



T.C
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**PSİKOLOJİK SAVUNMA MEKANİZMALARI ile
SOSYODEMOGRAFİK DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ İLİŞKİ**

BÜŞRA AKSU

TEZ DANIŞMANI
Prof. Dr. Mehmet Kemal Arıkan

İstanbul-2019

T.C
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**PSİKOLOJİK SAVUNMA MEKANİZMALARI ile
SOSYODEMOGRAFİK DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ İLİŞKİ**

**BÜŞRA AKSU
174102077**

**TEZ DANIŞMANI
Prof. Dr. Mehmet Kemal Arıkan**

İstanbul-2019



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 174102077
Öğrenci Adı Soyadı	: Büşra Aksu
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji Anabilim Dalı
Tez Danışmanı	: Prof. Dr. Mehmet Kemal Arıkan
Tezin Başlığı	: Cinsiyet, Yaş ve Sosyoekonomik Durumun Psikolojik Savunma Mekanizmaları Üzerindeki Etkisi

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 27/06/2019	Saati	: 09:00
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI		
<p>Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,</p> <p style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.</p> <p><input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. <i>(en fazla 3 ay)</i></p> <p><input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDEDİLMESİ kararı alınmıştır.</p>			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input type="checkbox"/> Değişmedi. <input checked="" type="checkbox"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	: Psikolojik Savunma Mekanizmaları ile Sosyodemografik Değişkenler Arasındaki İlişki		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDİ		
<p>Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,</p> <p style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ ile REDDEDİLMİŞTİR.</p>			

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Prof. Dr. Mehmet Kemal Arıkan	
Üye	Dr. Öğr. Üyesi Mert Akcanbaş	
Üye	Doç. Dr. Bülent Kadri Gültekin	

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum, “Psikolojik Savunma Mekanizmaları Ve Cinsiyet, Yaş Ve Diğer Sosyodemografik Değişkenlerle İlişkisi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih:/...../2019

Büşra AKSU

İmza:

ÖNSÖZ

Yüksek lisans eğitimim ve tez yazım sürecindeki katkıları, olağanüstü destekleri için aşağıda adı geçen kişilere, en derin şükranlarımla teşekkür etmek istiyorum. Özellikle tez konusu seçiminde beni destekleyen ve daha fazla araştırma yapmam konusunda devamlı cesaretlendiren ve motive eden tez danışmanım değerli hocam Sn. Prof. Dr. Mehmet Kemal Arıkan'a, yazım bilgisi ile sihirli dokunuşlarını hiç eksik etmeyen Dr. Ertuğrul Şahin' e, kıymetli meslektaşlarım ve arkadaşlarım Uzm. Psk. Emine Örsün ve Dr. Pakize Mukhtar'a, çalışmalarım sırasında samimiyet ve dostluğu ile beni hiç yalnız bırakmayan doktor adayı Ebru Can ve desteğini hiç esirgemeyen tez sürecinin gizli kahramanı Osman Onuk'a teşekkür ederim.

Son olarak, iyi zamanlarımda olduğu kadar zor zamanlarımda da maddi manevi desteklerini hiç esirgemeyen sevgili aileme annem Emine Kırca, babam Mehmet Kırca, abim Osman Kırca, ablalarım Ayşe Haktan ve Saliha Coşkun ve eşi Dr. Muhammed Coşkun' a sonsuz teşekkür ediyorum.

ÖZET

(AKSU Büşra, Yüksek Lisans, İstanbul, 2019)

Psikolojik Savunma Mekanizmaları ile Sosyodemografik Değişkenler Arasındaki İlişki

Bu araştırmada savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları ile demografik (cinsiyet, yaş, aylık gelir, eğitim düzeyi, medeni durum ve bir psikolojik rahatsızlığın olup olmama) değişkenler arasındaki ilişkinin araştırılması amaçlanmıştır. Araştırmaya Türkiye'nin farklı şehirlerinden 15-65 yaş arası 387 kişi katılmıştır. Katılımcılara demografik form ve Savunma Biçimleri Testi-40 uygulanmıştır. Katılımcıların yaşı, eğitim düzeyi ve aylık gelir düzeyine göre kullandıkları savunma mekanizmalarındaki puan farklılıkları, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), cinsiyet, medeni durum ve psikolojik rahatsızlığın olup olmadığı *t*-testi aracılığıyla incelenmiştir. Araştırma sonuçlarında katılımcıların savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları araştırmada kullanılan değişkenlere göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bir bütün olarak savunma mekanizmaları içerisinde katılımcıların en sık kullandıkları savunma mekanizması antisipasyon iken; en az kullandıkları savunma mekanizması disosiyasyon olarak bulunmuştur.

Anahtar kelime: savunma biçimleri, savunma mekanizmaları, SBT-40,

ABSTRACT

(AKSU Būşra, Master Degree, İstanbul, 2019)

The Relationship between Psychological Defense Mechanisms and Sociodemographic Variables

This study aimed to examine the relationship between psychological defense styles and defense mechanisms and sociodemographic variables such as gender, age, income, education level, marital status and the presence of a psychological disorder. The sample consisted of 387 people between 15-65 ages from different part of Turkey. Sociodemographic form and Defense Forms Test-40 were applied to the participants. The differences in the points used in the defense mechanisms used by the participants according to age, education level and monthly income level were analyzed through one-way analysis of variance (ANOVA), gender, marital status, and presence of psychological disorders through t-test. In the results of the research, it was found that the defense styles and defense mechanisms of the participants differed according to the variables used in the research. Results of the research, illustrated that among the defense mechanisms as a whole, the most commonly used defense mechanism of the participants was anticipation; while the least defense mechanism is dissociation.

Key words: defense style, defense mechanism, DSQ-40

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ	i
ÖNSÖZ	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER	v
TABLO LİSTESİ	vii
KISALTMALAR VE SEMBOLLER	ix
GİRİŞ	1
1.1 Araştırmanın Önemi ve Amacı	2
1.2 Problem Cümlesi	3
1.3 Alt Problemler	3
1.4 Denenceler	3
1.5 Sınırlılıklar	4
İKİNCİ BÖLÜM	5
2.1 Kavramsal ve Kuramsal Çerçeve	5
2.1.1 Savunma Mekanizmaları: Tanım ve Tarihsel Gelişim Süreci	5
2.1.2 Savunma Mekanizmaları: Genel Özellikler	7
2.1.3 Genel Kabul Gören Savunma Mekanizmaları	10
2.2 Savunma Mekanizmaları İle İlgili Yapılan Araştırmalar	16
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	23
YÖNTEM	23
3.1 Araştırma Deseni	23
3.2 Çalışma Grubu	23
3.3 Veri Toplama Araçları	24
3.4 İşlem	26
3.5 Verilerin Analizi ve Değerlendirilmesi	26
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	29
BULGULAR	29
BEŞİNCİ BÖLÜM	55
TARTIŞMA	55
ALTINCI BÖLÜM	59
SONUÇ VE ÖNERİLER	59

KAYNAKÇA	61
EKLER	67
ÖZGEÇMİŞ	75



TABLO LİSTESİ

Tablo 1 Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan bireylere ilişkin betimsel istatistikler.....	29
Tablo 2 Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan bireyin savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları ortalama ve standart sapma değerleri	30
Tablo 3 Cinsiyete göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem t-testi sonuçları	32
Tablo 4 Cinsiyete göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem <i>t</i> -testi sonuçları	32
Tablo 5 Cinsiyete göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem <i>t</i> -testi sonuçları	33
Tablo 6 Yaşa göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları	34
Tablo 7 Yaşa göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları	36
Tablo 8 Yaşa göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları	37
Tablo 9 Medeni duruma göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem <i>t</i> -testi sonuçları	41
Tablo 10 Medeni duruma göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem <i>t</i> -testi sonuçları	42
Tablo 11 Medeni duruma göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem <i>t</i> -testi sonuçları	43
Tablo 12 Eğitim düzeyine göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları	44
Tablo 13 Eğitim düzeyine göre göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları.....	45
Tablo 14 Eğitim düzeyine göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları.....	46
Tablo 15 Gelir düzeyine göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları	48
Tablo 16 Gelir düzeyine göre göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları.....	49

Tablo 17 Gelir düzeyine göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları.....	50
Tablo 18 Psikolojik rahatsızlık durumuna göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem <i>t</i> -testi sonuçları	52
Tablo 19 Psikolojik rahatsızlık durumuna göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik.....	53
Tablo 20 Psikolojik rahatsızlık durumuna göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem <i>t</i> -testi sonuçları	53



KISALTMALAR VE SEMBOLLER

DSM	: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
SBT-40	: Savunma Biçimleri Testi-40
DFS	: Savunma Fonksiyonu Ölçeği
MMPI	: Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri
SED	: Sosyoekonomik düzey
n	: Örneklem/ gruptaki örneklem sayısı
%	: Yüzdelerik değeri
SS	: Standart sapma
P	: Anlamlılık düzeyi
t	: t değeri
Sd	: Serbestlik derecesi
F	: ANOVA istatistik değeri

GİRİŞ

Biopsikososyal bir varlık olan insan, doğduğu andan itibaren oluşan yeni durumlara ve sorunlara karşı uygun savunma mekanizmaları kullanmaktadır. Birey, biyolojik yapısında meydana gelen değişimlere biyolojik olarak uyum sağladığı gibi iç ve dış nedenlerden kaynaklanan tehdit ve tehlikelere karşı da benlik bütünlüğünü koruma amacıyla kendisindeki ve çevresindeki değişimlere uyum sağlamaktadır. Freud'un geliştirdiği Psikanalitik yaklaşımdan biri olan savunma mekanizmaları bu uyumu kolaylaştırmaktadır.

Bilinç dışı olarak kullanılan psikolojik savunmalar kısa süreçlerde durumla baş etmek için faydalı ve rahatlatıcı mekanizmalardır, ancak çok küçük yaştan itibaren kullanılan ve fayda sağlayan bu savunmalar çok fazla ya da uygun olmayan durumlarda da kullanmaya devam ettiğinde kişiye fayda sağlamak yerine zarar verebilir. Savunma mekanizmaları bebeğin meme alternatifi olarak kullandığı emziğe benzemektedir; bebeği sakinleştirmek ve susturmak için kullanılmakta ancak bebeğin karnını doyurmadığı gibi gerçek sorunu ortadan kaldırmamakta ve geçici iyilik hissi vermektedir. Örneğin diş ağrısını kesen bir ağrı kesici gibi ağrıyı kesmekte ama dişte bulunan enfekte olan sinir dokularını ortadan kaldırmamaktadır.

Bireyin belirli savunma ve savunma grupları kullanması kişinin mizacı, çocukluk travması, ebeveyn tutumları ve kullandıkları savunmaların o durum için işe yararlılığı ile ilgilidir (McWilliams, 2017). Dış güç kaynaklarına ve iç kuvvetlere karşı tepki olarak kullanılan ego savunmaları, birçok kişi tarafından çokça kullanılır. Bu savunmalar bireylerin psikolojik ve fiziksel işlevselliği ile ilişkilidir. Yaşa ve cinsiyet eğilimlerine bağlı olarak değişmektedir (Cramer, 2006; Granieri et.al., 2017; Lobel & Winch, 1986; Petraglia, Bhatia & Drapeau, 2017). Bu bağlamda, ego savunmalarının gelişimsel değişimi ve Türkiye'deki kadınlık erkeklik rolleri dikkate alındığında; ülkemizdeki 15-65 yaş arası kadın ve erkeklerin klinik olmayan ortamda, cinsiyet, yaş, aylık gelir, eğitim düzeyi, medeni durumu ve bir psikolojik rahatsızlığı olup olmama durumlarını içeren demografik değişkenler ile kullandıkları ego savunmaları arasındaki ilişki araştırılmıştır.

1.1 Araştırmanın Önemi ve Amacı

Costa Cramer'in (2006) ifade ettiği gibi savunma mekanizmaları, bireylerin psikopatoloji geliştirme risklerini tanımlama ve anlamayı kolaylaştırması, aynı zamanda psikolojik dayanıklılıkları ile ilgili bilgi elde etmeyi sağladığı gibi kişinin davranışlarının farkında olmadan gerçekte ifade ettiği farklı bir anlamının olduğunu da keşfetme açısından önem taşımaktadır. Savunma mekanizmalarının kullanım sıklıkları bireylerin psikopatoloji geliştirme riskini arttırdığı gibi konu ile ilgili yapılan araştırmalar psikopatoloji ve kişilik bozukluğu ile savunma mekanizmalarının ilişkisini desteklemektedir (Bilge, 2018; Oliveira, Pestana ve Costa, 2016; Çağatay, 2014; D'Abbadie de Nodrest, Sudres, Schmitt ve Yroni, 2018; de Almeida Silva, Louzã, da Silva ve Nakano, 2016; De Page, De Weerd, Egger ve Rossi, 2018; Eventzur ve Hadar, 2019; Granieri ve diğerleri, 2017; Jonason ve diğerleri, 2019; Parekh ve diğerleri, 2010; Recklitis ve diğerleri, 1995; Ribadier, Dorard ve Varescon, 2016). Bireylerin savunma mekanizması kullanımlarıyla ilgili demografik faktörlerin kolayca belirlenebilir olması ve belirlenen değişkenlerin bilinmesi olası risk faktörlerinin gelişimini önleyebileceği düşünülmüştür. Ancak Türk kültüründe cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi, gelir düzeyi ve psikolojik rahatsızlıklarının varlığı/yokluğu değişkenlerini inceleyen sınırlı araştırma bulunmakta ve bulgular tutarsızlık göstermektedir (Bilge, 2018; Çağatay, 2014). Bu nedenle, araştırmadan elde edilecek sonuçlar araştırmacı, psikiyatrist, klinik psikoloji uzmanı ve psikologların, bireylerin sık kullandığı savunma mekanizmalarının ilişkili risk faktörlerini daha iyi anlamalarına yardımcı olacaktır.

Bu araştırmada betimsel araştırma deseni kullanılarak psikolojik savunma mekanizmalarının kullanımında cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi, gelir düzeyi ve psikolojik rahatsızlığın varlığı/yokluğu açısından görülen benzerlik ve farklılıklar betimlenmeye çalışılmıştır. Bu çerçevede ego savunmaları ile ilgili yapılan araştırmalar ışığında cinsiyet, yaş, aylık gelir, eğitim düzeyi, medeni durum ve bir psikolojik rahatsızlığın olup olmaması gibi değişkenler ile kullanılan ego savunmaları arasındaki ilişkinin -Türkiye'de yaşayan bireyler özelinde- araştırılması amaçlanmıştır.

1.2 Problem Cümlesi

Türkiye’de yaşayan bireylerin sık kullandığı savunma mekanizmaları nelerdir ve psikolojik savunma mekanizmalarının kullanım sıklıkları cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim seviyesi, gelir düzeyi ve psikolojik rahatsızlığın varlığı/yokluğuna göre değişmekte midir?

1.3 Alt Problemler

Bu çalışmanın alt problemleri aşağıdaki gibidir:

1. Katılımcıların en çok ve en az kullandıkları savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları nelerdir?
2. Savunma mekanizmaları cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, gelir düzeyi ve psikolojik rahatsızlığın bulunup bulunmaması gibi değişkenler açısından farklılık göstermekte midir?
3. Savunma biçimleri cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, gelir düzeyi ve psikolojik rahatsızlığın bulunup bulunmaması gibi değişkenler açısından farklılık göstermekte midir?

1.4 Denenceler

Bu araştırmanın hipotezleri aşağıdaki gibidir:

1. Cinsiyet değişkenine göre savunma mekanizmalarının kullanım sıklığı farklılaşmaktadır.
2. Yaş değişkenine göre savunma mekanizmalarının kullanım sıklığı farklılaşmaktadır.
3. Medeni durum değişkenine göre savunma mekanizmalarının kullanım sıklığı farklılaşmaktadır.
4. Eğitim durumu değişkenine göre savunma mekanizmalarının kullanım sıklığı farklılaşmaktadır.
5. Gelir düzeyi değişkenine göre savunma mekanizmalarının kullanım sıklığı farklılaşmaktadır.
6. Psikolojik rahatsızlığın bulunup bulunmaması değişkenine göre savunma mekanizmalarının kullanım sıklığı farklılaşmaktadır.

1.5 Sınırlılıklar

Araştırmanın Sınırlılıkları Aşağıdaki gibidir:

1. Bu araştırmada betimsel araştırma deseni kullanıldığından, bulgulara ilişkin neden sonuç ilişkisi bulunamaz
2. Bu araştırmada katılımcıların kullandıkları savunma biçimleri ve savunma mekanizmalarını ölçmek amacıyla öz bildirim tarzı ölçeklerden yararlanılmıştır. Bu nedenle araştırma sonuçları öz bildirim leklerinin kullanılmasından kaynaklanan tüm sınırlılıkları içermektedir.
3. Bu araştırma internet erişimi olan görece Türkiye ortalamasının üstünde eğitim düzeyine sahip olan bireylerle gerçekleştirildiğinden araştırma sonuçlarının farklı örneklemelere genellenebilirliği düşüktür.

İKİNCİ BÖLÜM

2.1 Kavramsal ve Kuramsal Çerçeve

2.1.1 Savunma Mekanizmaları: Tanım ve Tarihsel Gelişim Süreci

“Savunma mekanizmaları” tamlaması dilbilim, eğlence, mizah ve edebiyatta kullanıldığı gibi günlük dilde de kullanılırken, psikoloji alanında bu terim çeşitli insan davranışlarını, düşüncelerini ve psikopatolojilerini açıklamak için kullanılmıştır (Blackman, 2014). İlk olarak Sigmund Freud tarafından ortaya atılan ego savunma mekanizmaları, bireyin stresle baş etmesini sağlayan bilinçdışı kaynaklar olarak tanımlanmıştır (aktaran Parekh, Majeed, Khan, T., Khan, A., & Khalid, 2010).

“Savunma” terimi ilk olarak Freud tarafından; benin, dayanılmayan veya acı veren fantezi ve duygulanımlara karşı direnmesi anlamında 1894’te, “Savunma Psikonevrozları” konulu araştırmada kullanılmıştır. Bir süre bu ismin kullanımı bırakılmış ve “bastırma” sözcüğü onun yerine kullanılmıştır. Ancak 1926’da tekrar savunmanın “benin nevroza dönüşebilecek olan çatışmalarında kullandığı bütün yöntemler için genel bir tanım olduğu” bastırmanın ise “araştırmalarımızın yönü dolayısıyla ilk önce tanıdığımız bu savunma yöntemlerinden birinin adı” olduğu gerekçesi ile savunma kavramının yeniden kullanılmasının yararlı olacağı düşüncesi ile tekrar kullanılmaya başlanmıştır (aktaran A. Freud, 2013).

Freud daha sonraki çalışmalarında da savunma mekanizmalarına vurguda bulunmuştur. “Three Essays on the Theory of Sexuality” adlı kitapta yüceltme ve tepki oluşumu savunmalarını; “Schreber Vakası”nda, yansıtma mekanizmasını, “Instincts and Their Vicissitudes” adlı kitabında pasif saldırganlık ve tersine çevirme süreçlerini; “Introductory Lecture on Psychoanalysis” adlı kitabında gerileme ve saplanma mekanizmalarını; “Mourning and Melancholia” adlı kitabında nesne seçiminin erken dönemi olarak tanımladığı özdeşleşme; “Certain Neurotic Mechanisms in Jealousy, Paranoia and Homosexuality” adlı çalışmasında özdeşleşme ve yansıtma mekanizmalarını; “Inhibitions, Symptoms and Anxiety” adlı kitabında ise yapma-bozma ve yalıtma mekanizmalarını betimlemiştir (aktaran Kalem, 1999). A. Freud, (2013) ise analiz uygulamasında ve kuramında iyi tanınan ve ayrıntılı olarak betimlenmiş olan dokuz savunma yöntemine (bastırma, gerileme, yalıtma, tepki

oluşturma, yapıp bozma, yansıtma, içe yansıtma, yalıtma, kendine yöneltme, tersine çevirme) nevrozdan çok normalligin incelenmesine dahil edilebilecek bir onuncusu ekleyerek, dürtü hedefinin yer değiştirmesi yada yüceltme savunmasını tanımlamıştır.

Freud'un ilk tanımı daha sonra, dış stres kaynaklarına verilen bir tepki olarak kullanıldığı gibi aynı zamanda i glere verilen bir tepki kullanımını içerecek şekilde genişletilmiştir. Çağdaş Psikoanalitik yazarlar, savunma mekanizmalarının kendini kaygı, çatışma, utanç, benlik saygısının ve diğer kabul edilemez duyguların ve olumsuz düşüncelerin kaybı için özel bir işlevi olduğunu vurgulamışlardır (Granieri et. al., 2017).

İnsanın iç dünyasının bilimsel bulgulara indirgenemeyecek kadar karmaşık olduğunu iddia eden Psikoanalitik kuram açısından zihnın hisleri bilincin dışında tutma yöntemi olarak savunma mekanizmaları kişideki belirli savunmaların sürekli işleyişleri olup kişilik tiplerinin tanımlanmasında parmak izi gibi zgn bir tanı etiketidir (Blackman, 2014; McWilliams, 2017; Solms, Turnbull ve Sacks, 2015).

Blackman' in tanımladığı savunma mekanizmaları, hoşa gitmeyen duyguların farkına varılmasını önleyen ve farklı biçimlerde ortaya çıkan zihin işlevleridir. İstemsizce devreye giren savunma mekanizmaları her ne kadar patolojik görünen davranışlar retmeler de beynin i ve dış ortamdaki ani değişiklere uyum sağlamasını ve homeostatik çabasını yansıtılmaktadır (Vaillant, 2011). Tahrik ve dürtülerin bilinçdışına itilmesine yönelik zihinsel operasyonu ifade eden savunma mekanizmaları kavramı, kabul görmeyen dürtülerin bilinçli olarak tanınmamasından kaynaklanan kaygıyı engellemek için bu dürtülerin bilinç düzeyine çıkmasını kontrol etmeye ve düzenlemeye hizmet etmektedir (Granieri, La Marca, Giunta, Guglielmucci & Schimmenti, 2017).

Kendilik psikolojisine göre savunmalar kendiliğin dağılmasını önlemeye yarayan davranışlardır (Klein, 2018). Ego psikologlarından Schafer ise; savunma mekanizmalarını egonun id'e olan karşı yatırımları olarak değerlendirerek, sadece id'in dürtüsel doyum sağlamasını engelleyen karşı gler değil aynı zamanda dürtünün ifade edilmesi olarak tanımlamıştır. Horney savunmaları yanlış anne- baba tutumları ile ilişkilendirirken, Sullivan'a göre kişilerarası ilişkilerdeki bozukluklar sonucu ortaya çıkmaktadır (aktaran Bodur, 1999).

Blackman (2014) bilinç, düşünce içeriğini farkında olmadan unutma yoluyla kapatıyorsa bu bastırma (repression), hisleri kapatıyorsa yalıtma ya da duygulanım yalıtımı, eğer unutmaya çalışıyorsa buna suppression (baskılama) olarak tanımlamaktadır. Mesela, panik atakla mücadele eden kimseler istenmeyen bir kaygı deneyimlemekte ancak bunu farkında olmadan bastırmakta ve sonra neden korktuklarını bilmemektedirler. Depresif duygulanımda ise korkunç bir şey oldu duygusu ve hissi bulunmaktadır. İnsanlar sevdikleri birini kaybettiklerinde duygularını gizler ve günlük işlerine giderler ancak bu huzursuzluk ve uyku sorunlarına neden olmaktadır.

2.1.2 Savunma Mekanizmaları: Genel Özellikler

Savunma mekanizmasının vurguladığı nokta –bireysel ve grupta- kaygı, dehşet, korku ve savunmasızlıktan kaynaklanan çok yoğun/baskın olma durumunda bizi koruyan eminlik ve güvenlik yanılmasını sağlamaktadır. Savunma mekanizmaları ile ilgili ana problem, tehdit ya da stres kaynaklarından kurtularak yapıcı eylemden bizi uzak tutmasıdır. Savunma mekanizmaları, travma mağdurlarında görülen davranışlara benzemektedir (Bloom & Farragher, 2010). İnsanlar çok fazla savunma kullanmakta ve bu savunmalar genellikle kaygı, güncel sorunlar, semptomlar ya da diğer güçlüklerle ilgili yaşanan çatışmalarla ilgilidir. Bu yüzden bu savunmalar, kişinin kimliği ile ilgili değil, semptomla ilgili savunmalardır (Petraglia et. al., 2017).

Freud'un değerlendirmesine göre savunmalar, dinamik ve değiştirilebilir özelliktedir; kaygı verici olaylara uyumu kolaylaştırması yönüyle bireyin duygu durumunu bilinçdışı olarak düzenlediği gibi patolojik de olabilmektedir (Sadock ve Sadock, 2000). Savunmalar kaygı ve hoşnutsuzluğu gidermekte, dürtünün kontrol altına alınması ile içinde bulunulan koşullara uyum sağlamasını mümkün kılmaktadır. Ayrıca bireyin dürtüsel doyuma ulaşmasını sağlayarak id, üstben ve çevresel koşullara uyum sağlamasıyla kullanılan savunmalar amacına ulaşmakta ve ben zarar görmeden kendini korumaktadır. Ego savunmalarından bazıları duygulanım ve dürtülere daha fazla egemen olurken bazıları daha az egemen olmaktadır. Yüceltme gibi üstben varlığında ortaya çıkan savunmanın yalıtma, kendine döndürme gibi dürtü süreçlerinden daha sonra ortaya çıkmaktadır. Ancak, yalıtma, yapıp bozma, gerileme, karşıtına çevirme ve kendine yöneltme savunmaları arasında sıralama yapılabilecek ölçütler söz konusu değildir. Fakat küçük çocuklarda ortaya çıkan en erken dürtünün kişinin kendisine

yöneltmesi mekanizmasından kaynaklanan gerçek mazoşizm görüngülerine erken çocuklukta hemen hemen hiç rastlanmamaktadır. Bu nedenle bireyin üst beninin gerçekte ne zaman oluştuğu konusundaki tartışmalı durum mekanizmaları gelişimsel olarak sınıflandırmak şimdiki çalışmalar ışığında mümkün olmamaktadır (A. Freud, 2013).

Psikanaliz, cinsel yaşamın ilk birinci yılda başlayıp cinsel örgütlenmelerin tamamlandığı genital dönem öncesinde tamamlandığını varsaydığından ben-dürtü çatışmalarını ve ruhsal olayları ergenlik öncesi gizil dönemde oluşan karaktere bağlı olarak açıklamaktadır. Bu nedenle ergenlik çağının psikolojik sorunlarına çok az değinmiştir. Bununla birlikte, ergenlik döneminde, libidonun artması ile bilinç dışında kalan fantezi ve dürtüsel süreçler bilinçte gözlemlenir hale gelir ve gizil dönemin ya da yetişkinliğin yerleşmiş ben mekanizmaları ciddi karakter bozukluklarına yol açacak düzeyde abartılı olabilmektedir (A. Freud, 2013).

Savunma mekanizmaları hakkındaki 3 kuramsal varsayım vurgu yapan araştırmacı Cramer, (2015, s. 201) deneysel olarak, stresin savunma kullanımını artırdığı, savunma kullanımlarının çocukları psikolojik sıkıntıdan koruduğu ve yaş ile uyumlu olmayan savunma mekanizmalarının aşırı kullanılması yetişkin, ergen ve geç çocukluk ile ilgili psikopatolojiden kaynaklandığını savunmaktadır. İleriki yaşlarda kullanılan immatür savunma mekanizmaları regresyon, bireyin matür savunma formlarını geliştirmedeki başarısızlığı veya savunma mekanizmasının erken dönemdeki fiksasyonu sonucu ortaya çıkabilmektedir. Bu teoriye göre ruhsal bozukluğu olan 3 yaşındaki bir çocuk, o yaşı için uygun bir savunma olan inkârı çok fazla kullanması durumunda, 20 yıl sonra aynı şartlarla yüzleştğinde tekrar pek uygun olmasa da inkâr mekanizmasını kullanmaya devam etmektedir.

Savunma mekanizmaları gelişim süreçleri, psikopatolojik durumlar ve kişilik bozukluklarına göre çeşitli şekillerde sınıflandırılmışlardır. İnkâr, İçe atım ve yansıtma gibi savunmalar oral dönem dürtüleri; karşıt tepki geliştirme savunması anal dönem ile ilişkilendirilmiştir. Normal gelişim sürecinde represyon (bastırma) ve entelektüelleştirme savunmaları immatür savunmalar olarak kabul edilmekle birlikte bazı durumlarda ergenlik öncesi dönem yetişkinlik yaşamı boyunca sürdürülebilme ve yetişkin kimliğine çocuk rolü kazandırılmaktadır. Psikopatolojik durumlara göre

sınıflandırıldığında; histerik hastalarda represyon savunması; obsessif-kompulsif hastalarda karşıt tepki oluşturma, yapma-bozma, duygusal yalıtma ve entelektüelleştirme savunmaları; şizofrenik hastalarda egonun belirgin bir şekilde düşünce ve duygulanım kontrolündeki otistik fantezi; psikozu bulunan hastalarda inkâr, çarpıtma ve yansıtma savunmaları bulunmaktadır. Kişilik bozukluklarına göre yapılan sınıflandırmalar incelendiğinde, paranoid kişilik bozukluğuna sahip bireylerde yansıtma, bölünme ve yansıtmsalı özdeşim; şizoid ve şizotipal kişilik bozukluklarında otistik fantezi; borderline kişilik bozukluğu hastaları bölünme, yansıtımlı özdeşim, ilkel idealizasyon, inkâr ve değersizleştirme savunmalarını kullanmaktadır (Sadock ve Sadock, 2000).

Savunma mekanizmaları, bireyin çatışma ve stresle nasıl başa çıktığının bir yansıması olduğundan, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, [DSM]) tarafından belirlenen 20 savunma mekanizması dört olgun (yüceltme, mizah, antisipasyon ve baskılama), dört nevrotik (geri alma, sözde özgecilik, idealizasyon, reaksiyon oluşumu) ve on iki olgunlaşmamışlık (izdüşüm, pasif saldırganlık, oyunculuk, yalıtma, devalüasyon, otistik fantezi, inkâr, yer değiştirme, ayrılma, ayrılma, rasyonalizasyon ve somatizasyon) savunma biçimleri şeklinde üç boyutta toplamıştır (American Psychiatric Association & Work Group to Revise DSM-III, 1987). Vaillant (2011), ise ego savunmalarını hiyerarşik olarak 4 seviyede açıklamıştır. Bunlardan ilk seviye Travma Sonrası Stres bozukluğunda yaygın olan ve sanrısız izdüşüm, psikotik inkâr ve psikotik bozulma savunmalarını içeren Psikotik savunmadır. Diğer 3 ü ise bu araştırmada temel alınan olgun olmayan, nevrotik ve olgun savunmalar ile benzerlik göstermektedir.

Vaillant'ın (2011) önerdiği Savunma Hiyerarşisinde, olgun savunma mekanizmaları daha adaptif ve sağlık ile ilişkili iken, bunun aksine olgunlaşmamış savunmalar yetişkin işlevleri ile negatif olarak ilişkilidir. Savunmalar hem duygusal hem de bilişsel uyumsuzluğun üzücü etkilerini hafifleten, bilinçdışı, birbirinden ayrı, taklit ettikleri psikolojik ve fizyolojik semptomlara rağmen dinamik, geri dönüşümlü ve kişinin kendinden çok gözlemcilerle garip görünmektedir. Nevrotik savunma mekanizmaları, olgunlaşmamış savunmalara kıyasla, yüksek düzeyde sıkıntı ve bozulma ile korele olmasına rağmen, çatışmaların bilişsel ve duyuşsal farkındalıklarında koruyucu olarak görülmüştür (Battista, 1982).

Savunmaları his, düşünce bazen her ikisinin bilincinin kapandığı mental bir operasyon (işlem) olarak tanımlayan Blackman' e (2014) göre adaptif ve maladaptif savunma mekanizmalarının üç farklı kullanım şekli bulunmaktadır. Bu kullanımlar; gerçek bir olay ya da iç çatışmadan meydana gelen duygulanım olağan dışı şiddette olması, kişinin güçlü duygulanımlara karşı koyma gücünün zayıf olması ve duygulanımlar, cinsel baskılama ve fobi gibi sembolik çatışmalarda kullanılması durumlarıdır.

2.1.3 Genel Kabul Gören Savunma Mekanizmaları

Bu bölümde Savunma Biçimleri Testi-40 (SBT-40)' da ölçülen savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları tanımlanmıştır (American Psychiatric Association ve Work Group DSM-III-R, 1987; A. Freud, 2013; S. Freud, 2015; Granieri ve diğerleri, 2017; Jerome S. Blackman, 2014; Klein, 2018; McWilliams, 2010; Nasio, 2006; Sadock B. ve Sadock V., 2000; Vaillant, 2000, 2011).

2.1.3.1 Olgun savunmalar

Olgun savunmalar, özgecilik, yüceltme, baskılama (suppression) ve mizah savunmalarından oluşmaktadır. Bu savunmalar, yaşam doyumunu artırmaya, duygu ve düşüncelerin bilince çıkararak farkındalıklı yaşam sağlamaktadır. Olgun savunmaların kullanımı, yaşla ve kişilik gelişimi ile birlikte sürekli gelişim halindedir. Olgun yetişkindeki bu savunmalar sağlıklı ve uyum sağlayıcı olmakla birlikte hayat boyu devam etmektedir.

a. Yüceltme: Freud'a göre yüceltme, düşlemde gerçekleştirilen bir savunmadır ve itkinin esneklik kapasitesi iken; Lacan'a göre, itkinin bastırma olmaksızın tatmin edilmesi şeklindedir. Biyolojik temelli itkilerin, sosyal açıdan değerli biçimlerde dışa vurum biçimidir. İnsan organizmasına ve onun doğuştan gelen ilkel arzularını yok etmeyi içermediğinden ego gelişiminin doruk noktası olarak tanımlanmıştır.

b. Mizah: Acı verici duygulardan uzaklaşmak için kullanılan şakalaşmaları içermektedir. Kişi üzüntüsünü düşünmemek için her şeyle dalga geçmektedir. Bu savunma mekanizması her zaman savunmacı olmamakla birlikte bazen haz üretmek için kasten kullanılmaktadır.

c. Antisipasyon: SBT-40 (Yılmaz, Gençöz ve Ak, 2007) ölçeğinde “beklenti” olarak Türkçe’ ye tercümesi yapılmıştır. Ancak bu çalışmada, beklenti kelimesinin Türkçe anlamı “anticipation” kelimesini tam olarak karşılamadığı gerekçesi ile “antisipasyon” savunma mekanizması olarak kullanılmıştır. Antisipasyon savunması, gelecekteki hedeflere ulaşmayı öngörerek ve planlayarak acil bir memnuniyet erteleme olarak tanımlanmaktadır. Gelecekteki tehlikeyi bilişsel olarak algılama kapasitesinin dışında aynı zamanda çatışmaları küçük adımlarla çözebilme becerisidir.

d. Baskılama (supression): Bastırma, üst düzey olarak adlandırılan savunmaların en temelidir. Bastırmanın esası bir şeyi bilinçten uzaklaştırmakta ve belli bir mesafede tutmakta yatar. Bir fikir veya duygu veya algının, sıkıntı verme gücünden dolayı bilinç düzeyinde ulaşılamaz hale geldiğine ilişkin kanıt varsa ancak bu savunmanın işlemekte olduğunu varsayabiliriz Bastırma hazzsızlık duygusunu ve kaygı oluşumunu engeller. Dış bir uyaran söz konusu olsaydı, açıkça en uygun çare kaçmak olurdu. Bir güzdü söz konusu olduğunda kaçmak işe yaramaz çünkü Ben kendisinden kaçamaz.

2.1.3.2 Nevrotik Savunmalar

Nevrotik savunmalar, yapma-bozma, psödo altruizm, idealleştirme ve karşıt tepki oluşturma savunmalarından oluşmaktadır. Bu savunmalar tehdit edici fikirleri, duyguları, hatıraları, istekleri veya korkuları bilinçdışı tutmaya yardımcı olmakta iken; klinik olarak, fobiler, zorlamalar, somatizasyonlar ve amnezilerle kendini göstermektedir. Nevrotik savunmaların kullanımları uygun psikoterapi teknikleri ile düzeltilmektedir.

a. Yapma-bozma: Kişinin sembolik olarak önceki düşünce, duygu veya eylemlerini telafi etmek ya da olumsuzlaştırmak amacıyla yeni bir davranışta bulunmasıdır. Genellikle, suçluluk veya utanç gibi duygulanımları, sihirli şekilde silecek tutum veya davranışla, karşı dengeleme için harcanan bilinçdışı çabadır. Yapıp-bozmayı kullanan kişiler yaşadıkları utanç veya suçluluk duygularının cezasını çekme arzularını bilinçli olarak sahiplenemediklerinde kullanılmaktadırlar. Evrensel bir insan itkisi olan, düşünce düzeyinde işlenmiş olanlar da dâhil olmak üzere, her türlü günahın veya suçun kefareti ödeme çabasıdır. Bu nedenle birçok dinsel ritüelde bir yapıp-bozma işlemi

bulunmaktadır. Mesela çocukken kazayla küçük kuzenini öldüren birinin, hayatının geri kalanını sosyal hizmetlere adanması bu savunma için iyi bir örnek olmaktadır.

b. Psödo altruizm (Özgecilik): Özgecilik, arzuların cezalandırılma tehdidi karşısında olumlu bağlanmaların kurulmasını ve insan ilişkilerinin pekiştirilmesini sağlayarak dürtüsel itkilerin başkalarının yararına kullanılmasıdır. Freud özgecilik savunma mekanizmasını patolojik ve normal olarak iki farklı grupta incelemektedir. Patolojik özgecilik, kişinin kendi oral güdülerinden dolayı duyduğu suçluluğu azaltmak amacıyla, kendi güdülerini yok sayarak ihtiyaç sahiplerine yardımcı olması iken, normal özgeciliğe, üst benliğin paylaşma ve cömertlikle ilgili değerleri ile uyumlu bir birleşim söz konusu olmaktadır.

c. İdealleştirme: Gerçekte doğru olmadığı halde, birinin mükemmel olduğuna olan inançtır. Kişi, hayal kırıklarından kaçınmak, yetersizlik karşısında duyulan utancı gidermek ve aktarım nedenleriyle bu savunmayı kullanırlar. Bazı kişilerde, idealize etme ihtiyacı bebeklikten bu yana nispeten bir değişime uğramamakta, içsel dehşet duygusuna karşı koymaya yönelik arkaik ve yoğun çabaların varlıklarını sürdürmektedirler. İdealizasyonun ve bununla ilişkili mükemmellik inancının bir yan ürünü olan kendilikteki kusurlar, idealize edilen bir nesneyle iç içe geçmesiyle onarılmaktadır. Kişi ne kadar bağımlıysa veya bağımlı hissediyorsa, idealize etme eğilimi de o kadar güçlüdür. Bununla birlikte, duygusal açıdan güvendiğimiz kişilere özel bir değer ve güç atfetme ihtiyacı tüm bireylerde bulunmaktadır ve normal idealizasyon olgun sevginin temel unsurudur.

d. Karşıt tepki geliştirme: İnsan organizmasının bir duygu, düşünce veya durumu daha az tehdit edici hale getirmek için o şeyi tam zıddına döndürme yeteneğini kullanmasıdır. Psikanalitik varsayımda karşıt-tepki oluşturma, çift-değerlilik durumunu inkâr etmeye hizmet etmektedir. Kişi bu savunmada davrandığının tam tersini hissetmektedir. Karşıt tepki geliştirmenin en iyi örnekleri mükemmeliyetçilik, aşırı dakiklik ve cimriliktir. Bu kişilikteki insanlar genellikle bilinçdışı isyankâr dürtüler (kabalık), oral bağımlı arzular (tembellik ve açgözlülük) ve sert öz eleştiri (asabiyet) beslemektedir, genellikle o kadar iyilerdir ki, kızgın olduklarını söyleyememektedirler. Aksine karşıt tepki geliştirmek onların sırasıyla son derece nazik ve dakik; iş kolik ve eli sıkı; aşırı sakin davranmalarına neden olmaktadır.

2.1.3.3 İmmatür Savunmalar

İmmatür savunmalar; yansıtma, pasif saldırganlık, dışa vurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, inkâr, yer değiştirme, dissosiyasyon, bölünme, rasyonalizasyon ve bedenselleştirme savunmalarından oluşmaktadır. Görece uyumsuz kabul edilen bu savunmalar, ergenlerde, madde bağımlılarında, kişilik bozukluklarında ve beyin hasarında yaygındır. İlkel savunmalar olarak da bilinen immatür savunmalar ego veya süperego ile id arasındaki içsel sınırlarla ilgilidir. Bilişsel, duygulanımsal ve davranışsal boyutları iç içe, kişinin tüm sinir sisteminde kapsamlı ve ayrılaşmamış bir şekilde işlemektedir. Dil-öncesi, gerçeklik ilkesi öncesi ve nesne-sabitliği-öncesi süreçlere ilişkin belirtiler göstermektedir.

a. Yansıtma: Kabul edilemez duygu, dürtü veya arzuların, başka bir insana (onun zihinsel temsiline) atfedilerek söz konusu kişiye bakışın çarpıtılmasıdır. Yansıtma, içsel olanın, dışsal kaynaklardan geliyor olarak yanlış anlaşıldığı bir süreçtir. Selim ve olgun biçimlerinde kullanıldığında empatinin temeli olarak kabul edilmektedir. Başkalarının zihninin içine girmek mümkün olmadığından, bir kişinin öznel dünyasını anlamak için kişi, kendi yaşantısını yansıtma yeteneğini kullanmaktadır.

b. Pasif saldırganlık: Kendine saldırma davranışıdır. Bu savunmayı kullanan bireyler başkalarına hiddet duymak yerine hiddetlerini kendilerine yöneltmektedirler. Kendine-karşı-döndürme süreci, kişi olup bitenleri değiştirme gücüne sahip olmadığı durumlarda varlığını sürdürmesine yönelik gerçek bir tehdidi tanıyıp kabul etmesine göre duygusal açıdan daha tercih edilir bir deneyim olmaktadır. Olumsuz nitelikleri inkâr etmeye veya yansıtma yönelik eğilimlerin farkında olup bunlara kapılmayan nispeten daha sağlıklı kişilerin kullandığı bir savunmadır. Bu kişiler, bir sorunun başkasının hatası olduğunu düşünmekten çok kendi hataları olduğunu düşünme yönünde yanılmayı tercih etmektedirler.

c. Dışa vurma: Bilinçdışı kaygılı olan kişi, ne kadar olumsuz olursa olsun korkutucu senaryoları eyleme canlandırmakta, çaresizlik ve korunmasızlık duygusunu, etkili ve güçlü olma deneyimine dönüştürmektedir. Böylece edilgin olan etken olana döndürülmüş olmaktadır. Edilgenden etkenliğe geçme davranışını kullanan bireyler, kurban olmaktan korktuklarından ya bunun zamanlamasını kontrol edebilmek amacıyla

ya da beklemeye tahammül edemediklerinden, bekleme gerilimini azaltmak amacıyla savunmacı biçimde eyleme geçmekte ve kendilerini kurban haline getirmektedirler.

d. Yalıtma: Psikanalitik yaklaşımda, yalıtma; en ilkel düşünsel savunmadır. Herhangi bir durumun, fikrin veya olayın kişisel ve derin anlam ve sonuçlarını bilinçdışına gönderen düşünselleştirme, akılcılaştırma ve ahlaksallaştırma gibi mekanizmalardaki psikolojik işleyişin temel birimidir. Başka bir ifadeyle, duygulanımların yarattığı duyguları bilmeden bilinçli farkındalık sahasından uzaklaştırmaktır.

e. Değersizleştirme: McWilliams'ın (2010) “*ilkel değersizleştirme*” olarak ifade ettiği bu savunma idealize etme ihtiyacının diğer yüzüdür. İnsan hayatında hiçbir şey mükemmel olmadığından, arkaik idealizasyon biçimlerinin akıbeti hayal kırıklığı ile sonuçlanmaktadır. Bu nedenle idealize edilen nesne sonunda değersizleştirilmeye maruz kalmaktadır. Klein (2018) değersizleştirmeyi, hasede karşı bir savunma olarak tanımaktadır. Böylece nesne değersizleştirildiğinde, haset duyulacak bir nesne olmaktan çıkmaktadır. Bazen de depresif tiplere özgü benliğin değersizleştirilmesi söz konusu olmaktadır. Kişi, kendi yeteneklerini değersizleştirdiğinde hem hasedi yadsımış olur hem de haset duymalarından ötürü kendilerini cezalandırmış olurlar

f. Otistik fantezi/ilkel geri çekilme: “Otistik fantezi” terimi kişisel ilişkiden kaçınma yönündeki genel eğilimin özel biçimine gönderme yapmaktadır. En belirgin dezavantajı kişiyi kişilerarası sorun çözme süreçlerine aktif katılımdan uzaklaştırması iken; başlıca avantajı ise, gerçeklikten psikolojik bir kaçıışı içerse de gerçekliği çarpıtmayı çok az düzeyde gerektirmesidir. Geri-çekilmeyi kullanan kişiler kendilerini, dünyayı yanlış anlayarak değil dünyadan çekilerek teskin etmektedirler.

g. İnkâr: Aklın gerçekle ilgilenmemesi durumudur. Aslında, inkâr savunmasını kullanan kişi savunmacı olmadıkları durumda gerçeği görebilmektedirler. A. Freud' a (2013) göre inkâr savunmasının “Özünde inkâr”, “Davranışla inkâr”, “Hayalde inkâr” ve “Sözle inkâr” olmak üzere dört altkümesi bulunmaktadır. Kişi, inkâr mekanizmasını kullanarak, gerçekçi açıdan en işe yarar ve hatta kahramanca eylemleri gerçekleştirebilmektedir. İnkârı temel savunma olarak kullanan kişiler, karakter yapısı açısından maniktirler ve her şeyin her zaman iyi ve yolunda olduğunda ısrar etmektedirler.

h. Yer değiştirme: Birine karşı beslenen herhangi bir hissi bir başkasında deneyimlemektir. Bir başka deyişle; bir dürtü, duygu, düşünce veya davranışın, ilerlediği ilk yönün bazı nedenler sonucu kaygıya yol açıcı olmasından dolayı, ilk veya doğal nesnesinden başka bir nesneye tekrar-yönlendirilmesi anlamına gelir. Yer-değiştirme, saldırgan enerjinin yaratıcı etkinliğine yöneltilmesi ve erotik itkilerin imkânsız veya yasak cinsel nesnelere uygun bir eşe yeniden yönlendirilmesi ile olgun biçimde kullanılmaktadır.

ı. Disosiyasyon: Kişinin gerçek kimlik, dürtü güduları, suçluluk tepkileri, anılar ve savunmalar gibi belli yönlerinin farkında olmaması durumudur. Disosiyasyon halinde özne, kendi deneyimini, bir başkasının verdiği anlam üzerinden inşa etmektedir. Dayanılmaz koşullar altındayken dissosiyeye olan kişi acı, dehşet, ürküntü duyguları ve ölümünün yakın olduğu düşüncesiyle gerçekle olan bağlantısını kesmektedir. Dissosiyasyon, travmaya verilmiş ‘normal’ bir tepkidir; ancak kişinin hayatının gerçekten risk altında olmadığı durumlarda kullanıldığında bireyin tutarsız söz ve davranışlarından dolayı kişilerarası ilişkiler açısından ağır bedel ödemektedirler.

j. Bölünme: Bölünme savunması ilk olarak analist Klein tarafından tanımlanmıştır. Bölünme, tutarsız nesne temsillerini birbirinden ayırmaya yarayan bilinç dışı bir süreçtir. Bölünme besleyen ve büyüten annelik algısının, bakım vermeyen ve kabul görmeyen anne algısından ayrılmasını sağlaması nedeniyle mühim bir duygusal süreçtir. Bu savunma ile gelişen çocuk iyi-kötü, sevgi-nefret, haz-ıstırap gibi birbirinin zıddı olan duyguları birbirinden ayırt etme becerisini kazanmaktadır Kişi, deneyimlerini belirsizlik ve çift-değerlilik olasılıklarına hiç yer vermeyecek şekilde tamamen-iyi ve tamamen-kötü kategorilerine ayırmaktadır. Bölünme mekanizması, kaygıyı azaltmaya ve özsaygıyı sürdürmeye yönelik savunma işlevlerinde oldukça etkili olsa da her zaman çarpıtmayı içermesi yönüyle tehlikelidir. Psikoz veya borderline kendilik bozukluğundan mustarip kişiler, bazı insanları hepten bazılarını da hepten sevgi dolu olarak görme eğiliminde olmaktadır.

k. Rasyonalizasyon: Kabul edilemez tutum, inanç ve davranışları haklı çıkarmak için aşırı mantıklı olmasa da bulunan bahanelerdir. Savunma amaçlı otonom bir ego işlevinin (zekâ) kullanılmasıdır. Duyumların bilinç düzeyine taşınmasına engel olarak yalıtma savunmasına yardımcı olur ve kişinin hisleri ile yüzlemesini engeller.

Rasyonalizasyon, istenilen bir şey elde edilemediğinde ve geriye bakıp aslında o şeyin o kadar da arzu edilebilir bir şey olmadığı sonucuna varıldığında veya kötü bir şey olduğunda ve bunun o kadar da kötü bir şey olmadığına karar verildiği durumlarda kullanılır. Zeki ve yaratıcı kişiler akılcılaştırmayı kullanmakta genellikle daha beceriklidirler. Bu savunma, kişinin zor bir durumundan en az kırılmayı yaşayarak çıkmasına imkân sağladığında selim şekilde işlemektedir.

1. Bedenselleştirme: Birey, oral, cinsel veya düşmanca dürtülerle olan çatışmalardan kaçınmak için soyut düşünceye başvurmak yerine, sorunların somut ve fiziksel bir neden ile açıklanabilmesi amacıyla bedene odaklanmaktadır. Tanısı konabilen belirli bir hastalığı olmayan birçok kişi, kendisini fiziksel yönden çok kötü hissedebilmekte ve yataklarından çıkmayabilmektedirler. Bu süreç asla bilinçli değildir ve hem gerilemiş durumdaki kişinin hem de onunla ilişki içinde olanların birçok sıkıntı yaşamalarına yol açabilir. Gerilemenin bu biçimi bedenleştirme olarak bilinir ve genellikle değişime dirençlidir.

2.2 Savunma Mekanizmaları İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları üzerinde yapılan çalışmalar incelendiğinde araştırmaların genellikle psikopatolojik rahatsızlıklar, kişilik bozuklukları, bağlanma şekilleri, akademik performans, öğrencilerin anksiyete düzeyleri ve benlik saygısı ile olan ilişkileri üzerine olduğu, çok azının ise yaş cinsiyet ve maddi gelir ile ilişkilendirildiği bulunmuştur.

Müzik terapisinin dirençli depresyon ve bipolar bozukluğu olan hastalarda dikkat, savunma mekanizmaları, depresif durumlar, aleksitimi ve vücut bozulması üzerindeki etkisini araştıran bir ön-test/son-test çalışmasında, müzik terapısından sonra yapılan savunma biçimleri ve diğer iyileşme seviyelerinde olumlu değişiklik olduğu bulunmuştur (D'Abbadie de Nodrest, Sudres, Schmitt ve Yroni, 2018). Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan yetişkinlerle yapılan psikodinamik değerlendirme çalışmasında, katılımcıların % 84,4'ünün nesne ilişkileri patolojileri ve savunma biçimleri arasında olgunlaşmamış ve nevrotik savunmalardan daha sık yararlandıkları tespit edilmiştir (de Almeida Silva, Louzã, da Silva ve Nakano, 2016). Menopoz öncesi Portekizli kadınların düşük cinsel arzuları ile ilgili yapılan araştırmada,

kadındaki testesteron miktarı ile aleksitimi, romantik ilişki durumları ve uyumsuz savunma mekanizmaları arasındaki ilişki incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre testesteron hormonu yüksek olan kadınlarda daha düşük düzeyde aleksitimi görülürken daha düşük düzeyde uygunsuz savunmalar kullandıkları bulunmuştur (Costa, Oliveira, Pestana, Costa ve Oliveira, 2019).

Savunma mekanizmalarının bağlanma stilleri ile olan ilişkisi klinik olmayan üniversite öğrencileri üzerinde incelemiştir. Bu araştırma sonuçları kaygılı bağlanma, kaçınan bağlanma ve karışık bağlanma boyutlarının hepsini içeren güvensiz bağlanma biçimleri ile immatur savunmaların doğru orantılı olduğu, matur savunmaların da doğrudan güvenli bağlanma ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Güvensiz bağlanmış bireylerin bölünme ve baskılama savunmalarını, kaygılı bağlanmış bireylerin ise yansıtma ve fantezi savunmalarını daha sık kullandıkları ortaya koyulmuştur (Prunas, Di Pierro, Huemer ve Tagini, 2019). Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmatik yaşam düzeyi, bağlanma stilleri ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişki incelenmiştir. Travma düzeyi ile immatur savunma mekanizmaları arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunurken, nevrotik savunma mekanizmaları arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Korkulu bağlanma stilleri ile nevrotik savunma biçimleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülürken, saplantılı bağlanma stili ile nevrotik ve immatür savunma mekanizmaları arasında anlamlı bir ilişki görülmüştür. Araştırmada yaş değişkenine göre 26-33 yaş döneminde immatür savunmalar daha fazla kullanılırken, 22-25 yaş döneminde pasif agresyon, yansıtma, dissosiyasyon, mantıksallaştırma, otistik fantezi ve idealleştirme mekanizmalarını içeren nevrotik savunmalar kullanılmıştır. 18-21 yaş dönemlerinde ise dışa vurma, değersizleştirme ve bölme mekanizmalarını içeren immatür savunmalar diğer yaş dönemlerine göre daha fazla kullanıldığı tespit edilmiştir. (Çağatay, 2014). Üniversite öğrencilerinin savunma biçimlerinin dini başa çıkma becerisi ile ilişkisi incelendiğinde ise olumlu dini başa çıkma biçimlerinin matur savunmaları, olumsuz başa çıkma stratejileri ise immatur savunma biçimleri ile pozitif korelasyon içinde oldukları bulunmuştur (Prout, Gottdiener, Camargo ve Murphy, 2018).

Savunma biçimleri ve Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanterinin (MMPI) uygulandığı bireylerin kişilik ve psikopatoloji ile kullandıkları savunma biçimleri karşılaştırılması sonucu immatur savunma biçimlerinin içe dönüş ve demoralizasyon

patolojileri ile ilişkili iken dışa vurma patolojileri ile ilişkisinin olmadığı bulunmuştur. Bununla birlikte, kişilik özellikleri ve immatur savunmalar arasında ayırt edici bir ilişki bulunamamıştır (De Page, De Weerd, Egger ve Rossi, 2018). Alkol kullanım bozukluğu olan kadınlarla yapılan çalışmada kişilik özellikleri ve savunma biçimleri karşılaştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre katılımcıların kişilik özellikleri dikkate alındığında nevrotik özellikler yüksek çıkarken, matür savunma biçimlerinden antisipasyon, mizah düşük, sadece nevrotik savunmalardan idealizasyon yüksek puanlıdır. Yansıtma, pasif agresyon, inkâr ve somatizasyon gibi immatür savunmalarının puanları yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte savunma biçimleri ve kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki kurulamamıştır (Ribadier, Dorard ve Varescon, 2016). Savunma biçimleri ve belirli savunmaların DSM 5' teki kişilik bozukluklarının birbiri ile olan ilişkisi ve hangi savunmaların hangi kişilik bozukluklarını öngöreceğini tespit etmek amacıyla kadın ve erkek katılımcılarla yapılan bir çalışmada pasif agresyon savunması tüm kişilik bozuklukları; yansıtma, otistik fantezi, bölünme ve somatizasyon ise şizoid bozukluk dışındaki tüm kişilik bozuklukları ile pozitif korelasyon göstermiştir. Nevrotik savunma grupları sadece şizoid kişilik bozukluğu ile negatif korelasyon gösterirken; yer değiştirme savunması paranoid kişilik bozuklukla negatif, bağımlı kişilik bozukluğu ile pozitif; idealizasyon savunması şizoid kişilik bozukluğu ile pozitif, psödo-alturizm ile negatif korelasyon göstermiştir. Matür savunmalar incelendiğinde ise, mizah şizotipal kişilik bozukluğu ile pozitif, şizoid kişilik bozukluğu ile negatif; yüceltme narsistik kişilik bozukluğu ile pozitif, şizoid kişilik bozukluğu ile negatif; antisipasyon narsistik ve histiriyonik kişilik bozukluğu ile pozitif, şizoid bozukluk ile negatif korelasyon göstermiştir. Son olarak baskılama savunması paranoid ve kaçınan kişilik bozuklukları ile negatif korelasyon göstermiştir (Bilge, 2018). Savunma mekanizmaları ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi araştıran bir başka çalışmada savunma modellerinin kişilik ve kişilik bozukluklarının temel bileşenlerini temsil ettiğini ve olgunlaşmamış savunmaların daha fazla kullanılmasının ve olgun savunmanın daha az kullanılmasının kişilik gelişimi üzerinde olumsuz etkisi olduğu gösterilmiştir (Granieri ve diğerleri, 2017). Doğrudan fiziksel zarar veren bir failin psikolojik özellikleri psikanalitik temelli bir çalışma ile araştırılıyor. Bu çalışmada, yüceltme kavramını ve az gelişmiş saldırganlığın yüceltilmesi fikrinin toplumun normalleştirdiği saldırganlık davranışında bulunan kişinin karmaşık

psikolojisinin anlaşılmasındaki katkısı araştırılıyor. Saldırganlığın sosyal kabul gören yanlarının, yıkıcı yönlerine rağmen sosyal gerçekliği, bireysel zihnin psikanalitik anlayışı dışında ve özellikle de yüceltme mekanizmasının tanımı dışında bırakma arzusu mümkün değilken, tarihsel değişimlere maruz kalan sosyal kabul desteğine dayanan şiddet mekanizmasının yüceltilmesinin belirsiz doğasının bir göstergesidir (Even-tzur ve Hadar, 2019). Ergen ve yetişkin psikiyatrik hastalıkları ve kişilik bozukluğu olan kişiler ile yapılan çalışmalarda savunma mekanizmaları ile cinsiyet arasında bir korelasyon olmazken psikopatolojiler ve kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur (Jonason, Fletcher ve Hashmani, 2019; Recklitis, Yap ve Noam, 1995).

Harvard Üniversitesi'nde, Yetişkin Gelişimi Çalışmasında üç farklı grup ergenden oluşan bir kohort çalışması yapılmıştır. Araştırma, kan pıhtılaşma mekanizmalarına benzer şekilde, savunma seçiminin ebeveyn sosyal sınıfı, IQ ve eğitimden nispeten etkilenmediğini göstermektedir. Bununla birlikte, savunma mekanizmasının olgunluğu, başarılı yaşlanma ve yüksek gelir öngördüğünü göstermektedir (Vaillant, 2011). Tıp öğrencileri üzerinde ego savunma kümelerini ve bunların akademik performans ve zihinsel sağlık sonuçları ile ilişkisini araştıran bir çalışmada, başarılı öğrencilerin, diğer öğrencilere göre daha fazla matür ve nevrotik savunmalar kullandıkları ve daha düşük depresif belirtiler ve anksiyete seviyesine sahip oldukları ortaya koyulmuştur. Yüksek başarıları tıp öğrencileri, yüceltme, mizah, antisipasyon, bastırma, psödo altuizm, idealleşme, reaksiyon oluşumu, otistik fantezi, inkâr ve rasyonelizasyon üzerine daha yüksek puan almıştır (Waqas, Naveed, Aedma, Tariq ve Afzaal, 2018). Okuldaki öğrencilerin akademik performansları ile savunma mekanizmaları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada öğrencilerin akademik performansları, savunma mekanizmaları ve entelektüel gelişimleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, ancak yüksek akademik performansla sahip öğrencilerin kullandıkları savunma mekanizmalarının, öğrenme verimliliğine neden olmak yerine güçlendirdiği sonucuna varılmıştır (Negriy, 2016).

Genel popülasyondan daha yüksek stres düzeyine sahip olan Karachi tıp öğrencilerinin kullandığı çeşitli ego savunma mekanizmalarının değerlendirildiği çalışmada, olgunlaşmamış mekanizmalar erkekler tarafından daha yaygın olarak kullanılırken, kadınlar erkeklerden daha fazla Nevrotik mekanizma kullanmaktadır.

Nevrotik ve Olgunlaşmamış savunmaları birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinde anlamlı olarak daha yaygın olmaktadır. Olgun mekanizmalar Devlet kolejlerine kayıtlı öğrencilerde Özel kurumlarda kayıtlı olan öğrencilere göre anlamlı derecede yüksektir (Parekh ve diğerleri, 2010). Bireylerin savunma fonksiyonun belirlenmesi için geliştirilen DSM-IV Savunma Fonksiyonu Ölçeği (DFS) gibi envanterler, sıklıkla psikolojik olarak sağlıklı bireyler ve zihinsel bir bozuklukla başvuran bireyler arasında ayırım yapmak ya da tedavi süresince ve tedavi sonrasında hastalardaki değişikliği göstermek için kullanıldığında, kadın ve erkeklerin farklı savunma mekanizmalarını kullandığına dair kanıtlara rağmen, doğrulayıcı faktör analizleri yapılan çalışmada hiçbir modelin erkekler veya kadınlar tarafından kullanılan belirli savunma işlevlerini yansıtmadığını göstermiştir (Drapeau, Thompson, Petraglia, Thygesen ve Lecours, 2011).

2019 yılında Savunma Biçimleri Testinin Polonya uyarlamasında yapılan psikometrik analiz çalışmaları bireylerin stresli yaşam olayları ile nasıl baş ettikleri hakkında faydalı bir sonuç verirken olgun savunma mekanizmalarının güvenilirliği problemlili bulunmuştur (Mrozowicz-Wronska, 2019). 105 kişi sağlıklı grup ve 85 kişi klinik gruptan oluşan araştırmada, SBT-40'ın Türk kültürüne uyarlama çalışmasında psikometrik özellikleri incelenmiştir. Normal ve klinik gruplar arasında kullandıkları savunma biçimlerine göre beklenen yönde anlamlı farklılıklar bulunurken; yaş, cinsiyet ve eğitim durumu değişkeninin esas alınarak yapıldığı ortak değişkenli varyans analizinde, savunma biçimleri etkisi anlamlı bulunmamıştır (Yılmaz ve diğerleri, 2007).

Cramer, 1979 yılında, Savunma Mekanizmaları Envanterini kullanarak, ergenler üzerinde yaptığı çalışmada kadın ve erkeklerin kullandıkları savunma mekanizmalarında anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir. Erkek ergenler, savunma tepkisi olarak yansıtma ve / veya doğrudan, açık saldırganlığa dayanarak çatışmayı dışa çıkarırken, kadınlar öncelikle saldırganlığı içe yönlendirme yoluyla çatışmayı içselleştirmektedir. Cinsiyet eğilimi ile ilgili yapılan 5 çalışmada, kendine döndürme savunma mekanizması ve 5 çalışmanın 4'ünde ise yadsıma, inkar, karşıt tepki geliştirme ve bastırma savunmaları kadınsılığa özgü bir tercih olduğu ortaya koyulurken saldırganla özdeşleşme ve yer değiştirme savunma mekanizmasını içeren nesneye karşı dönme davranışı erkeksi yönelimdeki cinsiyetlerde görülmüştür. Bununla birlikte (Cramer, 1988) entelektüelleşme, yalıtma ve rasyonalizasyonu içeren ilkel savunma

mekanizmaları androjini yönelimli bireyler ile ilişkilendirmiştir. Cramer' e göre savunma tercihi ile yaş arasındaki ilişkiye dair bulgular tutarlıdır: Entelektüelleşme, yalıtma ve rasyonalizasyonu içeren ilkel savunmalar ve yadsıma, inkar, karşıt tepki geliştirme ve bastırma savunmaları yaşla pozitif yönde ilişkili iken; saldırganla özdeşleşme ve yer değiştirme savunma mekanizmasını içeren nesneye karşı dönme ve yansıtma savunma mekanizması ile negatif olarak ilişkili bulunmuştur. Entelektüelleşme, yalıtma ve rasyonalizasyonu içeren ilkel savunma mekanizmaları yıllar süren eğitim ile pozitif, yadsıma, inkar, karşıt tepki geliştirme, bastırma savunmaları ve kendine döndürme savunma mekanizması ise eğitim ile negatif korelasyon göstermektedir. Hem saldırganla özdeşleşme ve yer değiştirme savunma mekanizmasını içeren nesneye karşı dönme hem de yansıtma savunması eğitim ile ilişkisiz bulunmuştur.

Avrupalı Amerikan yetişkinler üzerinde yapılan çalışmada, başa çıkma ve savunma mekanizmalarının yetişkin yaşamı boyunca sistematik, yaşa bağlı değişiklik gösterdiği saptanmıştır. Araştırma sonuçları entelektüelleştirme savunma mekanizmasının, ergenlikten orta yaşa kadar arttığını, geç orta yaşama kadar sabit kaldığını ve daha sonra azalmaya başladığını göstermektedir. Şüphe, yer değiştirme ve gerileme savunma mekanizmaları ergenlik döneminden erken yaşlılığa kadar düşüşler göstermiş, 65 yaşından sonra tekrar artışlar olduğu görülmüştür. Özellikle, ego seviyesinin yükselmesi entelektüelleşmedeki artışlar, şüphe ve yer değiştirme savunmalarındaki düşüşlerle anlamlı uyum sağlamıştır. Bununla birlikte, kadınların yüceltme ve bastırma başa çıkma mekanizmalarını erkeklerden daha fazla kullandıkları; savunma mekanizmalarında ise yine kadınların erkeklere oranla daha fazla rasyonalizasyon ve şüphe duyduğu, ancak entelektüelleştirmeyi daha az kullandıkları istatistiksel verilerle ortaya koyulmuştur (Diehl ve diğerleri, 2014).

Erkeklik ve kadınlık, otoriteye itaatkârlık (agency) ve görüş birliği (communion) ve edilgenlik- bağımlılık gibi cinsiyet rolü yapılarının dâhil edilmesiyle, ilişkisel modeller ve psikanalitik kuramı temel alan 14-19 yaşları arası ergenlerde cinsiyet farklılıkları araştırılmıştır. Beklendiği gibi, erkekler yansıtma ve dışa- saldırganlık savunmasında (yer değiştirme ve dışa saldırma) daha yüksek puan aldı ve kızlar kendine karşı döndürme savunmasında daha yüksek puan aldı. Araştırma sonuçları

bakımından şaşırtıcı olan sonuç ise kızların erkeklerden daha fazla ilkel savunmalar kullanmasıdır (Levit, 1991).

Sosyoekonomik düzey (SED) ve cinsiyet gibi zamanla değişmeyen ve ego seviyesi ve entelektüel seviye gibi zamana bağlı değişen değişkenlerin etkisini araştıran bir çalışmada; yüksek SED'li bireylerin, düşük SED'li bireylere kıyasla daha fazla yüceltme ve baskılama kullandığı bildirilmiştir. Ayrıca, yüksek SED'li bireyler, düşük SED'li bireylere kıyasla daha az yalıtma, rasyonelizasyon, şüphe, gerileme ve yer değiştirme savunmalarını kullandığını bildirmişlerdir. Buna karşılık, SED, entelektüelleştirmenin kullanımı ile pozitif bir şekilde ilişkili bulunmuştur; bu durum, yüksek SED'li bireylerin entelektüelleştirmeyi, düşük SED'li bireylerden daha sık kullandıklarını göstermiştir. İkincisi, entelektüelleşmenin, rasyonelleşmenin ve şüphe uyandırma mekanizmalarında cinsiyet farklılıkları bulunmuştur. Erkeklerle karşılaştırıldığında, kadınlar daha fazla rasyonelizasyon ve şüphe kullandıklarını, ancak entelektüelleşmeyi daha az kullandıklarını bildirmiştir. Zamanla değişen değişkenlerin etkisiyle ilgili olarak, analizler ego seviyesinin entelektüelleşme, şüphe ve yer değiştirmedeki değişimin önemli bir yordayıcısı olduğunu göstermiştir. 12 yıl boyunca ego seviyesindeki artışlar, entelektüelleştirme kullanımındaki artışlarla ve şüphe ve yer değiştirme kullanımındaki düşüşlerle uyum göstermiştir (Diehl ve diğerleri, 2014).

Otuz erkek üniversite öğrencisine uygulanan Bem Cinsiyet Rolü Envanteri ve Savunma Mekanizması Envanteri sonucunda cinsiyet rolü oryantasyonunun erkeklerde savunma mekanizmalarının kullanımını değiştirdiğini, böylece farklı oryantasyonlara sahip erkeklerin kullandıkları savunmada farklılık olduğunu göstermiştir. Eril erkekler, nesnellığe karşı durmak ve prensipleştirme gibi savunmaları kadınlardan daha sık ve rasyonelleştirmek gibi dışsallaştırıcı savunmaları kullanmaktadır. Bunun aksine, kadınsı erkekler, eril ve androjen erkeklerden daha sık, kendine karşı dönme gibi içselleştirici bir savunma şekli kullanmaktadır (Lobel ve Winch, 1986).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1 Araştırma Deseni

Bu araştırma psikolojik savunma mekanizmaları ve cinsiyet, yaş ve diğer demografik değişkenlerle ilişkisinin incelendiği betimsel bir araştırmadır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2017). Araştırmanın bağımlı değişkenini psikolojik savunma mekanizmaları (matür, nevrotik, immatür) oluştururken, bağımsız değişkenlerini cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi, gelir düzeyi ve herhangi bir psikolojik rahatsızlığının olup olmama durumu oluşturmaktadır. Betimsel araştırmalar ilgi duyulan değişkenler arasındaki geçici ilişkileri, benzerlikleri ya da farklılıkları herhangi bir müdahalede bulunmadan, belirli bir zaman dilimi içerisinde, belirli bir örnekleme incelemeyi amaçlayan bir araştırma desenidir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2017). Bu araştırmada benzer şekilde psikolojik savunma mekanizmaları kullanımındaki cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi, gelir düzeyi ve herhangi bir psikolojik rahatsızlığının olup olmama durumuna göre benzerlikler ve farklılıklar herhangi bir müdahalede bulunulmadan betimlenmeye çalışılmıştır.

3.2 Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu yaşları 15 ile 65 yaş arasında değişmekte olan 387 katılımcı oluşturmuştur. Katılımcılar olasılığa dayalı olmayan örnekleme yöntemlerinden biri olan uygun örnekleme tekniğiyle seçilmiştir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2017). Uygun örnekleme yönteminde araştırmacılar araştırma sürecinde katılımcılarla ilgili kolay ulaşılabilirlik, zaman, maliyet gibi faktörleri dikkate alarak araştırma örneklemini oluşturduğu olasılığa dayalı olmayan örnekleme türlerinden biridir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2017). Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan bireylerin 138'i (%35.7) erkek ve 249'u (%63.7) kadındır. Araştırmanın çalışma grubunu avukat, mühendis, devlet memuru, esnaf, öğrenci, doktor, öğretmen, din görevlisi gibi farklı meslek gruplarına mensup kişiler, ev hanımları ve işsiz bireyler oluşturmaktadır. Çalışma grubu oluşturan bireyler çoğunlukla 19-25 yaş aralığında ($n=102$, %26.4), bekâr ($n=225$, %58), üniversite düzeyinde eğitime sahip ($n=200$,

%51.7), 3000TL ve altında geliri olan ($n= 212$, %54.8), herhangi bir psikolojik rahatsızlığı olmadığını bildiren ($n= 342$, %88.4) bireylerdir. Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan bireylerin demografik özelliklerine ilişkin daha ayrıntılı bilgiler Bulgular bölümünde Tablo 1 de yer almaktadır.

3.3 Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu: Katılımcıların cinsiyeti, yaşı, medeni durumu, meslek, eğitim düzeyi, aylık geliri ve herhangi bir psikolojik rahatsızlığı olup olmama durumuna ilişkin bilgiler bu form aracılığıyla toplanmıştır.

Savunma Biçimleri Testi-40: Katılımcıların kullandıkları savunma tarzlarını ölçmek amacıyla Andrews, Pollock ve Stewart, (1989) tarafından geliştirilen SBT-40 kullanılmıştır. SBT-40'ın Türkçeye uyarlama, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Yılmaz ve diğerleri, (2007) tarafından gerçekleştirilmiştir. SBT-40 matür savunma biçimleri, nevrotik savunma biçimleri, immatür savunma biçimleri olmak üzere üç genel başlık altında toplanabilecek 20 farklı savunma biçimini ölçmektedir. Matür savunma biçimlerini yüceltme, mizah, antisipasyon ve baskılama savunma mekanizmaları oluştururken, nevrotik savunma biçimlerini yapma-bozma, pseudo-altruizm, idealleştirme ve karşıt tepki geliştirme, immatür savunma biçimlerini yansıtma, pasif saldırganlık, dışa vurma yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, inkâr, yer değiştirme, disosiyasyon, bölünme, rasyonalizasyon ve bedenleştirme savunma mekanizmaları oluşturmaktadır. Yılmaz ve diğerleri, (2007) gerçekleştirdikleri bilinen gruplar geçerliliği çalışmasında SBT-40'ın klinik ve sağlıklı gruptaki bireyleri anlamlı bir şekilde ayırabildiğini klinik gruptaki bireylerin immatür ve nevrotik savunma mekanizmalarını sağlıklı bireylerden daha sıklıkla kullandığını, sağlıklı gruptaki bireylerin ise matür savunma mekanizmalarını klinik gruptaki bireylerden daha sık kullandıklarını bulmuştur. Ayrıca, SBT-40'ın ölçüt bağımlı geçerlilik çalışmasında matür, nevrotik ve immatür savunma biçimi puanlarının Beck Depresyon Ölçeği ve Sürekli Kaygı Ölçeği puanlarıyla ilişkisi incelenmiştir. Ölçüt geçerliliği çalışması sonucunda araştırmacılar matür savunma biçimleri puanlarının Beck Depresyon Ölçeği ($r= -.57$) ve Sürekli Kaygı Ölçeği ($r= -.52$) puanlarıyla güçlü düzeyde negatif yönde ilişkili olduğu, nevrotik savunma biçimlerinin ise Sürekli Kaygı Ölçeği puanlarıyla ($r= .25$) düşük düzeyde pozitif yönde ilişkili olduğunu bildirmiştir (Yılmaz ve diğerleri,

2007). Ayrıca, immatür savunma mekanizmaları Beck Depresyon Ölçeği ($r = .56$) ve Sürekli Kaygı Ölçeği ($r = .56$) puanlarıyla güçlü düzeyde pozitif yönde ilişkilidir (Yılmaz ve diğerleri, 2007).

SBT-40, her bir savunma mekanizması iki maddeden oluşan, toplamda 40 maddelik bir testtir. Bu testte katılımcılar her bir ifadenin kendileri için ne düzeyde uygun olduğunu *Bana hiç uygun değil*'den (1) *Bana çok uygun*'a (9) uzanan seçeneklerden birini işaretleyerek belirtmektedir. Ölçekte her bir savunma mekanizması için alınabilecek puanlar 2 ile 18 arasında değişirken, matür savunma biçiminden alınabilecek puanlar 8 ile 36, nevrotik savunma biçiminden alınabilecek puanlar 8 ile 36, immatür savunma biçiminden alınabilecek puanlar 24 ile 108 arasında değişmekte olup, her bir savunma mekanizmasından alınan puanların artması bireylerin o savunma mekanizmasını kullanma sıklığının yüksek olduğuna ve her bir savunma biçiminden alınan puanların artması ise bireylerin o savunma biçimini kullanma sıklığının yüksek olduğuna işaret etmektedir. SBT-40'ın Yılmaz ve diğerleri, (2007) tarafından bir hafta arayla uygulanması sonucu bildirilen test tekrar test güvenilirliği matür savunma için .75, nevrotik savunma biçimi için .88 ve immatür savunma biçimi için .86 olarak bildirilmiştir. Savunma mekanizmalarında ise yüceltme için .68, mizah için .85, antisipasyon için .66, baskılama için .58, yapma-bozma için .69, pseudo-altruizm için .83, idealleştirme için .82 ve karşıt tepki geliştirme için .84, yansıtma için .73, pasif saldırganlık için .80, dışa vurma için .78, yalıtma için .55, değersizleştirme için .61, otistik fantezi için .68, inkar için .50, yer değiştirme için .88, disosiyasyon için .78, bölünme için .83, rasyonalizasyon için .87 ve bedenleştirme için .87 olarak bildirilmiştir.

SBT-40'ın Yılmaz ve diğerleri, (2007) tarafından bildirilen Cronbach alpha (α) iç tutarlılık katsayıları, matür savunma için .70, nevrotik savunma biçimi için .61 ve immatür savunma biçimi için .83 olarak bildirilmiştir. Matür savunma mekanizmalarının Yılmaz ve diğerleri, (2007) tarafından bildirilen Cronbach alpha iç tutarlılık katsayıları .35 (yüceltme) ile .54 (antisipasyon) arasında değişmekte iken, nevrotik savunma mekanizmalarının Cronbach alpha iç tutarlılık katsayıları .21 (pseudo-altruizm) ile .40 (idealleştirme) arasında, immatür savunma mekanizmalarının .05 (yer değiştirme) ile .66 (yansıtma) arasında değiştiği bildirilmiştir. SBT-40'ın bu çalışma için hesaplanan Cronbach α iç tutarlılık katsayıları matür savunma biçimi için

.59, nevrotik savunma biçimi için .58 ve immatür savunma biçimi için .83 olarak bulunmuştur. Savunma mekanizmalarına göre bu çalışma için hesaplanan Cronbach α iç tutarlılık katsayıları ise yüceltme için .40, mizah için .50, antisipasyon için .40, baskılama için .43, yapma-bozma için .33, pseudo-altruizm için .23, idealleştirme için .41, karşıt tepki geliştirme için .24, yansıtma için .57, pasif saldırganlık için .34, dışa vurma için .58, yalıtma için .45, değersizleştirme için .13, otistik fantezi için .32, inkar için .23, yer değiştirme için .04, disosiyasyon için .35, bölünme için .52, rasyonalizasyon için .26 ve bedenleştirme için .28 olarak hesaplanmıştır. SBT-40 Ek-3' te görülmektedir.

3.4 İşlem

Araştırmaya konu olan veriler araştırmacının üye olduğu Whatsapp grupları, Facebook grupları ya da Instagram gruplarından, iş arkadaşları, akrabaları ya da tanıdıklarından internet ortamında verilen ilanlarla Nisan 2019-Mayıs 2019 tarihleri arasında Google formlar aracılığıyla toplanmıştır. Katılımcılara veri toplama aracını cevaplamadan önce araştırmacının etik kuralları hakkında bilgi verilmiş ve yazılı onamları alınmıştır. Daha ayrıntılı olarak ifade edilecek olursa, katılımcılara araştırmaya katılımın gönüllü olduğu, verdikleri cevapların gizli kalacağı ve araştırma amacı dışında kullanılmayacağı, araştırmacının başlangıcında, ortasında ya da sonunda herhangi bir yaptırıma uğramadan araştırmadan çekilebilecekleri ve araştırmaya katılımın tamamen gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleştirildiği bildirilmiştir. Araştırmaya katılmayı reddeden bir katılımcı olmamıştır. Katılımcılar veri toplama aracını yaklaşık olarak 10 dakika içerisinde cevaplamıştır.

3.5 Verilerin Analizi ve Değerlendirilmesi

Verilerin analizi ve değerlendirilmesi SPSS 23 programında gerçekleştirilmiştir. Analizler gerçekleştirilmeden önce ölçme ve değerlendirme uzmanlarının önerileri doğrultusunda (Hair, Black, Babin ve Anderson, (2014); Tabachnick ve Fidell, 2012) başlangıç analizleri gerçekleştirilmiştir. Başlangıç analizlerinde verilerin doğruluğu, kayıp değerler, aykırı değerler ve kullanılması planlanan analizlerin varsayımları incelenmiştir. Verilerin doğruluğunu incelemek amacıyla her bir değişkenin frekans dağılımları ve minimum ve maksimum değerleri kontrol edilmiş ve tüm değişkenlerin beklenen değer aralıklarında olduğu görülmüştür. Ancak frekans dağılımlarının

incelenmesi sonucunda eğitim düzeyi ve gelir değişkenleri parametrik istatistiksel analizlerin kullanılmasına imkân sağlayacak şekilde yeniden gruplandırılmıştır. İkinci aşamada veri setinde yer alan kayıp değerler incelenmiştir. Veri toplama araçları ilk olarak 393 katılımcıya uygulanmıştır. Ancak yaşı 15-65 yaş aralığı dışında olan bir katılımcı, SBT-40'ın büyük bir kısmını cevaplamayan dört katılımcının veri setinden çıkarılmasını takiben, veri setinde dört katılımcının SBT-40'ın bir maddesini cevaplamadığı görülmüş ve bu çok sınırlı sayıdaki kayıp değere madde medyan değeri ataması yapılmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2012). Tek değişkenli aykırı değerlerin incelenmesi sonucunda ise, immatür savunma biçimlerinde -3.29 ile + 3.29 aralığı dışında (Tabachnick ve Fidell, 2012) bir tek değişkenli aykırı değer tespit edilerek veri setinden çıkarılmıştır. Sonuç olarak analizler 388 katılımcıyla gerçekleştirilmiştir.

Katılımcıların demografik özellikleri ve savunma mekanizmaları hakkında genel bir bilgi vermek amacıyla frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma değerlerini içeren betimsel istatistiklerden yararlanılmıştır. Katılımcıların cinsiyeti, medeni durumu, herhangi bir psikolojik rahatsızlığı olup olmadığına göre kullandıkları savunma mekanizmalarındaki puan farklılıkları bağımsız örneklem için *t*-testi aracılığıyla incelenmiştir. Katılımcıların yaşı, eğitim düzeyi ve aylık gelir düzeyine göre kullandıkları savunma mekanizmalarındaki puan farklılıkları ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) aracılığıyla incelenmiştir. Bağımsız örneklem için *t*-testi ve tek yönlü ANOVA'nın istatistiksel olarak test edilebilecek iki varsayımı bulunmaktadır (George ve Mallery, 2016; Hinton, McMurray ve Brownlow, 2014; Ho, 2014). Bu varsayımlardan ilki normallik varsayımdır. Bu varsayımın incelenmesi amacıyla örneklem büyüklüğü dikkate alınarak ölçme ve değerlendirme uzmanlarının önerileri doğrultusunda (George ve Mallery, 2016; Hair ve diğerleri, 2014; Hinton ve diğerleri, 2014; Tabachnick ve Fidell, 2012) çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Genel bir kural olarak çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 değerleri aralığında olması verilerin normal dağılımdan belirgin bir sapma göstermediğine işaret etmektedir (George ve Mallery, 2016; Pituch ve Stevens, 2016). Bağımlı değişkenler olan savunma mekanizmalarının bağımsız değişkenlerin her bir kategorisine göre çarpıklık ve basıklık değerlerinin incelenmesi sonucunda tüm çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 değerleri aralığında olduğu, başka bir ifadeyle verilerin normale yakın bir dağılım gösterdiği görülmüştür. Bağımsız örneklem için *t*-testi ve tek yönlü ANOVA'nın

istatistiksel olarak test edilebilecek ikinci varsayımı varyanslarının homojenliği varsayımdır. Bu varsayım Levene testiyle kontrol edildiğinde, bazı analizlerde ihlal edildiği gözlemlendiğinden, bu durumlarda sonuçlar Welch düzeltmesi yapılarak rapor edilmiştir (Hinton ve diğerleri, 2014). Tek yönlü ANOVA sonuçlarının anlamlı olması durumunda puan farklılıkların kaynağını tespit etmek amacıyla varyansların homojenliği varsayımı karşılandığında işlem sonrası Tukey HSD testi, varyansların homojenliği varsayımı karşılanmadığında Games-Howell testi sonuçları rapor edilmiştir (Howell, 2013). Tüm istatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde ilk olarak araştırmanın çalışma grubunu oluşturan bireylere ve kullandıkları savunma mekanizmalarına ilişkin betimsel istatistiklere yer verilmiş ve sonrasında savunma mekanizmalarına ilişkin grup farklılıkları incelenmiştir. Tablo 1 de araştırmanın çalışma grubunu oluşturan bireylere ilişkin betimsel istatistikler görülmektedir.

Tablo 1 Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan bireylere ilişkin betimsel istatistikler

	<i>n</i>	%
Cinsiyet		
Erkek	138	35.6
Kadın	250	64.4
Yaş		
15-18	63	16.2
19-25	102	26.3
26-30	61	15.7
31-35	40	10.3
36-48	79	20.4
49-65	43	11.1
Medeni durum		
Bekar	225	58.0
Evli	163	42.0
Eğitim düzeyi		
Lise ve altı	110	28.4
Üniversite	200	51.5
Lisansüstü	78	20.1
Gelir düzeyi		
3000TL ve altı	213	54.9
3001-5000 TL	112	28.9
5001 TL ve üzeri	63	16.2
Psikolojik rahatsızlık		
Hayır	343	88.4
Evet	45	11.6

Not:N=388.

Tablo 1 de görüldüğü gibi araştırmanın çalışma grubunu oluşturan bireylerin 138'i erkek (%35.6) ve 250'si (%64.4) kadındır. Çalışma grubunu oluşturan bireylerin 63'ü 15-18 yaş aralığında (%16.2), 102'si 19-25 yaş aralığında (%26.3), 61'i 26-30 yaş

aralığında (%15.7), 40'ı 31-35 yaş aralığında (%10.3), 79'u 36-48 yaş aralığında (%20.4) ve 43'ü 49-65 yaş aralığındadır (%11.1). Aynı zamanda çalışma grubunu oluşturan bireylerin 225'i (%58) bekâr ve 163'ü evlidir (%42). Eğitim düzeyine göre ise çalışma grubunu oluşturan bireylerin 110'u (%28.4) lise ve altı eğitim düzeyine sahipken, 200'u üniversite mezunu ve 78'i lisansüstü (yüksek lisans ya da doktora) eğitim düzeyine sahiptir. Gelir düzeyine göre ise 213 katılımcı 3000TL ve altı gelir düzeyine sahipken (%54.9), 112'si 3001-5000TL arası gelire, 63'ü ise 5001TL ve üzeri gelire sahiptir. Katılımcıların 343'ü (%88.4) herhangi bir psikolojik rahatsızlığı yokken, 45'inin (%11.6) bir psikolojik rahatsızlığı bulunmaktadır.

Tablo 2 Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan bireyin savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları ortalama ve standart sapma değerleri

	Ortalama	S.s
1. Yüceltme	5.40	1.96
2. Mizah	5.65	1.98
3. Antisipasyon	6.43	1.79
4. Baskılama	5.14	1.93
Matür savunma biçimleri	5.66	1.21
5. Yapma-Bozma	5.04	2.05
6. Pseudo- altruizm	6.27	1.78
7. İdealleştirme	4.41	2.14
8. Karşıt tepki geliştirme	4.51	1.81
Nevrotik savunma biçimleri	5.06	1.28
9. Yansıtma	4.36	2.10
10. Pasif saldırganlık	3.83	1.87
11. Dışa vurma	4.28	2.16
12. Yalıtma	4.80	2.20
13. Değersizleştirme	3.89	1.93
14. Otistik fantezi	3.90	1.96
15. İnkâr	3.79	1.81
16. Yer değiştirme	4.08	1.96
17. Disosiyasyon	3.57	1.81
18. Bölünme	4.40	2.33
19. Rasyonalizasyon	4.50	1.74
20. Bedenleştirme	5.13	1.99
İmmatür savunma biçimleri	4.21	1.14

Not: N= 388.

Tablo 2 de araştırmanın çalışma grubunu oluşturan bireylerin savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları ve standart sapma değerleri görülmektedir. Savunma mekanizmaları, matür, nevrotik ve immatür savunma

biçimleri farklı sayıda maddelerden oluştuğundan, sonuçların bu haliyle karşılaştırılması güçtür. Bu nedenle, ilgili savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları kendi toplam madde sayısına bölünerek puan ortalamalarının 1 ile 9 arasında değişen değerlere sahip olmaları sağlanmıştır.

Tablo 2 de görüldüğü gibi katılımcıların matür savunma biçimleri içerisinde en sık kullandığı savunma mekanizması antisipasyon iken (*Ort.*: 6.43), en az kullandığı savunma mekanizması baskılamadır (*Ort.*: 5.14). Nevrotik savunma biçimlerine göre ise katılımcıların en sık kullandıkları savunma mekanizmaları pseudo-altruzim (*Ort.*: 6.27) iken, en az kullandıkları savunma mekanizmaları idealleştirmedir (*Ort.*: 4.41). İmmatür savunma biçimleri içerisinde ise en sık kullandıkları savunma mekanizması bedenleştirme (*Ort.*: 5.13) iken, en az kullandıkları savunma mekanizması disosiyasyondur (*Ort.*: 3.57). Bir bütün olarak savunma biçimlerine göre değerlendirildiğinde ise katılımcılar en fazla matür savunma biçimlerini (*Ort.*: 5.66) kullanma eğilimindeyken, en az immatür savunma biçimlerini (*Ort.*: 4.21) kullanma eğilimindedir ve bir bütün olarak savunma mekanizmaları içerisinde en sık kullandıkları savunma mekanizması antisipasyon iken (*Ort.*: 6.43) en az kullandıkları savunma mekanizması disosiyasyondur (*Ort.*: 3.57).

Katılımcıların cinsiyetlerine göre kullandıkları savunma mekanizmaları ve savunma biçimleri puanlarında anlamlı bir farklılık olup olmadığını test etmek amacıyla bağımsız örneklem için *t*-testi gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları, ortalama ve standart sapma değerleri matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için Tablo 3 de, nevrotik savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları için Tablo 4 de ve immatür savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları için Tablo 5 de görülmektedir.

Tablo 3 Cinsiyete göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem t-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Yüceltme					
Erkek	10.70	4.02	386	-.41	.679
Kadın	10.87	3.87			
Mizah					
Erkek	10.83	3.98	386	-1.75	.081
Kadın	11.57	3.94			
Antisipasyon					
Erkek	12.99	3.89	386	.53	.598
Kadın	17.79	3.41			
Baskılama					
Erkek	10.72	3.95	386	1.70	.090
Kadın	10.03	3.79			
Matür savunma biçimleri					
Erkek	45.25	9.73	386	-.01	.989
Kadın	45.26	9.72			

Tablo 3 de görüldüğü gibi yüceltme, mizah, antisipasyon, baskılama savunma mekanizmaları ve matür savunma biçimleri puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık yoktur. Diğer bir ifadeyle, kadınların ve erkeklerin matür savunma mekanizmalarını ve matür savunma biçimlerini kullanma sıklığı birbirine benzerdir.

Tablo 4 Cinsiyete göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem t-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Yapma-Bozma					
Erkek	10.43	4.07	386	1.24	.216
Kadın	9.89	4.12			
Pseudo-altruizm					
Erkek	13.00	3.40	386	1.88	.062
Kadın	12.30	3.61			
İdealleştirme					
Erkek	8.46	4.41	386	-1.24	.215
Kadın	9.02	4.20			
Karşı tepki geliştirme					
Erkek	8.74	3.67	386	-1.12	.265
Kadın	9.17	3.59			
Nevrotik savunma biçimleri					
Erkek	40.62	9.90	386	.23	.817
Kadın	40.37	10.41			

Tablo 4 de görüldüğü gibi yapma bozma, pseudo-alturizm, idealleştirme, karşıt tepki geliştirme savunma mekanizmaları ve nevrotik savunma biçimleri puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık yoktur. Diğer bir ifadeyle, kadınların ve erkeklerin nevrotik savunma mekanizmalarını ve nevrotik savunma biçimlerini kullanma sıklığı birbirine benzerdir.

Tablo 5 Cinsiyete göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Yansıtma					
Erkek	8.64	4.17	386	-.25	.804
Kadın	8.76	4.23			
Pasif saldırganlık					
Erkek	7.59	3.83	386	-.25	.806
Kadın	7.69	3.70			
Dışa vurma					
Erkek	7.88	4.31	386	-2.28	.023*
Kadın	8.92	4.28			
Yalıtma					
Erkek	9.91	4.22	386	1.06	.391
Kadın	9.42	4.48			
Değersizleştirme					
Erkek	7.92	4.21	250.73	.50	.619
Kadın	7.71	3.65			
Otistik fantezi					
Erkek	7.92	3.95	386	.45	.651
Kadın	7.73	3.91			
İnkâr					
Erkek	8.25	3.56	386	2.76	.006**
Kadın	7.20	3.61			
Yer değiştirme					
Erkek	7.91	3.56	317.96	-.96	.339
Kadın	8.29	4.11			
Disosiyasyon					
Erkek	7.70	3.73	386	2.23	.026*
Kadın	6.84	3.53			
Bölünme					
Erkek	9.03	4.68	386	.70	.486
Kadın	8.68	4.65			
Rasyonalizasyon					
Erkek	8.51	3.55	386	-2.06	.040*
Kadın	9.26	3.41			
Bedenleştirme					
Erkek	9.02	4.06	386	-4.67	.001***
Kadın	10.94	3.76			
İmmatür savunma biçimleri					
Erkek	100.29	26.98	386	-.40	.691
Kadın	101.44	27.56			

Not: **p* < .05, ***p* < .01, ****p* < .001.

Tablo 5 de görüldüğü gibi kadınların dışa vurma ($t(386) = -2.28, p < .05$), rasyonalizasyon ($t(386) = -2.06, p < .05$) ve bedenleştirme ($t(386) = -4.67, p < .001$) savunma mekanizmalarını kullanma sıklığı erkeklerden anlamlı bir şekilde daha yüksek iken, erkeklerin inkâr ($t(386) = 2.76, p < .01$), disosiyasyon ($t(386) = 2.23, p < .05$) savunma mekanizmalarını kullanım sıklığı kadınlardan yüksektir. Diğer savunma mekanizmaları ve immatür savunma biçimlerinin kullanım sıklığında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık yoktur.

Tablo 6 Yaşa göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd₁, sd₂</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>İşlem Sonrası</i>
Yüceltme						
1. 15-18	10.97	4.05	5, 382	2.30	.045*	
2. 19-25	10.25	3.46				
3. 26-30	9.87	3.58				
4. 31-35	11.28	4.39				
5. 36-48	11.20	4.11				
6. 49-65	12.05	4.14				
Mizah						
1. 15-18	13.33	3.88	5, 382	5.28	.001***	1-3, 1-4, 1-5, 1-6
2. 19-25	11.60	3.66				
3. 26-30	10.74	3.84				
4. 31-35	10.45	3.48				
5. 36-48	10.82	4.05				
6. 49-65	10.14	4.30				
Antisipasyon						
1. 15-18	12.87	4.11	5, 382	.88	.494	
2. 19-25	13.12	3.57				
3. 26-30	12.48	3.51				
4. 31-35	12.00	3.06				
5. 36-48	13.01	3.34				
6. 49-65	13.33	3.76				
Baskılama						
1. 15-18	10.37	4.01	5, 153.89	1.93	.093	
2. 19-25	9.49	3.67				
3. 26-30	10.03	2.96				
4. 31-35	10.15	3.98				
5. 36-48	10.89	4.28				
6. 49-65	11.37	4.04				
Matür savunma biçimleri						
1. 15-18	47.54	9.23	5, 382	1.93	.089	
2. 19-25	44.46	8.84				
3. 26-30	43.11	8.37				

4. 31-35	43.88	10.97
5. 36-48	45.92	10.42
6. 49-65	46.88	11.01

Not: * $p < .05$, *** $p < .001$.

Yaşa göre katılımcıların kullandıkları savunma mekanizmaları ve savunma biçimleri puanlarında anlamlı bir farklılık olup olmadığını test etmek amacıyla tek yönlü ANOVA gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonuçları, ortalama ve standart sapma değerleri matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için Tablo 6 de, nevrotik savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları için Tablo 7 de ve immatür savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları için Tablo 8 de görülmektedir.

Tablo 6 da görüldüğü gibi, yaşa göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonucunda; yüceltme ($F(5, 382) = 2.30, p < .05$) puan ortalamaları ve mizah ($F(5, 382) = 5.28, p < .001$) savunma mekanizmaları puan ortalamaları arasında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Farklılığın kaynağını tespit etmek için yüceltme puanlarına ilişkin gerçekleştirilen işlem sonrası Tukey HSD testi sonucunda yüceltme alt gruplarının hiçbirinde anlamlı bir puan farklılığı olmadığı görülmüştür. Bu bulgular, yaş grupları ve yüceltme savunma mekanizmaları kullanma sıklığı arasında ilişkinin doğrusal olduğunu, başka bir ifadeyle yaş gruplarına arttıkça yüceltme savunma mekanizmaları kullanma sıklığının artma eğiliminde olduğunu ancak yaş grupları arasındaki gözlenen puan farklılıkların anlamlı bir farklılık oluşturacak düzeyde olmadığını göstermektedir. Mizah puanlarına ilişkin gerçekleştirilen işlem sonrası Tukey HSD sonuçlarına göre ise 15-18 yaş arası olan bireylerin mizah savunma mekanizmasını kullanma sıklığı ($Ort.: 13.33$), 26-30 yaş aralığında olan ($Ort.: 10.74$), 31-35 yaş aralığında olan ($Ort.: 10.45$), 36-48 yaş aralığında olan ($Ort.: 10.82$) ve 49-65 yaş aralığında olan ($Ort.: 10.14$) bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Diğer gruplar arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Tablo 7 Yaşa göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd₁,sd₂</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>İşlem Sonrası</i>
Yapma-Bozma						
1.15-18	10.21	4.17	5, 382	4.10	.001**	3-4, 3-6
2. 19-25	9.61	3.68				
3. 26-30	8.57	3.93				
4. 31-35	11.48	4.30				
5. 36-48	10.23	4.38				
6.49-65	11.56	3.79				
Pseudo-altruizm						
1.15-18	12.67	4.12	5, 155.67	3.05	.012*	3-6
2. 19-25	12.25	3.43				
3. 26-30	11.56	3.47				
4. 31-35	13.33	2.86				
5. 36-48	12.51	3.61				
6. 49-65	13.81	3.17				
İdealleştirme						
1.15-18	11.51	4.23	5, 156.02	7.60	.001***	1-2, 1-3,1-4, 1-5, 1-6
2. 19-25	8.19	4.54				
3. 26-30	7.34	3.91				
4. 31-35	8.95	3.34				
5. 36-48	9.08	3.90				
6. 49-65	7.84	4.10				
Karşıt tepki geliştirme						
1.15-18	9.44	3.69	5, 382	2.17	.056	
2. 19-25	8.51	3.40				
3. 26-30	8.10	3.18				
4. 31-35	9.10	3.12				
5. 36-48	9.54	4.08				
6. 49-65	9.84	3.90				
Nevrotik savunma biçimleri						
1.15-18	43.83	11.26	5, 382	6.34	.001***	1-2, 1-3, 3-4 3-5, 3-6
2. 19-25	38.57	9.54				
3. 26-30	35.61	9.17				
4. 31-35	42.85	8.88				
5. 36-48	41.35	10.62				
6. 49-65	43.05	8.91				

Not: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

Tablo 7 de görüldüğü gibi yaşa göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonucunda yapma-bozma ($F(5, 382) = 4.10$, $p < .01$), pseudo- altruizm ($F(5, 155.67) = 3.05$, $p < .05$), idealleştirme ($F(5, 156.02) = 7.60$, $p < .001$) ve nevrotik savunma biçimi ($F(5, 382) =$

6.34, $p < .01$) puanlarında anlamlı bir farklılık vardır. Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla yapma-bozma puanlarıyla gerçekleştirilen işlem sonrası Tukey HSD testi sonucunda 26-30 yaş aralığındaki bireylerin (*Ort.*: 8.57) yapma-bozma savunma mekanizmasını kullanma sıklığının 31-35 yaş aralığında olan bireylerden ve 49-65 yaş aralığında olan bireylerden anlamlı bir şekilde daha düşük olduğu bulunmuştur. Diğer gruplar arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Pseudo-altruizm puanlarına ilişkin gerçekleştirilen işlem sonrası Games-Howell testi sonucunda ise 49-65 yaş aralığındaki bireylerin (*Ort.*: 13.81) pseudo-altruizm savunma mekanizmalarını kullanım sıklığının 26-30 yaş aralığındaki bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer gruplar arasında anlamlı bir farklılık yoktur. İdealleştirme puanlarına ilişkin gerçekleştirilen işlem sonrası Games-Howell testi sonucunda ise 15-18 yaş aralığındaki bireylerin idealleştirme savunma mekanizmasını kullanma sıklığının (*Ort.*: 11.51), 19-25 yaş (*Ort.*: 8.19), 26-30 yaş (*Ort.*: 7.34), 31-35 yaş (*Ort.*: 8.95), 36-48 yaş (*Ort.*: 9.08), 49-65 (*Ort.*: 7.84) yaş aralığındaki bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer gruplar arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Son olarak nevrotik savunma biçimleri puanları için gerçekleştirilen işlem sonrası Tukey HSD testi sonucunda ise 15-18 yaş (*Ort.*: 43.83), 31-35 yaş (*Ort.*: 42.85), 36-48 yaş (*Ort.*: 41.35), 49-65 (*Ort.*: 43.05) yaş aralığındaki bireylerin nevrotik savunma biçimlerini kullanma sıklığı 26-30 yaş (*Ort.*: 35.61) aralığındaki bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Ayrıca 15-18 yaş aralığındaki (*Ort.*: 43.83) bireylerin nevrotik savunma biçimlerini kullanma sıklığı 19-25 yaş aralığında olan (*Ort.*: 38.57) bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Diğer gruplar arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Tablo 8 Yaşa göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd₁, sd₂</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>İşlem Sonrası</i>
Yansıtma						
1. 15-18	10.30	3.85	5, 382	3.41	.005**	1-4, 1-5
2. 19-25	8.97	4.23				
3. 26-30	8.39	3.82				
4. 31-35	7.55	3.56				
5. 36-48	7.82	4.52				
6. 49-65	8.98	4.50				

Pasif saldırganlık						
1.15-18	9.38	3.70	5,382	4.50	.001***	1-4, 1-5
2. 19-25	7.72	3.70				
3. 26-30	7.84	3.66				
4. 31-35	6.58	2.99				
5. 36-48	6.77	3.71				
6. 49-65	7.37	3.96				
Dışa vurma						
1.15-18	9.81	4.50	5,382	2.47	.032*	1-5
2. 19-25	8.50	4.24				
3. 26-30	9.23	4.07				
4. 31-35	7.88	4.01				
5. 36-48	7.57	4.19				
6. 49-65	8.30	4.64				
Yalıtma						
1.15-18	11.95	4.13	5,382	5.93	.001***	1-2, 1-3, 1-4, 1-5
2. 19-25	9.75	4.43				
3. 26-30	8.49	4.70				
4. 31-35	8.18	3.32				
5. 36-48	8.99	4.38				
6. 49-65	9.77	3.91				
Değersizleştirme						
1.15-18	9.86	4.39	5,382	5.95	.001***	1-2, 1-3, 1-4, 1-5, 1-6
2. 19-25	7.94	3.46				
3. 26-30	7.66	3.49				
4. 31-35	7.33	3.68				
5. 36-48	7.04	3.68				
6. 49-65	6.35	3.81				
Otistik fantezi						
1.15-18	9.25	4.65	5,382	3.38	.005**	1-4, 1-5
2. 19-25	8.23	3.58				
3. 26-30	7.36	3.75				
4. 31-35	6.58	3.17				
5. 36-48	7.29	3.87				
6. 49-65	7.35	3.98				
İnkâr						
1.15-18	8.21	3.52	5,382	3.91	.002**	2-5, 2-6
2. 19-25	6.62	3.18				
3. 26-30	6.98	3.74				
4. 31-35	7.33	3.59				
5. 36-48	8.15	3.65				
6. 49-65	8.93	3.99				
Yer değiştirme						
1.15-18	10.30	4.11	5,382	5.04	.001***	1-2, 1-3, 1-4, 1-5, 1-6
2. 19-25	7.97	3.80				
3. 26-30	7.51	4.05				
4. 31-35	7.83	3.71				
5. 36-48	7.41	3.35				
6. 49-65	8.02	4.05				
Disosiyasyon						
1.15-18	7.52	3.81	5,382	6.27	.001***	2-4, 2-5, 3-4, 3-5
2. 19-25	6.10	3.20				
3. 26-30	5.90	3.49				
4. 31-35	8.03	3.64				
5. 36-48	8.39	3.59				
6. 49-65	7.74	3.44				
Bölünme						
1.15-18	11.70	4.33	5,382	6.74	.001***	1-2, 1-3, 1-4,

2. 19-25	8.56	4.58				1-5, 1-6
3. 26-30	7.79	3.99				
4. 31-35	7.75	4.68				
5. 36-48	8.10	4.74				
6. 49-65	8.88	4.56				
Rasyonalizasyon						
1.15-18	8.60	3.92	5, 382	1.46	.201	
2. 19-25	9.58	3.32				
3. 26-30	9.31	3.03				
4. 31-35	9.18	3.27				
5. 36-48	8.34	3.57				
6. 49-65	8.77	3.63				
Bedenleştirme						
1.15-18	10.41	4.34	5, 382	.35	.882	
2. 19-25	10.19	3.70				
3. 26-30	10.21	4.50				
4. 31-35	10.83	3.90				
5. 36-48	9.87	3.73				
6. 49-65	10.42	3.90				
İmmatür savunma biçimleri						
1.15-18	117.30	28.08	5, 382	6.17	.001***	1-2, 1-3, 1-4, 1-5, 1-6
2. 19-25	100.12	25.53				
3. 26-30	96.67	25.36				
4. 31-35	95.00	25.71				
5. 36-48	95.75	27.98				
6. 49-65	100.88	25.47				

Not: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

Tablo 8 de görüldüğü gibi yaşa göre immatür savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonucunda yansıtma ($F(5, 382) = 3.41, p < .01$), pasif- saldırganlık ($F(5, 382) = 4.50, p < .001$), dışa vurma ($F(5, 382) = 2.47, p < .05$), yalıtma ($F(5, 382) = 5.93, p < .001$), değersizleştirme ($F(5, 382) = 5.95, p < .001$), otistik fantezi ($F(5, 382) = 3.38, p < .01$), inkar ($F(5, 382) = 3.91, p < .01$), yer değiştirme ($F(5, 382) = 5.04, p < .001$), disosiyasyon ($F(5, 382) = 6.27, p < .001$), bölünme ($F(5, 382) = 6.74, p < .001$) savunma mekanizmaları ve immatür savunma biçimi ($F(5, 382) = 6.17, p < .001$) puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık vardır. Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla bir dizi Tukey HSD testi gerçekleştirilmiştir.

Yansıtma puanları için gerçekleştirilen Tukey HSD testleri sonucunda 15-18 yaş aralığında olan bireylerin (*Ort.*: 10.30) yansıtma savunma mekanizmalarının kullanma sıklığının 31-35 yaş (*Ort.*: 7.55) ve 36-48 yaş aralığında olan (*Ort.*: 7.82) bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde pasif saldırganlık puanlarına ilişkin gerçekleştirilen Tukey HSD testleri sonucunda 15-18 yaş aralığında

olan bireylerin (*Ort.*: 9.38) pasif saldırganlık savunma mekanizmalarının kullanma sıklığının 31-35 yaş (*Ort.*: 6.58) ve 36-48 yaş (*Ort.*: 6.77) aralığında olan bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Dışa vurma savunma mekanizması için gerçekleştirilen Tukey HSD testleri sonucunda 15-18 yaş aralığında olan bireylerin (*Ort.*: 9.81) dışa vurma savunma mekanizmalarını kullanma sıklığının 36-48 yaş aralığında olan (*Ort.*: 7.57) bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Yalıtma savunma mekanizması için gerçekleştirilen Tukey HSD testleri sonucunda ise 15-18 yaş aralığında olan bireylerin (*Ort.*: 11.95) yalıtma savunma mekanizmasını kullanma sıklığının 19-25 yaş (*Ort.*: 9.75), 26-30 yaş (*Ort.*: 11.95), 31-35 yaş (*Ort.*: 8.18) ve 36-48 yaş (*Ort.*:8.99) aralığında olan bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Değersizleştirme savunma mekanizması için gerçekleştirilen Tukey HSD testleri sonucunda ise 15-18 yaş aralığında olan bireylerin (*Ort.*: 9.86) değersizleştirme savunma mekanizmasını kullanma sıklığının 19-25 yaş (*Ort.*: 7.94), 26-30 yaş (*Ort.*: 7.66), 31-35 yaş (*Ort.*: 7.33), 36-48 yaş (*Ort.*:7.04) ve 49-65 yaş (*Ort.*: 6.35) aralığında olan bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur.

Otistik fantezi puanları için gerçekleştirilen Tukey HSD testleri sonucunda 15-18 yaş aralığında olan bireylerin (*Ort.*: 9.25) otistik fantezi savunma mekanizmalarının kullanma sıklığının 31-35 yaş (*Ort.*: 6.58) ve 36-48 yaş (*Ort.*: 7.29) aralığında olan bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. İnkâr savunma mekanizmasına ilişkin gerçekleştirilen Tukey HSD testleri sonucunda ise 36-48 yaş aralığında (*Ort.*: 8.15) ve 49-65 yaş (*Ort.*: 8.93) aralığında olan bireylerin inkâr savunma mekanizmalarını kullanma sıklığının 19-25 yaş (*Ort.*: 6.62) aralığında olan bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Yer değiştirme savunma mekanizmasına ilişkin gerçekleştirilen Tukey HSD testleri sonucunda ise 15-18 yaş aralığında olan bireylerin (*Ort.*: 10.30) yer değiştirme savunma mekanizmasını kullanma sıklığının 19-25 yaş (*Ort.*: 7.97), 26-30 yaş (*Ort.*: 7.51), 31-35 yaş (*Ort.*: 7.83), 36-48 yaş (*Ort.*: 7.41) ve 49-65 yaş (*Ort.*: 8.02) aralığında olan bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Disosiyasyon savunma mekanizması için gerçekleştirilen Tukey HSD testleri sonucunda ise 31-35 yaş (*Ort.*: 8.03) ve 36-48 yaş (*Ort.*: 8.39) disosiyasyon savunma mekanizmasını kullanım sıklığı 19-25 yaş (*Ort.*: 6.10) ve 26-30 yaş (*Ort.*: 5.90) aralığında olan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Bölünme savunma mekanizmasına ilişkin gerçekleştirilen Tukey HSD testleri

sonucunda ise 15-18 yaş aralığında olan bireylerin (*Ort.*: 11.70) bölünme savunma mekanizmasını kullanma sıklığının 19-25 yaş (*Ort.*: 8.56), 26-30 yaş (*Ort.*: 7.79), 31-35 yaş (*Ort.*: 7.75), 36-48 yaş (*Ort.*: 8.10) ve 49-65 yaş (*Ort.*: 8.88) aralığında olan bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Son olarak, immatür savunma biçimleri için gerçekleştirilen işlem sonrası Tukey HSD testi sonucunda 15-18 yaş aralığında olan bireylerin (*Ort.*: 117.30) immatür savunma biçimlerini kullanma sıklığının 19-25 yaş (*Ort.*: 100.12), 26-30 yaş (*Ort.*: 96.67), 31-35 yaş (*Ort.*: 95.00), 36-48 yaş (*Ort.*: 95.75) ve 49-65 yaş (*Ort.*: 100.88) aralığında olan bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların medeni durumlarına göre kullandıkları savunma mekanizmaları ve savunma biçimleri puanlarında anlamlı bir farklılık olup olmadığını test etmek amacıyla bağımsız örneklem için *t*-testi gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları, ortalama ve standart sapma değerleri matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için Tablo 9 da, nevrotik savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları için Tablo 10 da ve immatür savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları için Tablo 11 de görülmektedir.

Tablo 9 Medeni duruma göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Yüceltme					
Bekar	10.55	3.80	386	-1.51	.132
Evli	11.16	4.07			
Mizah					
Bekar	11.64	3.88	386	1.93	.055
Evli	10.85	4.05			
Antisipasyon					
Bekar	12.94	3.66	386	.51	.611
Evli	12.75	3.48			
Baskılama					
Bekar	9.88	3.61	320.43	-2.33	.021*
Evli	10.82	4.12			
Matür savunma biçimleri					
Bekar	45.01	9.34	386	-.58	.565
Evli	45.59	10.23			

Not: **p* < .05.

Tablo 9 da görüldüğü gibi yüceltme, mizah, antisipasyon, savunma mekanizmalarında ve matür savunma biçimlerinde medeni duruma göre anlamlı bir farklılık yokken, baskılama savunma mekanizmasının kullanım sıklığı medeni duruma göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($t(320.43) = -2.33, p < .05$). Diğer bir ifadeyle, evli bireylerin baskılama savunma mekanizmasını kullanım sıklığı bekâr bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Tablo 10 Medeni duruma göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem t -testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Yapma-Bozma					
Bekar	9.80	4.00	386	-1.56	.121
Evli	10.46	4.43			
Pseudo-altruizm					
Bekar	12.24	3.69	386	-1.97	.049*
Evli	12.96	3.32			
İdealleştirme					
Bekar	8.97	4.56	376.02	.83	.409
Evli	8.61	3.88			
Karşıt tepki geliştirme					
Bekar	8.69	3.41	386	-2.10	.037*
Evli	9.47	3.86			
Nevrotik savunma biçimleri					
Bekar	39.71	10.67	386	-1.71	.087
Evli	41.50	9.49			

Not: * $p < .05$.

Tablo 10 da görüldüğü gibi yapma bozma ve idealleştirme savunma mekanizmaları ve nevrotik savunma biçimleri puanlarında medeni duruma göre anlamlı bir farklılık yoktur. Ancak pseudo-alturizm ($t(386) = -1.97, p < .05$) ve karşıt tepki geliştirme ($t(386) = -2.10, p < .05$) savunma mekanizmalarında medeni duruma göre anlamlı bir farklılık vardır. Evli bireylerin pseudo-alturizm ve karşıt tepki geliştirme savunma mekanizmalarını bekâr bireylerin anlamlı bir şekilde daha fazla kullanma eğilimindedir.

Tablo 11 Medeni duruma göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Yansıtma					
Bekar	9.09	4.03	386	2.06	.040*
Evli	8.20	4.40			
Pasif saldırganlık					
Bekar	8.06	3.74	386	2.52	.012*
Evli	7.10	3.68			
Dışa vurma					
Bekar	8.86	4.33	386	1.65	.100
Evli	8.13	4.26			
Yalıtma					
Bekar	10.03	4.44	386	2.28	.023*
Evli	9.00	4.27			
Değersizleştirme					
Bekar	8.22	3.94	386	2.63	.009**
Evli	7.18	3.65			
Otistik fantezi					
Bekar	8.01	4.01	386	1.24	.216
Evli	7.51	3.79			
İnkâr					
Bekar	7.30	3.49	386	-1.77	.077
Evli	7.96	3.79			
Yer değiştirme					
Bekar	8.44	4.16	375.86	1.77	.077
Evli	7.75	3.55			
Disosiyasyon					
Bekar	6.62	3.55	386	-3.43	.001***
Evli	7.88	3.60			
Bölünme					
Bekar	9.21	4.63	386	2.01	.045*
Evli	8.25	4.65			
Rasyonalizasyon					
Bekar	9.15	3.39	386	1.01	.313
Evli	8.79	3.59			
Bedenleştirme					
Bekar	10.22	4.11	386	-.19	.848
Evli	10.30	3.77			
İmmatür savunma biçimleri					
Bekar	103.20	27.67	386	1.84	.066
Evli	98.04	26.63			

Not: **p* < .05, ***p* < .01, ****p* < .001.

Tablo 11 de görüldüğü gibi medeni duruma göre yansıtma ($t(386) = 2.06, p < .05$), pasif saldırganlık ($t(386) = 2.52, p < .05$), yalıtma ($t(386) = 2.28, p < .05$), değersizleştirme ($t(386) = 2.63, p < .01$) disosiyasyon ($t(386) = -3.43, p < .001$), bölünme ($t(386) = 2.01,$

$p < .05$) savunma mekanizmalarını kullanım sıklığında medeni duruma göre anlamlı bir farklılık vardır. Diğer savunma mekanizmaları ve immatür savunma biçimlerinin kullanım sıklığında medeni duruma göre anlamlı bir farklılık yoktur. Başka bir ifadeyle, bekar bireylerin yansıtma, pasif saldırganlık, yalıtma, değersizleştirme ve bölünme savunma mekanizmalarını kullanım sıklığı evli bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksekken, evli bireylerin disosiyasyon savunma mekanizmasını kullanım sıklığı bekar bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Tablo 12 Eğitim düzeyine göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd₁,sd₂</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>İşlem Sonrası</i>
Yüceltme						
1. Lise ve altı	11.28	4.34	2, 191.09	2.46	.088	
2. Üniversite	10.84	3.82				
3. Lisansüstü	10.05	3.46				
Mizah						
1. Lise ve altı	12.18	4.40	2, 180.44	3.29	.040*	1-2
2. Üniversite	10.96	3.67				
3. Lisansüstü	10.96	3.92				
Antisipasyon						
1. Lise ve altı	12.84	4.02	2, 385	.44	.642	
2. Üniversite	13.00	3.34				
3. Lisansüstü	12.55	3.55				
Baskılama						
1. Lise ve altı	10.28	4.28	2, 191.83	.01	.988	
2. Üniversite	10.26	3.80				
3. Lisansüstü	10.33	3.41				
Matür savunma biçimleri						
1. Lise ve altı	46.57	10.47	2, 385	1.82	.163	
2. Üniversite	45.06	9.57				
3. Lisansüstü	43.90	8.81				

Not: * $p < .05$, *** $p < .001$.

Eğitim düzeyine göre katılımcıların kullandıkları savunma mekanizmaları ve savunma biçimleri puanlarında anlamlı bir farklılık olup olmadığını test etmek amacıyla tek yönlü ANOVA gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonuçları, ortalama ve standart sapma değerleri matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için Tablo 12 de, nevrotik savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları

için Tablo 13 de ve immatür savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları için Tablo 14 de görülmektedir.

Tablo 12 de görüldüğü gibi eğitim düzeyine göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonucunda mizah ($F(2, 180.44)= 3.24, p<.05$) savunma mekanizmaları puan ortalamaları arasında eğitim grupları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen işlem sonrası Games-Howell testi sonucunda lise ve altı eğitim düzeyine sahip bireylerin (*Ort.*: 12.18) mizah savunma mekanizmasını üniversite mezunu olan (*Ort.*: 10.96) bireylerden anlamlı bir şekilde daha fazla kullandığı görülmüştür.

Tablo 13 Eğitim düzeyine göre göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd₁,sd₂</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>İşlem Sonrası</i>
Yapma-Bozma						
1. Lise ve altı	10.99	4.45	2, 385	3.88	.022*	1-2
2. Üniversite	9.77	3.89				
3. Lisansüstü	9.60	3.99				
Pseudo-altruizm						
1. Lise ve altı	12.85	3.98	2, 179.87	.63	.535	
2. Üniversite	12.50	3.30				
3. Lisansüstü	12.24	3.55				
İdealleştirme						
1. Lise ve altı	10.77	4.04	2, 385	17.72	.001***	1-2, 1-3
2. Üniversite	8.18	4.04				
3. Lisansüstü	7.71	4.37				
Karşı tepki geliştirme						
1. Lise ve altı	9.44	3.74	2, 385	2.26	.106	
2. Üniversite	9.06	3.53				
3. Lisansüstü	8.31	3.62				
Nevrotik savunma biçimleri						
1. Lise ve altı	44.05	10.51	2, 385	10.73	.001***	1-2, 1-3
2. Üniversite	39.50	9.48				
3. Lisansüstü	37.86	10.42				

Not: * $p < .05$, *** $p < .001$.

Tablo 13 de görüldüğü gibi eğitim düzeyine göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonucunda yapma-bozma ($F(2, 385)= 3.88, p<.05$), idealleştirme ($F(2, 385)= 17.72, p<.001$) ve nevrotik savunma biçimi ($F(2, 385)= 10.73, p<.001$) puanlarında anlamlı bir farklılık

vardır. Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla yapma-bozma puanlarıyla gerçekleştirilen işlem sonrası Tukey HSD testi sonucunda lise ve altı eğitim düzeyine sahip (*Ort.*: 10.99) bireylerin yapma-bozma savunma mekanizmasını üniversite mezunu (*Ort.*: 9.77) olan bireylerden anlamlı bir şekilde daha fazla kullandıkları tespit edilmiştir.

İdealleştirme savunma mekanizmasına ilişkin gerçekleştirilen Tukey HSD testi sonucunda ise lise ve altı eğitim düzeyine sahip (*Ort.*: 10.77) bireylerin üniversite mezunu olan (*Ort.*: 8.18) ve lisansüstü eğitim düzeyine (*Ort.*: 7.71) sahip bireylerden anlamlı bir şekilde daha sık idealleştirme savunma mekanizmasını kullandığı bulunmuştur. Son olarak, nevrotik savunma biçimlerine ilişkin gerçekleştirilen Tukey HSD testi sonucunda da lise ve altı eğitim düzeyine sahip (*Ort.*: 44.05) bireylerin üniversite mezunu olan (*Ort.*: 39.50) ve lisansüstü eğitim düzeyine (*Ort.*: 37.86) sahip bireylerden anlamlı bir şekilde daha fazla nevrotik savunma biçimlerini kullandıkları bulunmuştur.

Tablo 14 Eğitim düzeyine göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd₁,sd₂</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>İşlem Sonrası</i>
Yansıtma						
1. Lise ve altı	10.32	3.99	2, 385	12.48	.001***	1-2, 1-3
2. Üniversite	8.26	4.13				
3. Lisansüstü	7.63	4.11				
Pasif saldırganlık						
1. Lise ve altı	9.27	3.80	2, 385	16.06	.001***	1-2, 1-3
2. Üniversite	6.87	3.36				
3. Lisansüstü	7.41	3.92				
Dışa vurma						
1. Lise ve altı	9.81	4.66	2, 385	7.02	.001**	1-2
2. Üniversite	7.94	4.09				
3. Lisansüstü	8.34	4.02				
Yalıtma						
1. Lise ve altı	11.34	4.21	2, 385	14.61	.001***	1-2, 1-3
2. Üniversite	9.20	4.30				
3. Lisansüstü	8.15	4.17				
Değersizleştirme						
1. Lise ve altı	9.31	4.50	2, 176.27	10.26	.001**	1-2, 1-3
2. Üniversite	7.29	3.31				
3. Lisansüstü	6.90	3.60				
Otistik fantezi						
1. Lise ve altı	8.55	4.49	2, 189.16	3.06	.049*	1-3
2. Üniversite	7.64	3.73				
3. Lisansüstü	7.14	3.41				

İnkâr						
1. Lise ve altı	8.52	3.88	2, 385	5.32	.005**	1-2, 1-3
2. Üniversite	7.21	3.39				
3. Lisansüstü	7.12	3.64				
Yer değiştirme						
1. Lise ve altı	9.63	4.03	2, 385	12.34	.001***	1-2, 1-3
2. Üniversite	7.78	3.86				
3. Lisansüstü	7.09	3.35				
Disosiyasyon						
1. Lise ve altı	8.09	3.78	2, 385	5.34	.005**	1-2, 1-3
2. Üniversite	6.77	3.51				
3. Lisansüstü	6.79	3.47				
Bölünme						
1. Lise ve altı	11.36	4.36	2, 385	27.76	.001**	1-2, 1-3
2. Üniversite	8.07	4.49				
3. Lisansüstü	7.09	4.04				
Rasyonalizasyon						
1. Lise ve altı	8.63	3.94	2, 185.07	.73	.484	
2. Üniversite	9.17	3.29				
3. Lisansüstü	9.05	3.23				
Bedenleştirme						
1. Lise ve altı	10.70	3.92	2, 385	.96	.382	
2. Üniversite	10.08	3.97				
3. Lisansüstü	10.09	4.05				
İmmatür savunma biçimleri						
1. Lise ve altı	115.54	27.70	2, 385	24.75	.001**	1-2, 1-3
2. Üniversite	96.24	24.89				
3. Lisansüstü	92.88	25.28				

Not: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

Tablo 14 de görüldüğü gibi eğitim düzeyine göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonucunda yansıtma ($F(2, 385) = 12.48, p < .001$), pasif saldırganlık ($F(2, 385) = 16.06, p < .001$), dışa vurma ($F(2, 385) = 7.02, p < .01$), yalıtma ($F(2, 385) = 14.61, p < .001$), değersizleştirme ($F(2, 176.27) = 10.26, p < .001$), otistik fantezi ($F(2, 189.16) = 3.06, p < .05$), inkâr ($F(2, 385) = 5.32, p < .01$), yer değiştirme ($F(2, 385) = 12.34, p < .001$), disosiyasyon ($F(2, 385) = 5.34, p < .01$), bölünme ($F(2, 385) = 27.76, p < .001$) ve immatür savunma biçimi ($F(2, 385) = 24.75, p < .001$) puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla bir dizi işlem sonrası Tukey HSD testi ya da Games-Howell testi gerçekleştirilmiştir.

Gerçekleştirilen işlem sonrası testlerin yansıtma, pasif saldırganlık, yalıtma, değersizleştirme (Games-Howell testi sonucu), inkâr, yer değiştirme, disosiyasyon, bölünme savunma mekanizmaları ve immatür savunma tarzları için tutarlı bir bulgusu lise ve altı eğitim düzeyine sahip olan bireylerin yansıtma, pasif saldırganlık, yalıtma,

değersizleştirme, inkar, yer değiştirme, disosiyasyon, bölünme savunma mekanizmaları ve immatür savunma tarzlarını üniversite mezunu olan ya da lisansüstü eğitime sahip bireylerden anlamlı bir şekilde daha sık kullandıklarıdır. Ayrıca işlem sonrası Tukey HSD testi sonuçları lise ve altı eğitim düzeyine sahip bireylerin (*Ort.*: 9.81) dışa vurma savunma mekanizmalarını kullanma sıklığının üniversite mezunu olan (*Ort.*: 7.94) bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğunu gösterirken, işlem sonrası Games-Howell testi sonuçları lise ve altı eğitim düzeyine sahip bireylerin (*Ort.*: 8.55) lisansüstü (*Ort.*: 7.14) eğitime sahip bireylerden kullanma sıklığının anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Gelir düzeyine göre katılımcıların kullandıkları savunma mekanizmaları ve savunma biçimleri puanlarında anlamlı bir farklılık olup olmadığını test etmek amacıyla tek yönlü ANOVA gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonuçları, ortalama ve standart sapma değerleri matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için Tablo 15 de, nevrotik savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları için Tablo 16 da ve immatür savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları için Tablo 17 de görülmektedir.

Tablo 15 Gelir düzeyine göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd₁,sd₂</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>İşlem Sonrası</i>
Yüceltme						
1. 3000TL ve altı	10.91	3.99	2, 385	.16	.854	
2. 3001-5000 TL	10.66	3.74				
3. 5001TL ve üzeri	10.73	4.04				
Mizah						
1. 3000TL ve altı	11.65	3.88	2, 385	1.78	.170	
2. 3001-5000 TL	10.95	4.14				
3. 5001TL ve üzeri	10.79	3.90				
Antisipasyon						
1. 3000TL ve altı	12.89	3.75	2, 385	3.24	.040*	2-3
2. 3001-5000 TL	12.32	3.46				
3. 5001TL ve üzeri	13.75	3.03				
Baskılama						
1. 3000TL ve altı	10.09	4.07	2, 385	1.16	.314	
2. 3001-5000 TL	10.26	3.41				
3. 5001TL ve üzeri	10.94	3.84				
Matür savunma biçimleri						
1. 3000TL ve altı	45.54	9.71	2, 385	1.07	3.45	
2. 3001-5000 TL	44.19	9.65				
3. 5001TL ve üzeri	46.21	9.81				

Not: * $p < .05$.

Tablo 15 de görüldüğü gibi gelir düzeyine göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonucunda antisipasyon ($F(2, 385)= 3.24, p<.05$) savunma mekanizmaları puan ortalamaları arasında gelir düzeyi grupları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen işlem sonrası Tukey HSD testi sonucunda gelir düzeyi 5001TL ve üzeri olan bireylerin (*Ort.*: 12.18) antisipasyon savunma mekanizmasını gelir düzeyi 3001-5000 TL arasında olan bireylerden anlamlı bir şekilde daha fazla kullandığı görülmüştür.

Tablo 16 Gelir düzeyine göre göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd₁, sd₂</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Yapma-Bozma					
1. 3000TL ve altı	10.26	4.22	2, 385	.47	.463
2. 3001-5000 TL	9.88	3.84			
3. 5001TL ve üzeri	9.81	4.23			
Pseudo-altruizm					
1. 3000TL ve altı	12.52	3.68	2, 385	.66	.519
2. 3001-5000 TL	12.35	3.42			
3. 5001TL ve üzeri	12.98	3.34			
İdealleştirme					
1. 3000TL ve altı	9.17	4.49	2, 385	1.73	.179
2. 3001-5000 TL	8.53	4.12			
3. 5001TL ve üzeri	8.16	3.75			
Karşıt tepki geliştirme					
1. 3000TL ve altı	8.79	3.62	2, 385	1.37	.255
2. 3001-5000 TL	9.10	3.64			
3. 5001TL ve üzeri	9.63	3.58			
Nevrotik savunma biçimleri					
1. 3000TL ve altı	40.74	10.33	2, 385	.280	.756
2. 3001-5000 TL	39.86	10.22			
3. 5001TL ve üzeri	40.59	9.96			

Tablo 16 da görüldüğü gibi gelir düzeyine göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonucunda gelir düzeylerine göre nevrotik savunma mekanizmaları kullanım sıklığı ve nevrotik savunma biçimlerinde anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Başka bir ifadeyle,

nevrotik savunma mekanizmalarının ve nevrotik savunma biçimlerinin farklı gelir düzeylerinde kullanım sıklığı birbirine benzerdir.

Tablo 17 de görüldüğü gibi gelir düzeyine göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA sonucunda yansıtma ($F(2, 385)= 4.42, p<.01$), pasif saldırganlık ($F(2, 385)= 4.92, p<.01$), dışa vurma ($F(2, 385)= 3.12, p<.05$), yalıtma ($F(2, 385)= 9.69, p<.001$), değersizleştirme ($F(2, 385)= 3.88, p<.05$), otistik fantezi ($F(2, 173.63)= 4.04, p<.05$) ve immatür savunma biçimleri ($F(2, 173.63)= 6.09, p<.01$) puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Tablo 17 Gelir düzeyine göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için tek yönlü ANOVA sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd₁, sd₂</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>İşlem Sonrası</i>
Yansıtma						
1. 3000TL ve altı	9.29	4.23	2, 385	4.42	.013*	1-2
2. 3001-5000 TL	8.03	4.09				
3. 5001TL ve üzeri	8.02	4.09				
Pasif saldırganlık						
1. 3000TL ve altı	8.16	3.79	2, 385	4.92	.008**	1-3
2. 3001-5000 TL	7.25	3.66				
3. 5001TL ve üzeri	6.67	3.50				
Dışa vurma						
1. 3000TL ve altı	9.04	4.46	2, 385	3.12	.045*	
2. 3001-5000 TL	8.01	4.04				
3. 5001TL ve üzeri	7.86	4.10				
Yalıtma						
1. 3000TL ve altı	10.39	4.45	2, 385	9.69	.001***	1-2
2. 3001-5000 TL	8.20	4.07				
3. 5001TL ve üzeri	9.38	4.18				
Değersizleştirme						
1. 3000TL ve altı	8.20	3.95	2, 385	3.88	.021*	1-3
2. 3001-5000 TL	7.59	3.59				
3. 5001TL ve üzeri	6.71	3.79				
Otistik fantezi						
1. 3000TL ve altı	8.27	4.04	2, 173.63	4.04	.019*	1-3
2. 3001-5000 TL	7.45	3.99				
3. 5001TL ve üzeri	6.83	3.14				
İnkâr						
1. 3000TL ve altı	7.81	3.77	2, 385	1.93	.147	
2. 3001-5000 TL	7.56	3.53				
3. 5001TL ve üzeri	6.79	3.20				
Yer değiştirme						
1. 3000TL ve altı	8.51	4.07	2, 385	2.05	.130	
2. 3001-5000 TL	7.82	3.70				
3. 5001TL ve üzeri	7.54	3.71				
Disosiyasyon						

1. 3000TL ve altı	6.99	3.76	2, 385	.45	.636	
2. 3001-5000 TL	7.30	3.27				
3. 5001TL ve üzeri	7.40	3.74				
Bölünme						
1. 3000TL ve altı	9.15	4.76	2, 385	1.32	.267	
2. 3001-5000 TL	8.39	4.55				
3. 5001TL ve üzeri	8.37	4.44				
Rasyonalizasyon						
1. 3000TL ve altı	9.01	3.51	2, 385	.608	.545	
2. 3001-5000 TL	9.19	3.45				
3. 5001TL ve üzeri	8.59	3.41				
Bedenleştirme						
1. 3000TL ve altı	10.46	4.14	2, 385	.633	.531	
2. 3001-5000 TL	9.98	3.82				
3. 5001TL ve üzeri	10.05	3.67				
İmmatür savunma biçimleri						
1. 3000TL ve altı	105.30	28.17	2, 385	6.09	.002**	1-2, 1-3
2. 3001-5000 TL	96.77	25.16				
3. 5001TL ve üzeri	94.19	25.87				

Not: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen işlem sonrası Tukey HSD ya da Games-Howell testleri (otistik fantezi için) sonucunda gelir düzeyi 3000TL ve altında olan bireylerin yalıtma savunma mekanizmalarını kullanma sıklığının gelir düzeyi 3001-5000 TL arasında olan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, gelir düzeyi 3000TL ve altında olan bireylerin pasif saldırganlık, otistik fantezi ve değersizleştirme savunma mekanizmalarını kullanma sıklığının gelir düzeyi 5001 TL ve üzeri olan bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Dışa vurma savunma mekanizması için gerçekleştirilen işlem sonrası Tukey HSD testi sonucunda gruplar arasında anlamlı bir puan farklılığına rastlanmamıştır. Bu durum daha önceden belirtildiği gibi, gelir düzeyi arttıkça dış vurma savunma mekanizması kullanma sıklığının azalma eğiliminde olduğunu ancak gruplar arasında gözlenen bu puan farklılıklarının anlamlı bir farklılık oluşturacak düzeyde olmadığı şeklinde yorumlanabilir. Son olarak gelir düzeyi 3000TL ve altında olan bireylerin immatür savunma mekanizmalarını kullanma sıklığı gelir düzeyi 3001-5000 TL arasında olan ve gelir düzeyi 5001 TL ve üzeri olan bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların herhangi bir psikolojik rahatsızlığı olup olmama durumuna göre kullandıkları savunma mekanizmaları ve savunma biçimleri puanlarında anlamlı bir farklılık olup olmadığını test etmek amacıyla bağımsız örneklem için *t*-testi gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları, ortalama ve standart sapma değerleri matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için Tablo 18 de, nevrotik savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları için Tablo 19 da ve immatür savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları için Tablo 20 de görülmektedir.

Tablo 18 Psikolojik rahatsızlık durumuna göre matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Yüceltme					
Hayır	10.73	3.93	386	-1.04	.299
Evet	11.34	3.82			
Mizah					
Hayır	11.34	3.89	386	.47	.638
Evet	11.04	4.57			
Antisipasyon					
Hayır	13.03	3.35	49.62	1.88	.066
Evet	11.62	4.87			
Baskılama					
Hayır	10.44	3.80	386	2.34	.020*
Evet	9.02	4.11			
Matür savunma biçimleri					
Hayır	45.54	9.47	386	1.61	.108
Evet	43.07	11.27			

Not: * $p < .05$

Tablo 18 de görüldüğü gibi baskılama ($t(386) = 2.34$, $p < .05$) savunma mekanizması kullanım sıklığı psikolojik rahatsızlığa sahip olma durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterirken, diğer matür savunma mekanizmaları ve matür savunma biçimlerinde anlamlı bir farklılık yoktur. Tablo 18 de görüldüğü gibi psikolojik rahatsızlığa sahip olmayan bireyler (*Ort*: 10.44) baskılama savunma mekanizmasını psikolojik rahatsızlığa sahip bireylerden anlamlı bir şekilde daha sık kullanmaktadır.

Tablo 19 Psikolojik rahatsızlık durumuna göre nevrotik savunma biçimleri ve nevrotik savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Yapma-Bozma					
Hayır	9.93	4.14	386	-1.99	.047*
Evet	11.22	3.67			
Pseudo-altruizm					
Hayır	12.47	3.54	386	-1.18	.239
Evet	13.13	3.61			
İdealleştirme					
Hayır	8.72	4.26	386	-1.30	.194
Evet	9.60	4.40			
Karşıt tepki geliştirme					
Hayır	8.90	3.56	386	-1.77	.078
Evet	9.91	3.98			
Nevrotik savunma biçimleri					
Hayır	40.01	10.32	386	-2.39	.017*
Evet	43.87	8.81			

Not: * $p < .05$

Tablo 19 da görüldüğü gibi yapma-bozma ($t(386) = -1.99, p < .05$) ve nevrotik savunma biçimleri ($t(386) = -2.39, p < .05$) psikolojik rahatsızlığa sahip olma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılık göstermektedir. Başka bir ifadeyle, psikolojik rahatsızlığa sahip bireylerin yapma-bozma savunma mekanizmalarını ve nevrotik savunma biçimlerini kullanma sıklığı psikolojik rahatsızlığa sahip olmayan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Tablo 20 Psikolojik rahatsızlık durumuna göre immatür savunma biçimleri ve immatür savunma mekanizmaları için bağımsız örneklem *t*-testi sonuçları

	<i>Ortalama</i>	<i>S.s</i>	<i>sd</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Yansıtma					
Hayır	8.41	4.12	386	-4.07	.001***
Evet	11.07	4.09			
Pasif saldırganlık					
Hayır	7.32	3.54	386	-5.04	.001***
Evet	10.22	4.24			
Dışa vurma					
Hayır	8.31	4.17	386	-3.09	.002**
Evet	10.40	4.90			
Yalıtma					
Hayır	9.34	4.34	386	-3.26	.001**
Evet	11.58	4.36			
Değersizleştirme					

Hayır	7.50	3.70	386	-4.15	.001***
Evet	9.98	4.35			
Otistik fantezi					
Hayır	7.55	3.80	386	-3.49	.001***
Evet	9.69	4.36			
İnkâr					
Hayır	7.47	3.59	386	-1.54	.125
Evet	8.36	3.86			
Yer değiştirme					
Hayır	7.94	3.90	386	-2.99	.003**
Evet	9.78	3.77			
Disosiyasyon					
Hayır	7.11	3.47	50.69	-.51	.529
Evet	7.47	4.63			
Bölünme					
Hayır	8.56	4.58	386	-2.91	.004**
Evet	10.69	4.87			
Rasyonalizasyon					
Hayır	8.80	3.38	386	-3.15	.002**
Evet	10.51	3.81			
Bedenleştirme					
Hayır	10.07	3.80	386	-2.55	.011*
Evet	11.67	4.93			
İmmatür savunma biçimleri					
Hayır	98.36	25.52	386	-5.52	.001***
Evet	121.40	32.03			

Not: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

Tablo 20 de görüldüğü gibi psikolojik rahatsızlığa sahip olan bireylerin, yansıtma, pasif-saldırganlık, dışa vurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, yer değiştirme, bölünme, rasyonalizasyon, bedenleştirme savunma mekanizmalarını ve immatür savunma biçimlerini kullanım sıklığı psikolojik rahatsızlığa sahip olmayan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu araştırmada 15-65 yaş arasındaki bireylerin kullandığı savunma mekanizmalarının cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi, gelir düzeyi ve psikolojik rahatsızlığın olup olmama durumuyla ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda bireylerin kullandıkları savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları, incelenen değişkenlere göre farklılık göstermektedir.

Klinik olmayan ortamda gerçekleştirilen ve çoğunluğu psikolojik olarak sağlıklı olduğunu bildiren katılımcılardan elde edilen veriler, sağlıklı bireylerin matür savunma mekanizmalarını psikolojik problemleri olduğunu bildiren bireylerden daha sık kullandığını; psikolojik problemleri olan bireylerin ise immatür ve nevrotik savunma mekanizmalarını psikolojik olarak sağlıklı katılımcılara göre daha sık kullandığını göstermektedir. Bu yönüyle; dirençli depresyon, bipolar bozukluğu ve dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, kadınların cinsel arzuları ve diğer psikolojik rahatsızlıklarla ilgili yetişkinler üzerinde yapılan araştırma bulgularını desteklemektedir (Costa ve diğerleri, 2019; D'Abbadie de Nodrest ve diğerleri, 2018; de Almeida Silva ve diğerleri, 2016; Yılmaz ve diğerleri, 2007).

Araştırmada, katılımcıların cinsiyetlerine göre kullandıkları savunma mekanizmaları ve savunma biçimleri puanlarında anlamlı bir farklılık olup olmadığını test edilmiş ancak matür savunma biçimleri ve matür savunma mekanizmaları ve nevrotik savunma biçimleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu bulgu savunma biçimleri bakımından, Drapeau ve diğerleri, (2011) doğrulayıcı faktör analizi ile yaptığı çalışmada kadın ve erkekler tarafından kullanılan belirli savunma mekanizmalarının olmadığı sonucunu desteklemektedir. Bununla birlikte, olgunlaşmamış mekanizmaların erkekler tarafından daha yaygın olarak kullanıldığı ve kadınların erkeklerden daha fazla Nevrotik mekanizma kullanıldığı sonucuna ulaşan Parekh ve diğerlerinin, (2010) yaptığı çalışmadan görece farklılık göstermektedir. Bu sonuçlar, çalışmanın farklı kültürlerde yapılmış olması nedeniyle farklı cinsiyet rollerinin benimsenmesi nedeni ile olabileceği gibi farklı ebeveyn tutumları (Klein, 2018) ve bağlanma şekillerinden (Çağatay, 2014; Prunas ve diğerleri, 2019) kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Savunma mekanizmaları için kadınların dışa vurma, rasyonalizasyon ve bedenleştirme savunma mekanizmalarını kullanma sıklığı erkeklerden anlamlı bir şekilde daha yüksek iken, erkeklerin inkâr ve dissosiyasyon savunma mekanizmalarını kullanım sıklığı kadınlardan yüksek bulunmuştur. Bu sonuçlar Diehl ve diğerlerinin (2014) yaptığı çalışmada, kadınların rasyonalizasyon savunma mekanizmalarını erkeklerden fazla kullanması yönüyle desteklenmektedir. Levit'in (1991) yaptığı araştırmada erkek katılımcıların daha sık yansıtma ve dışa vurma savunma mekanizmalarını kullandıkları ve kadınların daha sık pasif saldırganlık savunmalarını kullandıkları yönündeki araştırma ile yapılan bu çalışma uyum sağlamamaktadır. Araştırma sonuçları Lobel ve Winch'in (1986) eril erkekler ve kadınsı erkekler üzerinde yaptığı çalışma nesnellığe karşı durma savunmasını erkeklerin daha sık kullandığı kadınsı erkeklerin ise rasyonelleştirme savunmasını daha sık kullandıkları yönündeki bulguları açısından bu araştırma ile benzer sonuçlar göstermektedir. Araştırma sonuçlarındaki bu farklılıklar kadın ve erkeklerin strese karşı verdikleri tepkilerin toplumdaki kadın erkek rollerindeki değişim nedeniyle farklılık gösterebileceğini düşündürmektedir.

Yalıtma savunma mekanizması için gerçekleştirilen Tukey HSD testleri sonucunda ise 15-18 yaş aralığında olan bireylerin yalıtma savunma mekanizmasını kullanma sıklığının 49-65 yaş dışındaki diğer yaş aralığında olan bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgu yalıtma savunma mekanizması için Cramer (1988) yaptığı çalışmada olduğu gibi yaş ile pozitif yönde ilişkilidir. İnkâr savunma mekanizmasına ilişkin gerçekleştirilen Tukey HSD testleri sonucunda ise 36-48 yaş aralığında ve 49-65 yaş aralığında olan bireylerin inkâr savunma mekanizmalarını kullanma sıklığının 19-25 yaş aralığında olan bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunması yönüyle, Cramer'in (1988) yaptığı çalışma sonuçları ile görece farklıdır. Bu farklılığın nedeni araştırmaya katılan 19-25 yaş arası bireylerin eğitim düzeylerinin diğer yaş gruplarından daha yüksek olması ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Çağatay'ın (2014) çocukluk travması geçiren üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmanın yaş değişkenine göre bulguları incelendiğinde 26-33 yaş döneminde immatür savunmalar daha fazla kullanılırken, 22-25 yaş döneminde pasif agresyon, yansıtma, dissosiyasyon, mantıksallaştırma, otistik fantezi ve idealleştirme mekanizmalarını içeren nevrotik savunmaların daha sık kullanıldığı ve 18-21 yaş

dönemlerinde dışa vurma, değersizleştirme ve bölme mekanizmalarını içeren immatür savunmalar diğer yaş dönemlerine göre daha fazla kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu sonuçların yaş gruplarının yapılan araştırma bulgularını desteklememesi örneklem gruplarının görece farklılık göstermesi ve Cramer'in (2015, s. 201) yetişkin, ergen ve geç çocukluk ile ilgili psikopatolojilerinin savunma mekanizmalarının kullanım sıklıklarını ve yaşlarını etkileyebileceği varsayımından kaynaklandığını düşündürmektedir.

Yer değiştirme savunma mekanizmasına ilişkin gerçekleştirilen Tukey HSD testleri sonucunda ise 15-18 yaş aralığında olan bireyler diğer yaş gruplarının hepsinden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgu, Diehl ve diğerlerinin (2014) şüphe, yer değiştirme ve gerileme savunma mekanizmaları puanları, ergenlikten erken yaşlılığa kadar düşüş göstermekte, 65 yaşından sonra tekrar yükselmeye başladığını gösteren araştırma sonuçları ile uyum sağlamaktadır. Araştırmada, 15-18 yaş aralığında olan bireylerin immatür savunma biçimlerini kullanma sıklığı diğer yaş gruplarındaki bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu sonucu, Parekh ve diğerlerinin (2010) devlet kolejleri ve özel kurumlarda yapmış olduğu araştırmayı ve Vaillant'ın (2011) hiyerarşisini destekler niteliktedir. İmmatür savunma mekanizmalarının yaş ile ilişkisinden elde edilen genel bulgular, Vaillant'ın (2011) savunma hiyerarşisini ve A. Freud'un (2013)'un id-ben ilişkisinin görece yüksek olduğu ergenlik dönemi kavramını desteklemede oldukça tutarlıdır.

Savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları eğitim düzeylerine göre değerlendirildiğinde, pasif saldırganlık, yalıtma ve inkar savunma mekanizmalarının lise ve altı eğitim düzeyine sahip bireylerin üniversite mezunu ya da lisansüstü eğitim düzeyine sahip bireylerden daha sık kullanmaları yönüyle Cramer'in (1988) yapmış olduğu çalışma ile benzerlik göstermektedir. Cramer'in yaptığı aynı çalışmada yer değiştirme ve yansıtma savunma mekanizmaları ile eğitim düzeyi arasında bir ilişki bulunamazken, yapılan bu çalışmada yer değiştirme ve yansıtma savunma mekanizmalarını kullanım sıklıkları lise ve altı eğitim düzeyindeki bireylerde artmaktadır.

Savunma biçimleri ve savunma mekanizmaları kullanım sıklıkları, medeni durum açısından değerlendirildiğinde, evli bireylerin baskılama, pseudo-alturizm, karşıt tepki geliştirme ve disosiyasyon savunma mekanizmalarını kullanım sıklığı bekâr

bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu sonucu elde edilirken; bekâr bireylerin yansıtma, pasif saldırganlık, yalıtma, değersizleştirme ve bölünme savunma mekanizmalarını kullanım sıklığı evli bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ancak bu konu ile ilgili herhangi bir literatür bilgisine ulaşamamakla birlikte evli bireylerin matür savunma mekanizmaları kullanım sıklıklarının bekar katılımcılardan yüksek olması yaş ve eğitim düzeyi ile ilişkilendirilmesi mümkün iken, kullanılan matür, nevrotik ve immatür savunmaları yaş ve eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir.

Yapılan çalışma sonuçları, 3000 TL ve altı gelir düzeyine sahip bireylerin yalıtma, pasif saldırganlık, otistik fantezi ve değersizleştirme savunma mekanizmalarını kullanma sıklıklarının 3001 TL ve üzeri gelir düzeyine sahip bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek olması yönüyle, Diehl'in (2014) savunma mekanizmaları ile sosyoekonomik düzey (SED) ve cinsiyet gibi zamanla değişmeyen ve ego seviyesi ve entelektüel seviye gibi zamana bağlı değişen değişkenlerin etkisini araştırdığı çalışmanın sonuçları ile uyumludur.

Araştırma bulguları, Bilge, Jonason ve diğerleri, Recklitis ve diğerleri, Ribadier ve diğerlerinin (2018; 2019; 1995 ve 2016) yaptığı araştırmada olduğu gibi psikolojik rahatsızlığa sahip olan bireylerin, yansıtma, pasif-saldırganlık, dışa vurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, yer değiştirme, bölünme, rasyonalizasyon, bedenleştirme savunma mekanizmalarını ve immatür savunma biçimlerini kullanım sıklığı psikolojik rahatsızlığa sahip olmayan bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğunu gösterdi.

Son olarak ulaşılabilen literatürde, matür nevrotik ve immatür savunma biçimleri içerisinde katılımcıların en sık kullandığı savunma mekanizmaları; yaşa göre matür savunma biçimlerinden mizah ve yüceltme, nevrotik savunma biçimlerinden yapma bozma, pseudo- altruizm, idealleştirme ve immatur savunma biçimlerinden yansıtma, pasif saldırganlık, dışa vurum, değersizleştirme, otistik fantezi, disosiyasyon, bölünme; eğitim düzeyine göre matür savunma biçimlerinden mizah savunma mekanizmasının kullanım sıklığı, nevrotik savunma biçimlerinden yapma bozma, idealleştirme ve immature savunma biçimlerinden yansıtma, değersizleştirme, yer değiştirme, dissosiyasyon, bölünme ve dışa vurma savunma mekanizmalarının kullanım sıklıkları ile ilgili bir araştırmaya rastlanmamıştır.

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada Türkiye’de yaşayan bireylerin cinsiyet, yaş, aylık gelir, eğitim düzeyi, medeni durum ve bir psikolojik rahatsızlığın olup olmaması gibi değişkenlerin psikolojik savunma mekanizmaları ile ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonuçlarında katılımcıların savunma biçimlerine göre en fazla matür savunma biçimlerini, en az ise immatür savunma biçimlerini kullandıkları bulunmuştur. Bir bütün olarak savunma mekanizmaları içerisinde katılımcıların en sık kullandıkları savunma mekanizması antisipasyon iken; en az kullandıkları savunma mekanizması disosiyasyon olarak bulunmuştur.

Katılımcıların cinsiyetlerine göre kullandıkları savunma biçimlerinde anlamlı bir fark bulunmazken; kadınların dışa vurma, rasyonalizasyon ve bedenleştirme savunma mekanizmalarını kullanım sıklıkları erkeklerden; erkeklerin inkâr ve disosiyasyon savunma mekanizmalarını kullanım sıklıkları kadınlardan anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur. Katılımcıların yaşlarına göre matür savunma biçimlerinden yüceltme ve mizah savunma mekanizmalarının kullanım sıklıkları anlamlı bir farklılık göstermiştir. Nevrotik savunma biçimlerinden yapma-bozma, pseudo- altruizm, idealleştirme puanlarında anlamlı bir farklılık bulunurken; immatür savunma biçimlerinden yansıtma, pasif- saldırganlık, dışa vurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, inkar, yer değiştirme, disosiyasyon ve bölünme puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Katılımcıların medeni durumlarına göre kullandıkları baskılama (matür savunma biçimi), pseudo-alturizm ve karşıt tepki geliştirme (nevrotik savunma biçimi) ve disosiyasyon (immatür savunma biçimi) savunma mekanizmalarını kullanım sıklıkları evli bireylerin bekâr bireylerden anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte bekâr bireylerin bekâr bireylerin yansıtma, pasif saldırganlık, yalıtma, değersizleştirme ve bölünme savunma mekanizmalarını kullanım sıklığı evli bireylerden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Katılımcıların eğitim düzeyine göre matür savunma biçimi olan mizah savunma mekanizması, nevrotik savunma biçimlerinden yapma-bozma ve idealleştirme puanları

lise ve altı eğitim düzeyine sahip bireylerde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Rasyonalizasyon ve bedenleştirme dışındaki tüm immatür savunma mekanizmaları puanlarında gruplar arası anlamlı bir fark olduğu görülmüştür.

Katılımcıların gelir düzeyine göre antisipasyon, yansıtma, pasif saldırganlık, dışa vurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi savunma mekanizmaları anlamlı bir şekilde farklılaşmıştır.

Katılımcıların herhangi bir psikolojik rahatsızlığı olup olmama durumuna göre baskılama, yapma-bozma, yansıtma, pasif-saldırganlık, dışa vurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, yer değiştirme, bölünme, rasyonalizasyon, bedenleştirme savunma mekanizmalarının puanları anlamlı bir şekilde farklılık göstermiştir.

Psikolojik savunma mekanizmaları ve cinsiyet, yaş, aylık gelir, eğitim düzeyi, medeni durum ve bir psikolojik rahatsızlığın olup olmaması gibi değişkenleri ile ilişkisinin incelendiği bu araştırma bulgularından elde edilen sonuçlarla, konu ile ilgili yapılacak yeni çalışmalara çeşitli öneriler şöyledir:

1. Savunma biçimlerine dayalı olarak bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları hakkında farkındalık kazanmalarını ve kullanım sıklıklarını psikopatoloji oluşturmayacak şekilde yaşam kalitelerini dengede tutmasını sağlayacak özellikle eğitim seviyesi ve sosyoekonomik düzeyi düşük bireyler için bilinçlendirme çalışmaları yapılmalıdır.
2. Bu çalışmada bireylerin kullandıkları savunma biçimleri betimsel bir araştırma deseniyle incelendiğinden ilerleyen çalışmalarda bireylerin savunma biçimlerinin zaman içinde değişimi boylamsal olarak incelenebilir.
3. Bireylerin belirli durumlarda kullandıkları savunma mekanizmaları deneysel çalışmalarla incelenebilir.

KAYNAKÇA

- American Psychiatric Association ve Work Group to Revise DSM-III. (1987). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. Washington, DC: The American Psychiatric Association.
- Andrews, G., Pollock, C. ve Stewart, G. (1989). The determination of defense style by questionnaire. *Archives of general psychiatry*, 46(5), 455–460.
- Battista, J. R. (1982). Empirical test of Vaillant’s hierarchy of ego functions.
- Bilge, Y. (2018). Kişilik Bozuklukları ve Savunma Mekanizmaları. *Journal of Turkish Studies*, 13(Volume 13 Issue 10), 145-167. doi:10.7827/TurkishStudies.13576
- Bloom, S. L. ve Farragher, B. (2010). *Destroying sanctuary: The crisis in human service delivery systems*. Oxford University Press.
- Bodur, F. (1999). Defense Style Questionnaire (Savunma Biçimleri Testi) Ego Savunma Mekanizmaları Testinin Türkçe Formu Dil Eşdeğerliliği, Güvenirlik ve Geçerlilik Çalışması. *Unpublished master’s thesis, Istanbul University, Turkey*.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2017). Bilimsel araştırma yöntemleri. *Pegem Atıf İndeksi*, 1–360.
- Costa, R. M., Oliveira, G., Pestana, J., Costa, D. ve Oliveira, R. F. (2019). Do Psychosocial Factors Moderate the Relation between Testosterone and Female Sexual Desire? The Role of Interoception, Alexithymia, Defense Mechanisms, and Relationship Status. *Adaptive Human Behavior and Physiology*, 5(1), 13-30. doi:10.1007/s40750-018-0102-7
- Cramer, P. (1979). Defense Mechanisms in Adolescence. *Developmental Psychology*, 15(4), 476.
- Cramer, P. (1988). The Defense Mechanism Inventory: A review of research and discussion of the scales. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 142–164.

- Cramer, P. (2006). *Protecting the self: Defense mechanisms in action*. Protecting the self: Defense mechanisms in action. New York, NY, US: Guilford Press.
- Cramer, P. (2015). Defense mechanisms: 40 years of empirical research. *Journal of Personality Assessment, 97*(2), 114–122.
- Çağatay, S. E. (2014). Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmatik yaşantı düzeyi ile bağlanma stilleri ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi, 169.
- D’Abbadie de Nodrest, L., Sudres, J.-L., Schmitt, L. ve Yrondi, A. (2018). Play its blues when depression withstands...: Assessing effectiveness of a music-therapy program in a population suffering from resistant depressive disorder and/or bipolar disorder. *Annales Medico-Psychologiques, 176*(3), 266-272. doi:10.1016/j.amp.2016.10.013
- de Almeida Silva, V., Louzã, M. R., da Silva, M. A. ve Nakano, E. Y. (2016). Ego Defense Mechanisms and Types of Object Relations in Adults With ADHD. *Journal of Attention Disorders, 20*(11), 979-987. doi:10.1177/1087054712459559
- De Page, L., De Weerd, M., Egger, J. I. ve Rossi, G. (2018). Differentiation between Defensive Personality Functioning and Psychopathology as Measured by the DSQ-42 and MMPI-2-RF. *International journal of psychology and psychological therapy, 18*(3), 331–343.
- Diehl, M., Chui, H., Hay, E. L., Lumley, M. A., Grün, D. ve Labouvie-Vief, G. (2014). Change in coping and defense mechanisms across adulthood: Longitudinal findings in a European American sample. *Developmental Psychology, 50*(2), 634-648. doi:10.1037/a0033619
- Drapeau, M., Thompson, K., Petraglia, J., Thygesen, K. L. ve Lecours, S. (2011). Defense Mechanisms and Gender: An Examination of Two Models of Defensive Functioning Derived from the Defense Style Questionnaire. *International Journal of Psychology, 7*.
- Even-tzur, E. ve Hadar, U. (2019). Socially accepted violence by “agents of law”: Sublimation of aggression as a model. *Aggression and Violent Behavior, 47*, 21-28. doi:10.1016/j.avb.2019.01.005

- Freud, A. (2013). *Ben ve savunma mekanizmaları*. (Y. Erim, Çev.).
- Freud, S. (2015). *Bastırma ve Bastırılanın Geri Dönüşü*. (O. Kasap, Çev.). Telos Yayıncılık.
- George, D. ve Mallery, P. (2016). *IBM SPSS statistics 23 step by step: A simple guide and reference*. Routledge.
- Granieri, A., La Marca, L., Mannino, G., Giunta, S., Guglielmucci, F. ve Schimmenti, A. (2017). The relationship between defense patterns and DSM-5 maladaptive personality domains. *Frontiers in psychology*, 8, 1926.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. ve Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis* (7th bs.). Harlow: Pearson Education Limited.
- Hinton, P. R., McMurray, I. ve Brownlow, C. (2014). *SPSS Explained* (2 edition.). London ; New York: Routledge.
- Ho, R. (2014). *Handbook of Univariate and Multivariate Data Analysis with IBM SPSS* (2nd bs.). Boca Raton: CRS Press.
- Howell, D. C. (2013). *Statistical methods for psychology* (8th ed.). Belmont, California : Wadsworth Cengage Learning. <https://trove.nla.gov.au/version/177158539> adresinden erişildi.
- Jerome S. Blackman. (2014). *Zihnin Kendini Koruma Yolları 101 Savunma*. (Öznur Karakaş, Çev.) (2. baskı.).
- Jonason, P. K., Fletcher, S. A. ve Hashmani, T. (2019). Externalizing and internalizing, but not rationalizing: Some psychodynamic biases associated with the Dark Triad traits. *Personality and Individual Differences*, 137, 9-11. doi:10.1016/j.paid.2018.08.003
- Kalem, E. (1999). *Life style index (yaşam biçimi ölçeği) ego savunma mekanizmaları testinin türkçe formu dil eşdeğerliliği, güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları*. (Yayımlanmamış tez). İstanbul Üniversitesi.
- Klein, M. (2018). *Haset ve Şükran*. (O. Koçak ve Y. Erten, Çev.) (5. bs.).

- Levit, D. B. (1991). Gender differences in ego defenses in adolescence: Sex roles as one way to understand the differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(6), 992.
- Lobel, T. E. ve Winch, G. L. (1986). Different defense mechanisms among men with different sex role orientations. *Sex Roles*, 15(3-4), 215-220. doi:10.1007/BF00287486
- McWilliams, N. (2010). *Psikanalitik tanı: Klinik süreç içinde kişilik yapısını anlamak*. (E. Kalem, Çev.). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Mrozowicz-Wronska, M. (2019). A psychometric analysis of the Polish version of the Defense Style Questionnaire (DSQ-40) in a nonclinical sample of young adults. *Psychiatria I Psychologia Kliniczna-Journal Of Psychiatry And Clinical Psychology*, 19(1), 13–18.
- Nasio, J.-D. (2006). *Psikanalizin yedi temel kavramı = s Enseignement de 7 concepts cruciaux de la psychanalyse*. (Ö. Erşen ve M. Erşen, Çev.). Ankara: İmge.
- Negriy, V. A. (2016). Academic Achievement in Conjunction with Defense Mechanisms and the Level of Intellectual Development in High School Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 233, 91-93. doi:10.1016/j.sbspro.2016.10.151
- Parekh, M. A., Majeed, H., Khan, T. R., Khan, A. B., Khalid, S., Khwaja, N. M., ... Jehan, I. (2010). Ego defense mechanisms in Pakistani medical students: A cross sectional analysis. *BMC Psychiatry*, 10(1), 12. doi:10.1186/1471-244X-10-12
- Petraglia, J., Bhatia, M. ve Drapeau, M. (2017). Ten Principles to Guide Psychodynamic Technique with Defense Mechanisms: An Examination of Theory, Research, and Clinical Implications. *Journal of Psychology & Psychotherapy*, 07(01). doi:10.4172/2161-0487.1000288
- Pituch, K. ve Stevens, J. P. (2016). *Applied multivariate statistics for the social sciences: analyses with SAS and IBM's SPSS* (6th bs.). New York: Routledge.
- Prout, T. A., Gottdiener, W. H., Camargo, A. ve Murphy, S. (2018). The relationship between defense mechanisms and religious coping using a new two-factor solution for the

- Defense Style Questionnaire-40. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 82(3), 224-252.
doi:10.1521/bumc.2018.82.3.224
- Prunas, A., Di Pierro, R., Huemer, J. ve Tagini, A. (2019). Defense mechanisms, remembered parental caregiving, and adult attachment style. *Psychoanalytic Psychology*, 36(1), 64-72. doi:10.1037/pap0000158
- Recklitis, C. J., Yap, L. ve Noam, G. G. (1995). Development of a Short Form of the Adolescent Version of the Defense Mechanisms Inventory. *Journal of Personality Assessment*, 64(2), 360-370. doi:10.1207/s15327752jpa6402_14
- Ribadier, A., Dorard, G. ve Varescon, I. (2016). Personality and Defense Styles: Clinical Specificities and Predictive Factors of Alcohol Use Disorder in Women. *Journal of psychoactive drugs*, 48(5), 384–392.
- Sadock, B. J. ve Sadock, V. A. (Ed.). (2000). *Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry, Seventh Edition, Volume One & Volume Two* (7th edition.). Lippincott Williams & Wilkins.
- Solms, M., Turnbull, O. ve Sacks, O. W. (2015). *Beyin ve iç dünya: Öznel deneyimin sinirbilimine giriş*. (H. Atalay, Çev.).
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2012). *Using Multivariate Statistics* (6th bs.). Boston: Pearson Education.
- Vaillant, G. E. (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American psychologist*, 55(1), 89.
- Vaillant, G. E. (2011). Involuntary coping mechanisms: A psychodynamic perspective. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 13(3), 366-370.
- Waqas, A., Naveed, S., Aedma, K. K., Tariq, M. ve Afzaal, T. (2018). Exploring clusters of defense styles, psychiatric symptoms and academic achievements among medical students: A cross-sectional study in Pakistan. *BMC research notes*, 11(1), 782.

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



EKLER

EK1 Onam Formu

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU (BGOF)

CALIŞMANIN ADI:

Cinsiyet, Yaş ve Sosyoekonomik Durumun Psikolojik Savunma Mekanizmaları Üzerindeki Etkisi

*Aşağıda bilgileri yer almakta olan bir araştırma çalışmasına katılmanız istenmektedir. Çalışmaya katılıp katılmama kararı tamamen size aittir. Katılmak isteyip istemediğinize karar vermeden önce araştırmanın neden yapıldığını, bilgilerinizin nasıl kullanılacağını, çalışmanın neleri içerdiğini, olası yararları ve risklerini ya da rahatsızlık verebilecek yönlerini anlamanız önemlidir. Lütfen aşağıdaki bilgileri dikkatlice okumak için zaman ayırınız. Eğer çalışmaya katılma kararı verirsiniz, **Çalışmaya Katılma Onayı Formu**'nu imzalayınız. Çalışmadan herhangi bir zamanda ayrılmakta özgürsünüz. Çalışmaya katıldığınız için size herhangi bir ödeme yapılmayacak ya da sizden herhangi bir maddi katkı/malzeme katkısı istenmeyecektir.*

CALIŞMANIN KONUSU VE AMACI :

15-65 yaş bireylerde cinsiyet, yaş ve eğitim durumu, doğum yeri, meslek ve medeni durumu gibi sosyoekonomik durumlarının psikolojik savunma mekanizmaları üzerinde etkisi olabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmada bireylerin kişisel bilgileri ile savunma mekanizmalarının incelenmesi ve kullandıkları savunma mekanizmalarının yaş, cinsiyet ve diğer demografik bilgilerine göre değişikliklerin incelenmesi amaçlanmıştır.

CALIŞMA İŞLEMLERİ:

Bu çalışmaya katıldığınız takdirde size doldurmanız gereken 2 adet form verilecektir. Bunlardan ilkinde bazı demografik verilerinizle ilgili sorular bulunmaktadır. Bu form çalışmacılar tarafından hazırlanmıştır. Diğer form ise standardize ölçektir. Bu ölçek sizin savunma biçimlerinizi değerlendirmektedir. Tüm formları eksiksiz doldurmanız beklenmektedir.

CALIŞMAYA KATILMAMIN OLASI YARARLARI NELERDİR?

Çalışmaya katılmanız durumunda literatüre bu konu hakkında destek sağlayarak veri eklememize yardımcı olacaksınız.

KİŞİSEL BİLGİLERİM NASIL KULLANILACAK?

İsim, soy isim veya şahsınızı deşifre edebilecek hiçbir bilgi kullanılmayacak ve açıklanmayacaktır.

SORU VE PROBLEMLER İÇİN BAŞVURULACAK KİŞİLER :

1. Büşra Aksu
[Tel: 0531 662 30 87](tel:05316623087)
Mail: bushraaksu@gmail.com

Çalışmaya Katılma Onayı

Yukarıdaki bilgileri ilgili araştırmacı ile ayrıntılı olarak tartıştım ve kendisi bütün sorularımı cevapladı. Bu bilgilendirilmiş olur belgesini okudum ve anladım. Bu araştırmaya katılmayı kabul ediyor ve bu onay belgesini kendi hür irademle imzalıyorum. Bu onay, ilgili hiçbir kanun ve yönetmeliği geçersiz kılmaz. Araştırmacı, saklamam için bu belgenin bir kopyasını çalışma sırasında dikkat edeceğim noktaları da içerecek şekilde bana teslim etmiştir.

<i>Gönüllü Adı Soyadı:</i>		<i>Tarih ve İmza:</i>
<i>Telefon:</i>		

<i>Vasi (var ise) Adı Soyadı:</i>		<i>Tarih ve İmza:</i>
<i>Telefon:</i>		

<i>Arařtırmacı² Adı Soyadı:</i>		<i>Tarih ve İmza:</i>
<i>Adres ve Telefon:</i>		

1: Gönüllünün bilgilendirilme işlemine başından sonuna dek tanıklık eden kişi

2:Gönüllüyü araştırma hakkında bilgilendiren kişi

EK 2 Kişisel Bilgi Formu

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1. Yaşınız:

15-18

19-25

26-30

31-35

36-48

49-65

2. Cinsiyet:

Kadın

Erkek

Diğer

3. Eğitim Durumu:

Okur/yazar-ilkokul

Ortaokul-lise

Üniversite

Yüksek Lisans

Diğer

4. Medeni Durum:

Evli

Bekar

Diğer

5. Aylık gelir:

2000-3000

3001-5000

5001-8000

Diğer

6. Herhangi bir psikolojik rahatsızlığınız var mı?

Evet

Hayır

7. Meslek:

EK 3 Savunma Biçimleri Testi-40

SBT-40

Lütfen her ifadeyi dikkatle okuyup, bunların size uygunluğunu yan tarafında 1 den 9 a kadar derecelendirilmiş skala üzerinde seçtiğiniz dereceyi çarpı şeklinde (X) işaretlemek suretiyle gösteriniz.

Örnek:

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 ~~X~~ 7 8 9 Bana çok uygun

1. Başkalarına yardım etmek hoşuma gider, yardım etmem engellenirse üzülürüm.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

2. Bir sorunum olduğunda, onunla uğraşacak vaktim olana kadar o sorunu düşünmemeyi becerebilirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

3. Endişemin üstesinden gelmek için yapıcı ve yaratıcı şeylerle uğraşırım(resim, el işi, ağaç oyma)

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

4. Arada bir bu gün yapmam gereken işleri yarına bırakırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

5. Kendime çok kolay gülerim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

6. İnsanlar bana kötü davranmaya eğilimlidir.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

7. Birisi beni soyup paramı çalsa, onun cezalandırılmasını değil ona yardım edilmesini isterim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

8. Hoş olmayan gerçekleri, hiç yokmuşlar gibi görmezlikten gelirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

9. Süpermen' mişim gibi tehlikelere aldırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

10. İnsanlara, sandıkları kadar önemli olmadıklarını gösterebilme yeteneğimle gurur duyarım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

11. Bir şey canımı sıktığında, çoğu kez düşüncesizce ve tepkisel davranırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

12. Hayatım yolunda gitmediğinde bedensel rahatsızlıklara yakalanırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

13. Çok tutuk bir insanım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

14. Her zaman doğruyu söylemem

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

15. Sorunsuz bir yaşam sürdürmemi sağlayacak özel yeteneklerim var.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

16. Seçimlerde bazen haklarında çok az şey bildiğim kişilere oy veririm.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

17. Bir çok şeyi gerçek yaşamımdan çok hayalimde çözerim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

18. Hiçbir şeyden korkmam

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

19. Bazen bir melek olduğumu, bazen de bir şeytan olduğumu düşünürüm.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

20. Kırıldığımda açıkça saldırgan olurum.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

21. Her zaman, tanıdığım birinin koruyucu melek gibi olduğunu hissedirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

22. Bana göre, insanlar ya iyi ya da kötüdürler.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

23. Patronum beni kızdırırsa, ondan hıncımı çıkarmak için ya işimde hata yaparım ya da işi yavaşlatırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

24. Her şeyi yapabilecek güçte, aynı zamanda son derece adil ve dürüst olan bir tanıdığım var.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

25. Serbest bıraktığımda, yaptığım işi etkileyebilecek olan duygularımı kontrol edebilirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

26. Genellikle, aslında acı verici olan bir durumun gülünç yanını görebilirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

27. Hoşlanmadığım bir işi yaptığımda başım ağrır.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

28. Sık sık, kendimi kesinlikle kızmam gereken insanlara iyi davranırken bulurum.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

29. Hayatta, haksızlığa uğruyor olduğuma eminim

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

30. Sınav veya iş görüşmesi gibi zor bir durumla karşılaşacağımı bildiğimde, bunun nasıl olabileceğini hayal eder ve başa çıkmak için planlar yaparım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

31. Doktorlar benim derdimin ne olduğunu hiçbir zaman gerçekten anlamıyorlar.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

32. Haklarım için mücadele ettikten sonra, girişken davrandığımdan dolayı özür dilemeye eğilimliyimdir.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

33. Üzüntülü veya endişeli olduğumda yemek yemek beni rahatlatır.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

34. Sık sık duygularımı göstermediğim söylenir.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

35. Eğer üzüleceğimi önceden tahmin edebilirsem, onunla daha iyi baş edebilirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

36. Ne kadar yakınırsam yakınayım, hiçbir zaman tatmin edici bir yanıt alamıyorum.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

37. Yoğun duyguların yaşanması gereken durumlarda, genellikle hiçbir şey hissetmediğimi fark ediyorum.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

38. Kendimi elimdeki işe vermek, beni üzüntülü veya endişeli olmaktan korur.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

39. Bir bunalım içinde olsaydım, aynı türden sorunu olan birini arardım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

40. Eğer saldırganca bir düşüncem olursa, bunu telafi etmek için bir şey yapma ihtiyacı duyarım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

BÜŞRA AKSU

Doğum Yeri ve Tarihi: Gemlik/21.10.1987

E-mail: bushraaksu@gmail.com

İŞ DENEYİMİ:

Şubat 2018-Üsküdar Üniversitesi, Psikolojik danışmanlık Birimi Asistan Psikolog

Ocak 2019-La vita Psikolojik Danışmanlık Merkezi, Psikolog

EĞİTİM DURUMU:

2017-2019 Üsküdar Üniversitesi, Klinik Psikoloji

2010-2014 International University of Sarajevo, Psychology

YABANCI DİL

İngilizce- 9/10