi intihara sürükler (4).

2.2.2.7. Zaman

Genel olarak bahar ve yaz ayları kritik dönemleri oluşturmaktadır. Bu sonuç değerlendirmeye tabi tutulduğunda eğitim ve tatil dönemleriyle bağlantı kurulabilir. Haziran ayı eğitim dönemine ait sonuçların öğrenildiği bir döneme denk gelirken, ağustos ayının da yine bütünleme sınavlarının başladığı ve tatil ile tatil sonrası ilişkinin yoğunlaştığı bir dönemi oluşturduğu söylenebilir. Böylelikle iletişim problemlerinin daha fazla su yüzüne çıkmış olabileceği akla gelmektedir. İntihar girişimli grubun daha çok gençlerden oluşması ve öğrencilerin çoğunlukta olması eğitim dönemiyle bağlantı kurulmasına destek verir gözükmektedir (40).

İntihar girişimlerinin daha çok akşam saatlerinde görülüyor olması, bu vakitlerin aile içi iletişimin başladığı ve çalışan bireylerin de eve dönmesi ile yoğunlaştığı saatler olması ile alakalıdır. Bu, iletişimin başlama döneminde girişimin ortaya çıkması, girişimin ölüm amacı taşımayarak yardım çağrısı olması şeklinde düşünülebilir (40).

2.2.3. İntihar Yöntemleri

Ülkemizdeki her iki cinsiyette de, intiharların yarıya yakın bir kısmı kendini asma yoluyla gerçekleştirilmektedir. İkinci sırada ise, kadınlarda kimyasal madde, erkeklerde ateşli silah kullanarak intihar gelmektedir. Üçüncü sıradaki intihar yöntemi ise kadınlarda yüksekten atlama, erkeklerde de kimyevi madde ile olmaktadır (37).

2.2.4. İntihar Sebepleri

İntihar davranışı hep insanlığı tehdit eden bir sorun olmuştur. Önceleri şiddet kullanarak önlenmeye çalışılmış ancak başarılı olunamamıştır. Sonra dini inançlarla yasaklanmıştır. Bilindiği gibi tüm dinler intiharı yasaklar. Ancak bu da bir insanlık dramı olan intiharı önleyememiştir. Bunun üzerine başka yollar aranması gündeme gelmiştir. İntiharın kökenleri sosyolojide, psikolojide ve diğer sosyal bilimlerde aranmıştır (39).

Umutsuzluk, geleceğe karşı olumsuz tutumların göstergesidir. Umutsuzluk ile intihar düşüncesi ve girişimi ilişkilidir. Umutsuzluğun bireyin intihar olasılığını artırıcı bir durum olduğuna ilişkin çok sayıda çalışma vardır (40).

2.2.5. İntihar Girişimleri

İntihar girişimi nedenleri arasında ilk dört sırada sevdiği tarafından reddedilme %21, evlilik ile ilgili sorunlar %20, ebeveyn ile ilgili sorunlar %15 ve ruhsal bir sorunun varlığı %15 oranında bulunmuştur. Kuşak çatışması ve eşle ilişki güçlükleri (bunun önemli bir oranı eşi tarafından dövülme olarak belirtilmiştir) tüm intihar girişimlerinin %45'ini oluşturmaktadır (28).

İntihar eden kişilerin %80'i bu düşüncelerini intiharlarından önce dile getirmektedirler (Michael 1987; Shafii ve ark. 1985; Shneidman 1985). İntihar

düşüncelerini dile getiren kişilerin ise %20'si intihar girişiminde bulunmakta ve yetişkinlerde her 10 intihar girişiminden biri, ergenlerde ise her 200-300 intihar girişiminden biri ölüm ile sonlanmaktadır (Bille-Brahe ve Juel- Nielsen 1986; Currn 1987). Bu istatistikler, 'bir kişi intihardan söz ediyorsa yalnızca dikkat çekmeye çalışıyordur, gerçek bir tehlike söz konusu değildir' biçimindeki inancın yanlış olduğunu göstermektedir. Ayrıca kişinin intihar ile ilgili düşüncelerinin konuşulmasının intihar riskini azalttığı bildirilmektedir (32).

Tekrarlama intihar davranışının temel özelliklerindedir. Önceden intihar girişiminde bulunmuş olan kişiler toplumun geneline göre daha fazla bu davranışı tekrarlama ve intihar etme riski taşırlar (34).

İntihar girişiminde bulunanların %5'i ölmek istediklerinden emindirler, buna karşılık %30'u bu konuda ambivalenttir ve kurtarılmaları için bir olanak bırakırlar (Gispert ve ark 1987). Girişim sayısının kadınlarda ve genç yaşlarda belli bir üstünlük göstermesine karşılık, gerçek intiharlara erkeklerde ve yaşlılıkta çok daha fazla rastlanmaktadır. Gençlikte girişimlerin çok, gerçek intiharların az sayıda olmasına karşılık yaşlılıkta aksine olarak, gerçek intihar sayıları çok, girişim sayısı azdır (4).

Normal deneklerle intihar girişiminde bulunan deneklerin karşılaştırıldığı çalışmalarda intihar girişiminde bulunanlarda bozuk aile içi ilişkiler, ailelerde destek ve sevgi azlığı bildirilmektedir (35).

İntihar düşünceleri olan ya da intihar girişiminde bulunmuş gençler ile intihar düşüncesi ya da girişimi olmayan gençlerin yer aldığı çalışmalarda intihar edenler diğer gruba göre yaşantılarında daha fazla stresli yaşam olaylarının yer aldığını belirtmişlerdir (20).

İntihar grubundaki deneklerin girişimlerini daha çok ilaç içerek, önceden düşünmeden gerçekleştirdikleri ve her iki cinsiyet için tekrarlayıcı intihar girişimi

sıklığının az olduğu görülmektedir. İntihar girişimi grubunda ana-baba ile ilişki sorunu ve intihar girişiminin hemen öncesinde fiziksel şiddet olgusunun sıklığı dikkat çekmektedir. Daha sonra yapılan psikiyatrik değerlendirmede intihar girişimi grubunda hastaların %22,9'unun majör depresyon tanısı aldığı ve bu grupta kişilik bozukluğu tanısının diğer gruba göre daha sık olduğu görülmüştür (30).

2008 yılı verilerine göre Kriz Merkezi'ne başvuran bireylerden, intihar girişiminde bulunmuş ve bulunmamış olan iki grubun verileri karşılaştırıldığında, her iki grupta kadın sayısının erkeklerden daha fazla olduğu görülmektedir. Bu durum kadınların yaşadıkları olaylardan erkeklere göre daha fazla etkilendiklerini gösterebileceği gibi, kadınların yardım isteme davranışları açısından erkeklere göre daha açık ve rahat olduklarını, bu nedenle de başvuruların çoğunluğunun kadınlar tarafından oluşturulduğu fikrini de desteklemektedir. İntihar girişiminde bulunan grupta yaş ortalaması daha düşük, bekârların oranı daha yüksektir. Bu grupta ana-baba ile birlikte yaşama ve ana-baba ile ilişki sorunları sıklığının diğer gruba göre daha yüksek olması yukarıdaki bulgulara paralel görünmektedir. Yine intihar girişimi grubunda öğrenci, ev hanımı gibi ekonomik bakımdan bağımlı kişilerin ve işsizlerin sıklığı diğer gruba göre yüksektir (30).

Hepsi bir arada düşünüldüğünde yaş küçüldükçe, aileye sosyal ve ekonomik bağımlılık arttıkça baş etme becerilerinin kısıtlandığı ve intihar gibi maladaptif yöntemlerin kullanılma riskinin yükseldiği görülmektedir (30).

Kişinin intiharı bir çözüm yolu olarak görmesi pek çok faktörden kaynaklanmaktadır. İntihar ile ilişkili ve kişinin intiharı çözüm yolu olarak görmesinde etkili olan bir faktör kişinin sağlık durumu ve sağlık durumuna yönelik algısıdır. Sağlığı kötü olan bireylerin, sağlık durumu iyi olan bireylere göre daha yüksek olasılıkla intihar düşüncelerinin olduğu ya da intihar girişiminde buldukları saptanmıştır (20).

Medyada intihar haberlerinin verilif tarzi 6ğretici, 6zendirici ve yol g6sterici olabilir. Kişiler haberde sunulan 6zelliklerden etkilenmek suretiyle bu davranifı taklit edebilir (33).

İntihar girişimi kadınlarda erkeklerden 1,5-3 kat fazla iken tamamlanmif intiharlar erkeklerde 2-3 kat fazladır. D6nya Sağlık 6rg6t6'n6n verilerine g6re d6nyada yılda 800.000 kişi intihar nedeniyle 6lmektedir (10).

Erkekler, ergenler ve ileri yaştakiler, dul ya da boşanmif kişiler, işsizler, yalnız yaşayan ve ekonomik sıkıntılar i6inde olan kişilerde intihar riski y6ksektir (27).

Tablo I. İntihar Girişimi Olanlarla İntihar Edenlerin Karşılaştırılması

6zellikler	Girişimciler	İntihar Edenler
Cinsiyet	6oğunlukla kadın	6oğunlukla erkek
Yaş	6oğunlukla gen6	Yaşla risk artar
Y6ntem	Az 6l6mc6l (ila6, kesme)	Daha saldırgan (silah, atlama)
Tanılar	Distimik bozukluk, konversiyon bozukluğu, sınır kişilik bozukluğu, şizofreni	Major duygudurum bozukluğu
Baskın duygu	6fke ve depresyon	Alkolizm
Motivasyon	Durumun değişmesi - Yardım 6ağrısı	Umutsuzluk ve depresyon
Hastanede gidiş	6abuk iyileşme	6l6m
Girişimle ilgili tutum	Yaşadığı i6in rahatlama -Tekrar etmeme s6z6	

Kaynak: Fremouw ve ark. 1990, s.24. Simon ve Schuster International'ın izniyle basılmıştır (15).

2.2.6. Nörokimya – Biyolojik Faktörler ve İntihar

Tıpkı düşük serotonin düzeylerinin depresyonla ilişkili olarak ortaya çıktığı gibi, araştırmalar serotonin, intihar ve dürtüsellik arasındaki bağı da göstermektedir. Serotoninin temel metaboliti 5-HIAA düzeyinin düşüklüğü, çeşitli tanı gruplarına giren intihar vakalarında bulunmuştur – depresyon, şizofreni ve çeşitli kişilik bozuklukları gibi (bakınız Brown ve Goodwin, 1986; Van Proog ve ark., 1990). Buna ek olarak ölümden sonra beyinleri incelenen intihar vakalarının serotonin reseptörlerinde artma gözlenmiştir (Bu olasılıkla azalan serotonin düzeyine verilen bir cevaptır). 5-HIAA düzeyi ve intihar arasındaki bağlantıyla ilgili kanıtlar özellikle şiddet içeren ve dürtüsel intiharlarda kuvvetlidir (Roy, 1994; Traskman ve ark., 1981; Winchel, Stanley ve Stanley, 1990). En son olarak, 5-HIAA düzeyi ile saldırganlık ve dürtüsellüğün envanter ölçümleri arasında korelasyon vardır (15).

Tek yumurta ikizleri ile çift yumurta ikizlerinin karşılaştırıldığı ve evlat edinilmiş çocuklarla yapılan çalışmalar genetik çalışmalara örnektir. Çift yumurta ikizlerine karşılık tek yumurta ikizlerinin her ikisinde de intihar davranışı yüksek oranlarda görülmektedir (32).

2.3. Polis Kavramı ve Tarihsel Gelişimi

Polis sözcüğünün kökü Latince 'politia' (devlet), eski Yunancada ise 'polis' (şehir, devlet, site, kent, belde) olarak karşımıza çıkmaktadır. Yine eski Yunancada 'politeia', 'şehrin düzeni', 'kent yönetimi', 'yönetim-idare', 'devlet vatandaşlığı' gibi anlamları 'polites' ise vatandaş anlamını taşımaktadır (1).

Polis terimi öncelikle toplu halde yaşayan, site veya devlet denilen topluluklarda tüm kamu hizmetlerinin karşılığı olarak kullanılmaya başlanmıştır. Daha sonra kapsamı daralarak site/devlet içerisinde kamu düzen ve güvenliğini sağlayan örgüt anlamında kullanılmaya başlamıştır (5).

Bunun dışında polis kavramının farklı tanımlamaları da yapılmıştır; Polis, şehirde kamu düzenini, huzur ve güvenliği sağlayan teşkilat, kolluk anlamına geldiği gibi, bu teşkilatın mensuplarına denilmektedir. Polislik, bir ülkenin sükûn, güvenlik, sağlık ve düzeni sağlamak ve korumak amacıyla idare tarafından alınan ve yürütülüp gerçekleştirilmesi bir takım müeyyidelerle sağlanan genel ve kişisel tedbirlerin ve bu amaçla yerine getirilen hizmetlerin tümünü ifade eder (5).

Polis, kamu düzen ve güvenliğini koruyan, yasaların eşit ve adil bir biçimde uygulanmasını sağlayan, kanun ve nizamların kendisine verdiği görevleri yerine getiren emniyet hizmetleri sınıfından silahlı bir kuvvettir (5).

Polis, ülke hukukuna itaati sağlamak üzere kurulan bir kuvvettir ve kişilerin, malların, kamu düzeninin korunması, trafiğin düzenlenmesi ve suçluların yakalanması gibi görevler yapar (53).

Polis, düzeni korumak ve bir toplumda yürürlükte olan kanunları uygulamakla görevli olan devlet memuru grubudur (47).

Polis, toplumda kamu düzen ve huzurunun sağlanması için görevli kamu kurumudur. Polis artık sadece kamu düzeninin değil aynı zamanda insanlara yardım etme, suç önleme ve işlenmiş suç ve suçluya müdahale gibi fonksiyonları yerine getirmektedir (14).

Demokratik bir hukuk düzeninde polisin görevi kamu düzeni ve güvenliğini sağlamak yanında herkesin kendisine tanınan temel hak ve hürriyetlerinin en iyi biçimde ve eksiksiz yararlanmasını temin etmektir (21).

Polis kavramı, devlet sistemine göre farklılık gösterir. Totaliter ülkeler ve demokratik ülkeler için değişik polis tanımları verilebilir. Totaliter ülkelerde hukuk ve tüm kademelerdeki görevlilerin olduğu gibi, polis de, hukuku istediği gibi yapan, değiştiren ya da uygulayan icra organının ikinci derecede temsilcisidir. Demokratik devletlerde ise, polisin görevi, devletin nihai müeyyidelerinin uygulanmasının gerek

olmadığı bir kamu düzenini sağlamaktır. Totaliter rejimler otokratik polissiz olamayacağı gibi, özgür rejimler de böyle bir polis anlayışıyla bağdaşamaz (9).

Polis, toplum içerisindeki rolü itibariyle diğer kuruluşlardan farklı bir portre çizmektedir. Devlet ile adeta özdeşleşmiştir. Polis, yasaların uygulayıcısı ve aynı zamanda uygulanırlığın denetleyicisi konumundadır. Bu noktada devletin yaptırım gücüdür. Yasalar uygulayıcının elinde hayatiyet kazanır. En sağlıklı yasalar, kötü uygulayıcının elinde topluma zarar verir. İyi yasa uygulayıcısı da yasanın ruhuna inebilen, eğitilmiş kişidir. Burada karşımıza ikili bir yapı çıkmaktadır. Yasaları uygulayan erk, yani polis gücü ile yasalara uymakla yükümlü olan geniş toplum kesimi. Bu nedenle polis halk ile zaman zaman karşı karşıya gelmektedir. Burada haklı ile haksızdan ziyade otorite ile toplum çatışmaktadır. Bu durumdan da en çok otoritenin uygulayıcısı olan polis gücü etkilenmektedir (9).

2.3.1. Türkiye’de Polis Olmak

Emniyet Teşkilatı Kanuna göre polis, silahlı icra ve inzibat kuvvetidir. Aynı konunun 8. Maddesi ise polisi idari, siyasi ve adli polis olarak üçe ayırmakta, 9. Madde ise her birinin tanımını ayrı ayrı vermektedir:

İdari polis, içtimai ve umumi intizamı temin etmekle mükellef olan kısımdır.

Siyasi polis, devletin umumi emniyetine taalluk eden işlerle mükellef olan kısımdır.

Adli polis, asgari tam teşekküllü polis karakolu bulunan yerlerde, adli işlerle uğraşmak üzere Emniyet Umumiye Müdürlüğüne kadrodan ayrılan kısımdır (1).

Cumhuriyetin kurulması ile birlikte polisin yapılanmasında ve işlevinde bazı değişiklikler olmuştur. İlk olarak Ankara’daki Emniyet Umumiye Müdürlüğü’ne bağlı olarak il teşkilatlanması düzeyinde İstanbul Polis Müdürlüğü kurulmuştur (5).

Günümüzde, hızla değişen ve suçun arttığı ve çeşitlendiği bir toplumda polislerden kamu düzenini korumaları ve güvenliği sağlamaları beklenmektedir. Bu güç ve yıpratıcı işi yapma karşılığında polisler genellikle uygun olmayan koşullarda görev yapmaya çalışmakta, işlerinde kendilerini geliştirebilecekleri fırsatlar elde edememekte ve düşük ücret karşılığında çalışmak durumunda kalmaktadırlar. Ayrıca yükseltme ve ilerleme ile ilgili güçlüklerle karşı karşıya gelmenin yanı sıra, işleriyle ilgili olarak kendilerini geliştirme olanaklarına da kolayca ulaşamamaktadırlar (23).

Ülkemizde polis olabilmek için birinci şart Türkiye Cumhuriyeti vatandaşı olmaktır. Toplumun içinden gelen bir polis aslında toplumun bir aynası durumundadır. Fakat polis görevi gereği farklı bir konumdadır. Polise standart bir davranış modelinin kazandırılması polis halk ilişkilerinde başarı için esastır. Bu da kıyafeti düzgün, güler yüzlü, yardımsever, işine bağlı, uyumlu, eğitilmiş, mevzuata hâkim polis yetiştirmekle mümkün olur (5).

Polisimizin yetiştiği çevreyi değerlendirdiğimizde daha çok kırsal kesimin ağırlıklı olduğu ortaya çıkar. Yapılan bir araştırmaya göre kasabalarında belediye köy olduğu düşünüldüğünde polisimizin %49,3'nün, yani yaklaşık yarısının kır kökenli olduğunu ortaya çıkıyor (5).

Emniyet Teşkilatında üst düzey yöneticiler dışında %95'lik bir düzey güncel tanımla orta direk diye tanımlanan kesimden gelmektedir. Ekonomik gücü olmayan ailelerden gelmektedirler. Baba mesleği olarak %53'nün babası çiftçi, %12'sinin babası da işçi ve memurdur (5).

Daha çok köy, kasaba ve küçük kent kökenlilerin başvurduğu bir meslek olan polisliği, doğal olarak toplumun genelinden daha katı ve tutucu bir yapıdan gelen insanlar tercih etmiş olmaktadır. Özellikle büyük kent kültürüne uzak bir gelişim geçirmiş olan ve ona uygun değerler sistemi geliştirmiş olan bu kişilerin muhafazakârlıkları bir anlamda var olanın yansıması olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bir de bu durum, doğası koruma ve önleme olan mesleki uygulamalarla bütünleştiğinde muhafazakârlık kaçınılmaz olmaktadır (11).

2.4.Polis ve Stres

Her insan değişen seviyelerde günlük yaşamdan kaynaklanan stresin mağduru olmaktadır. Ancak polisler, diğer insanların yüzleşmek durumunda olmadıkları ve birçoğu mesleklerinden kaynaklanan çeşitli stresörlerle baş etmek durumunda kaldıkları için çok daha yüksek seviyede stresle mücadele etmek zorundadırlar (41).

Günümüzde, hızla değişen ve suçun arttığı ve çeşitlendiği bir toplumda polislerden kamu düzenini korumaları ve güvenliği sağlamaları beklenmektedir. Bu güç ve yıpratıcı işi yapma karşılığında polisler genellikle uygun olmayan koşullarda görev yapmaya çalışmakta, işlerinde kendilerini geliştirebilecekleri fırsatlar elde edememekte ve düşük ücret karşılığında çalışmak durumunda kalmaktadırlar. Ayrıca yükseltme ve ilerleme ile ilgili güçlüklerle karşı karşıya gelmenin yanı sıra, işleriyle ilgili olarak kendilerini geliştirme olanaklarına da kolayca ulaşamamaktadırlar (42).

Görev başında sürekli zor kullanarak gözaltı yapan memurların ve devriye hizmeti yapan polislerin diğer birimlerde çalışan polislerle oranla daha fazla strese maruz kaldıkları ifade edilmektedir (41).

Birkök (2004), Türk polisinde stresin nedenleri arasında

- Polis memurlarının devlet gücünün sembolü olarak görülmesi,
- Toplumdan izole olma/kalma,
- Vardiya usulü çalışma,
- Meslek içi dostluk,
- Ani stres unsurlarıyla hem dem olma/kalma,
- Çoğu zaman duyguları kontrol etme zorunluluğu,

- Her şeyin yazılı mevzuata uygun olma zorunluluğu,
- Son derece negatif olaylarla yüzleşme/müdahale etme zorunda kalmayı saymıştır. Sayılan nedenler çoğunluğu itibari ile bu alandaki mevcut literatürle örtüşmektedir (41).

İmirlioğlu'nun (2007) 2005-2007 yılları arasında yaptığı anketlerde polislere sorduğu "stres kaynağınız nedir?" sorusuna aldığı cevaplara göre hazırladığı stres kaynağı listesinde yer alan ilk 15 stresör aşağıda sunulmuştur:

- Maddi problemler,
- İş yoğunluğu nedeniyle aileye yeterli vakit ayıramamak,
- Özlük haklarının verilmemesi/ verilen sözlerin tutulmaması,
- İşlerdeki belirsizlik (rol belirsizliği),
- Sorunların üst makama iletilmemesi,
- Takdir edilmemek,
- Müdürlerin, üstlerin astlarını dinlememesi, hiç konuşmaması, eleştiriye açık olmamaları, yapılan haksızlıklar ve kişiliğe yönelik saldırgan davranışlarla karşılaşılması,
- Ek görevlerin fazlalığı,
- Amirlerin "her şeyi ben bilirim, ben yaparım" türündeki düşünceleri, keyfi tutumları,
- Yetersiz uyku ve dengesiz beslenmenin getirdiği olumsuz etkiler,
- Gelecek kaygısı yaşamak,
- Teşkilat çalışanlarının kendilerine duyulan saygınlığın az olduğunu düşünmeleri,
- Amirlerin ılımlı olmayıp astlarını meslektaşları olarak görmemeleri, keyfi muamele, sınırsız amir inisiyatifinin olması (41).

Trafik Polisleri Arasında Mesleksi Stresin Kaynakları ve Sonuçları başlıklı çalışmaya göre, adli birimde çalışan polislerin, idari birimde çalışanlardan; meslekte dört yıl ve daha az deneyime sahip olanların, 5-19 yıl arasında deneyime sahip olanlardan; toplam eğitim süresi 11-13 yıl arasında olanların, eğitim süresi 14 yıl ve daha fazla olanlardan; polis memurlarının, amirlerden ve eşi bir işte çalışmayanların,

eşi bir iste çalışanlardan daha yüksek iş stresine sahip oldukları bulgusuna ulaşılmıştır. Bunun yanında polislerin cinsiyet, medeni durum ve yetiştikleri yerleşim birimine göre iş stresi algılarının farklılaşmadığı saptanmıştır (24).

Polislik mesleğinin toplumda icra edilen birçok meslekten oldukça farklı ve kendine özgü yapılanması ve görev tanımı vardır. Mesleğin bu özelliğinden dolayı polislik mesleğini yürüten çalışanların karşılaştıkları stres kaynakları diğer mesleklerin stres kaynaklarından farklıdır. Stresin kaynağı ne olursa olsun bunu algılama düzeyi çalışanın kişilik özellikleri, çalışma koşulları, mesleğe yönelik algısı, sahip olduğu eğitim durumu, sosyalleşme koşulları gibi birçok faktörden etkilenebilmektedir (12).

Çalışma koşulları zor ve yorucu olan polisler, genellikle gerilimli ortamlarda mutsuz ve mağdur insanlarla yüz yüzedir. Stresli olan polisin, stresli bir bireye hizmet sunması da ayrıca bu mesleği daha zor koşullar içine sokmaktadır (24).

Polis toplumunda izole bir haldedir. Polis rozeti taşımak, üniforma giymek ve silah taşımak onu toplumdan ayırmaktadır. Araştırmacılara göre, bu ayırım olumsuz kişilik özellikleri şeklinde bir takım psikolojik etkilere sebep olmaktadır (24).

Tüm bireylerde olduğu gibi polislerde de psikolojik gereksinimler ve bu gereksinimlerin doyurulması önemlidir. Bu gereksinimler davranışa geçmek için motive edici güç oluşturmaktadır. Gereksinimlerin yeterli ölçüde karşılanmaması bireylerin gerginlik yaşamalarına neden olur. Psikolojik açıdan insanı anlamak, onun davranışlarının temelindeki gereksinimleri anlamaya bağlıdır. Polislerin halkın huzuru ve bütünlüğünü koruma, düzenin devamlılığını sağlama görevlerini sağlıklı yapabilmeleri kendi gereksinimlerini zamanında karşılamalarına bağlıdır (55).

Türk Polis Teşkilatı'nda yapılabilecek ilk ve en önemli iş, her düzeydeki amir ve yöneticilerin modern ve demokratik bir toplum için gerekli olan bir polis

teşkilatının ilke ve değerleri doğrultusunda eğitilmesidir. Bu yapıldığı takdirde amirler memurları daha yüksek bir mesleki etik anlayışıyla çalıştırabilecek, modern performans ve yetenek değerlendirme sistemlerini kurabilecek kısacası daha etkili ve verimli bir teşkilat yönetimine kavuşulabilecektir (28).

Kurum içinde stresi yönetebilmek için öncelikle kurum içinde bilgi birikimi olmalı ve personel kurum özelliklerine göre ve rasyonel verilerle çalışmalıdır. Kurum içinde stres yaratan durumla karşılaşıldığında ise öncelikle sorun tanımlanmalı ve durumu çalışanların nasıl algıladığı açıklığa kavuşturulmalı, daha sonra ise stres kaynakları değiştirilmelidir. Kurum içinde stresin azaldığını, işe geç gelmelerin ve sağlık harcamalarının azalması gibi durumlardan anlamak mümkündür (26).

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın evreni, örnekleme, veri toplama araçları, verilerin sınıflandırılması ve analiz edilmesiyle ilgili bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Şekli

Araştırma İstanbul Etiler Polis Meslek Yüksek Okulu kursiyerlerinin stresle başa çıkma tarzları ile intihar olasılıkları arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlayan betimleyici tarzda bir araştırmadır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, İstanbul Etiler Polis Meslek Yüksek Okulu'nda öğrenim gören bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise, komiser yardımcısı olabilmek için açılan sınavı kazanıp, komiser yardımcısı rütbesine nail olabilmek için İstanbul Etiler Polis Meslek Yüksek Okulu bünyesinde 2010-2011 eğitim-öğretim yılı süresince kurs gören 250 kursiyer polis memurundan oluşmaktadır. Uygulanan anketlerin yanlış ya da eksik doldurulmasından dolayı değerlendirmeye tabi tutulan toplam anket sayısı 228'dir.

3.3. Verilerin Toplanması

Veriler 2010-2011 öğretim yılı bahar yarısında Etiler Polis Meslek Yüksek Okulunda komiser yardımcılığı kursu görmekte olan gönüllü 250 kursiyer polis memuruna Kişisel Bilgi Formu, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği, İntihar Olasılığı Ölçeği uygulanarak toplanmıştır.

3.4. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak, değerlendirmeye alınacak kriterlerin belirlenmesi için Kişisel Bilgi Formu ile birlikte Folkman ve Lazarus tarafından geliştirilen Stresle Başa ıkma Tarzları leği ve John G. Cull ve Vayne S. Gill tarafından geliştirilen İntihar Olasılığı leği kullanılmıştır.

3.4.1.Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan kursiyerlerin cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, çalıştıkları birim, çalışma sistemleri, teşkilatta çalıştıkları sure, ekonomik gelirleri ile ilgili algıları ile ilgili bilgi toplamak amacıyla oluşturulan veri toplama aracıdır.

3.4.2 Stresle Başa ıkma Tarzları leği

Folkman ve Lazarus tarafından geliştirilen ölçeğin Türkiye uyarlaması için geçerlik ve güvenirlik alışması Hisli ve Durak tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı sırasıyla alt skalalar için: İyimser yaklaşım 0,68, kendine güvenli yaklaşım 0,80, çaresiz yaklaşım 0,73, boyun eğici yaklaşım 0,70, sosyal desteğe başvurma 0,47 olarak bulunmuştur. Çalışmanın güvenirlik katsayısı 0,68 olarak bulunmuştur. Alt leklerin güvenirlik katsayısı ise kendine güvenli yaklaşım için 0,69, iyimser yaklaşım için 0,67, çaresiz yaklaşım için 0,62, boyun eğici yaklaşım için 0,71, sosyal desteğe başvurma için 0,60 şeklindedir. Ölçek toplam 30 maddeden oluşmakta, 0-3 arası puanlarla puanlanmaktadır. 1. ve 9. maddeler ters puanlanmaktadır.

Kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı alt testlerinden elde edilen puanların artması stresle başa çıkma etkili yöntemlerin kullanıldığını gösterirken, çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım alt testlerinden elde edilen puanların artması stresle başa çıkma etkisiz yöntemlerin kullanıldığını göstermektedir. Her bir alt ölçeğe ait maddeler şu şekildedir: iyimser yaklaşım için 2, 4, 6, 12, 18, kendine güvenli yaklaşım için 8, 10, 14, 16, 20, 23, 26,

çaresiz yaklaşım için 3, 7, 11, 19, 22, 25, 27, 28, boyun eğici yaklaşım için 5, 13, 15, 17, 21, 24, sosyal desteğe başvurma yaklaşımı için 1, 9, 29, 30. (36)

3.4.3. İntihar Olasılığı Ölçeği

Cull ve Gill (1990) tarafından intihar girişimi riski taşıyan ergen ve yetişkinleri tanımak için geliştirilen İntihar Olasılığı Ölçeği (İÖÖ) 36 maddeden oluşmaktadır. Ölçek ‘hiçbir zaman’, ‘bazen’, ‘çoğu zaman’ ve ‘her zaman’ gibi Likert tipi ölçek üzerinden cevaplanmaktadır. Maddeleri kızgınlık, umutsuzluk ve benlik kavramı üzerine odaklanarak intihar ile ilgili iyi geliştirilmiş teorik açıklamalara dayandırılmıştır. Ölçek 4 ayrı alt ölçekten oluşmaktadır. Bunlar maddeleriyle birlikte şu şekildedir: Umutsuzluk 5, 12, 14, 15, 17, 19, 23, 28, 29, 31, 33, 36, intihar düşüncesi 4, 7, 20, 21, 24, 25, 30, 32, kendini olumsuz değerlendirme 2, 6, 10, 11, 18, 22, 26, 27, 35, düşmanlık 1, 3, 8, 9, 13, 16, 34 şeklindedir (36).

Bilinen 4'lü derecelendirmeden farklı olarak her maddenin, her bir seçeneği için ağırlığı 0-5 arası değişerek derecelendirilmiş bir puanlama anahtarı kullanılmıştır. Ayrıca her derecelendirmenin puanı maddelere göre değişmektedir. Ölçek geliştirilirken her seçenek için beş ayrı puanlama metodu kullanılmıştır (36).

İÖÖ, ilk kez Eskin (1993) tarafından Western Psychological Services'den izin alınarak Türkçeye çevrilmiştir. Ölçek, Eskin tarafından Türkçeye çevrildikten sonra biri psikolog olan dil alanında uzman iki kişi tarafından da kontrol edilmiştir.

Ölçek daha sonra Tuğcu (1996) tarafından da normal ve depresif kişilerde çeşitli faktörlere göre intihar olasılığının incelendiği bir çalışmanın parçası olarak Türkçe'ye çevrilmiş ve test edilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği için normal bireylerden oluşan toplam 100 katılımcı üzerinde çalışılmıştır. Analiz sonuçlarına göre iç tutarlılık katsayısı toplam puan için .87, alt ölçekler için .74 (umutsuzluk), .75 (intihar düşüncesi), .49 (kendini olumsuz değerlendirme) ve .59 (düşmanlık) olarak saptanmıştır. Test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 4 hafta ara ile toplam puan için .98

bulunmuştur. Aynı çalışmada ölçekten elde edilen toplam ve alt ölçek puanları açısından normal (100 katılımcı) ve depresif hasta (100 katılımcı) grupları karşılaştırılmış ve hasta grubuna ilişkin ortalamaların ($X= 77, 95$) anlamlı şekilde normal gruba ($X= 54,49$) göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

3.5. Verilerin Analizi

Veriler sosyal bilimlerde veri analizi için kullanılan SPSS 15.00 paket programı aracılığıyla analize tabi tutulmuştur. Öncelikle incelenmek istenen demografik değişkenlerle stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi için Mann-Whitney U ve ANOVA testleri kullanılmıştır. Daha sonra stresle başa çıkma tarzları ile intihar olasılıkları arasında herhangi bir ilişki olup olmadığının ortaya konulabilmesi için verilere korelasyon ve regresyon analizi uygulanmıştır.

4.BULGULAR

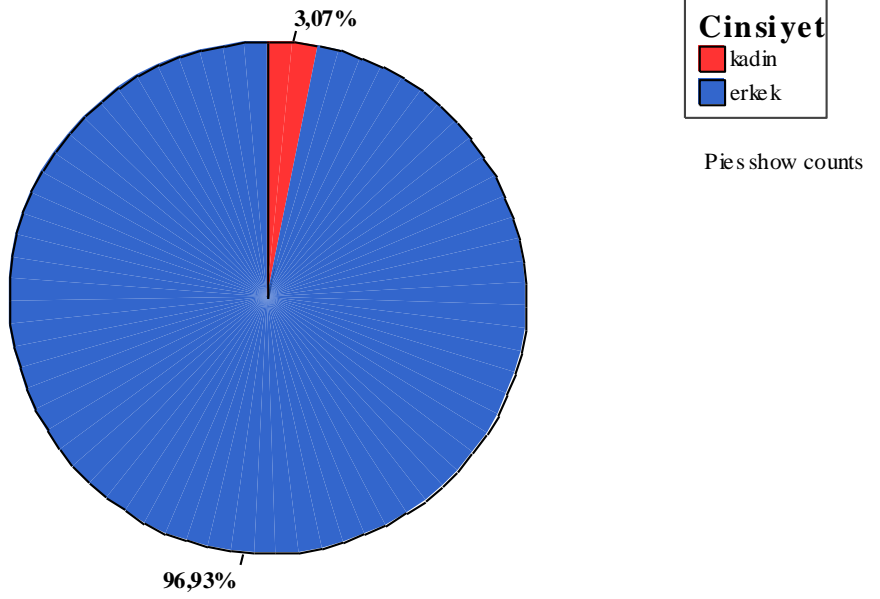
Bu bölümde, araştırmaya katılan polislerin demografik özellikleri ve sıklık dağılımları, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeğinin ve İntihar Olasılığı Ölçeğinin güvenilirlik analizleri, demografik özelliklerine göre polislerin stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları puan ortalamalarının karşılaştırılması, polislerin stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları arasındaki ilişki ile ilgili veriler bulunmaktadır.

4.1. Araştırma Örnekleminin Tanıtıcı Özellikleri

Tablo II: Araştırmaya Katılanların Cinsiyete Dair Verileri

Cinsiyet	Yüzde	Kişi Sayısı
Kadın	3,07	7
Erkek	96,93	221
Toplam	100	228

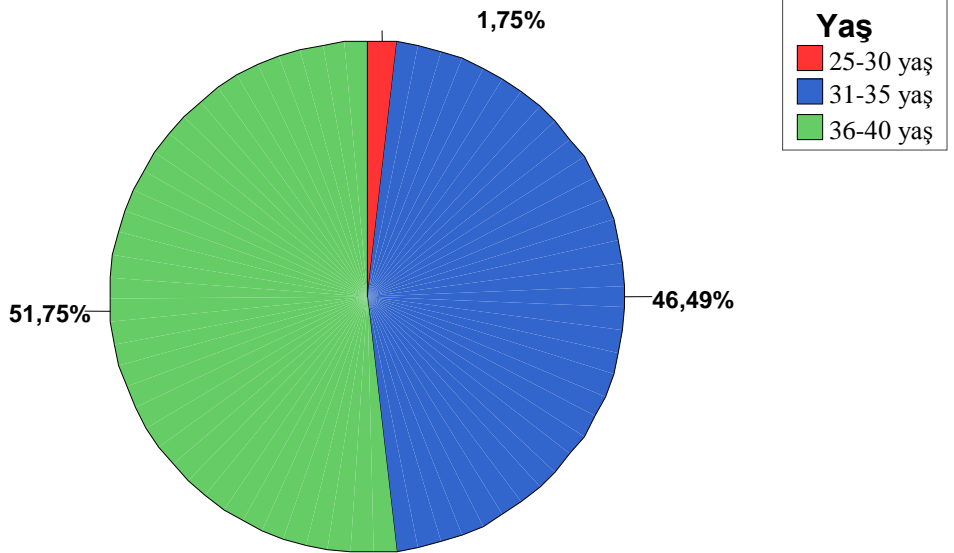
Grafik 1: Araştırmaya Katılanların Cinsiyete Göre Dağılımları



Tablo III: Araştırmaya Katılanların Yaşa Dair Veriler

Yaş	Yüzde	Kişi Sayısı
25-30 yaş	1,75	4
31-35 yaş	46,49	106
36-40 yaş	51,75	118
Toplam	100	228

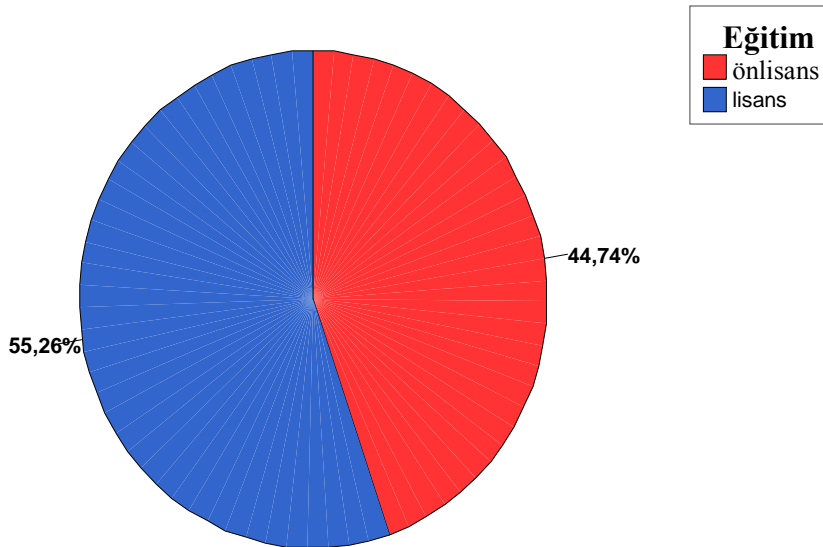
Grafik 2: Araştırmaya Katılanların Yaşa Göre Dağılımları



Tablo IV: Araştırmaya Katılanların Eğitim Durumuna Göre Dağılımları

Eğitim Durumu	Yüzde	Kişi Sayısı
Önlisans	44,74	102
Lisans	55,26	126
Toplam	100	228

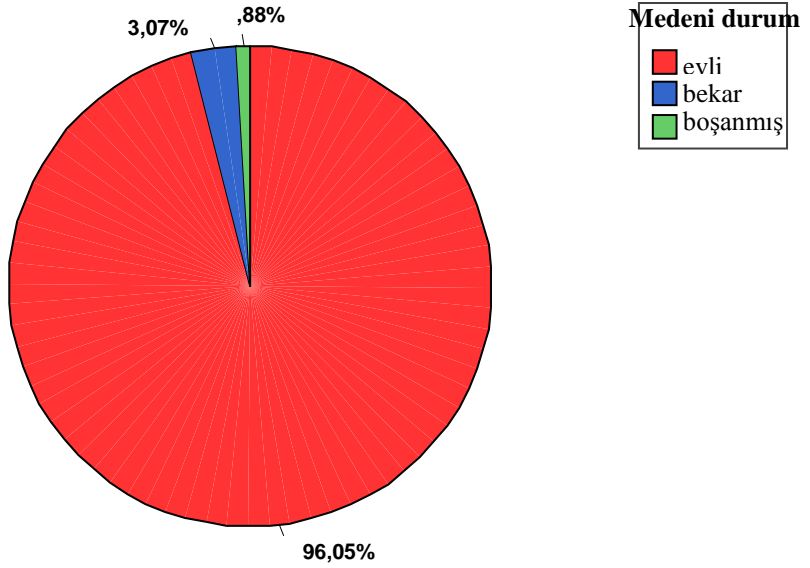
Grafik 3: Araştırmaya Katılanların Eğitim Durumuna Göre Dağılımları



Tablo V: Araştırmaya Katılanların Medeni Durumlarına Göre Dağılımları

Medeni Durum	Yüzde	Kişi Sayısı
Evli	96,05	219
Bekâr	3,07	7
Boşanmış	,88	2
Toplam	100	228

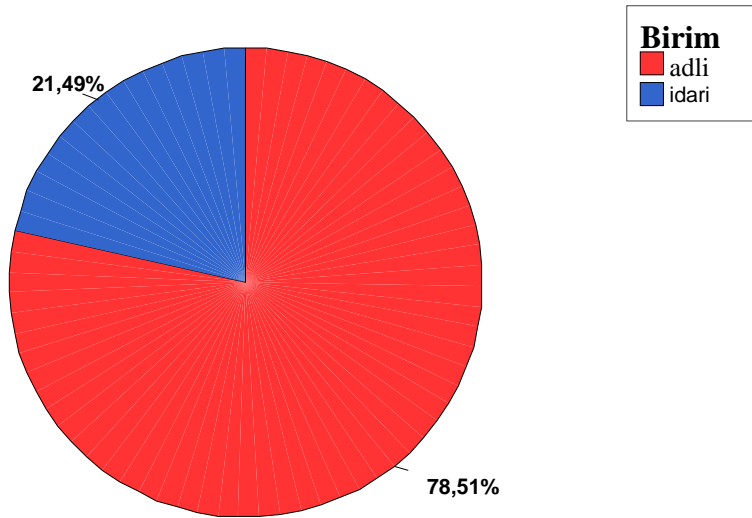
Grafik 4: Araştırmaya Katılanların Medeni Durumlarına Göre Dağılımları



Tablo VI: Araştırmaya Katılanların alıştukları Birime Göre Dağılımları

Çalışılan Birim	Yüzde	Kişi Sayısı
Adli Birimler	78,51	179
İdari Birimler	21,49	49
Toplam	100	228

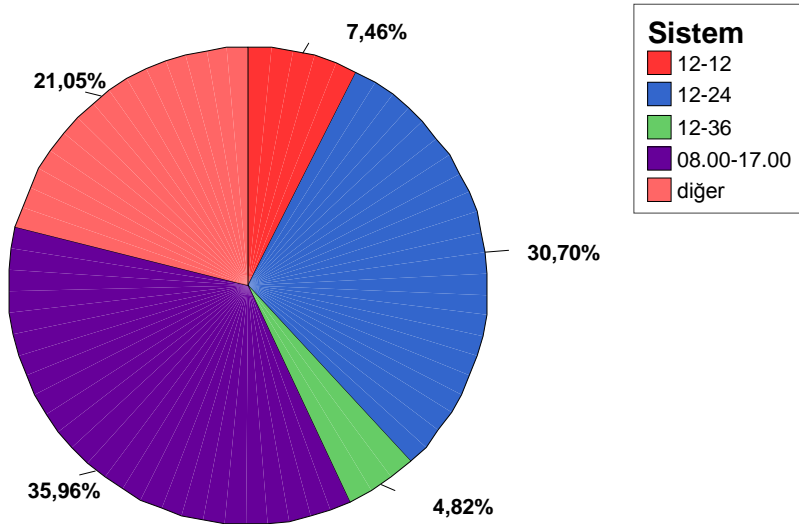
Grafik 5: Araştırmaya Katılanların alıştukları Birime Göre Dağılımları



Tablo VII: Araştırmaya Katılanların alışma Sistemlerine Göre Dağılımları

Çalışma Sistemi	Yüzde	Kişi Sayısı
12-12	7,46	17
12-24	30,70	70
12-36	4,82	11
08.00-17.00	35,96	82
Diğer	21,05	48
Toplam	100	228

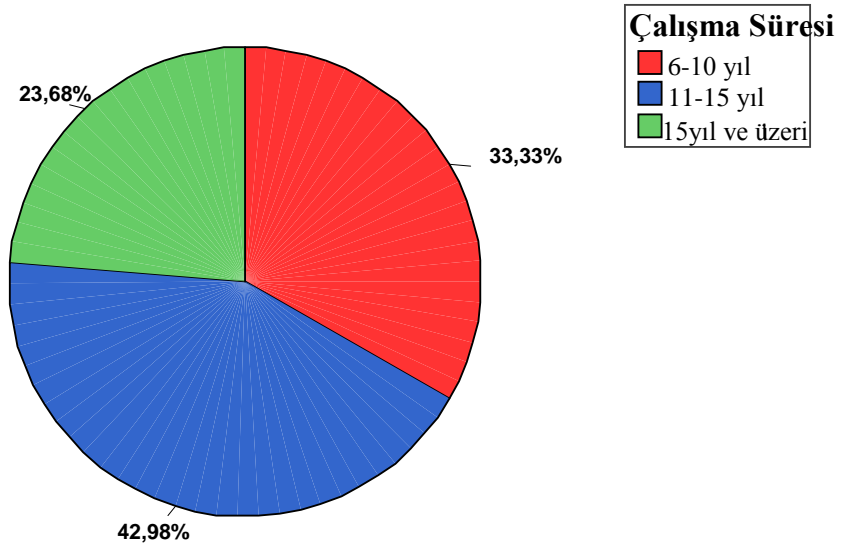
Grafik 6: Araştırmaya Katılanların alışma Sistemlerine Göre Dağılımları



Tablo VIII: Araştırmaya Katılanların EGM’de alışma Sürelerine Göre Dağılımları

Teşkilatta alışma Süresi	Yüzde	Kişi Sayısı
6-10 yıl	33,33	76
11-15 yıl	42,98	98
15 yıl ve zeri	23,68	54
Toplam	100	228

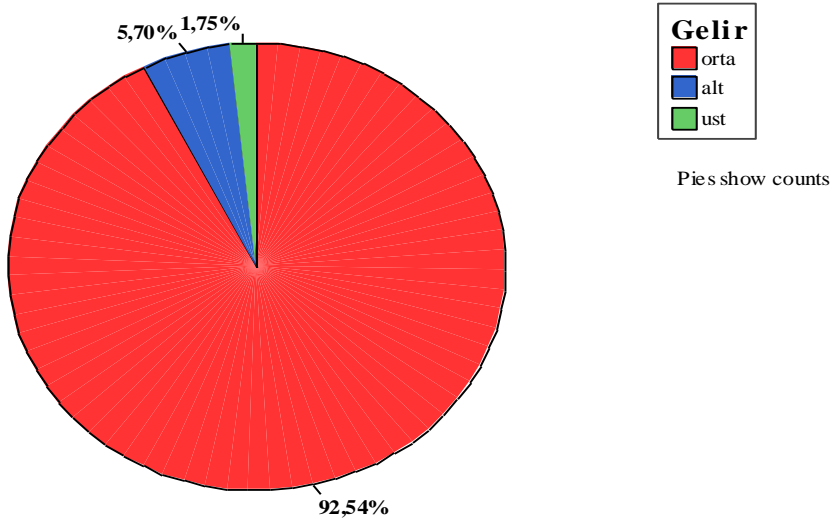
Grafik 7: Araştırmaya Katılanların EGM’de alışma Sürelerine Göre Dağılımları



Tablo IX: Araştırmaya Katılanların Ekonomik Gelirlerini Algılamalarına Göre Dağılımları

Ekonomik Geliri Algılama	Yüzde	Kişi Sayısı
Alt	5,7	13
Orta	92,54	211
Üst	1,75	4
Toplam	100	228

Grafik 8: Araştırmaya Katılanların Ekonomik Gelirlerini Algılamalarına Göre Dağılımları



Araştırmaya katılanların tanıtıcı özellikleri yukarıdaki tablo ve grafiklerde belirtilmektedir. Katılımcıların %3,07'sinin kadın, %96,93'ünün erkek olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılanlardan 25-30 yaş aralığında olanlar örneklemin % 1,75'ini, 31-35 yaş aralığındaki katılımcılar örneklemin %46,49'unu, 36-40 yaş aralığında olan katılımcılar örneklemin %51,75'ini oluşturmaktadır. Eğitim durumlarına bakıldığında araştırmaya katılan kursiyerlerin % 44,74'ünü oluşturan bireylerin önlisans mezunu olduğu, geri kalan %55,26'sının ise lisans mezunu olduğu görülmüştür. Örneklemin medeni durumuna bakıldığında büyük bir çoğunluğu oluşturan %96,05'lik kısmın evli, geriye kalan %3,07'lik kısmın bekâr ve %0,88'lik kısmın ise boşanmış olduğu görülmektedir. Araştırma kapsamında adli ve idari olarak ikiye ayrılan çalışılan birim yüzdelere bakıldığında ise adli birimin %78,51, idari birimin ise %21,49 olarak dağıldığı görülmektedir. Araştırmaya katılan kursiyerlerin çalışma sistemine bakıldığında ise 12-12 sisteminde çalışanların %7,46'yı, 12-24 sisteminde çalışanların %30,7'yi, 12-36 sisteminde çalışanların %4,82'yi, 08.00-17.00 sisteminde çalışanların %35,96'yı, bu sistemlerin dışında herhangi bir çalışma sistemine sahip olanlar ise %21,05'i kapsadığı görülmektedir. Katılımcıların Emniyet Teşkilatında görev yaptıkları süreler bakıldığında 6-10 yıl aralığında çalışanların %33,33'ü, 11-15 yıl aralığında çalışanların %42,98'i, 15 yıldan fazla süredir çalışanların %23,68'i oluşturduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan kursiyerlerin ekonomik gelirlerini nasıl algıladıkları sorulduğunda %1,75'inin üst düzeyde, %92,54'ünün orta düzeyde, %5,7'sinin alt düzeyde algıladığı görülmüştür.

4.2. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Güvenirlik Analizi

Güvenirlik, bir ölçekte tüm değişkenlerin birbiri ile tutarlılığını ve iç uyumunu ortaya koyan bir kavramdır. Cronbach alfa katsayısı, ölçekte yer alan tüm değişkenlerin varyanslarının genel ölçek toplam varyansına oranlanması ile bulunur. Cronbach's alfa katsayısı 0 (sıfır) ve 1 (bir) değerleri arasında değişmektedir. Cronbach alfa değerinin %70 olması istenmekle beraber, keşfedici araştırmalarda bu sınır %60'a kadar çekilebilir (24).

Tablo X: İntihar Olasılığı Ölçeği Güvenirlik Analizi

Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
,791	36

İntihar Olasılığı Ölçeği için güvenirlik analizi sonucunun yeterli olduğu görülmektedir.

Tablo XI: Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Güvenirlik Analizi

Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
,684	30

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği için güvenirlik analizi sonucunun yeterli olduğu görülmektedir.

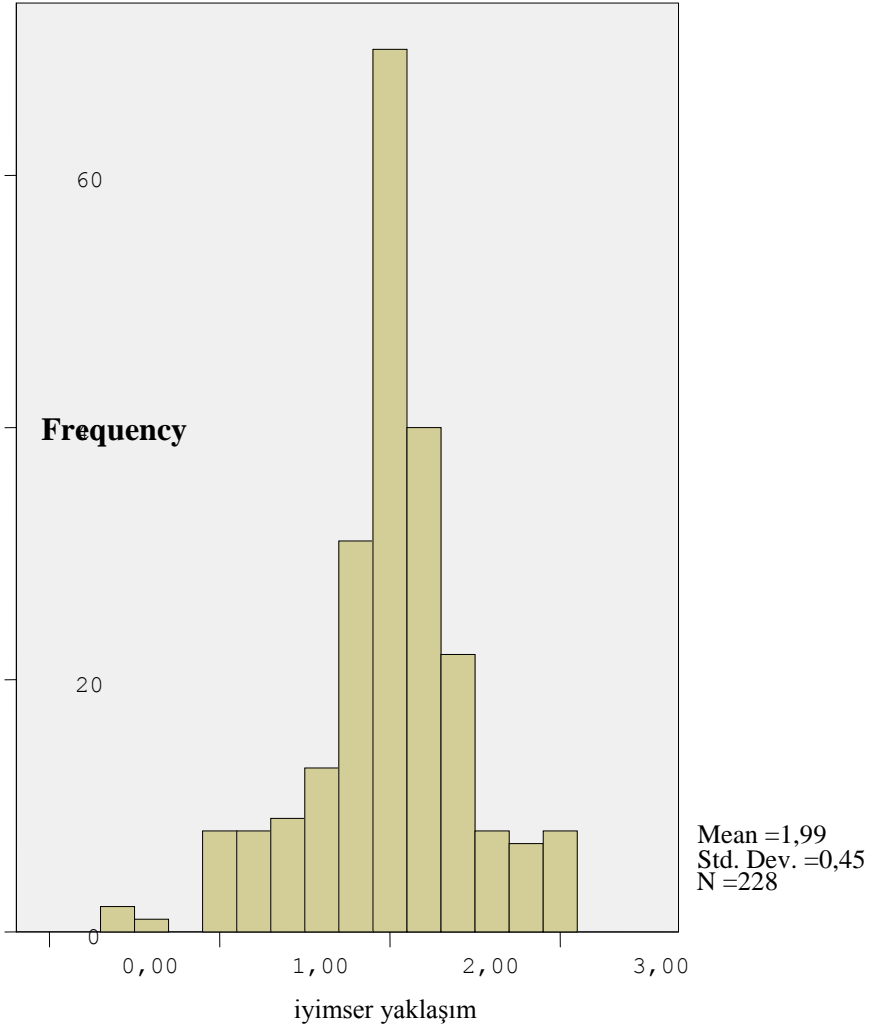
4.3. Polislerin Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve İntihar Olasılığı Ölçeğinden Elde Ettikleri Puan Ortalamaları

Tablo XII: Stresle Başa Çıkma Tarzı Ölçeği Puan Ortalamaları

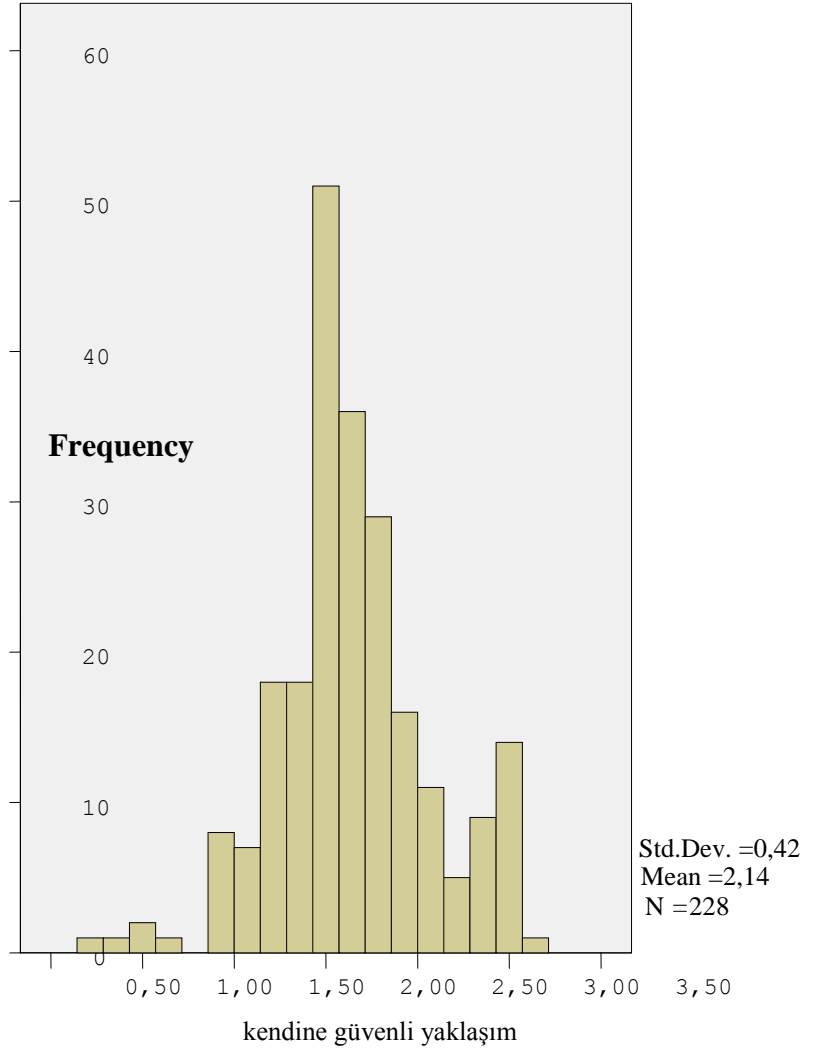
Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
İyimser Yaklaşım	,40	3,00	1,99	,45
Kendine Güvenli Yaklaşım	,71	3,00	2,14	,42
Çaresiz Yaklaşım	,00	2,50	1,17	,40
Boyun Eğici Yaklaşım	,00	3,00	1,01	,45
Sosyal Desteğe Başvurma	,75	3,00	1,77	,39

Polislerin Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları Tablo 4’te görülmektedir. İyimser yaklaşım alt ölçeğinden alınan ortalama puan 1,99, kendine güvenli yaklaşım alt ölçeğinden alınan ortalama puan 2,14, çaresiz yaklaşım alt ölçeğinden alınan ortalama puan 1,17, boyun eğici yaklaşım alt ölçeğinden alınan puan ortalaması 1,01, sosyal desteğe başvurma alt ölçeğinden alınan puan ortalaması 1,77 olarak hesaplanmıştır. Bu tabloya göre kendine güvenli yaklaşım tarzının puan ortalamasının en yüksek olduğu, stresle başa çıkmada en fazla kullanılan yaklaşım tarzı olduğu görülmektedir.

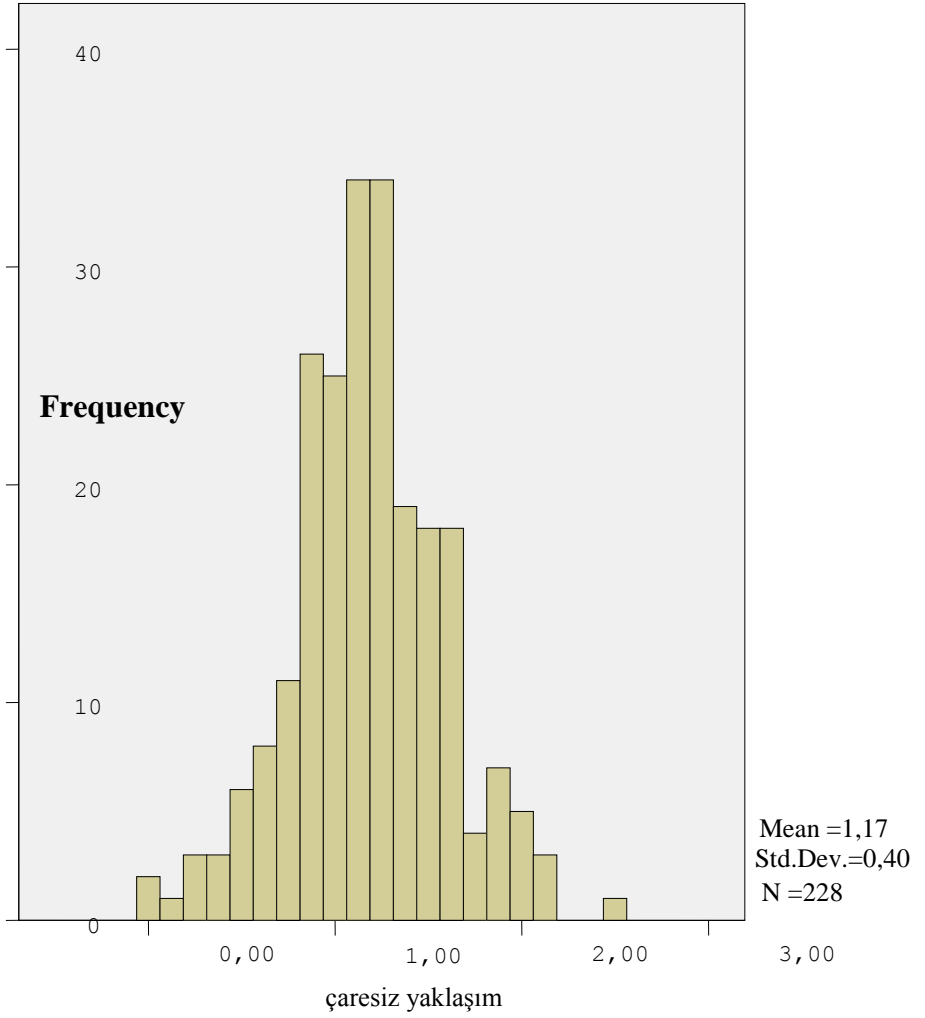
Grafik 9: Araştırmaya Katılanların Stresle Başa ıkma Tarzları İyimsel Yaklaşım Alt Testi Puan Ortalamaları



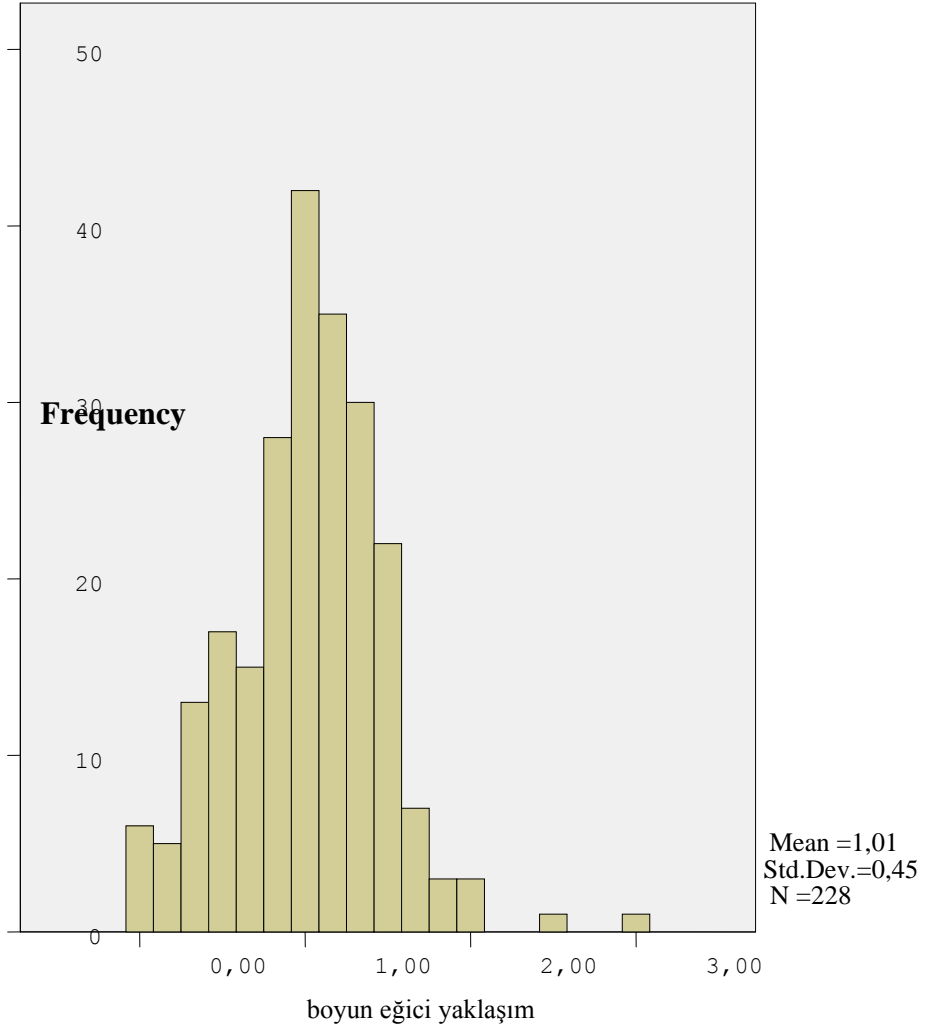
Grafik 10: Araştırmaya Katılanların Stresle Başa Çıkma Tarzları Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Testi Puan Ortalamaları



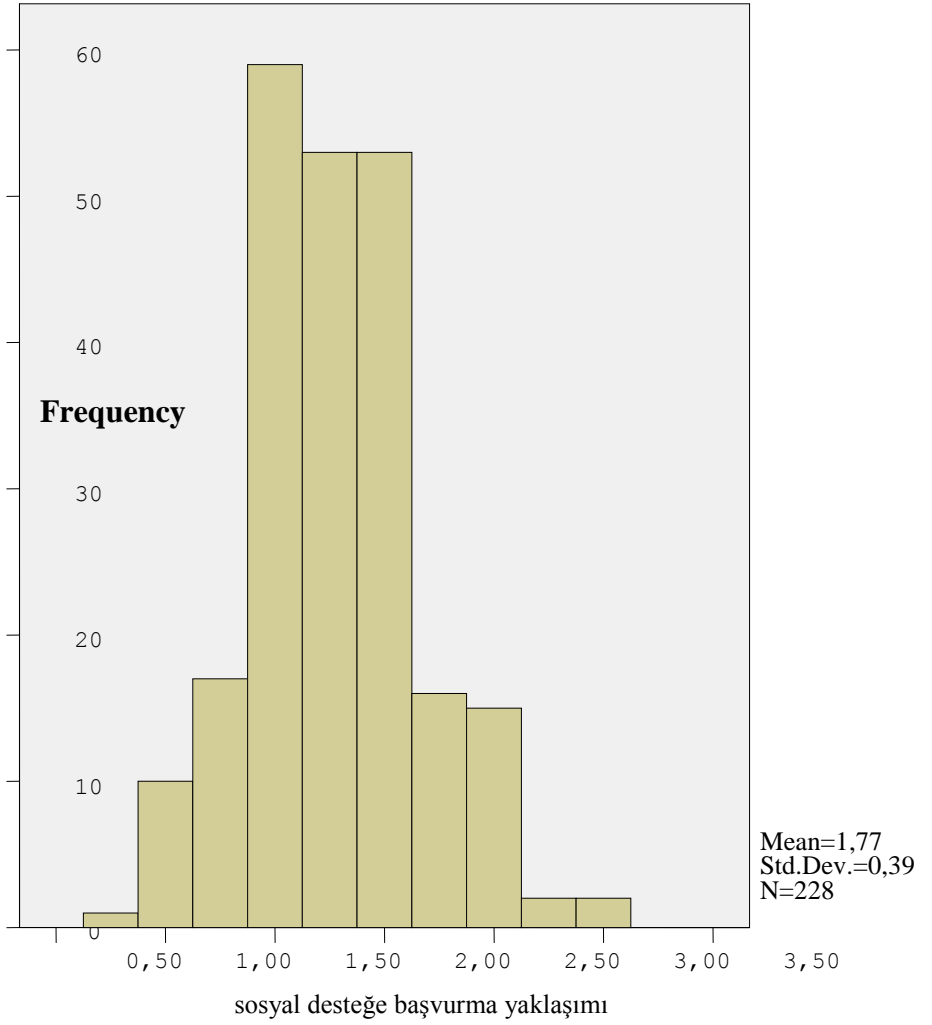
Grafik 11: Araştırmaya Katılanların Stresle Başa Çıkma Tarzları Çaresiz Yaklaşım
Alt Testi Puan Ortalamaları



Grafik 12: Araştırmaya Katılanların Stresle Başa Çıkma Tarzları Boyun Eğici Yaklaşım Alt Testi Puan Ortalamaları



Grafik 13: Araştırmaya Katılanların Stresle Başa ıkma Tazrları Sosyal Desteğe Başvurma Alt Testi Puan Ortalamaları

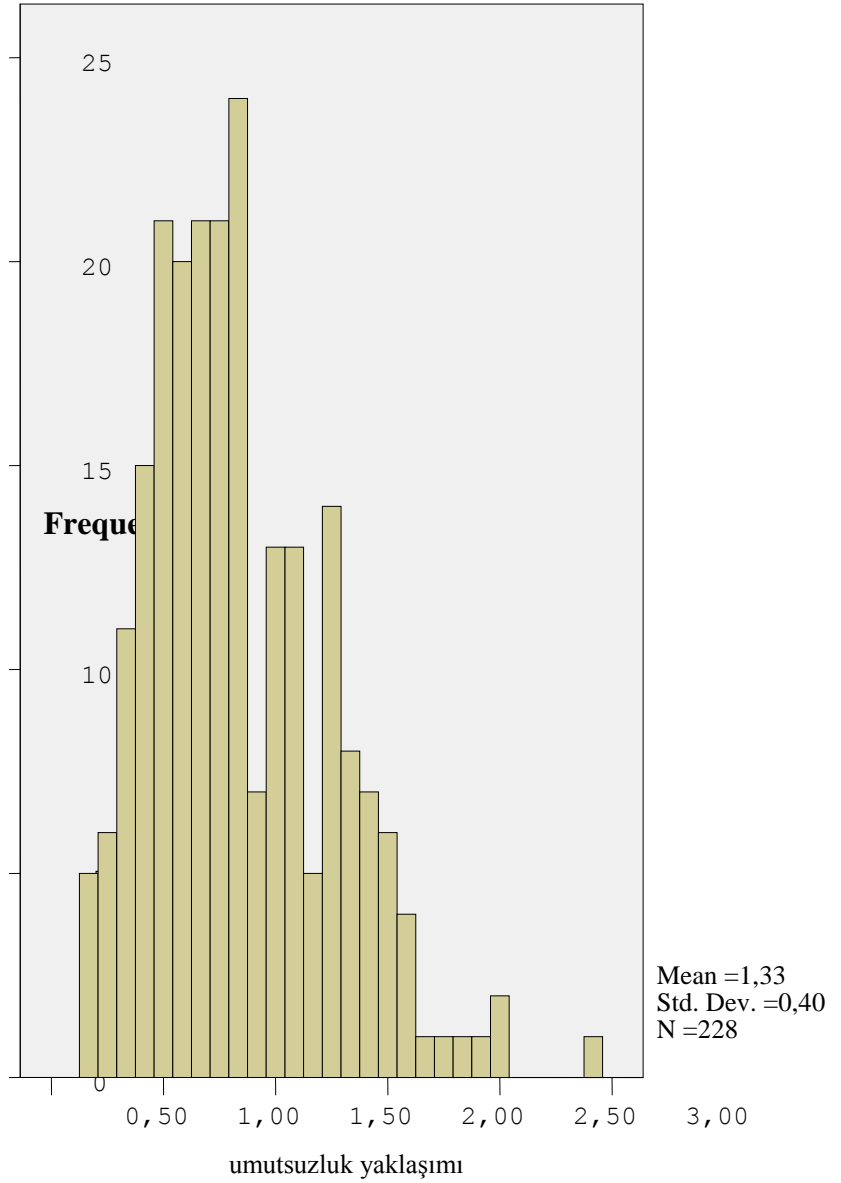


Tablo XIII: İntihar Olasılığı Ölçeği Puan Ortalamaları

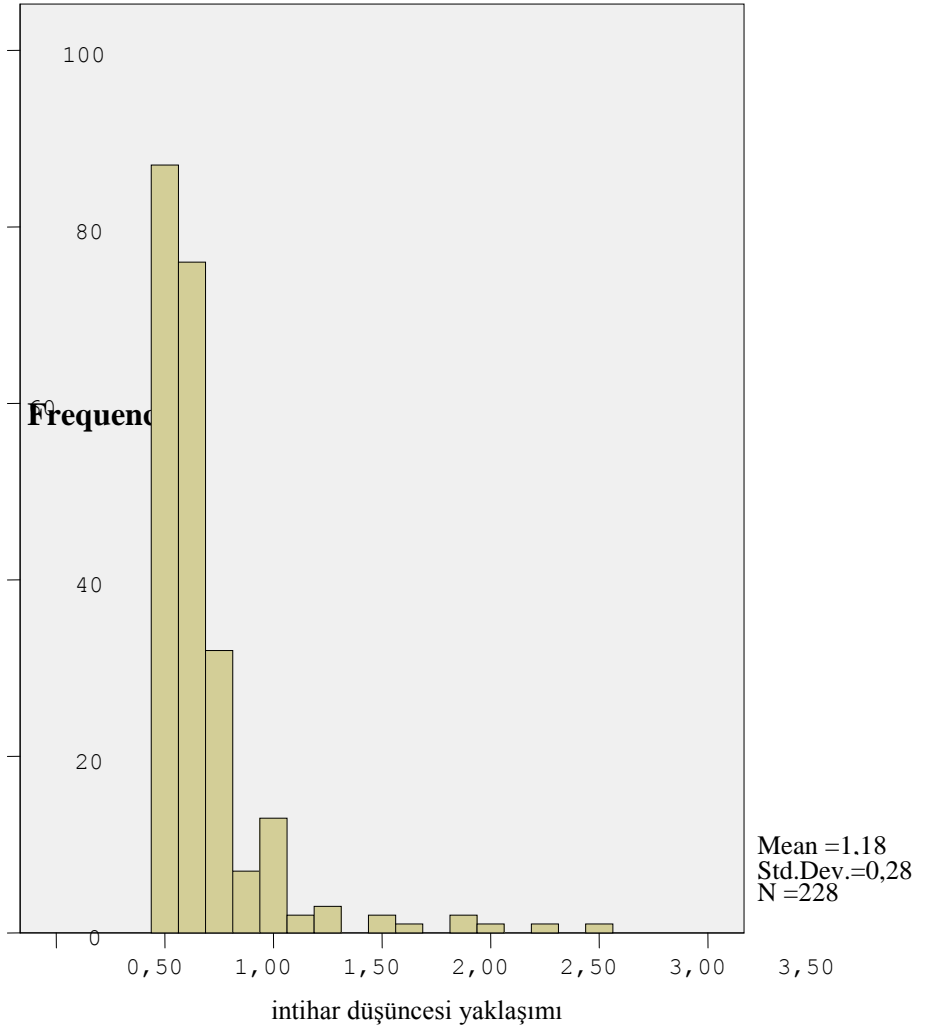
İntihar Olasılığı Ölçeği	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart Sapma
Umutsuzluk	,67	2,92	1,33	,40
İntihar Düşüncesi	1,00	3,00	1,18	,28
Kendini Olumsuz Değerlendirme	,78	2,44	1,44	,38
Düşmanlık	1,00	4,71	1,60	,46

Polislerin İntihar Olasılığı Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları Tablo 5'te görülmektedir. Umutsuzluk alt ölçeği puan ortalaması 1,33, intihar düşüncesi alt ölçeği puan ortalaması 1,18, kendini olumsuz değerlendirme alt ölçeği puan ortalaması 1,44, düşmanlık alt ölçeği puan ortalaması 1,60 olarak hesaplanmıştır. Düşmanlık alt ölçeği puan ortalaması en yüksek ortalama puan olduğundan, intihar olasılığında en çok kullanılan yaklaşım tarzı olduğu görülmektedir.

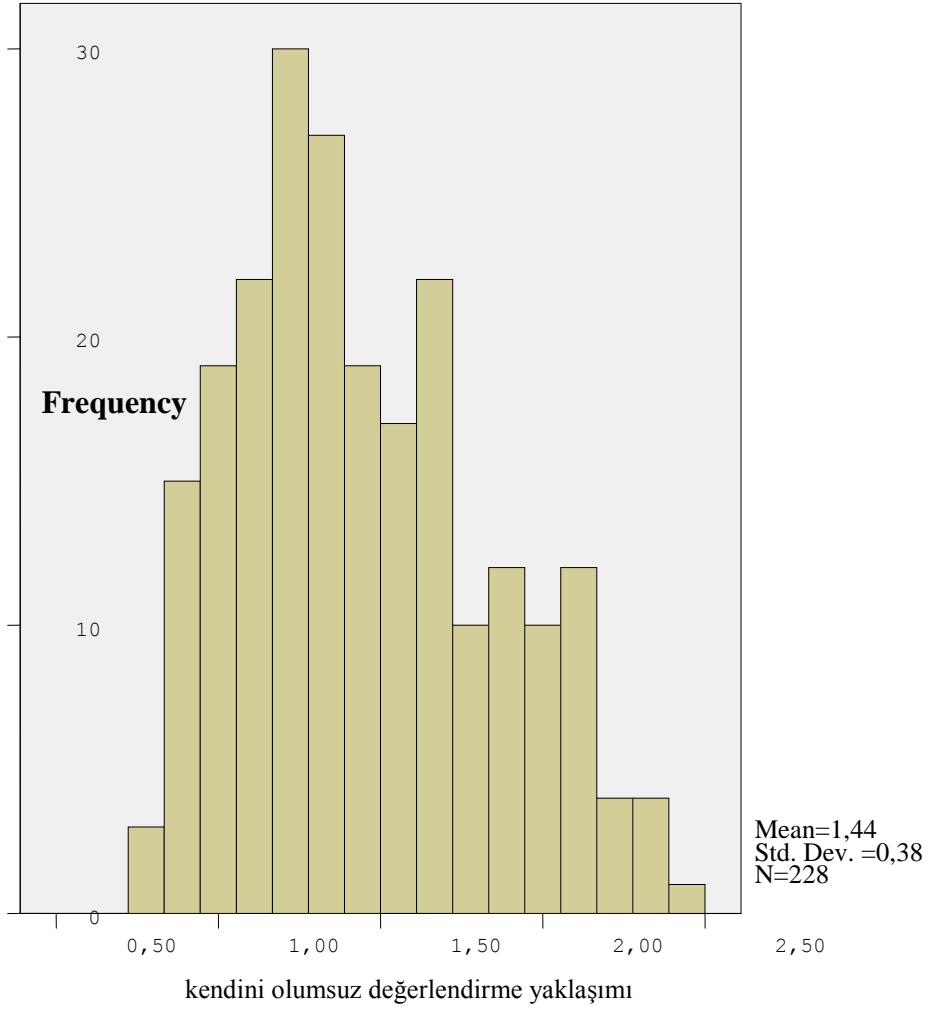
Grafik 14: Araştırmaya Katılanların İntihar Olasılığı Umutsuzluk Alt Ölçeği Puan Ortalamaları



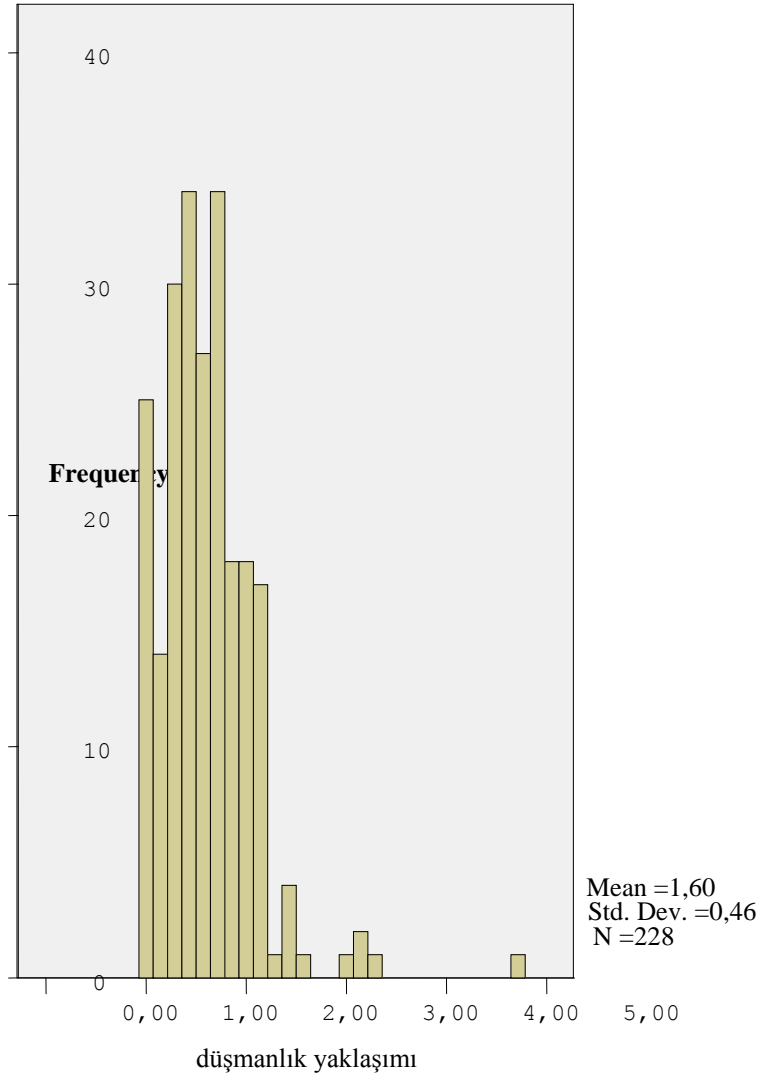
Grafik 15: Araştırmaya Katılanların İntihar Olasılığı İntihar Düşüncesi Alt Ölçeği Puan Ortalamaları



Grafik 16: Araştırmaya Katılanların İntihar Olasılığı Kendini Olumsuz Değerlendirme Alt Ölçeği Puan Ortalamaları



Grafik 17: Araştırmaya Katılanların İntihar Olasılığı Düşmanlık Alt Ölçeği Puan Ortalamaları



4.4. Polislerin Stresle Başa Çıkma Tarzları ve İntihar Olasılıkları Puan Ortalamalarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan polislerin demografik özelliklerini belirlemek amacıyla uygulanan Kişisel Bilgi Formundan elde edilen bilgiler ışığında cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, çalışılan birim, çalışma sistemi, teşkilatta çalışma süresi, ekonomik geliri algılama değişkenlerine göre stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığı Mann Whitney U ve ANOVA testleriyle incelenmiş ve anlamlı veriler tablolar aracılığıyla gösterilmiştir.

Tablo XIV. Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Tarzları ve İntihar Olasılıkları Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Stresle başa çıkma tarzları iyimser yaklaşım alt ölçeği	Çalışılan Birim	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)
	Adli	179	109,58	,049
	İdari	49	130,04	
Stresle başa çıkma tarzları çaresiz yaklaşım alt ölçeği	Eğitim Durumu	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)
	Önlisans	102	125,41	,024
	Lisans	126	105,67	

Polislerin çalıştıkları birimlere göre (adli birim/idari birim) stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları puan ortalamalarının istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde stresle başa çıkma tarzları iyimser yaklaşım alt boyutu arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İdari birimde çalışanların adli birimlerde çalışanlara göre iyimser yaklaşım alt ölçeği puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu da idari birim çalışanlarının iyimser yaklaşım tarzını adli birim çalışanlarına göre daha fazla kullandığını göstermektedir.

Polislerin medeni durumlarına göre stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları puan ortalamalarının istatistiksel olarak farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmek istendiğinde boşanmış ve bekâr olan katılımcı sayısının evli katılımcılara nazaran oldukça sınırlı olmasından dolayı istatistiksel analiz yapılamamıştır.

Yaş değişkenine göre stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları arasındaki ilişki incelenmek istendiğinde 25-30 yaş aralığındaki katılımcı sayısının oldukça az olmasından dolayı, bu yaş grubu 31-35 yaş aralığında olan grupla birleştirilerek, 25-35 yaş grubu ve 36-40 yaş grubu arasında analiz yapılmış ve herhangi bir anlamlı sonuç elde edilememiştir.

Cinsiyete göre stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları arasındaki farkın analizi, kadın katılımcı sayısının erkek katılımcı sayısına oranla oldukça az olmasından dolayı incelenememiştir.

Polislerin çalışma sistemleri, teşkilatta çalıştıkları süre ve ekonomik gelir algıları değişkenlerine göre stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilememiştir.

4.5. Polislerin Stresle Başa Çıkma Tarzlarıyla İntihar Olasılıkları Arasındaki İlişki

Tablo XV: İyimser Yaklaşım Tarzı İle İntihar Olasılığı Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi İle İncelenmesi

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği	İntihar Olasılığı Ölçeği	N	Spearman's rho	Sig.
İyimser Yaklaşım	Umutsuzluk	228	-,195	,003
İyimser Yaklaşım	İntihar Düşüncesi	228	-,188	,004
İyimser Yaklaşım	Kendini Olumsuz Değerlendirme	228	-,157	,018
İyimser Yaklaşım	Düşmanlık	228	-,278	,000

Araştırmaya katılan polislerin stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları arasındaki ilişki korelasyon analizi ile incelenmiştir. Stresle başa çıkma tarzları ölçeği iyimser yaklaşım alt boyutu ile intihar olasılığı ölçeği tüm alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Anlamlılık değerleri iyimser yaklaşım boyutu için $p=0,003<0,05$, intihar düşüncesi için $p=0,004<0,05$, kendini olumsuz değerlendirme boyutu için $p=0,18<0,05$, düşmanlık boyutu için $p=,000<0,05$ şeklindedir. Bu sonuçlara göre iyimser yaklaşım tarzının kullanımı arttıkça intihar olasılığı düşmektedir.

Tablo XVI: Kendine Güvenli Yaklaşım Tarzı İle İntihar Olasılığı Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi İle İncelenmesi

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği	İntihar Olasılığı Ölçeği	N	Spearman's rho	Sig.
Kendine Güvenli Yaklaşım	Umutsuzluk	228	-,136	,041
Kendine Güvenli Yaklaşım	İntihar Düşüncesi	228	-,144	,030
Kendine Güvenli Yaklaşım	Kendini Olumsuz Değerlendirme	228	-,268	,000
Kendine Güvenli Yaklaşım	Düşmanlık	228	-,180	,007

İntihar olasılığı ve stresle başa çıkma tarzları kendine güvenli yaklaşım alt boyutu arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca göre kendine güvenli yaklaşım puanı arttıkça intihar olasılığı puanı düşmektedir. Kendine güvenli yaklaşım ile umutsuzluk boyutu ($p=0,041<0,05$), intihar düşüncesi boyutu ($p=0,03<0,05$), kendini olumsuz değerlendirme boyutu ($p=0,00<0,05$) ve düşmanlık boyutu ($p=,007<0,05$) arasında negatif ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Buna göre kendine güvenli yaklaşım tarzı kullanımı arttıkça intihar olasılığı düşmektedir.

Tablo XVII: Çaresiz Yaklaşım Tarzı İle İntihar Olasılığı Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi İle İncelenmesi

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği	İntihar Olasılığı Ölçeği	N	Spearman's rho	Sig.
Çaresiz Yaklaşım	Umutsuzluk	228	,392	,000
Çaresiz Yaklaşım	İntihar Düşüncesi	228	,377	,000
Çaresiz Yaklaşım	Kendini Olumsuz Değerlendirme	228	,180	,007
Çaresiz Yaklaşım	Düşmanlık	228	,325	,000

İntihar olasılığı ve stresle başa çıkma tarzları ölçeği çaresiz yaklaşım alt boyutu arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda pozitif yönde anlamlı ilişki bir ilişki bulunmuştur. Çaresiz yaklaşım ile umutsuzluk boyutu ($p=0,00 < 0,05$), intihar düşüncesi boyutu ($p=0,00 < 0,05$), kendini olumsuz değerlendirme boyutu ($p=0,007 < 0,05$) ve düşmanlık boyutu ($p=,00 < 0,05$) arasında pozitif ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Buna göre çaresiz yaklaşım tarzı puanı arttıkça intihar olasılığı da artmaktadır.

Tablo XVIII: Boyun Eğici Yaklaşım Tarzı İle İntihar Olasılığı Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi İle İncelenmesi

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği	İntihar Olasılığı Ölçeği	N	Spearman's rho	Sig.
Boyun Eğici Yaklaşım	Umutsuzluk	228	,122	,065
Boyun Eğici Yaklaşım	İntihar Düşüncesi	228	,262	,000
Boyun Eğici Yaklaşım	Kendini Olumsuz Değerlendirme	228	,173	,009
Boyun Eğici Yaklaşım	Düşmanlık	228	,187	,005

İntihar olasılığı ölçeği ve stresle başa çıkma tarzları ölçeği boyun eğici yaklaşım alt boyutu arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda, umutsuzluk alt boyutu dışındaki intihar olasılığı ölçeği boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca göre umutsuzluk alt boyutu hariç, boyun eğici yaklaşım puanı arttıkça intihar olasılığı puanı da artmaktadır. Boyun eğici yaklaşım ile intihar düşüncesi yaklaşımı ($p=0,00<0,05$), kendini olumsuz değerlendirme yaklaşımı ($p=0,009<0,05$) ve düşmanlık yaklaşımı ($p=,005<0,05$) arasında pozitif ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Buna göre umutsuzluk boyutu hariç, boyun eğici yaklaşım tarzı kullanımı arttıkça intihar olasılığı da artmaktadır.

Tablo XIX: Sosyal Desteğe Başvurma Yaklaşım Tarzı İle İntihar Olasılığı Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi İle İncelenmesi

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği	İntihar Olasılığı Ölçeği	N	Spearman's rho	Sig.
Sosyal Desteğe Başvurma	Umutsuzluk	228	,207	,002
Sosyal Desteğe Başvurma	İntihar Düşüncesi	228	,209	,002
Sosyal Desteğe Başvurma	Kendini Olumsuz Değerlendirme	228	-,012	,859
Sosyal Desteğe Başvurma	Düşmanlık	228	,177	,007

İntihar olasılığı ve stresle başa çıkma tarzları sosyal desteğe başvurma alt boyutu arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda, kendini olumsuz değerlendirme alt boyutu dışındaki intihar olasılığı ölçeği boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bir ilişki bulunmuştur. Sosyal desteğe başvurma ile umutsuzluk boyutu ($p=0,002<0,05$), intihar düşüncesi boyutu ($p=0,002<0,05$) ve düşmanlık boyutu ($p=,007<0,05$) arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Buna göre kendini olumsuz değerlendirme boyutu hariç, sosyal desteğe başvurma yaklaşım tarzı kullanımı arttıkça intihar olasılığı da artmaktadır.

Tablo XX: Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği İle İntihar Olasılığı Ölçeği Arasındaki İlişkinin Regresyon Analizi İle İncelenmesi

		R square	P	Y	F
İyimser Yaklaşım	İntihar Olasılığı	0,109	0,000	$Y=1,797-0,207X$	$F(1,224)=27,493;$ $p<0,01$
Kendine Güvenli Yaklaşım	İntihar Olasılığı	0,049	0,001	$Y=1,701-0,149X$	$F(1,225)=11,531;$ $p<0,01$
Çaresiz Yaklaşım	İntihar Olasılığı	0,214	0,000	$Y=0,998+0,327X$	$F(1,225)=61,264;$ $p<0,01$
Boyun Eğici Yaklaşım	İntihar Olasılığı	0,101	0,000	$Y=1,180+0,200X$	$F(1,225)=25,289;$ $p<0,01$
Sosyal Desteğe Başvurma	İntihar Olasılığı	0,040	0,002	$Y=1,129+0,144X$	$F(1,225)= 9,426;$ $p<0,05$

Polislerin stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan regresyon analizi sonuçları Tablo 8'de görülmektedir. Stresle başa çıkma tarzları alt boyutlarından olan iyimser yaklaşımın, intihar olasılığını %10 oranında negatif yönde etkilediği görülmüştür. Oran, istatistiksel olarak anlamlıdır ($p<0,001$).

Yapılan regresyon analizi sonucunda stresle başa çıkma tarzları ölçeğinin alt boyutlarından olan kendine güvenli yaklaşım tarzının intihar olasılığını %4,9 oranında negatif yönde etkilediği ve bu oranın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($p<0,05$).

Stresle başa çıkma tarzları alt ölçeklerinden çaresiz yaklaşım ile intihar olasılığı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan regresyon analizinde çaresiz yaklaşımın intihar olasılığını pozitif yönde % 21 oranında etkilediği görülmektedir. İki değişken arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlıdır ($p<0,001$).

Diğer bir stresle başa çıkma tarzları ölçeği alt boyutu olan boyun eğici yaklaşımla intihar olasılığı arasındaki ilişkiyi açıklamak için yapılan regresyon

analizi sonucunda, boyun eğici yaklaşım tarzının intihar olasılığını pozitif yönde %10 oranında etkilediği görülmektedir. Oran istatistiksel olarak anlamlıdır ($p < 0,000$).

Stresle başa çıkma ölçeği alt testlerinden olan sosyal desteğe başvurma ve intihar olasılığı ilişkisini ortaya koymak için yapılan regresyon analizi sonucu, sosyal desteğe başvurma'nın intihar olasılığını pozitif yönde %4 oranında etkilediği ortaya çıkmıştır. Oran istatistiksel olarak anlamlıdır ($p < 0,05$).

5.TARTIŞMA

Araştırmaya katılan polislerin stresle başa çıkma tarzları ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları; iyimser yaklaşım alt ölçeğinden 1,99, kendine güvenli yaklaşım alt ölçeğinden 2,14, çaresiz yaklaşım alt ölçeğinden 1,17, boyun eğici yaklaşım alt ölçeğinden 1,01, sosyal desteğe başvurma alt ölçeğinden 1,77 şeklindedir. Araştırmaya katılan polislerin intihar olasılığı ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları; umutsuzluk alt ölçeğinden 1,33, intihar düşüncesi alt ölçeğinden 1,18, kendini olumsuz değerlendirme alt ölçeğinden 1,44, düşmanlık alt ölçeğinden 1,60 şeklindedir.

Araştırmada adli ve idari olarak iki ana başlık altında incelenen çalışılan birim değişkeni ile stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılığı puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmiş ve stresle başa çıkma tarzları yaklaşımlarından iyimser yaklaşım tarzı ile çalışılan birim değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($p<0,05$). İdari birimlerde çalışanların adli birimlerde çalışanlara göre iyimser yaklaşım tarzını daha fazla kullandıkları sonucu elde edilmiştir. Polislerin İş Stresi ve Bazı Değişkenlere Göre Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Karşılaştırılması başlıklı araştırma bulguları da polislerin çalıştıkları birime göre stresle başa çıkma tarzlarının farklılaştığı sonucunu ortaya koyarak yukarıdaki verileri desteklemektedir. İdari birimde çalışanlardan iş stresini orta ve yüksek olarak algılayan polislerin, teknik destek biriminde çalışan ve iş stresini orta ve yüksek algılayanlardan daha fazla kendine güvenli yaklaşım tarzını kullandıkları görülmüştür. Bunun yanında kendine güvenli yaklaşım tarzını idari birimlerde çalışan polislerin adli birimlerde çalışanlardan daha fazla kullandıkları sonucu elde edilmiştir (12). Bu durum adli birim çalışanlarının sıklıkla sokak polisi diye de nitelendirilen, sanık ya da mağdur olan vatandaş grubuyla karşılaşan, karşılaşacağı olayların belirsiz, umulmadık olabileceği ve çalışma saatlerinin ihtiyaçlar doğrultusunda değişebildiği polis grubu olmasından kaynaklanıyor olabilir. Oysa idari polis, adli polis gibi vatandaşla karşılaşılıyor olsa bile

karşılaşabileceği potansiyel olaylar çoğunlukla bellidir. İdari polis daha çok masa başında görevlidir. Çalışma saatleri, adli polise göre daha belirlidir. Bu gibi faktörlerden dolayı idari birimlerde çalışan polisler, stresle başa çıkarken olumlu telkin edici, yapıcı, kendine karşı müsamahakâr tavır takınmayı gerektiren iyimser yaklaşımı adli birimlerde çalışanlara nazaran daha fazla tercih ediyor olabilirler. Trafik Polisleri Arasında Mesleksel Stresin Kaynakları ve Sonuçları başlıklı araştırmaya göre de adli birimlerde çalışan polisler idari birimlerde çalışanlara nazaran daha yüksek iş stresi algısına sahip bulunmuştur (24).

Eğitim durumlarına göre, araştırmaya katılan polislerin stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları puan ortalamaları arasındaki farka bakıldığında önlisans mezunlarının lisans mezunlarına göre çaresiz yaklaşım tarzı puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Kişilerin, kendilerini problemlerle başa çıkarken yetersiz hissettikleri, sorunların sebeplerinin kendileri olduğu gibi bazı bilişsel çarpıtmaları kullanıyor olmaları çaresiz yaklaşımın kullanıldığıнын yordayıcısıdır. Bu çarpıtılmış düşünceler ve kişinin kendini yetersiz hissetmesinin sebeplerinden biri araştırma sonuçlarının gösterdiği gibi eğitim seviyesinin düşük olması olabilir. Eğitim seviyesi yüksek olan kişiler, kendilerinin yeterli ve sorunların üstesinden gelebilecek olduklarına, eğitim seviyesi düşük kişilerden daha fazla inanıyor olabilirler.

Yapılan diğer bir araştırmada polislerin ilköğretimden itibaren aldıkları eğitim süresine göre '11-13 yıl' eğitim alanların '14-16 yıl' ve '17 yıl ve üstü' eğitim alanlardan iş stresini daha yüksek algıladıkları saptanmıştır (13). Eğitim sürecinin iş stresi algısını etkileyip etkilemediğinin araştırıldığı diğer bir araştırmaya göre toplam eğitim süresi 11-13 yıl aralığında olanların, toplam eğitim süresi 14 yıl ve fazla olanlardan daha yüksek iş stresi algısına sahip oldukları bulunmuştur. Bununla birlikte aynı çalışmada polis memurlarının amirlerden, eşi bir işte çalışmayanların eşi bir işte çalışanlardan daha yüksek iş stresi algısına sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır (24).

Diğer bir araştırma ise Avrupa'daki intihar girişimlerinin çoğunun eğitim düzeyi düşük kişiler arasında görüldüğünü göstermektedir. Bu vakaların yaklaşık yarısını yalnızca temel eğitim görmüş olanlar oluşturmaktadır. Fakat Paracıklıoğlu, Sayıl ve Özgüven (2004) tarafından yapılan çalışmaya katılan kişilerin eğitim düzeyi Türk toplumundaki genel ortalama eğitim düzeyi ile (DİE 2003) kıyaslandığında beklenenin üzerinde ortalama eğitime düzeyine sahip oldukları, intihar girişiminde bulunmalarında ve bu davranışı tekrarlamalarında eğitim düzeyindeki düşüklüğün etkili olmadığı görülmektedir (34).

Polislerin medeni durumlarına göre stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılığı puan ortalamalarının istatistiksel olarak farklılaşp farklılaşmadığı konusunda ise boşanmış ve bekâr olan katılımcı sayısının evli katılımcılara nazaran oldukça sınırlı olmasından dolayı istatistiksel analiz yapılamamıştır. Çeşitli araştırmalarda evli ve çocuklu olmanın intihar riski açısından koruyucu etkisi olduğu bildirilmiştir. Yalnız yaşıyor olmak da intihar girişimi açısından bir risk faktörü olarak görülmektedir (34). Özgüven, Soykan, Haran (2003) tarafından yapılan araştırmada intihar girişiminde bulunan grupta yaş ortalamasının daha düşük olduğu, bekârların oranının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (29).

Cinsiyete göre stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları arasındaki farkın analizi, kadın katılımcı sayısının erkek katılımcı sayısına oranla oldukça az olmasından dolayı incelenememiştir. Polislerin İş Stresi ve Bazı Değişkenlere Göre Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Karşılaştırılması adlı araştırma sonuçları ise erkek ve kadın polisler arasında stresle başa çıkma tarzları arasında anlamlı bir fark olduğu sonucunu göstermektedir. Kadın polislerin stresle başa çıkmada sosyal desteğe başvurma ve kendine güvensiz yaklaşımı erkeklere göre daha fazla kullandıkları görülmüştür (12). Özgüven, Soykan ve Haran (2003) tarafından yapılan araştırmada ise intihar girişiminde bulunan kadın sayısının erkek sayısından daha fazla olduğu görülmektedir (29).

Yaş, çalışma sistemi, ekonomik gelir algısı ve teşkilatta çalışma süresi ile polislerin stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bahsedilen değişkenlerden bir kısmıyla ilgili yapılan farklı araştırmalardan anlamlı sonuçlara ulaşılanlar bulunmaktadır. Çakır'ın (2008) yaptığı bir araştırmada çalışma sistemine göre stresle başa çıkma puan ortalamaları arasında fark olduğu görülmüştür. 12-12 ve 12-24 çalışma sistemine göre çalışan polislerin stresle başa çıkmada kendine güvensiz yaklaşımı, diğer gruplarda çalışanlardan daha fazla kullandıkları ortaya çıkmıştır (12). Meslekte çalışma süresine bakıldığında, meslekte '0-4 yıl' arası süredir çalışanlarla '20 yıl ve daha fazla' süredir çalışanlar arasında iş stresi bakımından anlamlı fark olmamakla birlikte, bu grupların iş stresini '5-19 yıl' arası deneyim süresine sahip polislerden daha yüksek algıladıkları bulunmuştur. Petterson (1992) tarafından yapılan diğer bir çalışmaya göre ise orta düzey iş deneyimine sahip olan polislerin, mesleğe yeni başlayan ve mesleki deneyimi fazla olan polislerden daha az iş stresi yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır (13). Trafik Polisleri Arasında Mesleksel Stresin Kaynakları ve Sonuçları adlı çalışma sonuçları ise meslekte 4 yıl ve daha az deneyime sahip olanların, 5-19 yıl arası süredir deneyime sahip olanlardan daha yüksek iş stresi algısına sahip olduklarını göstermektedir (24).

İntiharların yaşam boyu yaygınlığının araştırıldığı bir araştırmada 18-24 yaş grubunda yer alan bireylerin intihar olasılığının 35 yaş üstü bireylerden daha yüksek olduğu bulunmuştur (32). Polisler için bakıldığında ise 22-26 yaş aralığındakilerin diğer yaş gruplarına göre intihara daha meyilli oldukları görülmektedir. Bu duruma meslekten umduklarını bulamamaları, maddi şartların yetersizliği, genelde bu yaş grubundaki insanların aileden uzakta ve bekâr olmaları, zor çalışma koşullarına uyum sağlayamamaları gibi unsurlar sebep olabilmektedir (3).

İntihar amaçlı kullanılacak araçların fazla zorlukla karşılaşmadan elde edildiği iş dallarında çalışan kişilerin (polis, asker, doktor) intihar bakımından riskli gruplar olduğu bilinmektedir (37). Polis intiharları da genellikle kişilerin kendilerine zimmetli beylik tabancalarıyla gerçekleştirildiğinden, kişilerin üzerinde olması ve

vasıtaya kolayca ulaşabilmeleri polisliğin de bahsedilen meslek gruplarına dâhil olmasını destekler niteliktedir. Diğer taraftan tabanca ile intihar çoğu yönetime göre kesin ölüme yol açtığından intihar eden polislerin kararlı olduklarından söz edilebilir (3).

İntihar vakalarında polislerin beylik tabancalarının rolünün büyük önem taşıdığı görülmektedir. İntihar eden polislerin yaş aralığı ve intihar yöntemleri bir arada düşünüldüğünde yeni mezun polislerin yeterince silah eğitimi almamış olabilecekleri, silahın önemini kavramakta dikkatsiz kaldıkları, silaha uyum sağlamakta zorlandıkları sonucu çıkarılabilir. Polis okullarında ve polis yüksek öğretim kurumlarında silah ile ilgili eğitim daha fazla yapılmalıdır. Silah eğitimi konusunda okullar ile sınırlı kalınmamalıdır. İntiharın daha çok meslekteki beş yıl içerisinde genç polislerin arasında meydana geldiği değerlendirildiğinde bu gruba özel ve yoğun bir şekilde silah ile ilgili bilgilendirme eğitimi devamlı bir şekilde verilmelidir. Böylece memurların boş zamanlarında silah ile bir oyuncak gibi oynamasının önüne geçilebilir (3).

İntihar girişimlerinin nedenleri sıralamasında sevdiği tarafından reddedilme, evlilik ile ilgili sorunlar, ebeveyn ile ilgili sorunlar ve ruhsal sorunlar ilk dört sırayı almaktadırlar (28). Polis intihar sebeplerinde ise maddi nedenler, ailevi nedenler, çalışma şartlarının zorluğu, psikolojik rahatsızlıklar ilk sırada yer almaktadır (3). Literatür bulgularıyla paralellik gösteren nedenlerin yanı sıra mesleksi nedenlerin önemliliği de göze çarpmaktadır.

Emniyet Teşkilatı verilere göre son 10 yılda 200 polis intihar ederek hayatına son vermiştir. TÜİK ve Emniyet Genel Müdürlüğü verileri göz önünde bulundurularak intihar yüzdelere bakıldığında toplum genelinde yaklaşık binde iki olan sayı, polisler baz alındığında binde dokuza yükselmektedir. Bu da intiharın polislerde toplumun geneline nazaran daha yaygın olduğunu göstermektedir.

İlçe emniyet, çevik kuvvet, polis merkezi, asayiş gibi adli birimlerde çalışanların genel müdürlük, EKKM, polis okulu gibi idari birimlerde çalışanlara nazaran intihar oranları daha yüksektir (3). Bu durum adli birimlerde çalışanların idari birimlerde çalışanlara nazaran iş stresini daha yüksek algıladıkları ve iyimser yaklaşımı daha fazla kullandıkları bulgularıyla paralellik göstermektedir.

Araştırmada, araştırmaya katılan polislerin stresle başa çıkma tarzları pozitif yaklaşımları olan iyimser yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı ile intihar olasılığı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki sonucu elde edilmesi, stresle başa çıkma tarzları negatif yaklaşımları olan çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım tarzlarının kullanımı ile intihar olasılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki sonucunun ortaya çıkması beklenmekteydi. İyimser yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşım ile intihar düşüncesi, umutsuzluk, kendini olumsuz değerlendirme ve düşmanlık yaklaşımları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. İyimser ve kendine güvenli yaklaşım tarzları kişinin hayat sorunları karşısında olumlu düşündüğü, kendi benlik değerinin farkında olduğu, olaylara olumlu yönlerden bakabildiği, kendi düşüncelerinin değerli olduğunu düşündüğü gibi olumlu özelliklerin yordayıcısıdır. İntihar ihtimalini değerlendiren ve çoğunlukla olumsuz yargılardan oluşan intihar olasılığı ölçeği ile arasında negatif bir ilişki sonucu elde edilmesi doğal ve beklenendir. Çaresiz yaklaşım ile intihar düşüncesi, umutsuzluk, düşmanlık, kendini olumsuz değerlendirme yaklaşımları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır. Çaresiz yaklaşım, kişinin olayların gidişatına müdahale etme gücünün olmadığını ve olumsuz olayların sebebinin kendisi olduğunu düşündüğü, kendine güvensiz ve kendini yetersiz hissedilen kişilik özelliklerinin yansıtıcısıdır. İntihar olasılığı ölçeğinin tüm alt boyutları ile pozitif yönde bir ilişki içinde bulunması sonucu beklenen bir sonuçtur. Boyun eğici yaklaşım ile umutsuzluk yaklaşımı arasında anlamlı bir ilişki sonucu elde edilememişken, kendini olumsuz değerlendirme, düşmanlık ve intihar düşüncesi ile pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Boyun eğici yaklaşım da kişinin olayları değiştiremeyeceğini düşündüğü için akışına bıraktığı ve kendi dışında faktörlerden medet umduğu bir yaklaşım tarzı olduğundan kendini

olumsuz değerlendirme, düşmanlık ve intihar düşüncesi yaklaşımlarıyla pozitif bir ilişkiye sahip bulunması umulan bir sonuçtur. Sosyal desteğe başvurma yaklaşımı ile umutsuzluk, intihar düşüncesi, düşmanlık yaklaşımları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki sonucu elde edilmişken, kendini olumsuz değerlendirme yaklaşımı ile anlamlı bir ilişki sonucuna ulaşılamamıştır. Bu sonuç, beklenmeyen bir sonuçtur. Bu durum kişilerin sosyal desteğe başvurma konusunda, kendilerine güvendiklerini ve tek başına ayakta durabildiklerini göstermek için sergiledikleri bir tutumun sonucu olabilir.

Polis için stres ve intihar kavramları yadsınamaz şekilde önemli, bu meslekle iç içe geçmiş ve çalışanların sosyal ve ailevi yaşantılarını da etkileyen iki önemli kavramdır. Kişilere olumsuz yansımaları olduğu bilinen bu faktörlerin, bu olumsuz etkilerini en aza indirmek için yapılabilecekler şu şekildedir: Polisin stres tepkisini ortaya çıkaran en önemli faktörlerden biri ücret yetersizliğidir. Bu stres faktörü sosyal hayatı da önemli derecede etkileyen bir unsurdur. Çoğunlukla maddi durumu orta direk diye tabir edilen ailelerden gelen, mesleğe başlamalarından sonra kendi ailelerini kurmaya başlayan polisler için aldıkları ücret yetersiz kalmaktadır. Eş ile olan ilişkilerde de maddi yetersizliklerin yansımaları sorun teşkil edebilmektedir.

Çalışma saatlerinin belirsizliği ve fazlalığı ise bir diğer önemli stres kaynağıdır. Amirlerin inisiyatifinde olan çalışma sistemleri, acil ve önemli durumlar dışında, keyfiyete dayalı sebeplerle belirli olan sınırın dışına çıkarılmamalıdır. Aynı zamanda amirlerle olan ilişkilerin sebep olduğu sorunlar, amirlere verilecek eğitimlerle ve polis memurlarının amirlerle karşılıklı müzakere yapıp, kendilerini anlatabilecekleri ortamlar oluşturularak en aza indirilebilir.

Sosyal imkânlar hususunda da polislerin stres tepkilerini azaltacak ve motivasyonlarını artıracak tedbirlerin alınması önemlidir. Özellikle ev kiralарının pahalı olduğu büyük şehirlerde lojman sıkıntısı çözüme ulaştırılmaya çalışılmalıdır. Polis evlerinin kullanımı esnasında rütbeli personele nazaran oldukça fazla sayıda

olan polis memurlarına daha fazla kontenjan ayrılmalıdır. Teşkilata ait olan sosyal alanlarda rütbeli personelin polis memurlarına karşı çoğu zaman öncelikli olarak kabul görmeleri, polis memurlarının kendilerini değersiz hissetmelerine sebep olmakta ve motivasyonlarını düşürmektedir.

Polis alımlarında, çoğu ülkede olduğu gibi psikolojik test uygulaması kullanılmalıdır. Bu, intihara meyilli olan ya da bu mesleğe uygun olmayan kişilerin en baştan mesleğe girişini engelleyecektir.

Polis sürekli halkla iç içe olduğundan halkın polise bakışı ve polisin halka bakışı önemlidir. Vatandaşa nasıl davranılması gerektiği uygulamalı çalışmalarla ve verilecek eğitimlerle polisler hatırlatılmalıdır. Vatandaşın polis algısı sıklıkla sokakta karşılaştığı ya da herhangi bir olayda başvurduğu polis merkezi bünyesinde görev yapmakta olan polisler aracılığıyla oluşacaktır. Özellikle bu gibi yerlerde çalışan polisler bu eğitimler daha dikkatli verilmelidir. Yazılı ve görsel basın da halkın polis algısı konusunda önemli bir etkidir. Polisin basında gösteriliş şekline dikkat edilmeli, polis her zaman olması gerektiği gibi basınla karşı karşıya olduğu zamanlarda da vatandaşa gerektiği şekilde güler yüzlü ve kanuna uygun şekilde davranmalıdır.

Polislerin stres ve intihar sebepleri göz önünde bulundurularak, bu konulara ilişkin her mevkideki, özellikle de riskli yaş grubunda olan polisler düzenli aralıklarla eğitim verilmelidir. Kişilere stres durumlarıyla karşılaştıklarında ve stresle başa çıkarken ya da intihar düşüncelerine sahip olduklarını fark ettiklerinde nasıl davranmaları gerektiği konusunda çözüm önerileri getirilmeli ve yönlendirmelerde bulunulmalıdır.

6.SONUÇ

Araştırmanın amacı, birçok mesleğe nazaran çeşitli sebeplerden dolayı daha stresli bir meslek grubunda yer alan polislerin stresle başa çıkma tarzları ile intihar olasılıkları arasında ilişki olup olmadığının araştırılmasıydı. Yapılan bu çalışmayla ulaşılan sonuçlar şu şekildedir:

Çalıştıkları birim açısından bakıldığında adli ve idari birim çalışanları arasında stresle başa çıkma tarzları iyimser yaklaşım boyutu arasından fark olduğu görülmüştür. İdari birimlerde çalışan polisler, stresle başa çıkarken adli birimlerde çalışanlara nazaran olumlu başa çıkma yaklaşımlarından olan iyimser yaklaşımı daha fazla kullanmaktadırlar.

Eğitim durumu ön lisans olanların, stresle karşı karşıya kaldıkları durumlarda stresle başa çıkma tarzlarından çaresiz yaklaşım tarzını, lisans mezunlarına göre daha fazla kullandıkları görülmüştür. Eğitim düzeyi düştükçe çaresiz yaklaşım tarzının kullanımının arttığı görülmüştür.

Stresle başa çıkma tarzlarından iyimser yaklaşım ile intihar olasılığı arasında %10 oranında, kendine güvenli yaklaşım ve intihar olasılığı arasında %4,9 oranında negatif yönde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çaresiz yaklaşım ile intihar olasılığı arasında ise %21 oranında, boyun eğici yaklaşım ile intihar olasılığı arasında %10 oranında, sosyal desteğe başvurma yaklaşımı ile intihar olasılığı arasında %4 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Stresle başa çıkma tarzları ve intihar olasılıkları arasındaki ilişkiye genel olarak bakıldığında, stres ortaya çıkarıcı faktörlerle karşılaşıldığında iyimser yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşım tarzlarının kullanıldığı durumlarda intihar olasılığının düştüğü görülmüştür. Stres durumlarında çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım (umutsuzluk yaklaşımı hariç) ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımlarına

(kendini olumsuz değerlendirme yaklaşımı hariç) başvurduğunda ise intihar olasılığının arttığı sonucu ortaya çıkmıştır.

7. ÖZETLER

ÖZET

Stres, yaşamın çeşitli evrelerinde bireylerin karşı karşıya kaldıkları bir uyum sendromudur. Organizmanın uyum sağlayabileceğinden fazlasıyla karşı karşıya kaldığı durumlarda ise çeşitli olumsuzluklar ortaya çıkabilmektedir. Özellikle polislik gibi çalışma şartlarının çoğunlukla düzensiz, karşılaşılabilecek olayların öngörülemeyen biçimde ve miktarda olduğu ve hiyerarşik yapının hüküm sürdüğü bir meslekte yoğun stresle karşılaşma olasılığı artmaktadır.

Bu çalışmanın amacı, intihar açısından riskli bir meslek grubu sayılan polislerin, sıklıkla karşı karşıya kaldıkları stres ortaya çıkarıcı faktörlerle baş ederken, cinsiyet, yaş, medeni durum, çalıştıkları birim, çalışma sistemleri, Emniyet Genel Müdürlüğü'nde (EGM) çalıştıkları süre, eğitim durumu, ekonomik gelir algısı değişkenlerine göre kullandıkları stresle başa çıkma tarzlarının intihar olasılıklarıyla ne ölçüde etkileşim içinde olduğunun araştırılmasıdır.

Örneklem grubu olarak 2010-2011 Eğitim-Öğretim yılında İstanbul Etiler Polis Meslek Yüksek Okulu'nda komiser yardımcılığı kursu nedeniyle, kurs süresi olan 9 ay boyunca geçici görevli olarak bulunan, görev yerleri Türkiye'nin çeşitli yerleri olan 250 polis memuru seçilmiştir. Eksik ya da yanlış doldurulan formlar nedeniyle 228 anket formu değerlendirmeye alınmıştır. Katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği, İntihar Olasılığı Ölçeği uygulanmıştır.

Veriler SPSS 15.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Araştırmanın sonuçları göstermiştir ki, eğitim seviyesi önlisans olan polisler çaresiz yaklaşım tarzını lisans mezunlarına göre daha fazla kullanmaktadır. Çalışılan birim değişkeni incelendiğinde ise, adli birimlerde çalışan polislerin idari birimlerde çalışanlara nazaran iyimser yaklaşım tarzını daha fazla tercih ettikleri sonucu elde edilmiştir. Cinsiyet değişkeni için kadın katılımcı sayısının sınırlı olmasından dolayı analiz

yapılamamıştır. Medeni durum açısından boşanmış ve bekâr olan polislerin, evli olanlara oranla sınırlı sayıda olmasından dolayı analiz yapılamamıştır. Polislerin stresle başa çıkma tarzları ile intihar olasılıkları arasında yaş, çalışma sistemleri, teşkilatta çalıştıkları süre, ekonomik geliri algıları değişkenleri ile ilgili anlamlı bir fark elde edilememiştir.

Araştırmayla ulaşılan diğer bir sonuca göre, stres ortaya çıkarıcı durumlarla karşı karşıya kalındığında, iyimser yaklaşım ve kendine güvenli yaklaşım tarzlarının kullanılması intihar olasılığı azalmaktayken, stres durumlarında çaresiz yaklaşıma, boyun eğici yaklaşıma (umutsuzluk yaklaşımı hariç) ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımına (kendini olumsuz değerlendirme yaklaşımı hariç) başvurulduğunda ise intihar olasılığı artmaktadır.

Anahtar Kelimeler: stres, intihar, polis, stresle başa çıkma, polis ve stres, polis ve intihar

ABSTRACT

Stress is an adaptation syndrome which individuals faced in various stages of life. If the organism is faced by a situation more than it can adapt, various negative can occur. Especially, at work environments like policing that have irregular working conditions, and in a job which events that is encountered happened unpredictably, has the hierarchical structure; the possibility is higher to face by intensive stress.

The aim of this study, in a professional group with high risk in terms of suicide like polising, while they cope with the stress factors in revealing which they often face, to investigate how the way that they use to cope with stress depending on their gender, age, marital status, unit of work, systems of work, term while they work in general directorate of security, educational status, perception of economic income ; effects the possibility of suicide.

As the sample group, 250 police officer who are from various work placements of Turkey were chosen, who combine due to the course of assistant commissioner which takes 9 months long, in the school year of 2010-2011, in police vocational university. 228 questionnaires were evaluated because of the forms that were incorrectly filled. The participants were applied by personal information form, the scale of the way to cope with stress the scale of possibily of suicide.

The data was analyzed by 15.0 packet program. The result of the study showed that; the police officers who graduated from 2-year college, used the helpless style more than the police officers who graduated from 4-year degree. Looking to unit of work, the police officers who are working at the administrative unit used optimistic approach more than ones who are working forensic unit. For gender, could not be analtzed due to the limited number of female participants. In terms of marital status, the police officers who is divorced and single are limited number than the police officers who were married. So, marital status could not be

analyzed. For the police officers, the relationship between cope with the stress factor and possibility of suicide was no significant difference for age, systems of work, term while they work in general directorate of security, perception of economic income.

According to another result that occurred by study, when faced by the situations which causes stress, if optimistic approach and self-confident approach are used, the possibility of suicide is decreased; helpless approach or submissive approach (except approach to despair) and or the approach to social support (except negative self-evaluation approach) is used, the possibility of suicide is increased.

Key Words: stress, suicide, police, coping with stress, the police and stress, the police and suicide

8.KAYNAKLAR

1. Akıncı, F.S. (1990) Polis: Toplumsal Bir Kurum Olarak Gelişmesi Polis Alt-Kültürü ve İnsan Hakları, s.17-23, Gümüş Basımevi, İstanbul.
2. Akman, S. (2004) Stresin Nedenleri ve Açıklayıcı Kuramlar, *Türk Psikoloji Bülteni*, 34-35 : 40-55
3. Alaçam, F., Parti, A. (2000) Polis ve İntihar, Yayın No:531, s.38-54, Emniyet Genel Müdürlüğü Basımevi, Ankara.
4. Arkun, N (1978) İntiharın Psikodinamikleri, s.25-38, İÜ Edebiyat Fakültesi Yayınları, İstanbul.
5. Balcı, F. (2003) Yazılı Basında Yer Alan Şiddet İçerikli Haberlerin Polis Üzerine Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
6. Balcıoğlu, İ. (2005) Stres Kavramı ve Tarihsel Gelişimi, *Medikal Açından Stres ve Çareleri Sempozyum Dizisi*, 47 : 9-12.
7. Baltaş, Z. (2002) Verimli İş Hayatının Sırrı: Stres: Hissedilen Ağırılık, Görünmeyen Güç, s.6-38, Remzi Kitabevi, İstanbul.
8. Baltaş, Z., Baltaş, A. (2008) Stres ve Başa Çıkma Yolları, 24. Basım, s.23-96 Remzi Kitabevi, İstanbul.
9. Bardavit, M. (2007) Kişilik Yapılarının- Stresi Değerlendirme, Stresle Başa Çıkma Yaklaşımları, Algılanan Stres ve İş Doyumu Üzerinde Olan Etkisinin Karşılaştırılmalı Olarak İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

10. Can, S.S., Sayıl,I. (2004) Yineleyici İntihar Girişimleri, *Kriz Derg.*, 12 (3) : 53-62.
11. Çağlar, A. (2007) Türk Polisinde Sosyalleşme ve Polis Kültürü, *Polis Bilimleri Derg.*, 2 : 87-110.
12. Çakır, İ. (2006) Polislerin İş Stresi ve Bazı Değişkenlere Göre Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Anabilim Dalı, Adana
13. Çam, S., Çakır, İ. (2008) Polislerde İş Stresi Algısının Kişisel ve Göreve Bağlı Bazı Değişkenlere Göre Karşılaştırılması, *Polis Bilimleri Derg.*, 10 (3) : 22-40.
14. Çevik, H.H., Göksu, T. (2007) Güvenlik Personeli İçin Polis-Halk İlişkileri, s. 50-65, Seçkin Yayıncılık, Ankara.
15. Davison, G.C., Neale, J.M. (2004) Anormal Psikolojisi, s.184-212, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.
16. Durkheim, E. (2002) İntihar, s.21-37, Cem Yayınevi, İstanbul.
17. DüNDAR, S. (2008) Polislerin Umutsuzluk Düzeyi İle Problem Çözme Becerisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Polis Bilimleri Derg.*, 10 (3) : 77-92.
18. Eskin, M. (2007) İntiharda Bilişsel Davranışçı Sağaltım Yaklaşımları, *Kriz Derg.*,15 (2) : 15-35.
19. Gök, M. (2003) İstanbul'da 1997-2002 Yılları Arasında Polis İntiharları, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.

20. Gürkan, B., Dirik, G. (2009) Üniversite Öğrencilerinde İntihar Düşünce ve Davranışları ile İlişkili Faktörler: Yaşamı Sürdürme Nedenleri ve Baş Etme Yolları, *Psikoloji Yazıları*, 12 (24) : 58-69.
21. Hafizoğulları, Z. (1995) İnsan Hakları, Polis Görev ve Yetkisi, *Ankara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Derg.*, 44 (1-4) : 564-585.
22. Kendi, Ö., Bilge, Y., Tümer, A.R., Tunalı, İ. (1998) Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Adli Tıp Anabilim Dalında Yapılan 3951 Adet Adli Otopside Tespit Edilen İntihar Vakaları Üzerine Bir Araştırma, *Ankara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Derg.*, 47 (1-4) : 153-162.
23. Kıvrak, A. (2008) AB Sürecinde Türk Polis Teşkilatının Yönetim, Eğitim ve Politikalarının AB üye Polis Teşkilatları İle Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
24. Kirel, Ç., Cengiz, A.A. (2006) Trafik Polisleri Arasında Mesleksel Stresin Kaynakları ve Sonuçları: Eskişehir Trafik Polis Eğitim Merkezinde Bir Araştırma, *Polis Bilimleri Derg.*, 8 (2) : 97-120.
25. Kurtuluş, K. (2009), Araştırma Yöntemleri, s. 120-129, Türkmen Kitapevi, İstanbul.
26. Oktay, M. (2005) Çalışma Yaşamında İş Yerinde Stres, *Medikal Açıdan Stres ve Çareleri Sempozyum Dizisi*, 47 : 111-116.
27. Öncü, B. (2006) İntihar Eğilimi Olan Hastaya Acil Müdahale, *Kriz Derg.*, 14 (2) : 31-37.
28. Öztürk, A. (2007) Polis Halk İlişkisi Bağlamında Ankara İlinde Karakollarda Çalışan Rütbeli Personel Rolü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

29. Özgüven, H.D. (2003) İntihar Girişimlerinde Krize Müdahale, *Kriz Derg.*, 11 (1) : 25-34.
30. Özgüven, H.D., Soykan, Ç., Haran. S. (2003) İntihar Girişimlerinde Sorun Alanları ve Tetikleyiciler, *KrizDerg.*, 11 (1) : 13-24.
31. Özmen, M., Önen, B. (2005) Stresle Başa Çıkma Yolları, *Medikal Açıdan Stres ve Çareleri SempozyumDizisi*, 47 : 171-180.
32. Palabıyıköğlü, R. (1993) İntihar Davranışında Ailenin Rolü ve Önemi, *Kriz Derg.*, 2(1) : 62-68.
33. Palabıyıköğlü,R. (1994) İntihar Davranışı ve Kitle İletişim Araçları, *Kriz Derg.*, 2 (2) : 277-284.
34. Palabıyıköğlü, R., Azizoğlü, S., Özayar, H., Ercan, A. (1993) İntihar Girişiminde Bulunanların Aile İşlevlerinin Değerlendirilmesi, *Kriz Derg.*, 2 (1) : 69-75.
35. Paracıköğlü, V., Sayıl, I., Özgüven, H.D. (2004) Ankara'da İntihar Girişimleri Üzerine Bir İzleme Çalışması: Dünya Sağlık Örgütü-Avrupa Çok Merkezli İntihar Davranışı İzlem Çalışması Sonuçları, *Kriz Derg.*, 12 (2) : 1-17.
36. Partlak, N. (2003) Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Tarzları ve İntihar Olasılıkları Arasındaki İlişki, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
37. Sayıl, I. (2008) Krize Müdahale ve İntiharı Önleme, s.81-98, Türkiye Sosyal Psikiyatri Derneği Yayını, Ankara.
38. Sayıl, I. (1994) Türkiye'de İntihar Sorunu, *Kriz Derg.*, 2 (2) : 293-298.

39. Sayıl, I., Canat, S., Tuğcu, H.(2003) Onaltı İntihar Olgusunun Psikolojik Otopsi Yöntemi İle Değerlendirilmesi, *Kriz Derg.*, 11 (2) : 1-6.
40. Sayıl, I., Oral, A., Güney, S., Ayhan, N., Devrimci, H., Ayhan, Ö. (1993) Ankara'da İntihar Girişimleri Üzerine Bir Çalışma, *Kriz Derg.*, 2 (1) : 56-61.
41. Sever, M., Cinoğlu, H. (2010) Amerikan Polisinde İş Stresinden Kaynaklanan Aile İçi Şiddet Olaylarının Sosyolojik ve İstatistiksel Analizi, *Polis Bilimleri Derg.*, 12 (1) : 125-146.
42. Şanlı, S., Akbaş, T. (2008) Adana İlinde Çalışan Polislerin Tükenmişlik Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, *Polis Bilimleri Derg.*, 10 (2) : 1-24.
43. Tarhan, N. (2003) Adrenalin: Stresi Mutluluğa Dönüştürmek, s.97-101, Timaş Yayınları, İstanbul.
44. Taşdöven, H. (2005) Polislerin Tükenmişlik Düzeylerinin Çalıştıkları Birimler Açısından İncelenmesi, *Polis Bilimleri Derg.*, 7 (3) : 43-58.
45. Tosun, M. (1991) Psikolojik Açından Çevre ve İnsan, *Yeni Symposium*,4 (51).
46. Türkiye İstatistik Kurumu, Türkiye İstatistik Yıllığı (2009).
47. Tunç, H. (2008) Polisin Suç Olgusuna Bakışı ve Suça Karşı Uzmanlaşma Çalışmaları, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
48. Tunçer, Ö. (2005) Stres, Psikosomatik ve Somatoform Bozukluklar, *Medikal Açından Stres ve Çareleri Sempozyum Dizisi*, 47 : 153-162.

49. Uçan, Ö. (2005) Türkiye’de İntiharı Konu Alan Yayınlar Üzerine Bir Bibliyografya Çalışması, *Kriz Derg.*, 13 (3) : 15-26.
50. Uğur, M. (2005) Stres Kavramı ve Psikiyatrik Hastalıklar, *Medikal Açıdan Stres ve Çareleri Sempozyum Dizisi*, 47 : 13-33.
51. Yavuz, R. (2005) Stres ve Kişilik, *Medikal Açıdan Stres ve Çareleri Sempozyum Dizisi*, 47 : 39-43.
52. Yılmaz, A. (2004) Avrupa Polis Modelleri ve Türk Polis Sistemi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
53. Yurdakoş, E. (2005) Stres Fizyolojisi, *Medikal Açıdan Stres ve Çareleri Sempozyum Dizisi*, 47 : 89-96.
54. Yükseloğlu, M., Yükseloğlu E.H., Cömert, I.T., Özaşçılar, M., Ziyalar, N., Yavuz, M.F. (2010) Polis Meslek Yüksek Okulu Öğrencilerinin Sosyodemografik Özellikleri ve Psikolojik İhtiyaçlarının İncelenmesi: Adile Sadullah Mermerci Örnekleme, *Polis Bilimler Derg.*, 12 (3) : 107-125.
55. Türk Psikoloji Bülteni, Sayı 34-35, Eylül-Aralık 2004.

EKLER

EK 1

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1-Cinsiyet

a-Kadın b- Erkek

2-Yaş

a-25-30

b-31-35

c-36-40

3-Eğitim Durumu

a-Ön Lisans

b- Lisans

c- Lisansüstü

4-Medeni Durum

a-Evli

b- Bekar

c- Boşanmış

5-Çalışılan birim

6-Çalışma Sistemi

a-12-12

b-12-24

c-12-36

d-08.00-17.00

e-Diğer(açıklayınız)

7-Teşkilatta çalışma süresi

a-6-10 yıl

b-11-15 yıl

c-15 yıl üzeri

8-Ekonomik gelir ile ilgili algılama

a-Orta

b- Alt

c- Üst

EK 2

STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI ÖLÇEĞİ

Bu ölçek kişilerin yaşamlarındaki sıkıntılar ve stresle başa çıkmak için neler yaptıklarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Lütfen sizin için sıkıntı ve stres oluşturan olayları düşünerek bu sıkıntılarınızla aşağıda verilen her bir maddenin uygunluk derecesini işaretleyin.

Sizi Ne Kadar Tanımlıyor? / (Size Ne Kadar Uygun?)					
BİR SIKINTIM OLDUĞUNDA		Hiç uygun değil	Uygun değil	Uygun	Tamamen Uygun
	Kimsenin bilmesini istemem				
	İyimser olmaya çalışırım				
	Bir mucize olmasını beklerim.				
	Olayı/olayları büyütmeyip üzerinde durmamaya çalışırım.				
	Başta gelen çekilir diye düşünürüm.				
	Sakin kafayla düşünmeye, öfkelenmemeye çalışırım.				
	Kendimi kapana kısılmış gibi hissedirim.				
	Olayın/olayların değerlendirmesini yaparak en iyi kararı vermeye çalışırım.				
	İçinde bulunduğum kötü durumu, kimsenin bilmesini istemem.				
	Ne olursa olsun direnme ve müdahale etme gücünü kendimde bulurum.				
	Olanları kafama takıp, sürekli düşünmekten kendimi alamam.				
	Kendime karşı hoşgörülü olmaya çalışırım.				
	İş olacağına varır diye düşünürüm.				
	Mutlaka bir yol bulabileceğime inanır, bunun için uğraşırım.				

	Problemin çözümü için adak adarım.				
	Her şeye yeniden başlayacak gücü kendimde bulurum.				
	Elimden hiçbir şeyin gelemeyeceğine inanırım.				
	Olaydan/Olaylardan olumlu bir şey çıkarmaya çalışırım.				
	Her şeyin istediğim gibi olamayacağına inanırım.				
	Problemi/problemleri adım adım çözmeye çalışırım.				
	Mücadeleden vazgeçerim.				
	Sorunun benden kaynaklandığını düşünürüm.				
	Hakkımı savunabileceğime inanırım.				
	Olanlar karşısında "kaderim buymuş" derim.				
	"Keşke daha güçlü bir insan olsaydım" diye düşünürüm.				
	Bir kişi olarak iyi yönde değiştiğimi ve olgunlaştığımı hissedirim.				
	"Benim suçum ne?" diye düşünürüm.				
	"Hep benim yüzümden oldu" diye düşünürüm.				
	Sorunun gerçek nedenini anlayabilmek için başkalarına danışırım.				
	Bana destek olabilecek kişilerin varlığını bilme beni rahatlatır.				

EK 3

İNTİHAR OLASILIĞI ÖLÇEĞİ

Aşağıda kişilerin duygu ve davranışlarını anlatmak için kullanabilecekleri bazı cümleler verilmiştir. Bu cümlelerin sizin için doğru olduğunu düşündüğünüz sıklığı işaretleyiniz.

		Hiçbir zaman	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
	Öfkелendiğim zaman elime geçen her şeyi fırlatırım.				
	Birçok insanın benimle içtenlikle ilgilendiğini hissedirim.				
	Ani ve kontrolsüz (dürtüsel) davrandığımı hissedirim.				
	Başkalarıyla paylaşamayacağım kadar kötü şeyler düşünürüm.				
	Çok fazla sorumluluk yüklendiğimi düşünürüm.				
	Yapabileceğim daha bir çok yararlı şey olduğunu hissedirim.				
	Başkalarını cezalandırmak için intihar etmeyi düşünürüm.				
	Başkalarına karşı düşmanca duygular beslediğimi hissedirim.				
	İnsanlardan koptuğumu hissedirim.				
	İnsanların bana ben olduğum için değer verdiklerini hissedirim.				
	Eğer ölürsem birçok insanın üzüleceğini hissedirim.				
	Öylesine yalnızlık hissedirim ki buna				

	dayanamam.				
	Başkalarının bana düşmanca duygular beslediğini hissedirim.				
	Eğer hayata yeniden başlayabilsem, yaşamımda bir çok değişiklik yapacağımı hissedirim.				
	Pek çok şeyi iyi yapamadığımı düşünürüm.				
	Beğendiğim bir işi bulmak ve sürdürmekte güçlüğümdür.				
	Gittiğim zaman beni kimsenin özlemeyeceğini düşünürüm.				
	Benim için işler yolunda gidiyor gibi gözükür.				
	İnsanların benden çok fazla şey beklediklerini hissedirim.				
	Düşündüğüm ve yaptığım şeyler için kendimi cezalandırmam gerektiğini hissedirim.				
	Dünyanın yaşamaya değer olmadığını hissedirim.				
	Gelecekle ilgili çok titiz bir şekilde plan yaparım.				
	Kendisine güvenebileceğim kadar çok arkadaşımın olmadığını düşünürüm.				
	Eğer ölmüş olsaydım insanların daha rahat edeceğini hissedirim.				
	Bu şekilde yaşamaktansa ölmemin daha az acılı olduğunu hissedirim.				

	Anneme duygusal açıdan yakın olduğumu hissederim(hissederdim).				
	Eşime duygusal açıdan yakın olduğumu hissederim (hissederdim).				
	İşlerin düzeleceğine ilişkin umutsuzluk hissederim.				
	İnsanların beni ve yaptıklarımı onaylamadıklarını hissederim.				
	Kendimi nasıl öldüreceğimi düşünürüm.				
	Para ile ilgili endişelerim var.				
	İntihar etmeyi düşünürüm.				
	Kendimi yorgun ve birçok şeye ilgisiz hissederim.				
	Çok öfkelenince bazı şeyleri kırıp dökerim.				
	Babama duygusal açıdan yakın olduğumu hissederim(hissederdim)				
	Nerede olursam olayım mutlu olmadığımı hissederim.				

EK 4

TABLO LİSTESİ

Tablo I	İntihar Girişimi Olanlarla İntihar Edenlerin Karşılaştırılması	Sayfa No:26
Tablo II	Araştırmaya Katılanların Cinsiyete Göre Dağılımları	Sayfa No: 39
Tablo III	Araştırmaya Katılanların Yaşa Göre Dağılımları	Sayfa No: 41
Tablo IV	Araştırmaya Katılanların Eğitim Durumuna Göre Dağılımları	Sayfa No: 42
Tablo V	Araştırmaya Katılanların Medeni Durumlarına Göre Dağılımları	Sayfa No: 43
Tablo VI	Araştırmaya Katılanların Çalıştıkları Birime Göre Dağılımları	Sayfa No: 44
Tablo VII	Araştırmaya Katılanların Çalışma Sistemlerine Göre Dağılımları	Sayfa No: 45
Tablo VIII	Araştırmaya Katılanların EGM’de Çalışma Sürelerine Göre Dağılımları	Sayfa No: 46
Tablo IX	Araştırmaya Katılanların Ekonomik Gelirlerini Algılamalarına Göre Dağılımları	Sayfa No: 47
Tablo X	İntihar Olasılığı Ölçeği Güvenirlik Analizi	Sayfa No:50
Tablo XI	Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeğinin Güvenirlik Analizi	Sayfa No: 50

Tablo XII	Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puan Ortalamaları	Sayfa No: 50
Tablo XIII	İntihar Olasılığı Ölçeği Puan Ortalamaları	Sayfa No: 56
Tablo XIV	Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Tarzları ve İntihar Olasılıkları Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması	Sayfa No: 61
Tablo XV	İyimser Yaklaşım Tarzı İle İntihar Olasılığı Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi İle İncelenmesi	Sayfa No: 63
Tablo XVI	Kendine Güvenli Yaklaşım Tarzı İle İntihar Olasılığı Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi İle İncelenmesi	Sayfa No: 64
Tablo XVII	Çaresiz Yaklaşım Tarzı İle İntihar Olasılığı Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi İle İncelenmesi	Sayfa No: 65
Tablo XVIII	Boyun Eğici Yaklaşım Tarzı İle İntihar Olasılığı Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi İle İncelenmesi	Sayfa No: 66
Tablo XIX	Sosyal Desteğe Başvurma Yaklaşım Tarzı İle İntihar Olasılığı Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi İle İncelenmesi	Sayfa No: 67
Tablo XX	Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği İle İntihar Olasılığı Ölçeği Arasındaki İlişkinin Regresyon Analizi İle İncelenmesi	Sayfa No: 68

EK 5

GRAFİK LİSTESİ

Grafik 1	Araştırmaya Katılanların Cinsiyete Göre Dağılımları	Sayfa No:40
Grafik 2	Araştırmaya Katılanların Yaşa Göre Dağılımları	Sayfa No:41
Grafik 3	Araştırmaya Katılanların Eğitim Durumlarına Göre Dağılımları	Sayfa No:42
Grafik 4	Araştırmaya Katılanların Medeni Durumlarına Göre Dağılımları	Sayfa No:43
Grafik 5	Araştırmaya Katılanların Çalıştıkları Birime Göre Dağılımları	Sayfa No:44
Grafik 6	Araştırmaya Katılanların Çalışma Sistemlerine Göre Dağılımları	Sayfa No:45
Grafik 7	Araştırmaya Katılanların EGM’de Çalışma Sürelerine Göre Dağılımları	Sayfa No:46
Grafik 8	Araştırmaya Katılanların Ekonomik Gelirlerini Algılamalarına Göre Dağılımları	Sayfa No:47
Grafik 9	Araştırmaya Katılanların Stresle Başa Çıkma Tarzları İyimser Yaklaşım Alt Testi Puan Ortalamaları	Sayfa No:51
Grafik 10	Araştırmaya Katılanların Stresle Başa Çıkma Tarzları Kendine Güvenli Yaklaşım Alt Testi Puan Ortalamaları	Sayfa No:52

Grafik 11	Araştırmaya Katılanların Stresle Başa ıkma Tarzları aresiz Yaklaşım Alt Testi Puan Ortalamaları	Sayfa No:53
Grafik 12	Araştırmaya Katılanların Stresle Başa ıkma Tarzları Boyun Eğici Yaklaşım Alt Testi Puan Ortalamaları	Sayfa No:54
Grafik 13	Araştırmaya Katılanların Stresle Başa ıkma Tarzları Sosyal Desteğe Başvurma Yaklaşımı Alt Testi Puan Ortalamaları	Sayfa No:55
Grafik 14	Araştırmaya Katılanların İntihar Olasılığı Umutsuzluk Alt Ölçeği Puan Ortalamaları	Sayfa No:57
Grafik 15	Araştırmaya Katılanların İntihar Olasılığı İntihar Düşüncesi Alt Ölçeği Puan Ortalamaları	Sayfa No:58
Grafik 16	Araştırmaya Katılanların İntihar Olasılığı Kendini Olumsuz Değerlendirme Alt Ölçeği Puan Ortalamaları	Sayfa No:59
Grafik 17	Araştırmaya Katılanların İntihar Olasılığı Düşmanlık Alt Ölçeği Puan Ortalamaları	Sayfa No:60

ÖZGEÇMİŞ

Adı-Soyadı : Şua KORKUT

Doğum Yeri/Yılı : İstanbul/ 1987

Öğrenim Durumu :

İlköğretim 1993-1998 Sabiha Hanım İlköğretim Okulu

1998-2001 Atatürk Orta Okulu

Albayrak İlköğretim Okulu

Lise 2001-2005 Çorum Anadolu Lisesi

Lisans 2005-2009 İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji
Bölümü

Lisansüstü 2009- İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü Sosyal
Bilimler Anabilim Dalı

Meslek : Psikolog

Görev Yeri : İstanbul Etiler Polis Meslek Yüksek Okulu