

Ergenlikte Aleksitimi Özellikleri ile Kişiler Arası İlişki Biçimleri ve Problem Çözme Yetileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Elif KUYUCU*, Arzu ÖNAL SÖNMEZ**, Ayten ERDOĞAN***, Zekeriya Deniz AKTAN****

Öz

Amaç: Bu araştırmanın amacı ergenlerdeki aleksitimik özellikler ile bunların kişiler arası ilişki biçimleri ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. **Metod:** Araştırmaya yaşları 12-15 arasında değişen 103 ergen dahil edilmiştir. Araştırmaya katılan gruba Sosyodemografik Veri Formu, Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği, Çocuklar için Problem Çözme Envanteri ve Kişilerarası İlişkiler Ölçeği uygulanmıştır. **Bulgular:** Ergenlerin aleksitimik özellikleri ile problem çözme becerileri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca, ergenlerin aleksitimik özellikleri ile kişiler arası ilişki tarzlarından besleyici ilişki tarzı ile negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişkiye rastlanırken, ketleyici ilişki tarzı ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. **Sonuç:** Ergenlerin aleksitimik özellikleri ile problem çözme becerileri ve kişiler arası ilişki tarzları arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Aleksitimik ergenlerin ilişki biçimlerini değerlendirebilmek açısından kişiler arası ilişki tarzlarını anlamının önemli olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Aleksitimi, Kişiler Arası İlişkiler, Problem Çözme Becerileri, Ergenlik, İlişki

Examining the Relationship between Alexithymia Features in Adolescents and Interpersonal Relationship Styles and Problem Solving Abilities in Adolescents

Abstract

Objective: The aim of this study is examining the relationship between alexithymic features in adolescents and their interpersonal relationship styles and problem solving abilities. **Methods:** A hundred and three subjects were enrolled to the study. Participants were given sociodemographic properties form, Alexithymia Scale for Children, Problem Solving Skills Scale for Children and Interpersonal Relationship Styles Scale. **Results:** The



Özgün Araştırma Makalesi (Original Research Article)

Geliş/Received: 26.10.2018

Kabul/Accepted: 09.12.2021

DOI: <https://dx.doi.org/10.17336/igusb.473009>

* Psikolog, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye.

E-posta: ekuyucu90@gmail.com ORCID <https://orcid.org/0000-0001-9853-178X>

** Dr. Öğr. Üyesi, Beykent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, İstanbul, Türkiye. E-posta: arzudr@yahoo.com ORCID <https://orcid.org/0000-0001-7370-9211>

*** Prof. Dr., İstanbul Gelişim Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye. E-posta: aytenerd@yahoo.com ORCID <https://orcid.org/0000-0001-5259-1154>

**** Psikolog, Işık Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye. E-posta: denizaktan@gmail.com ORCID <https://orcid.org/0000-0003-1757-2024>

relationship between alexithymic features in adolescents and problem solving abilities is negatively directed. In addition to this, there is a statistically significant and negative correlation between alexithymic features in adolescents and nourishing relationship style which is the subscale of interpersonal relationship styles. However, there is no statistically significant correlation between alexithymic features in adolescents and interlocking relationship style which is the subscale of interpersonal relationship styles. Conclusion: The results of the study put forth that there is a significant relationship between alexithymic features in adolescents and their interpersonal relationship styles and problem solving abilities. Evaluation of alexithymic features in adolescents could be important to understand their interpersonal relationships styles.

Keywords: Alexithymia, Interpersonal Relationships, Problem Solving Skills, Adolescence, Relationship

Giriş

Aleksitimi duyguları fark etme, tanımlama ve diğer kişilere ifade etme ve duyguları bedensel tepkilerden ayırıştırarak anlatmadaki güçlük şeklinde tanımlanan iki önemli eksiklikten meydana gelmektedir (Bagby, Taylor, Parker, & Dickens, 2006). Aleksitimi kendi içsel süreçlerinin farkında olup onları anlamlandırmakta zorlanma, kendileri ile ilgili doğru ve sağlıklı karar verememe ve bununla ilişkili yaşanan sorunlar olarak da tanımlanabilir. Bu nedenle dış dünya ile ilişki kurmakta zorlanmaya ve buna bağlı kişiler arası ilişkilerde sorun yaşanmasına neden olduğu ileri sürülmektedir (Morris, 2002; Özdal, 2021). Empatik duyarlılık ile iletişim becerileri arasında pozitif yönde ilişki olduğu bilinmektedir (Ozkartal & Ustu, 2019). Aleksitimik bireyler, duygularını anlamlandırarak ifade edememeleri nedeniyle empati kurmakta zorlanmaktadırlar (Aaron ve ark. 2015). Empati kurmakta zorlanan aleksitimik özelliklere sahip bireylerin problem çözmekte güçlük yaşadıkları ve kaçınma davranış sergiledikleri belirtilmektedir (Ereyi, 2017; Öğülmüş, 2001) Bu bireyler aynı zamanda geri çekilmiş, utangaç tavırlar sergileyen, özgüveni düşük bireyler olarak değerlendirilmektedirler (Haviland, Warren, & Riggs, 2000). Bunun sonucu olarak da aleksitimi özelliklerine sahip bireylerin kişiler arası ilişkilerinde olumsuzluklar ve buna bağlı daha fazla sorun yaşadığı izlenmektedir (Besharat, 2010). Yaş arttıkça aleksitimi düzeyinin arttığı ve iletişim düzeyinin azaldığı düşünülmektedir (Sevindi & Kumcağız 2017). Yaş arttıkça çevreden tepki alacaklarını düşünerek kendilerini ifadede çekimser davrandıkları varsayılmaktadır. Literatürde yaşa göre farklılıkların incelendiğinde yaş yükseldikçe duyguları ifade etmede güçlükler yaşandığı ve empatik eğilimlerinin azaldığı belirtilmektedir (Gökçearslan & Durakoğlu, 2014).

Normal popülasyonda %18.8 olarak karşılaşılan aleksitimi ile ilgili çocuk ve ergen popülasyonunda az sayıda çalışma bulunmaktadır (Koçak, 2002; Sevindi & Kumcağız, 2017). Bu çalışmada ergenlerin aleksitimik özellikleri ile onların kişiler arası ilişki tarzları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi hedeflenmiştir.

1. Yöntem

Bu araştırma, ergenlerin aleksitimi özellikleri ile kişiler arası ilişki tarzları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek üzere ilişkisel tarama modeline uygun olarak hazırlanmıştır. Araştırmaya İstanbul ilinin, Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı özel bir okulun, öğrenim merkezine devam eden 12-15 yaş aralığındaki ergenler dahil edilmiştir. Hastalardan ve ailelerinden onam formu alınmıştır. Dışlama kriterleri; DSM V

(The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition) ölçütlerine göre herhangi bir psikiyatrik tanı almış olmak ve psikiyatrik tedavi sürecinde olup herhangi bir ilaç kullanıyor olmak olarak belirlenmiştir. Araştırmanın analiz aşamasına başlamadan önce 105 vakalılık bir örneklemin söz konusu olduğu bu çalışmada dışlama kriterleri dolayısıyla iki vakadan elde edilen veriler araştırma dışında bırakılmış ve 103 vaka çalışmaya dâhil edilmiştir.

2. Veri Toplama Araçları

2.1. Sosyodemografik Özellikler Veri Formu

Araştırmacılar tarafından hazırlanan sosyodemografik veri formunda sırasıyla; yaş, cinsiyet, eğitim durumu, anne ve babalarının hayatta olup olmadığı, vakaların anne ve babalarının birlikte yaşayıp yaşamadıkları, katılımcıların kardeş sayısı, psikiyatrik veya ruhsal bir sorun nedeniyle herhangi bir merkeze başvuru durumları sorgulanmıştır.

2.2. Çocuklar İçin Aleksitimi Ölçeği (ÇAÖ)

Çocukların aleksitimik özelliklerini ölçmek amacıyla geliştirilen Çocuklar İçin Aleksitimi Ölçeği, Koçak ve arkadaşları tarafından 2015 yılında Türk dil ve kültürüne uyarlanmıştır (Rieffe ve ark., 2006). Ölçeğin orijinal hali Duyguları Tanıma Güçlüğü (7 madde), Duyguları Açıklama Güçlüğü (5 madde) ve Dışsal Yönelimli Düşünme (8 madde) olmak üzere üç alt boyutu kapsamakta olup, toplam 20 maddeden meydana gelmektedir (Rieffe, Oosterveld, Terwogt, 2006; Koçak, 2015). Ölçeğin orijinalinin geçerlik güvenirlik çalışmasında Chronbach alpha içtutarlılık katsayısı .78 olarak bulunmuştur.

2.3. Çocuklar İçin Problem Çözme Becerileri Envanteri (ÇPÇE)

Çocuklar İçin Problem Çözme Becerileri Envanteri, Serin ve arkadaşları (2010) tarafından geliştirilen 24 maddeden oluşan ölçek üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek ilkökul ve ortaokul düzeyindeki çocukların problem çözme becerileri algılarını ölçmeye yönelik olarak hazırlanmıştır (Serin, Serin, & Saygılı, 2010). ÇPÇE, 24 maddelik, 1-5 arası puanlanan 5'li likert tipi, bireyin problem çözme becerilerini değerlendiren bir ölçektir.

2.4. Kişiler Arası İlişkiler Ölçeği (KİÖ)

Kişiler Arası İlişkiler Ölçeği, Şahin ve arkadaşları (1994a) tarafından "Stress Management: Positive Strategy" isimli paket programın el kitabında bulunan davranış listesinden örnek alınarak oluşturulmuştur. Ölçeğin amacı kişilerin diğer bireylerle olan etkileşim tarzını belirlemektir (Şahin, Durak, & Yasak, 1994). Ölçek, besleyici ve ketleyici ilişki tarzları olmak üzere iki alt ölçeği içermektedir. Ölçek 31 maddeden oluşmaktadır. Her madde 0-3 arasında değişen Likert tipi bir ölçek üzerinde değerlendirilmekte ve puanlanmaktadır. Ergenlerin kişiler arası ilişki tarzları konusunda kendi algılayışlarını ölçen bir değerlendirme aracıdır.

3. İstatistiksel Analiz

Bu çalışmada istatistiksel analizler NCSS (Number Cruncher Statistical System) 2007 Statistical Software (Utah, USA) paket programı ile yapılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel metotların (ortalama, standart sapma) yanı sıra normal dağılım gösteren değişkenlerin ikili grupların karşılaştırmasında bağımsız t

testi, değişkenlerin birbirleri ile ilişkilerini belirlemede Pearson korelasyon testi kullanılmıştır. Sonuçlar, anlamlılık $p < 0,05$ düzeyinde değerlendirilmiştir.

4. Bulgular

Örneklem grubu 103 ergenden oluşmakta olup yaş ortalaması 13,52 olarak saptanmıştır. Bu grubun %56,3'ünü kız ve %43,7'sini erkek çocuklar oluşturmaktadır.

Araştırmada kullanılan Çocuklar için Problem Çözme Becerileri Envanteri (ÇPÇE), Kişiler Arası İlişkiler Ölçeği (KİÖ) ve Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği (ÇAÖ) skorları ile ilgili bilgiler Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Araştırmada Kullanılan Ölçeklere İlişkin Bilgiler

Kullanılan Ölçekler	Min.	Max.	Ort±SS
Problem çözme becerisine güven	38	60	50.24±3.96
Öz denetim	11	31	21.26±6.02
Kaçınma	12	25	20.21±2.93
Çocuklar için problem çözme envanteri toplam puan	62	112	91.72±11.89
Açık	0	18	7.61±4.29
Saygılı	3	19	7.69±2.78
Ben merkezci	6	15	11.17±1.71
Küçümseyici	16	30	24.02±3.17
Kişiler arası ilişki tarzları toplam puan	34	67	50.5±7.67
Duyguları tanımlama güçlüğü	1	7	3.07±1.94
Duyguları açıklama güçlüğü	0	9	4.24±1.99
Dışsal yönelimli düşünme	3	12	6.79±2.49
Çocuklar için aleksitimi ölçeği toplam puan	5	26	14.1±5.68

Ort: Ortalama, SS: Standart sapma

ÇPÇE toplam puanları ile ÇAÖ toplam puanları arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı korelasyon gözlenmiştir ($r = -0,757$ $p = 0,0001$) (Tablo 2).

Tablo 2. Aleksitimi Skorları ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki Pearson Korelasyon Analiz Sonuçları

		PÇBG	ÖD	K	Toplam
DTG	r	-0.612	-0.714	-0.596	-0.712
	p	0.0001	0.0001	0.0001	0.0001
DAG	r	-0.531	-0.509	-0.435	-0.542
	p	0.0001	0.0001	0.0001	0.0001
DYD	r	-0.616	-0.707	-0.717	-0.740
	p	0.0001	0.0001	0.0001	0.0001
Toplam	r	-0.665	-0.732	-0.669	-0.757
	p	0.0001	0.0001	0.0001	0.0001

DTG: Duyguları Tanımlama Güçlüğü alt boyutunu, DAG: Duyguları Açıklama Güçlüğü alt ölçeğini, DYD: Dışsal Yönelimli Düşünme alt boyutunu; PÇBG: Problem Çözme Becerine Güven alt boyutunu, ÖD: Öz Denetim alt boyutunu ve K: Kaçınma alt boyutunu temsil etmektedir.

Ergenlerdeki aleksitimik özellikler ile bu kişilerin kişiler arası ilişki tarzları arasındaki ilişkiler incelendiğinde ÇAÖ-toplam puanları ile KİÖ-besleyici ilişki tarzı

toplam puanları arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmuştur ($r=-0,276$, $p=0,043$) (Tablo 3).

Ayrıca, dışsal yönelimli düşünme ile KİÖ-küçümseyici ($r=-0,438$, $p=0,001$) alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunurken benmerkezci ($r=0,013$, $p=0,896$) alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Tablo 3).

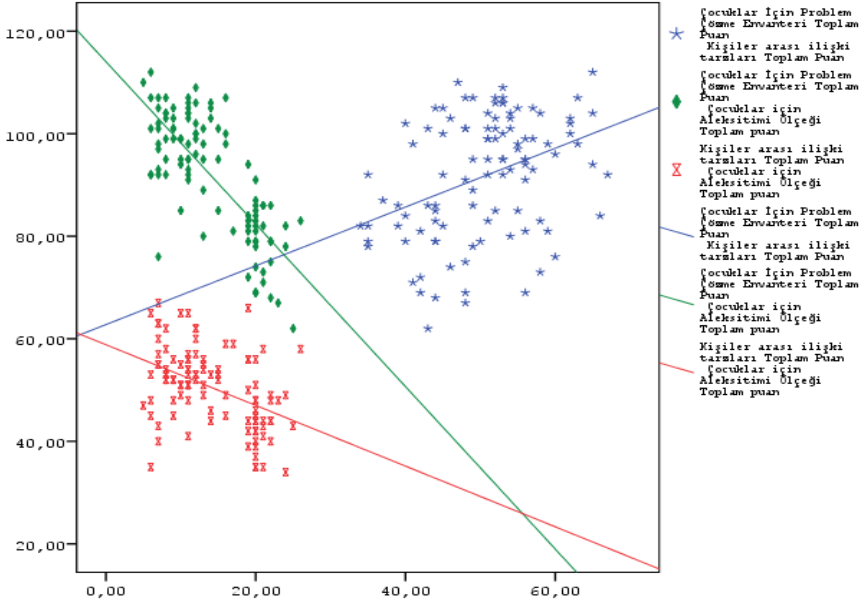
Tablo 3. Aleksitimi Skorları ile Kişiler Arası İlişkiler Ölçeği Arasındaki Pearson Korelasyon Analiz Sonuçları

		Kişiler Arası İlişkiler Ölçeği						
		Açık	Saygılı	Besleyici Toplam	Ben Merkezci	Küçümseyici	Ketleyici Toplam	
Çocuklar için Aleksitimi Ölçeği	DTG	r	-0,303	0,239	-0,312	-0,042	-0,462	-0,257
		p	0,002	0,015	0,004	0,674	0,001	0,081
	DAG	r	-0,201	0,160	-0,255	0,023	-0,295	-0,288
		p	0,041	0,006	0,008	0,820	0,002	0,003
	DYD	r	-0,314	-0,169	-0,152	0,013	-0,438	-0,415
		p	0,001	0,088	0,061	0,896	0,001	0,001
	Toplam	r	-0,312	0,211	-0,276	-0,001	-0,453	-0,139
		p	0,001	0,032	0,043	0,995	0,001	0,091

DTG: Duyguları Tanımlama Güçlüğü alt boyutunu, DAG: Duyguları Açıklama Güçlüğü alt ölçeğini, DYD: Dışsal Yönelimli Düşünme alt boyutunu teslim etmektedir.

Sonuçlar değerlendirildiğinde Aleksitimi puanları ile Problem Çözme Becerileri ve KİÖ arasında negatif yönlü bir ilişkiye ulaşılmıştır (Şekil 1).

Şekil 1. Aleksitimi, Çocuklar İçin Problem Çözme Becerileri ve Kişiler Arası İlişki Tarzları Besleyici İlişki Tarzı Toplam Puanlarının Birbirleri İle Olan İlişkisi



Yaş özellikleri ile problem çözme becerileri ölçeğinden alınan skorlar arasındaki ilişki incelendiğinde yaş değerleri ile Problem Çözme Becerisine Güven ($p=0,01$) ve Öz Denetim ($p=0,02$) skorları arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir ($p<0,05$). Öte yandan vakaların yaş değerleri ile Kaçınma ($p=0,03$) skorları arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon saptanmıştır ($p<0,05$)

Eğitimi durumu ile problem çözme becerileri ölçeğinden alınan skorlar arasındaki ilişki incelendiğinde yaş değerleri ile Problem Çözme Becerisine Güven ($p=0,03$) ve Öz Denetim ($p=0,02$) skorları arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir ($p<0,05$). (Tablo 4).

Tablo 4. Problem Çözme Becerileri ile Kişiler Arası İlişki Tarzları Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		Kişiler Arası İlişkiler Ölçeği					
		Açık	Saygılı	Besleyici Toplam	Ben Merkezci	Küçümseyici	Ketleyici Toplam
PÇBG	r	0,193	0,121	0,171	0,035	0,277	0,259
	p	0,051	0,223	0,002	0,726	0,005	0,078
ÖD	r	0,292	0,103	0,351	0,140	0,366	0,383
	p	0,003	0,298	0,008	0,160	0,0001	0,0001
K	r	0,295	0,161	0,157	0,038	0,215	0,362
	p	0,003	0,104	0,102	0,704	0,101	0,0001
Toplam	r	0,284	0,132	0,311	0,068	0,355	0,169
	p	0,004	0,182	0,003	0,493	0,008	0,062

PÇBG: Problem Çözme Becerisine Güven alt boyutunu, ÖD: Öz Denetim alt boyutunu ve K Kaçınma alt boyutunu temsil etmektedir.

5. Tartışma

Aleksitimi özelliklerinin yaşları 12 ile 15 arasında değişen ergenlerde kişiler arası ilişki tarzları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada ergenlik dönemindeki aleksitimik özellikler ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki incelenmiş, katılımcıların aleksitimi ölçeğinden aldıkları toplam skorlar ile problem çözme becerileri ölçeğinden aldıkları toplam skorlar arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu sonuç hipotezimizi destekler nitelikte olup ergenlerin aleksitimik özellikleri arttıkça problem çözme becerilerinin azaldığını göstermektedir. Ergenlerin duyguları tanımlama güçlükleri arttıkça problem çözme becerilerine olan güvenlerinin ve problemler karşısında öz denetimlerinin azaldığı, duyguları tanımlama gücüğü arttıkça kaçınma davranışının da arttığı düşünülmektedir.

Literatürde aleksitimi ve problem çözme becerilerini ergenlerde inceleyen çalışmaların sayısının oldukça az olduğu ve bu çalışmaların sonuçlarının araştırma verilerimizde elde edilen bulgularla benzer sonuçlara varıldığı görülmektedir. Empati kurmakta zorlanan aleksitimi özelliklerine sahip bireylerin, problem çözmekte zorlandıkları ve kaçınma davranışı sergiledikleri görülmektedir (Öğülmüş, 2001). Problem çözme becerisinin kişinin özgüveni ile ilişkili olduğu ve kişinin özgüveni arttıkça problem çözme beceri yetisinin de o kadar arttığı öne sürülmektedir (Leighton JP, 2003; REBOK vd, 2019). Öte yandan aleksitimik belirtiler gösteren bireylerin aynı zamanda içe kapanık, utangaç, özgüveni düşük, birçok konuda yetersizlik duyguları hisseden ve düşük egoya sahip bireyler olarak kabul edilmektedirler (Haviland, Warren, & Riggs, 2000;

Taylor, Parker, Bagby, & Acklin, 1992; Willemsen, Roseeuw, & Vanderlinden, 2008; Meganck, Vanheule, Desmet, & Inslegers, 2010). Bu bulgulara göre aleksitimi skoru yüksek olan bireylerin problem çözme becerilerine olan inançlarının daha düşük olduğu, dolayısıyla özdenetim skorlarının düşük olması ve problemler karşısında kaçınmacı davranış göstermelerinin beklenen bir sonuç olduğu düşünülmektedir (Koçak, 2002). Bu araştırmanın bulguları ile söz konusu çalışmaların sonuçlarının paralel olduğu görülmektedir.

Aleksitimik özelliklere sahip bireyler, kişiler arası ilişkilerinde olumsuz ilişkilere sahip oldukları ve kişiler arası ilişkilerinde daha fazla sorunlar yaşadıkları düşünülmektedir (Besharat, 2010). Aynı şekilde aleksitimik özelliklere sahip bireylerin olumsuz ilişki tarzlarını benimsedikleri, bu kişilerin özellikle öfke duygularını ifade etmekte zorlandıkları görülmektedir (Berenbaum & Irvin, 1996; Ling, 2020).

Aleksitimi ölçeğinden alınan skorlar ile kişiler arası ilişki tarzları besleyici ilişki tarzı arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır. Literatürle uyumlu olarak, ketleyici ilişki tarzı ile anlamlı bir ilişki saptanmamış, aleksitimi ölçeğindeki skorlar arttıkça besleyici ilişki tarzlarında azalma olduğu izlenmiştir. Aleksitimi skoru yüksek olan bireylerin aleksitimi skoru düşük olanlara oranla kişiler arası ilişki tarzlarında daha çok ketleyici daha az besleyici ilişki tarzını benimsedikleri görülmüştür (Aksoy & Çoban, 2017; Oktay & Batigün, 2014). Ayrıca benzer bir biçimde aleksitimik özelliklere sahip bireylerin daha fazla öfke ve düşmanlık yaşadıkları, bu bireylerin daha çok benmerkezci ve küçümseyici ilişki tarzını benimsedikleri, derin ilişkiler kuramadıkları, kurdukları ilişkileri sürdürmekte zorlandıkları ve bundan dolayı çevreleriyle uyumlu olmak için aşırı çaba harcadıkları düşünülmektedir (Demet, Devci, Özmen, Şen, & İçelli, 2002). Bu nedenle aleksitimik skoru yüksek olan bireylerin besleyici ilişki tarzından yüksek skor almaları olumlu ilişki tarzı olarak değerlendirilmemektedir (McDougall, 1982). Aleksitimik özelliklerin bireylerin kişiler arası ilişkilerde problem yaşamasına neden olabilecek bir etken olduğu, bu özelliklere sahip bireylerin ilişkilerinde olumsuz ilişki tarzına sahip olduklarını öne süren çalışmalar bulunmaktadır (Spitzer, Siebel-Jürges, Barnow, Grabe, & Freyberger, 2005; Zorzella, Muller, Cribbie, Bambrah & Classen, 2020). Öte yandan aleksitimi ile kişiler arası ilişki tarzları saygılı alt boyutu arasında pozitif yönlü bir ilişkinin olması beklenmeyen bir durum iken benzer sonucu rastlayan çalışmalar bulunmaktadır. Aleksitimik özelliklere sahip bireylerin ilişkilerinde problem yaşamamak için çok fazla çaba harcamalarının bu durumu açıklayabileceği düşünülmektedir (Epözdemir, 2005; McDougall, 1982; Rohner & Ali, 2020). Ergenlerin aleksitimi ölçeğinden aldıkları skor arttıkça kişilerin küçümseyici ilişki tarzı skorları azalmaktadır. Araştırmanın bu sonucu literatürdeki çalışmalarla dolaylı olarak benzerlik göstermektedir. Ancak, aleksitimik bireylerin aleksitimik özelliklere sahip olmayanlara göre kendilik değerlerinin anlamlı düzeyde düşük olduğu ve kendilik algılarının olumsuz olduğu belirtilmektedir (Batigün & Büyüksahin, 2008; Fatih & Özmüş, 2020).

Dolayısıyla bu bireylerin kendilerini diğer insanlardan üstün görüp küçümseyici bir ilişki tarzı benimsemelerinin beklenen bir durum olmaması, söz konusu araştırmalar dikkate alındığında araştırma verilerimizden elde edilen bu negatif yönlü ilişkiye benzerlik göstermektedir (Sayar, Kose, Grabe, & Topbas, 2005; Runcan, 2020).

Ergenlerin problem çözme becerileri arttıkça besleyici ilişki tarzları da artmaktadır. Çalışmamız ile uyumlu olarak ergenlerin kişiler arası ilişki tarzlarını belirleyen faktörlerin problem çözme becerilerinin önemli yordayıcılardan biri olduğu gösterilmiştir. Problem çözme becerileri ile olumlu kişiler arası ilişkiler arasında pozitif yönlü bir ilişki söz konusudur (Erözkan, 2009; Sungur, 2018). Bu bulgulara göre problem çözme becerileri ölçeğinden yüksek skor alanların kişiler arası ilişki tarzları ölçeği alt boyutu olan besleyici/olumlu kişiler arası ilişkiler ölçeğinde de yüksek skor alması beklenen bir durumdur. Öte yandan çalışmamızda problem çözme becerileri ölçeğinden

alınan skor ile kişiler arası ilişki tarzları alt boyutu olan ketleyici ilişki tarzı ölçeğinden alınan skor arasında anlamlı bir ilişki bulunamamış ancak iki değişken arasında negatif yönlü ilişki saptayan çalışmalar literatürde görülmektedir (D'Zurilla, Nezu, & Maydeu-Olivares, 2004; Nezu, 2021). Ergen örneklem grubunun oluşturduğu çalışmamızda ketleyici ilişki tarzına rastlanmamış olması aile ile kurulan bağın ergenlikle beraber arkadaş çevresine kayması, onlar tarafından kabul görmenin ergen için çok önemli olması kişiler arası ilişki tarzında olumlu ilişkiler geliştirmesine neden olabileceği düşünülmektedir.

Çalışmaya alınan ergenlerin sayısının ve yaş grubunun sınırlı olması çalışmanın kısıtlılıklarındandır. Ayrıca çok merkezli ve daha geniş bir popülasyonda yapılmasının verileri güçlendirebileceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak, bu araştırma ile normal popülasyondaki ergenlerin aleksitimik özellikleri ile problem çözme becerileri ve kişiler arası ilişkileri arasındaki ilişkinin incelenmiş olup ergenlerin aleksitimik özellikleri ile problem çözme becerileri ve kişiler arası ilişki tarzları arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

KAYNAKÇA

- AARON, R. V., BENSON, T. L., & PARK, S. (2015). Investigating the role of alexithymia on the empathic deficits found in schizotypy and autism spectrum traits. *Personality and Individual Differences*, 77, 215-220.
- AKSOY, M., & ÇOBAN, G. İ. (2017). Hemşirelik öğrencilerinin aleksitimi düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 14(1), 45-51.
- BAGBY, R. M., TAYLOR, G. J., PARKER, J. D., & DICKENS, S. E. (2006). The development of the Toronto Structured Interview for Alexithymia: item selection, factor structure, reliability and concurrent validity. *Psychotherapy and psychosomatics*, 75(1), 25-39.
- BATIGÜN, A. D., & BÜYÜKŞAHİN, A. (2008). Aleksitimi: Psikolojik Belirtiler ve Bağlanma Stilleri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 11(3).
- BERENBAUM, H., & IRVIN, S. (1996). Alexithymia, anger, and interpersonal behavior. *Psychotherapy and psychosomatics*, 65(4), 203-208.
- BESHARAT, M. A. (2010). Relationship of alexithymia with coping styles and interpersonal problems. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 614-618.
- D'ZURILLA, T. J., NEZU, A. M., & MAYDEU-OLIVARES, A. (2004). *Social Problem Solving: Theory and Assessment*.
- DEMET, M., DEVECİ, A., ÖZMEN, E., ŞEN, F., & İÇELLİ, İ. (2002). Major depresif bozukluk tanısı alan hastalarda aleksitiminin belirti örüntüsü üzerine etkisi. *Nöropsikiyatri Arşivi Dergisi*, 39, 67-74.
- EPÖZDEMİR, H. (2005). Alexithymia and psychosomatic symptoms. Paper presented at the XI. Congress of German Psychology Students, Almanya.
- EREYİ, B. (2017). The Effects of Interpersonal Cognitive Problem-Solving Programme on Turkish Pre-school Children. *New Trends and Issues Proceedings on Humanities and Social Sciences*, 4(6), 47-50.
- ERÖZKAN, A. (2009). Lise öğrencilerinde kişilerarası ilişki tarzlarının yordayıcıları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*(21), 543-551.
- FATİH, B. A. L., & ÖZMÜŞ, D. A. (2020). Aleksitimik Belirtilerin Yordanmasında Olumsuz Otomatik Düşünceler ve Ruminasyonun Rolünün İncelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 16(27), 353-369.

- GUTTMAN, H., & LAPORTE, L. (2002). Alexithymia, empathy, and psychological symptoms in a family context. *Compr Psychiatry*, 43(6), 448-455.
- GÖKÇEARSLAN, Ş., & DURAKOĞLU, A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*(23), 419-435.
- HAVILAND, M. G., WARREN, W. L., & RIGGS, M. L. (2000). An observer scale to measure alexithymia. *Psychosomatics*, 41(5), 385-392.
- KOÇAK, R. (2002). Aleksitimi: Kuramsal çerçeve tedavi yaklaşımları ve ilgili araştırmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 35(1-2), 183-212.
- LEIGHTON JP, S. R. (2003). Reasoning and problem solving. *Handbook of psychology*. New York: Wiley., 4(1), 623-648.
- LING, S. (2020). *Relationships Among Social Functioning, Alexithymia, and Asian Values* (Doctoral dissertation, The University of Akron).
- MCDUGALL, J. (1982). Alexithymia: a psychoanalytic viewpoint. *Psychotherapy and psychosomatics*, 38(1-4), 81-90.
- MEGANCK, R., VANHEULE, S., DESMET, M., & INSLEGERS, R. (2010). The Observer Alexithymia Scale: a reliable and valid alternative for alexithymia measurement? *Journal of personality assessment*, 92(2), 175-185.
- MORRIS, C. G. (2002). *Psikolojiyi anlamak:(psikolojiye giriş): Türk Psikologlar Derneği Yayınları*.
- OKTAY, B., & BATIGÜN, A. D. (2014). *Aleksitimi: Bağlanma, Benlik Algisi, Kisilerarası İlişki Tarzları ve Öfke*. *Türk Psikoloji Yazıları*, 17(33), 31.
- NEZU, A. M., & NEZU, C. M. (2021). *Emotion-centered problem-solving therapy*. American Psychological Association.
- OZKARAL, T. C., & USTU, H. (2019). Examination of the Relationship between Teacher Candidates' Emotional Intelligence and Communication Skills. *Journal of Education and Learning*, 8(5), 232-240.
- ÖZDAL, E. (2021). *Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sabır düzeyleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, Bursa Uludağ Üniversitesi).
- REBOK, G. W., BRADSHAW, C. P., VOLK, H. E., MENDELSON, T., EATON, W. W., LETOURNEAU, E. J., & KELLAM, S. G. (2019). *Models of Stress and Adapting to Risk*. *Public Mental Health*.
- ROHNER, R. P., & ALI, S. (2020). Personality assessment questionnaire (PAQ). *Encyclopedia of personality and individual differences*, 3743-3745.
- RUNCAN, R. (2020). Alexithymia in Adolescents: A Review of Literature. *Agora Psycho-Pragmatica*, 14(1).
- SAYAR, K., KOSE, S., GRABE, H. J., & TOPBAS, M. (2005). Alexithymia and dissociative tendencies in an adolescent sample from Eastern Turkey. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 59(2), 127-134.
- SERIN, O., SERIN, N. B., & SAYGILI, G. (2010). İlköğretim düzeyindeki Çocuklar için Problem Çözme Envanteri'nin (ÇPÇE) geliştirilmesi. *İlköğretim Online*, 9(2).
- SEVİNDİ, T., & KUMCAGIZ, H. (2017). Ortaöğretim öğrencilerinin aleksitimi düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişki. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 26(4), 1335-1343.
- SPITZER, C., SIEBEL-JÜRGES, U., BARNOW, S., GRABE, H. J., & FREYBERGER, H. J. (2005). Alexithymia and interpersonal problems. *Psychotherapy and psychosomatics*, 74(4), 240-246.
- STROUGH, J., PATRICK, J. H., SWENSON, L. M., CHENG, S., & BARNES, K. A. (2003). Collaborative everyday problem solving: Interpersonal relationships and problem dimensions. *The International Journal of Aging and Human Development*, 56(1), 43-66.

SUNGUR, S. A. (2018). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri algısı ile kişilerarası ilişki boyutları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Selçuk İletişim*, 11(2), 126-138.

TAYLOR, G. J., PARKER, J. D., BAGBY, R. M., & ACKLIN, M. W. (1992). Alexithymia and somatic complaints in psychiatric out-patients. *Journal of psychosomatic research*, 36(5), 417-424.

WILLEMSSEN, R., ROSEEUW, D., & VANDERLINDEN, J. (2008). Alexithymia and dermatology: the state of the art. *International journal of dermatology*, 47(9), 903-910.

ÖĞÜLMÜŞ, S. (2001). *Kişilerarası sorun çözme becerileri ve eğitimi*: Nobel.

ŞAHİN, N., DURAK, A., & YASAK, Y. (1994). *Interpersonal style, loneliness and depression*. Paper presented at the 23 rd International Congress of Applied Psychology, Book of Abstracts, Madrid: July.

ZORZELLA, K. P., MULLER, R. T., CRIBBIE, R. A., BAMBRAH, V., & CLASSEN, C. C. (2020). The role of alexithymia in trauma therapy outcomes: Examining improvements in PTSD, dissociation, and interpersonal problems. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(1), 20.

Summary

Alexithymia is characterized by emotional awareness, lack of social attachment and poor interpersonal relationship. Furthermore, they also have difficulty in distinguishing and appreciating the emotions of others that is thought to lead to unempathic and ineffective emotional responding. Very little research has examined alexithymia in adolescence age group. This is unfortunate as a better understanding of alexithymia during the adolescent years will better inform interventions with young people thus obviating problems in adulthood. The problem area is probably about self-esteem, hope, and skill at identifying emotions. It might also be suggested that alexithymia is related with managing emotional states like negative emotions. Due to poor affective communication, they may lack the skills to seek support from individuals around them. Consequently, this would effect their relationship negatively. Similarly, individuals with alexithymia may have difficulties recognizing when others are distressed or in need of empathy. As it mentioned above alexithymia is related to poor social skills, less perceived social support, and smaller social networks. Alexithymia were found to be associated with maladaptive coping styles. In literature alexithymia is associated with problems in processing emotional information. When high alexithymic individuals do not able to use cognitive strategies to modulate their emotional states evoked by stressful situations, the possibility of using maladaptive coping behaviors will increased. In this study we found significant relationship between problem solving abilities and alexithymic features in adolescent patient group in line with literature. More experimental and longitudinal research is needed to examine the causal link between alexithymia and interpersonal relationship styles and problem solving abilities.