



[itobiad], 2021, 10 (2): 1561-1579

**Anlam Arayışı ve Psikopatoloji: Varoluşsal Öfke ve Savunma
Mekanizmalarının Psikolojik Belirtilerle İlişkilerinin İncelenmesi**

The Search for Meaning and Psychopathology: Examining the
Relationships of Existential Anger and Defense Mechanisms with
Psychological Symptoms

Faik TAŞÇI

Araştırma Görevlisi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi İnsan ve Toplum
Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü

Research Assistant, Istanbul Sabahattin Zaim University Faculty of Humanities and
Social Sciences, Psychology

faik.tasci@izu.edu.tr

Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0001-8049-1329>

Yusuf BİLGE

Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri
Fakültesi, Psikoloji Bölümü

Asst. Prof., Istanbul Sabahattin Zaim University Faculty of Humanities and Social
Sciences, Psychology

Yusuf.bilge@izu.edu.tr / [orcid. Org / 0000-0003-2754-9119](http://orcid.org/0000-0003-2754-9119)

Makale Bilgisi / Article Information

Makale Türü / Article Type	: Araştırma Makalesi / Research Article
Geliş Tarihi / Received	: 15.10.2020
Kabul Tarihi / Accepted	: 23.05.2021
Yayın Tarihi / Published	: 19.06.2021
Yayın Sezonu	: Nisan-Mayıs-Haziran
Pub Date Season	: April-May-June

Atıf/Cite as: Taşçı, F , Bilge, Y . (2021). Anlam Arayışı ve Psikopatoloji: Varoluşsal Öfke ve Savunma Mekanizmalarının Psikolojik Belirtilerle İlişkilerinin İncelenmesi . İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi , 10 (2) , 1561-1579 . Retrieved from <http://www.itobiad.com/tr/pub/issue/62559/810952>

İntihal /Plagiarism: Bu makale, en az iki hakem tarafından incelenmiş ve intihal içermediği teyit edilmiştir. / This article has been reviewed by at least two referees and confirmed to include no plagiarism. <http://www.itobiad.com/>

Copyright © Published by Mustafa YİĞİTOĞLU Since 2012 – Istanbul / Eyup, Turkey. All rights reserved.

Anlam Arayışı ve Psikopatoloji: Varoluşsal Öfke ve Savunma Mekanizmalarının Psikolojik Belirtilerle İlişkilerinin İncelenmesi *

Öz

Varoluşçu psikoloji insanın temel motivasyon kaynağını anlam arayışı olarak görmektedir. Temel varoluşsal ihtiyaç olan anlam arayışının karşılanmaması veya engellenmesi durumunda varoluşsal öfke ortaya çıkabilmektedir. Temel varoluşsal problemlerden biri olan varoluşsal öfke ile baş edebilmek adına ise savunma mekanizmaları kullanılmaktadır. Savunma mekanizmaları temel varoluşsal problemleri işleyen ve bilince farklı şekilde çıkmasını sağlayan yapılardır. Savunma mekanizmalarının uyumsuz olarak kullanılması psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasıyla yakından ilişkilidir. Psikolojik belirtiler kişinin dış dünya ile uyumsuz baş etme çabaları olarak değerlendirilmekte ve varoluşsal problem yaşayan kişilerin kullandıkları savunma mekanizması profilleri ile psikolojik belirtiler arasında bir ilişki bulunmaktadır. Varoluşsal öfkenin varoluşsal bir problem olmasından hareketle mevcut çalışmada varoluşsal öfke, savunma mekanizmaları ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu amaçla 18-65 yaş aralığında toplam 213 kişiye “Varoluşsal Öfke Ölçeği”, “Savunma Biçimleri Testi” ve “Kısa Semptom Envanteri” uygulanmıştır. Varoluşsal öfke, savunma mekanizmaları ve psikolojik bozukluklar arasındaki ilişkinin seviyesini ve yönünü belirlemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi kullanılmıştır. Varoluşsal öfke ve savunma mekanizmalarının psikolojik bozuklukları yordama gücünün tespiti için ise hiyerarşik doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda varoluşsal öfke ve tüm psikolojik belirtiler arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Ek olarak varoluşsal öfke ve farklı savunma mekanizmaları profillerinin farklı psikolojik belirtileri yordadıkları görülmüştür. Elde edilen bulgular, varoluşsal öfke ve savunma mekanizmalarının psikolojik belirti türlerini ortaya çıkarabileceğine dair istatistiksel kanıtlar sunmuştur. Bu bağlamda klinik ortamda psikolojik belirti türlerine yönelik yapılacak çalışmalarda varoluşsal öfke ve savunma mekanizmalarının göz önünde bulundurulmasının faydalı olabileceği düşünülebilir. Ayrıca klinisyenlerin psikolojik belirtilerin sağaltımı konusunda çalışırken kişilerin varoluşsal problemlerine ve kullandıkları savunma mekanizmalarına eğilmeleri de daha sağlıklı değerlendirmelerde bulunmalarına yardımcı olacaktır denilebilir.

Anahtar Kelimeler: Varoluşsal Öfke, Anlam Arayışı, Varoluşçu Psikoloji, Savunma Mekanizmaları, Psikolojik Belirtiler, Psikopatoloji

* İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu Başkanlığının 26.02.2020 Tarih, 2020/02 Sayılı kararı ile Etik Kurul Kararı alınmıştır.



The Search for Meaning and Psychopathology: Examining the Relationships of Existential Anger and Defense Mechanisms with Psychological Symptoms

Abstract

Existentialist psychologists consider the search for the meaning of life as the main motivation source of a person. If the search for the meaning of life, which is a basic existential need, is frustrated or not satisfied, an existential problem, existential anger may occur. To cope with all kinds of existential problems, defense mechanisms are being widely used. Defense mechanisms are structures that process basic existential problems and enable them to emerge into consciousness differently. Maladaptive usage of these defense mechanisms are strongly related to the occurrence of psychological symptoms. Psychological symptoms are thought as incompatible coping efforts with the outside world, and there is a relationship between the psychological symptoms and defense mechanism profiles which is used by people who experienced existential problems. In this present study, the relationships between existential anger, defense mechanisms, and psychological symptoms have been examined by applying "Existential Anger Scale", "Defense Style Questionnaire" and "Brief Symptom Inventory" to a total of 213 people between the ages of 18-65. Pearson Product Moment Correlation analysis was used to determine the level and direction of the relationship between existential anger, defense mechanisms, and psychological disorders. Also, hierarchical linear regression analysis was used to determine the predictive power of existential anger and defense mechanisms for psychological disorders. According to the statistical analysis, significant relationships between existential anger and all psychological symptoms were found. Additionally, it was observed that existential anger and different defense mechanism profiles predicted different psychological symptoms. The findings provided evidence that existential anger and defense mechanisms reveal psychological symptom types. In this context, it can be thought that it may be beneficial to consider existential anger and defense mechanisms in studies on psychological symptom types in the clinical environment.

Keywords: Existential Anger, Search for Meaning, Existential Psychology, Defense Mechanisms, Psychological Symptoms, Psychopathology



Giriş

Anlam arayışının insanın temel motivasyon kaynağı ve harekete geçirici gücü olduğu tezi, varoluşçu kuramın temel iddiasıdır (Geçtan, 1998). Frankl'a (1946/2009) göre insan, zaten anlamlı olan bir dünyada anlam keşfi sürecindeyken, Yalom'a (1980) göre anlamsız bir dünyayı anlamlı hale getirmeye çalışmaktadır. Varoluşçu psikolojinin bu temel önermesi diğer birtakım teorisyenler tarafından da dile getirilmiştir. Fromm (1941/1996) tarafından insan türüne özgü ve karşılanmaması durumunda kişide psikopatolojiye yol açabilen bir durum olarak ifade edilen "oryantasyon çerçevesi" terimi, insanın anlam ve amaç gibi varoluşsal ihtiyaçlarının bulunduğunu ifade etmektedir. İnsancıl ekolün öncülerinden sayılan Horney'ın (1950/2013) teorisinde ifade ettiği "insanların kendilerine özgü potansiyellerini geliştirmek için çaba harcayan varlıklar olduğu" fikri de bu anlam arayışının bir başka ifadesi olarak değerlendirilebilir.

Heiddeger'e göre insanlar "varoluşu üzerine düşünenler" ve "varoluşunu unutanlar" olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Birinci grupta bulunan insanlar, Yalom (1980) tarafından varoluşun bir parçası ve doğal bir getirisi olarak ifade edilen temel varoluşsal kaygılar ile yüzleşmeleri sonucunda varoluşları üzerine düşünmeye başlamışlar ve anlam arayışına girmişlerdir. Bu nedenle Yalom, insanı anlam arayışına sevk eden temel varoluşsal kaygıları ölüm, özgürlük, yalıtım ve anlamsızlık ana başlıkları altında ele alıp incelemiştir (Yalom, 1980). Diğer bir varoluşçu teorisyen -logoterapinin kurucusu- Frankl (1946/2009) tarafından "anlam keşfi" ise üç ana başlık altında toplanmıştır: (1) bir iş ile meşgul olmak, (2) bir şey tecrübe etmek veya insanlarla etkileşim içerisinde olmak ve (3) karşılaşılan acılara yönelik bir tutum oluşturmak.

Varoluşun amacı ve anlamının arandığı süreçte yaşanan varoluşsal kriz durumunda insanın karşısında iki yol bulunur: Birincisi otantik varoluş deneyimiye ikincisi ise boşluk, anlamsızlık, engellenme, öfke ve psikopatoloji gibi yabancılaşma deneyimlerini içeren otantik olmamadır (Deniz, 2016). Otantiklik; kişinin kendini tanıması ve kendi deneyimlerine, duygularına, ihtiyaçlarına, isteklerine, tercihlerine veya inançlarına sahip olması (Snyder, Rand ve Sigmon, 2002) olarak tanımlandığı gibi kişinin yaşamına dair bir anlam bulması ve yaşamını buna göre inşa etmesi olarak da tanımlanabilir. Otantik varoluş, yaşanan acıların kabulü ile beraber sağlıklı ve iyi oluş halidir (Wood, Linley, Maltby, Baliousis ve Joseph, 2008). Otantiklik kavramı birçok kuram tarafından kullanılan çatı bir terimdir. Ancak varoluşsal otantiklik ile otantiklik arasında temel bir fark bulunmaktadır (İlhan ve Özdemir, 2013). Kişinin varoluşuna dönük anlam arayışı sonucu ulaştığı benlik farkındalığı ve kendisi olabilme durumu varoluşsal otantiklik olarak tanımlanmaktadır. Varoluşsal otantiklik ve otantiklik kavramlarının temel benzerlik noktası ise kişinin kendisi olarak kalabilme gücü ve kendisi olarak yaşayabilme kapasitesidir (Carmody, 2013).



Otantikliğin zıddı olan otantik olmama durumunda ise kişinin temel varoluşsal krizleriyle olan sağlıklı başetme ve uyum çabaları yer almaktadır. Frankl (1946/2009) hayatta bir yön bulamayan kişinin hayatı sorgulamasıyla ortaya çıkan can sıkıntısı, hayal kırıklığı, hissizlik, değer yokluğu, anlam kaybı ve giderek ne yapmak istediğini bilememe haline yol açan varoluşsal boşluk hissiyle birlikte kişinin kendisine ve dünyaya yönelik inancını yitirmesini “varoluş vakumu” olarak tanımlamıştır. Varoluş vakumu içerisinde bitmek bilmeyen bir anlamsızlık ve umutsuzluk hissi yaşayan birey, giderek bu boşluk girdabının içine doğru çekilir. İnsanın pasif hale gelmesi ile anlamlı, aktif ve biricik bir özne olmak şeklinde tanımlanan “dasein” durumunun “engellenmesi” temel varoluşsal öfke ile ilişkilidir.

Öfkenin tanımı incelendiğinde ihtiyacın karşılanmaması ve engellenmesi durumunda ortaya çıkan bir duygu durumu olduğu görülmektedir (Şahin, 2005). Aynı zamanda öfkenin kendisinin değil ifade edilmiş biçiminin olumsuz bir durum olduğu belirtilmiş, öfke duygusunun insanı harekete geçirici ve insanın kendisini daha iyiye yönlendirebilmesi açısından fark ettirici bir yönünün olduğuna da dikkat çekilmiştir (Soykan, 2003; Woods, 1993). Öfke tanımı açısından değerlendirildiğinde, karşılanması temel ve zorunlu bir ihtiyaç olan anlam arayışının engellenmesi veya tatmin edilmemesi de öfkeyle sonuçlanabilir. Bu durum Horney’in (1950/2013) kişinin potansiyelini gerçekleştirememesinin yol açtığı yabancılaşmayla ilişkili olan “öz-nefret” kavramı ile de benzerlik göstermektedir.

Varoluşsal öfke, varoluşsal kaygı gibi yapıcı ve bozucu etkisiyle insan varoluşunun çekirdeğinde yer alır. Yani, varoluşsal öfke varoluşunun farkında olan ve bir arayışa giren insanın karşılaştığı temel varoluşsal kaygılar gibi mücadele edilmesi gereken ve kişiyi otantikliğe götürebilecek temel bir faktördür. Bunun yanı sıra, bu varoluşsal öfke ile uyumsuz bir şekilde başetmeye çalışmak psikopatolojiyle sonuçlanabilecek bir durumdur (Geçtan, 2010).

Frankl da (1946/2009) psikopatolojik durumları, varoluşsal sorunlardan yani insanın anlam arayışının engellenmesinin ve yaşamda anlam ya da değer bulamamasının bir sonucu olarak ortaya çıkan “noöjenik nevrozlar” olarak tanımlamıştır. Ona göre, obsesyon ve depresyon gibi patolojiler bireyin varoluşsal sorunlarından kaynak alan klinik belirtilerdir. Varoluşsal öfke ile ilişkili olarak varoluşsal depresyonun en çok çalışılan konuların başında geldiği görülmektedir (Lantz ve Harper, 1989). Ayrıca öfke ile depresyon ve diğer psikopatolojik belirtiler arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğunu belirten çalışmalarla (Craig, Richardson, Pass ve Bregman, 1985; Deffenbacher, 1992; Fava ve Rosenbaum, 1999; Painuly, Sharan ve Mattoo, 2005) birlikte depresyon ve öfke konusunu farklı bir çerçevede ele alan Geçtan (2010), kişinin kendine yönelik öfkesini varoluşsal öfke olarak adlandırmış ve varoluşsal öfkenin depresyonla iç içe geçmiş bir kavram olduğunu ifade etmiştir. Varoluşsal sorunlarla karşılaşan bireylerin bu



sorunlar ile yüzleşmeleri sonucu varoluşsal depresyonun ortaya çıkacağı literatürde yer almaktadır (Webb, 2008).

Bu noktada sorulması gereken ve araştırmamızın amacını oluşturan sorudur: anlam arayışının olumlu sonuçlanmadığı yani kişinin hayatına yön ve amaç kazandıracak bir anlam bulamaması veya inşa edememesi ve nihayetinde varoluşsal öfke yaşaması sonucunda ortaya çıkan patolojilerin çeşitliliğini belirleyen faktör veya faktörler nedir? Literatürde yer alan savunma mekanizmaları ile psikopatolojiler arasındaki bağlantılara yönelik çalışmalar bu konuda ipucu niteliği taşımaktadır (Akkerman, Lewin ve Carr, 1999; Aktan, 2009; Blaya ve ark., 2006; Callak, 2019; Güleç, 1993; Soy, 2015).

Varoluşsal öfke, kaygı veya kriz yaşayan ve bununla başedemeyen dolayısıyla otantik varoluşunda sıkıntı yaşayan kişiler, savunma mekanizmaları kullanmaya ve bu şekilde yaşadıkları olumsuz durumlarla başetmeye çalışırlar (Deniz, 2016; Kula ve Erden, 2017). Savunma mekanizmaları Anna Freud'un (2018) sıraladığı klasik ego savunma mekanizmaları şeklinde olabileceği gibi Yalom'un (1980) tanımladığı ve temelini ego savunma mekanizmalarından alan şekillerde de olabilir. Yalom, savunma mekanizmalarını temel varoluşsal anksiyeteleri işleyen ve bilince farklı şekillerde çıkmasını sağlayan yapılar olarak görür ve bu durumu elementlerin katı, sıvı, gaz vb. gibi farklı hallerde bulunmasına benzetir. Savunma mekanizmaları gelişim ile doğrudan ilişkilidir ve kullanımının işlevsel olduğu gelişim döneminden bağımsız bir şekilde devam ettirilmesi, baskın bir şekilde kullanılması ve kişiliğin bir parçası haline getirilmesi psikopatolojiye yol açabilmektedir (Cramer, 2008). Benzer çatışmalar veya stres durumları yaşayan her bir bireyin bunlarla başedebilmek için seçtikleri savunma mekanizması profilleri gelişim öyküsüne bağlı olarak kendine özgüdür ve bu savunma mekanizması profilleri ortaya çıkacak psikolojik belirtinin türünü belirleyebilmektedir (Bellak ve Hurvich, 1969; Noam ve Recklitis, 1990).

Sonuç olarak varoluş problemlerine yeterli, anlamlı ve tatmin edici cevaplar oluşturamayan bireyler psikolojik belirtiler gösterme açısından daha savunmasız olabilmektedir (Berman, Weems, ve Stickle, 2006; Öztürk, 2018). Ayrıca öfke duygusu, psikopatolojiler (Craig, Richardson, Pass ve Bregman, 1985; Deffenbacher, 1992; Fava ve Rosenbaum, 1999; Painuly, Sharan ve Mattoo, 2005) ve savunma mekanizmaları (Cramer, 1991; Zoccali ve ark., 2006; Zoccali ve ark., 2007) ile yakından ilişkilidir. "Varoluşsal öfke"nin savunma mekanizmaları ve psikolojik belirtiler ile ilişkisi ise varoluşsal açıdan bu değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkisini ortaya koyacaktır.

Bu noktada, Frankl'ın (1946/2009) insanın anlam arayışını temel bir dürtü olarak gören ve bu dürtünün karşılanamamasının psikopatolojiye yol açacağını belirten iddiası ve Yalom'un (1980) varoluşsal kaygı ile farklı savunma mekanizmaları kombinasyonlarının uyumsuz olarak kullanılması sonucu psikolojik bozuklukların ortaya çıkacağı görüşünden yola çıkarak anlam arayışı sürecinde yaşanan olumsuzlukların yarattığı varoluşsal öfkeye karşı geliştirilen farklı savunma mekanizması profillerinin farklı psikolojik



Anlam Arayışı ve Psikopatoloji: Varoluşsal Öfke ve Savunma Mekanizmalarının Psikolojik Belirtilerle İlişkilerinin İncelenmesi

belirtilere yol açabileceği iddiasının araştırılması çalışmamızın amacını oluşturmaktadır. Söz konusu amaç doğrultusunda bu çalışmada varoluşsal öfke, savunma mekanizmaları ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler ve varoluşsal öfke ile savunma mekanizmalarının hangi psikolojik belirtiyi yordayıp yordamadığı, eğer yorduyorsa ne derecede yordadıkları incelenmiştir.

Yöntem

Örneklem

Araştırmada toplum örneğine ulaşılabilirlik-elverişlilik ilkesine göre kolay örnekleme yöntemiyle ulaşılmıştır. Araştırma için ölçek dolduran katılımcılardan, ölçekleri sistematik (soruları okumadan üst üste benzer cevap vermeleri veya çapraz doldurmaları gibi) bir şekilde dolduran ve büyük oranda boş bırakan 29 katılımcının verisi çıkartılmış ve istatistiksel analizler bu şekilde yapılmıştır.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişkenler	n	%
Cinsiyet		
Kadın	126	59.2
Erkek	87	40.8
Medeni Durum		
Bekâr	74	34.7
Evli	130	61.0
Ayrı	4	1.9
Eşi vefat etmiş	5	2.3
Eğitim Durumu		
İlköğretim	110	51.6
Lise	41	19.2
Üniversite ve üstü	62	29.1
Toplam	213	100.0

Araştırma yaş aralığı 18-65 (Ort.yaş = 37.52, S = 14.83) olan 126'sı (%59.2) kadın, 87'si (%40.8) erkek olmak üzere toplam 213 kişilik bir örnekleme yürütülen çalışmada örneklemin medeni durum, ekonomik durum, eğitim durumu gibi sosyodemografik özelliklerine ait bulgular tablo 1'de sunulmuştur.



Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ile ilgili bilgileri içeren ve araştırmacılar tarafından oluşturulmuş bir formdur.

Varoluşsal Öfke Ölçeği

Ölçek, Deniz (2016) tarafından Türkçe olarak geliştirilmiştir. “Ne yaparsam yapayım varoluşumun bir anlamı olmadığını görmek beni sinirlendiriyor”, “bu dünyada var olmaya ilişkin bir öfkem var”, “sürekli yaşamın anlamını sorgulamak zorunda kalmak beni öfkeliyor” gibi maddeleri içeren ve bireylerin deneyimlediği varoluşa ve hayatın anlamına yönelik öfke duygusunu ölçmeyi hedefleyen ölçek, beşli Likert tipi (1=Kesinlikle bu şekilde düşünmem, 5=Tamamıyla bu şekilde düşünürüm) derecelendirilen toplam on maddeden oluşmaktadır. İlk olarak 92 kişilik örnekleme pilot çalışma yapılmış, daha sonra ise 250 kişilik bir örnekleme ulaşılarak toplamda 342 kişilik örneklem grubu ile geliştirilen ölçeğin faktör analizi sonucunda ölçeğin tek boyutlu bir yapı gösterdiği tespit edilmiştir. Ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .94 olarak hesaplanmıştır ve yüksek düzeyde güvenilir olduğu tespit edilmiştir. Test-tekrar test çalışması sonucunda katılımcıların toplam puan korelasyon katsayısı .99 olarak bulunmuştur. Ölçek maddelerinin standardize edilmiş faktör yükleri .69 ile .87 arasında değişmektedir. Bu haliyle ölçekten alınabilecek en düşük puan 10 iken en yüksek puan ise 50’dir. (Deniz, 2016).

Kısa Semptom Envanteri (KSE)

SCL90 ölçeğinin 53 maddelik kısa formu olan Kısa Semptom Envanteri, 9 alt ölçek ve ek maddelerden oluşmaktadır (Boulet ve Boss, 1991; akt. Şahin ve Durak, 1994). Psikopatolojik belirtileri taramak için kullanılan ölçeğin, Türkiye’de geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmıştır. Kısa semptom envanteri, 0-4 arası puanlama yapılan Likert tipi bir ölçektir. Ölçek dokuz alt ölçek, üç global indeks ve ek maddelerden oluşmaktadır. Alt ölçekler somatizasyon, obsesif kompulsif bozukluk (OKB), kişilerarası duyarlılık, depresyon, anksiyete, hostilite, fobik anksiyete, paranoid düşünceler ve psikotizmdir. Her alt ölçekten alınan puan, o ölçekteki soru sayısına bölüldüğünde 1.00’in üzerindeki değerler o semptomun varlığını göstermektedir. Ek maddelerde, yeme içme bozuklukları, uyku bozukluğu, ölüm ve ölüm üzerine düşünceler ile suçluluk duygularını ölçen maddeler bulunmaktadır. Global indeksler ise; rahatsızlık ciddiyet indeksi, belirti toplam indeksi ve semptom rahatsızlık indeksi şeklindedir. Ölçeğin Cronbach alpha katsayısı .96 olarak bulunmuştur. Ölçekte yer alan her bir alt boyut için Cronbach alpha katsayısı .55 ile .82 arasında değişmektedir. Yapılan ölçümlerde 5., 28. ve 33. maddeler hariç 50 madde anlamlı olarak arasında farklılaşmıştır. Kısa Semptom Envanteri’nin Beck Depresyon Envanteri ile her bir alt boyut için korelasyonu ise .34 ile .70 arasında değişmektedir. Offer Yalnızlık Ölçeği ile de her bir alt boyut için .34 ile .57 arasında korelasyon göstermiştir. Ölçeğin



madde geçerliğini ölçmek amacıyla Strese Yatkinlik Ölçeği'nden alınan puanlara göre ölçek maddeleri strese yatkin ve strese yatkin olmayan şeklinde iki gruba ayrılmış ve Kısa Semptom Envanteri'nin ayrıricılığı ölçülmüştür. 4., 8. ve 26. maddeler hariç 50 madde istatistiksel olarak anlamlı ayrıricılık puanına sahiptir (Şahin ve Durak, 1994).

Savunma Biçimleri Testi (40 Maddelik Form) (SBT-40)

Ölçek ilk defa Bond, Gardner, Christian ve Sigal (1983) tarafından geliştirilmiştir. Daha sonra Andrews, Singh ve Bond (1993) ölçeği yeniden gözden geçirerek yaygın kullanılan son halini oluşturmuştur. Oluşturulan bu son ölçeğin Türkçe uyarlaması ise Yılmaz, Gençöz ve Ak (2007) tarafından yapılmıştır. Ölçek üç alt boyutta kullanılan savunma mekanizmalarının bilinç düzeyindeki yansımalarını ölçmeyi amaçlamaktadır. 20 adet savunma mekanizması olgun savunma mekanizmaları, immatür savunma mekanizmaları ve nevrotik savunma mekanizmaları başlıkları altında 3 alt boyutta ölçülmüştür. Ölçek 9'lu Likert tipi toplamda 40 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin olgun savunma mekanizmaları alt boyutu; yüceltme, mizah, beklenti ve baskılama savunma mekanizmalarından, nevrotik savunma mekanizmaları alt boyutu; yapma-bozma, yapay özgecilik, idealleştirme, karşıt tepki geliştirme savunma mekanizmalarından ve immatür savunma mekanizmaları alt boyutu ise yansıtma, pasif saldırganlık, dışa vurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, inkar, yer değiştirme, disosiyasyon, bölünme, mantıksallaştırma ve bedenselleştirme savunma mekanizmalarından oluşmaktadır. İlgili savunma mekanizmasını ölçen alt boyuttan alınan yüksek puan; savunma mekanizmasının daha çok kullanıldığını, düşük puan ise daha az kullanıldığını göstermektedir. Türkçe formu için yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışması 105'i sağlıklı, 85'i depresif bozukluk ve obsesif kompulsif bozukluk tanılarını alan toplam 190 kişi ile gerçekleştirilmiştir. İç-tutarlılık katsayısı olgun savunma biçimi için .75, nevrotik savunma biçimi için .61 ve immatür savunma biçimi ise .83 olarak bulunmuştur. SBT-40'ın ölçüt bağıntılı geçerliği kapsamında beklenene paralel olarak olgun savunma biçimi depresyon ve kaygı belirtileri ile negatif yönde korelasyon gösterirken (sırasıyla $r = -.57$, $r = -.52$), immatür savunma biçimi depresyon ve kaygı belirtileri ile pozitif yönde korelasyon göstermiştir (sırasıyla $r = .57$, $r = .56$). Nevrotik savunma biçimi ise kaygıyla pozitif bir korelasyon gösterirken depresif belirtilerle anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (sırasıyla $r = .25$, $r = .12$). Çalışmada savunma biçimleri açısından sağlıklı grup ile tanı almış grup arasında anlamlı farklar bulunmuştur.

İşlem

Araştırmada ulaşılabilirlik-elverişlilik ilkesine göre kolay örnekleme yöntemiyle seçilen örneklem grubundaki katılımcılara Varoluşsal Öfke Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri (KSE) ve Savunma Biçimleri Testi (SBT-40) ölçekleri "sıra etkisini" ortadan kaldırmak amacıyla farklı sıralarda verilmiştir. Veriler Şubat-Eylül 2020 tarihleri arasında toplanmıştır. Çalışma



İçin İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu'ndan 26.02.2020 ve 2020/02 sayılı etik kurul izni alınmıştır. Katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Verilerin Analizi

Varoluşsal öfke, savunma mekanizmaları ve psikolojik bozukluklar arasındaki ilişkinin seviyesini ve yönünü belirlemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi kullanılmıştır. Varoluşsal öfke ve savunma mekanizmalarının psikolojik bozuklukları yordama gücünün tespiti için ise değişkenler arası .20'nin üzerinde korelasyona sahip olanlar arasında hiyerarşik doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. İstatistiksel analizlerde SPSS 25.0 programı kullanılmıştır.

Bulgular

Varoluşsal Öfke Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri ve Savunma Biçimleri Testi alt ölçekleri arasındaki ilişkilerin incelenmesinde Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucuna göre, varoluşsal öfke ölçeği puanları ile somatizasyon ($r = .42, p < .001$), obsesif belirti ($r = .45, p < .001$), depresyon ($r = .60, p < .001$), anksiyete ($r = .60, p < .001$), kişilerarası ilişki ($r = .42, p < .001$), öfke düşmanlık ($r = .62, p < .001$), paranoid düşünceler ($r = .42, p < .001$) ve psikotizm ($r = .53, p < .001$) arasında pozitif yönlü anlamlı korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Varoluşsal Öfke Ölçeği puanları ile en yüksek anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması olgun olmayan savunma mekanizmalarından bölme savunma mekanizması iken ($r = .42, p < .001$) en zayıf anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizmaları ise olgun olmayan savunma mekanizmalarından yalıtma ($r = .17, p < .001$) ve olgun savunma mekanizmalarından yüceltmedir ($r = -.17, p < .001$).

Psikolojik belirtilerle savunma mekanizmaları puanları arasındaki korelasyon katsayıları incelendiğinde ise somatizasyon puanları ile istatistiksel olarak en yüksek anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması olgun olmayan savunma mekanizmalarından otistik fantezi ($r = .41, p < .001$) en zayıf anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması ise olgun olmayan savunma mekanizmalarından dışavurma ($r = .16, p < .05$) olduğu görülmüştür.



Anlam Arayışı ve Psikopatoloji: Varoluşsal Öfke ve Savunma Mekanizmalarının Psikolojik Belirtilerle İlişkilerinin İncelenmesi

Tablo 2. Varoluşsal Öfke, Savunma Mekanizmaları ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	VÖ	SOM	OBS	DEP	ANK	KAD	ÖFKE	PAR	PSİ
Varoluşsal Öfke	1	.42**	.45**	.60**	.60**	.42**	.62**	.42**	.53**
Yansıtma	.15*	.28**	.27**	.43**	.34**	.42**	.34**	.41**	.23**
Pasif Saldırganlık	.34**	.27**	.33**	.43**	.39**	.25**	.41**	.33**	.31**
Dışa Vurma	.22**	.16*	.23**	.31**	.30**	.28**	.40**	.26**	.12
Yalıtma	.17*	.24**	.34**	.39**	.33**	.33**	.32**	.28**	.25**
Değersizleştirme	.25**	.18**	.21**	.33**	.26**	.27**	.28**	.24**	.18**
Otistik Fantezi	.41**	.41**	.43**	.50**	.50**	.43**	.47**	.41**	.41**
Yadsıma	.21**	.19**	.19**	.24**	.25**	.28**	.20**	.24**	.19**
Yer Değiştirme	.32**	.37**	.31**	.35**	.39**	.34**	.29**	.27**	.30**
Disosiyasyon	.19**	.18**	.19**	.22**	.20**	.21**	.23**	.18**	.20**
Bölme	.42**	.31**	.35**	.47**	.44**	.43**	.50**	.37**	.35**
Mantıksallaştırma	.17*	.26**	.29**	.31**	.29**	.19**	.28**	.33**	.23**
Bedenselleştirme	.01	.27**	.21**	.20**	.17*	.16*	.24**	.14*	.07
Yapma Bozma	.03	.19**	.32**	.23**	.18**	.27**	.12	.23**	.09
Yapay Özgecilik	.03	.20**	.31**	.19**	.21**	.27**	.19**	.23**	.11
İdealleştirme	.11	.06	.22**	.14*	.15*	.13	.17*	.15*	.02
Karşıt Tepki	-.02	.24**	.24**	.21**	.19**	.30**	.05	.23**	.17*
Yüceltme	-.17*	.06	.10	-.02	-.06	.08	-.01	.06	-.03
Mizah	.07	.03	.12	.13	.10	.11	.18*	.01	.07
Beklenti	.04	.09	.22**	.13	.11	.23**	.16*	.29**	.04
Baskılama	-.02	.00	.06	-.02	.03	.05	.01	.03	.01

Not: VÖ: Varoluşsal Öfke, SOM: Somatizasyon, OBS: Obsesif Belirtiler, DEP: Depresyon, ANK: Anksiyete, KAD: Kişilerarası Duyarlılık, ÖFKE: Öfke-Düşmanlık, PAR: Paranoid Düşünceler, PSİ: Psikotizm
* $p < .05$, ** $p < .001$

Obsesif belirtiler puanları ile en yüksek anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması olgun olmayan savunma mekanizmalarından otistik fantezi savunma mekanizması iken ($r = .43, p < .001$) en zayıf anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması ise olgun olmayan savunma mekanizmalarından disosiyasyondur ($r = .19, p < .001$). Depresyon puanları ile en yüksek anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması olgun olmayan savunma mekanizmalarından otistik fantezi savunma mekanizması iken ($r = .50, p < .001$), en zayıf anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması ise nevrotik savunma mekanizmalarından idealleştirmedir ($r = .14, p < .05$). Anksiyete puanları ile en yüksek anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması olgun olmayan savunma mekanizmalarından bölme savunma mekanizması iken ($r = .43, p < .001$), en zayıf anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması ise nevrotik savunma mekanizmalarından idealleştirmedir ($r = .15, p < .05$). Kişilerarası duyarlılık puanları ile en yüksek anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması olgun olmayan savunma mekanizmalarından otistik fantezi savunma mekanizması iken ($r = .43, p < .001$), en zayıf anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması ise olgun olmayan savunma mekanizmalarından bedenselleştirmedir ($r = .16, p < .001$). Öfke düşmanlık puanları ile istatistiksel olarak en yüksek anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması olgun olmayan savunma mekanizmalarından otistik fantezi



savunma mekanizması iken ($r = .50, p < .001$), en zayıf anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması ise olgun savunma mekanizmalarından beklentidir ($r = .16, p < .001$). Paranoid düşünce puanları ile en yüksek anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması olgun olmayan savunma mekanizmalarından otistik fantezi savunma mekanizması ($r = .41, p < .001$) ve yansıtma savunma mekanizmaları iken ($r = .41, p < .001$), en zayıf anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması ise bedenselleştirme ($r = .14, p < .05$). Psikotizm puanları ile en yüksek anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması olgun olmayan savunma mekanizmalarından otistik fanteziyken ($r = .41, p < .001$), en zayıf anlamlı korelasyona sahip savunma mekanizması ise nevrotik savunma mekanizmalarından karşıt tepki geliştirmedir ($r = .19, p < .05$). Bu sonuçlara göre varoluşsal öfke ölçeği puanları ile savunma mekanizmaları ve psikolojik bozukluklar arasında farklı kombinasyonlarda anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir (Tablo 2).

Varoluşsal öfke ve savunma mekanizmalarının psikolojik belirtiler üzerindeki yordayıcı etki düzeylerini belirlemek için .20'nin üzerinde anlamlı ilişki gösteren değişkenler hiyerarşik doğrusal regresyon analizine dahil edilmiştir. Bu amaçla yapılan regresyon analizlerinde varoluşsal öfke ölçeği ve savunma mekanizmaları puanları bağımsız, psikolojik belirti puanları bağımlı değişken olarak değerlendirilmiş ve adımsal (stepwise) yöntemi uygulanmıştır. Bu yöntem sonucunda anlamlı olan parametrelerin dâhil edildiği regresyon modelleri tahmin edilmiştir.

Uygulanan regresyon analizi sonuçlarına göre, varoluşsal öfke ile otistik fantezi, bedenselleştirme ve karşıt tepki geliştirme savunma mekanizmaları somatizasyon puanının %30'luk kısmını açıklamaktadır ($F(4,208) = 23,286, p < .001$). Varoluşsal öfke ile yapma bozma, yalıtma, yapay özgecilik ve karşıt tepki geliştirme savunma mekanizmalarının obsesif belirti puan varyansının %37'lik kısmını açıkladıkları bulunmuştur ($F(5,207) = 25,933, p < .001$). Depresyon için kurulan modelde ise bu psikolojik belirti varyansının %53'lük kısmının varoluşsal öfke ile savunma mekanizmalarından yansıtma, yalıtma, otistik fantezi ve mantıksallaştırma savunma tarafından yordandığı görülmüştür ($F(5,207) = 48,525, p < .001$). Anksiyete puanlarının %47'lik kısmı ($F(4,208) = 47,952, p < .001$) varoluşsal öfke ile otistik fantezi, yansıtma ve mantıksallaştırma tarafından yordanırken; kişilerarası duyarlılık varoluşsal öfke ile yansıtma, karşıt tepki geliştirme, yapay özgecilik, yalıtma, bölme ve pasif saldırganlık savunma mekanizmaları tarafından %39 oranında ($F(7,205) = 2,312, p < .001$) yordanmaktadır. Öfke düşmanlık belirti varyansının %51'i ($F(5,207) = 44,966, p < .001$) varoluşsal öfke ile dışa vurma, bölme, bedenselleştirme ve yansıtma savunma mekanizmaları tarafından açıklanırken; paranoid düşüncelerin %35'lik kısmının ($F(5,207) = 23,850, p < .001$) varoluşsal öfke ile yansıtma, mantıksallaştırma, beklenti ve otistik fantezi, psikotizm belirtilerinin %32'sinin ($F(2,210) = 51,554, p < .001$) varoluşsal öfke ve otistik fantezi savunma mekanizması tarafından yordandıkları bulunmuştur (Tablo 3).



Anlam Arayışı ve Psikopatoloji: Varoluşsal Öfke ve Savunma Mekanizmalarının Psikolojik Belirtilerle İlişkilerinin İncelenmesi

Tablo 3. Psikolojik Belirtilerin Yordayıcılarına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişkenler	Yordayıcı Değişkenler	B	sh	Beta	t	R2	F	ΔR2
Somatizasyon	Varoluşsal Öfke	,231	,04	,340	5,32**	,17	23,29**	,30
	Otistik Fantezi	,297	,10	,196	2,92*	,07		
	Bedenselleştirme	,283	,09	,184	3,05*	,04		
	Karşıt Tepki	,249	,10	,151	2,45*	,02		
Obsesif Belirtiler	Varoluşsal Öfke	,23	,03	,417	7,53**	,20	25,93**	,37
	Yapma Bozma	,23	,08	,175	2,90*	,09		
	Yalıtma	,21	,07	,166	2,88*	,04		
	Yapay Özgecılık	,25	,09	,162	2,68*	,02		
Depresyon	Varoluşsal Öfke	,28	,03	,465	8,98**	,36	48,53**	,53
	Yansıtma	,35	,08	,231	4,38**	,11		
	Yalıtma	,20	,07	,151	2,85*	,04		
	Otistik Fantezi	,19	,08	,144	2,52*	,01		
Anksiyete	Mantıksallaştırma	,15	,07	,103	2,07*	,01	47,95**	,47
	Varoluşsal Öfke	,26	,03	,459	8,35**	,35		
	Otistik Fantezi	,29	,07	,232	3,95**	,08		
	Yansıtma	,22	,08	,153	2,78*	,03		
Kişilerarası Duyarlılık	Mantıksallaştırma	,18	,07	,127	2,43*	,01	2,31**	,39
	Varoluşsal Öfke	,14	,02	,349	5,67**	,17		
	Yansıtma	,22	,06	,217	3,45*	,13		
	Karşıt Tepki	,18	,06	,183	3,09*	,04		
	Yapay Özgecılık	,15	,06	,136	2,40*	,02		
	Yalıtma	,14	,05	,152	2,50*	,01		
Öfke- Düşmanlık	Bölme	,13	,06	,148	2,26*	,01	44,97**	,51
	Pasif Saldırganlık	-,13	,06	-,134	-2,07*	,01		
	Varoluşsal Öfke	,27	,03	,502	9,41**	,38		
	Dışa vurma	,19	,07	,161	2,93*	,08		
	Bölme	,19	,07	,158	2,69*	,03		
Paranoid Düşünceler	Bedenselleştirme	,13	,06	,112	2,13*	,01	23,85**	,35
	Yansıtma	,16	,07	,116	2,11*	,01		
	Varoluşsal Öfke	,15	,03	,293	4,82**	,17		
	Yansıtma	,28	,08	,224	3,55**	,12		
	Mantıksallaştırma	,21	,07	,173	2,98*	,03		
Psikotizm	Beklenti	,16	,07	,140	2,36*	,02	51,55**	,32
	Otistik Fantezi	,15	,07	,135	2,06*	,01		
	Varoluşsal Öfke	,20	,03	,435	7,03**	,28		
	Otistik Fantezi	,25	,06	,238	3,85**	,04		

* $p < ,05$, ** $p < ,001$

Tartışma

Çalışmada, anlam arayışı sürecinde yaşanan olumsuzlukların yarattığı varoluşsal öfkeye karşı geliştirilen kişiye özgü farklı savunma mekanizması profillerinin farklı psikolojik belirtilere yol açabileceği iddiasının araştırılması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda varoluşsal öfke,



savunma mekanizmaları ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler ve varoluşsal öfke ile savunma mekanizmalarının hangi psikolojik belirtiyi ne derecede yordadıkları incelenmiştir.

Varoluşsal öfke, savunma mekanizmaları ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerin korelasyon analizleri sonucunda; varoluşsal öfke ile psikolojik belirtilerin tümü arasında anlamlı düzeyde ve pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur. Varoluşsal öfke ile savunma mekanizmaları arasındaki analizler sonucunda ise nevrotik ve olgun savunma mekanizmaları (yüceltme mekanizması hariç) arasında anlamlı düzeyde ilişki tespit edilmezken olgun olmayan savunma mekanizmaları arasında pozitif yönlü ve anlamlı seviyede ilişkiler olduğu gözlenmiştir. Son olarak psikolojik belirtiler ve savunma mekanizmaları arasında -olgun savunma mekanizmalarından baskılama ve yüceltme hariç- farklı derecelerde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca çalışmada elde edilen önemli bir bulgu da olgun savunma mekanizmalarından yüceltme ile varoluşsal öfke arasında bulunan negatif yönlü anlamlı ilişkidir. Literatür incelendiğinde de

savunma mekanizmaları ve psikolojik rahatsızlıklar arasındaki ilişkileri farklı örneklemeler, psikolojik belirtiler ve kültürler açısından inceleyen birçok araştırmanın bulunduğu fark edilecektir: Olgun olmayan savunma mekanizmaları (yansıtma, pasif saldırganlık, dışa vurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, yadsıma, yer değiştirme, disosiyasyon, bölme ve mantıksallaştırma, bedenselleştirme) ve nevrotik savunma mekanizmalarıyla (yapma bozma, yapay özgecilik, idealleştirme, karşıt tepki geliştirme) psikolojik belirtiler arasında anlamlı ilişkiler bulunan çalışmalar olduğu gibi (Aktan, 2009; Callak, 2019); OKB, panik bozukluk ve depresyon ile nevrotik savunma mekanizmaları arasında anlamlı ilişkilere işaret eden (Blaya ve ark., 2006; Soy, 2015) çalışmalar da bulunmaktadır. Psikotik teşhisi konmuş, nevrotik teşhisi konmuş ve herhangi bir psikopatolojik teşhis konmamış sağlıklı gruplar arasında yapılan bir çalışmada ise savunma mekanizmalarının kullanımı açısından farkın olgun olmayan savunma mekanizmaları türünden olduğu bulunmuştur (Güleç, 1993). Bir diğer karşılaştırma çalışmasında ise normal bireyler, nevrotikler, duygusal bozukluk yaşayan suçlular ve şizofreni teşhisi konmuş hastalar savunma mekanizmaları açısından karşılaştırılmış ve gruplar arasında anlamlı farklar bulunmuştur (Gottschalk, Fronczek ve Abel, 1993). Mizaç türleri, savunma mekanizmaları ve somatik semptomların ilişkisinin incelendiği bir çalışmada ise değişkenler arasında anlamlı ilişkiler bulunmuş ve depresyondan bağımsız olarak somatik semptomlar ile savunma mekanizmaları türleri arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (Hyphantis ve ark., 2013). Diğer bir ilginç çalışmada, depresif semptomlarının şiddeti düşükten yükseğe değişen kanser hastalarının kullandıkları olgun ve olgun olmayan savunma mekanizmalarının hayatta kalma oranları ile ilişkisi incelenmiş ve savunma mekanizmaları, depresyon ve ölüm oranları arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (Beresford, Alfors, Mangum, Clapp ve Martin, 2006). Bir diğer çalışmada yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre savunma mekanizması türleri, depresif semptomlar, mizaç özellikleri



ve demografik özelliklerin somatik rahatsızlıkları %56 oranında yordadığı bulunmuştur (Hyphantis, Goulia ve Carvalho, 2013). Akkerman, Lewin ve Carr (1999) tarafından yapılan deneysel bir çalışmada ise deney grubuna uygulanan psikodinamik yönelimli destekleyici terapi sonrası kontrol grubuna kıyasla majör depresyon hastalarında olgun olmayan savunma mekanizmaları kullanımında anlamlı derecede düşüş olduğu gözlenmiştir. Bahsi geçen çalışmaların sonuçları ve mevcut çalışmanın sonuçları psikolojik belirtilerle savunma mekanizmaların ilişkisi noktasında paralellik göstermektedir. Aynı zamanda olgun savunma mekanizmalarının iyi oluş ile olan ilişkisi düşünüldüğünde psikopatoloji ile varoluşsal öfkenin bir arada düşünülmesi daha da anlam kazanmaktadır.

Varoluşsal öfke ve farklı savunma mekanizmalarının psikolojik belirtileri ne derecede yordadığını belirlemeye yönelik yapılan hiyerarşik doğrusal regresyon analizleri sonucunda varoluşsal öfke, temelde her bir rahatsızlığı en düşük %17 ve en yüksek %38 oranında yordamış olup bu sonuçlar varoluşsal öfkenin her bir psikolojik rahatsızlıkta önemli bir yere sahip olduğu düşüncesini güçlendirmiştir. Bu noktada varoluşsal öfke ve savunma mekanizmalarının birlikte psikolojik rahatsızlıkları ne oranda yordadığı sorgulanmış ve varoluşsal öfke ve savunma mekanizmalarının birlikte somatizasyon puanları varyansını %30, OKB puanları varyansını %37, depresyon puanları varyansını %53, anksiyete puanları varyansını %47, kişilerarası ilişki puanları varyansını %39, öfke düşmanlık puanları varyansını %51, paranoid puanları varyansını %35, psikotizm puanları varyansını %32 oranında yordadığı görülmüştür. Varoluşsal öfke tüm regresyon analizlerinde ortak ve birinci yordayıcı değişken olarak görülürken farklı savunma mekanizmaları kombinasyonları farklı oranlarda varoluşsal öfkeye eşlik etmektedir. Elde edilen bulgulara göre psikolojik belirtiler, kullanılan savunma mekanizması türü ve sırasına göre farklılık göstermektedir. Örnek vermek gerekirse depresyon ve anksiyete arasındaki fark savunma mekanizmaları açısından yapılan istatistiksel analizde yalıtım olarak göze çarpmakta ve kullanılan savunma mekanizmalarının sırası ve yüzdelik oranları da farklılık göstermektedir.

Sonuç ve Öneriler

Araştırma sonucuna göre anlam arayışının olumlu sonuçlanmadığı yani kişinin hayatına yön ve amaç kazandıracak bir anlam bulamadığı veya inşa edemediği durumda yaşadığı varoluşsal öfke ya da anlam bulmak zorunda olmanın yarattığı öfke, psikopatolojilerde farklı düzeylerde çekirdek bir risk faktörü olarak görünmektedir. Dolayısıyla varoluşsal öfke, bireye özgü farklı savunma mekanizmaları profilleri ve kombinasyonları tarafından biçim değiştirerek her bireyde farklı psikolojik bozukluklar olarak ortaya çıkıyor olabilir.

Sonuçlar, psikolojik belirtilerin etiolojisinde birçok farklı nedenin yanı sıra anlam arayışının engellenmesinin sonucunda ortaya çıkan varoluşsal öfke



ve bununla başedebilmek için kullanılan savunma mekanizmaları kombinasyonlarının da olabileceği fikrini doğurmaktadır. Aynı zamanda terapötik müdahalelerde bireylerin yaşam anlamı, varoluşsal öfke ve kullandıkları savunma mekanizmalarının değerlendirilmesinin de yararlı olabileceği düşünülebilir. Ancak unutulmamalıdır ki, varoluşsal öfke ile psikolojik belirtilerin ortaya çıkması arasında güçlü ilişkiler görünse de bu rahatsızlıkların tamamen bu nedenle ortaya çıktığını söylemek mümkün değildir. Hatta kişinin farklı dinamikler sonucunda psikolojik rahatsızlık yaşamasının anlam arayışı sürecini sağlıklı bir şekilde devam ettirmesine sebep olabileceğini ve bunun sonucunda varoluşsal öfke yaşayabileceğini söylemek de mümkündür. Dolayısıyla psikolojik rahatsızlıkların varoluşsal öfkenin bir öncülü olabileceği fikri de cevap bulunması gereken bir sorudur.

Son olarak varoluşsal öfke, savunma mekanizmaları ve psikolojik bozukluklar arasındaki ilişkinin tam olarak ortaya konulabilmesi için araştırmaların daha büyük katılımcı örneklemelerinde ve hasta gruplarıyla gerçekleştirilmesi gerektiği vurgulanmalıdır. Deneysel ortamda hasta ve kontrol gruplarıyla yürütülecek çalışmalar konunun dış geçerliliğini artırıcı bir etki yapabilir. Mevcut çalışmanın tanı almış hasta grupları üzerinden yürütülmemesi de araştırmanın kısıtlılığı olarak sayılabilir. Bu konuda yapılacak uzun soluklu ve farklı modelleri araştırmalar konunun daha iyi anlaşılması açısından faydalı olacaktır.

Kaynakça / Reference

Akkerman, K., Lewin, T. J., ve Carr, V. J. (1999). Long-term changes in defense style among patients recovering from major depression. *The Journal Of Nervous And Mental Disease*, 187(2), 80-87.

Aktan, Ö. (2009). *Depresyon Tanısı Konulmuş Hastalar İle Depresif Şikâyetleri Olmayan Kişilerin Kullandıkları Savunma Mekanizmaları Açısından Karşılaştırılması (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi)*. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Andrews, G., Singh, M., ve Bond, M. (1993). The Defense Style Questionnaire. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 181(4), 246-256.

Bellak, L. ve Hurvich, M. (1969). A systematic study of ego functions. *Journal of Nervous And Mental Disease*, 148(6), 569-585.

Berman, S. L., Weems, C. F., ve Stickle, T. R. (2006). Existential anxiety in adolescents: Prevalence, structure, association with psychological symptoms and identity development. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 285-292.

Blaya, C., Dornelles, M., Blaya, R., Kipper, L., Heldt, E., Isolan, L., ... ve Manfro, G. G. (2006). Do defense mechanisms vary according to the psychiatric disorder?. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 28(3), 179-183.

Bond, M., Gardner, S. T., Christian, J., ve Sigal, J. J. (1983). Empirical study of self-rated defense styles. *Archives of General Psychiatry*, 40(3), 333-338.



- Boulet, J., ve Boss, M. W. (1991). Reliability and validity of the Brief Symptom Inventory. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3(3), 433.
- Beresford, T. P., Alfors, J., Mangum, L., Clapp, L., ve Martin, B. (2006). Cancer survival probability as a function of ego defense (adaptive) mechanisms versus depressive symptoms. *Psychosomatics*, 47(3), 247-253.
- Callak, Y. (2019). *Psikolojik Belirtiler ile Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişkide Şemaların Aracı Rolü* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Craig, T. J., Richardson, M. A., Pass, R. ve Bregman, Z. (1985). Measurement of mood and affect in schizophrenic inpatients. *The American Journal of Psychiatry*, 142(11), 1272-1277.
- Cramer, P. (1991). Anger and the use of defense mechanisms in college students. *Journal of Personality*, 59(1), 39-55.
- Cramer, P. (2008). Seven pillars of defense mechanism theory. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(5), 1963-1981.
- Deffenbacher, J. L. (1992). Trait anger: Theory, findings, and implications. *Advances In Personality Assessment*, 9, 177-201.
- Deniz, B. N. (2016). *Varoluşsal öfke ölçeği geliştirme çalışması* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Esman, A. H. (1989). Psychoanalysis and general psychiatry: Obsessive-compulsive disorder as paradigm. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 37(2), 319-336.
- Fava, M. ve Rosenbaum, J. F. (1999). Anger attacks in patients with depression. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 60(15), 21-24.
- Frankl, V. E. (2009). *İnsanın anlam arayışı*. (S. Budak, Çev.). İstanbul: Okuyan Us Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1946)
- Freud, A. (2018). *The ego and the mechanisms of defence*. New York: Routledge.
- Fromm, E. (1996). *Özgürlükten kaçış* (Ş. Yeğin, Çev.). İstanbul: Payel Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1941)
- Geçtan, E. (2010). *Zamane*. 1.Basım. İstanbul: Metis Yayınları.
- Gottschalk, L. A., Fronczek, J. ve Abel, L. (1993). Emotions, defenses, coping mechanisms, and symptoms. *Psychoanalytic Psychology*, 10(2), 237.
- Güleç, N. (1993). *Savunma mekanizmaları ve psikopatolojik tanı ilişkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Horney, K. (2013). *Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization*. Routledge. New York: W. W. Norton & Company, Inc. (Orijinal çalışma basım tarihi 1950)



Hyphantis, T. N., Taunay, T. C., Macedo, D. S., Soeiro-de-Souza, M. G., Bisol, L. W., Fountoulakis, K. N., ... ve Carvalho, A. F. (2013). Affective temperaments and ego defense mechanisms associated with somatic symptom severity in a large sample. *Journal of Affective Disorders*, 150(2), 481-489.

Hyphantis, T., Goulia, P. ve Carvalho, A. F. (2013). Personality traits, defense mechanisms and hostility features associated with somatic symptom severity in both health and disease. *Journal of Psychosomatic Research*, 75(4), 362-369.

Kula, T. ve Erden, M. (2017). Varoluşsal kaygı ve din. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 17(2), 21-41.

Lantz, J. E., ve Harper, K. (1989). Network intervention, existential depression, and the relocated Appalachian family. *Contemporary Family Therapy*, 11(3), 213-223.

May, R. (1997). *Kendini arayan insan*. (A. Karpat, Çev.). İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık. Orijinal çalışma basım tarihi 1953)

Noam, G. G. ve Recklitis, C. J. (1990). The relationship between defenses and symptoms in adolescent psychopathology. *Journal of Personality Assessment*, 54(1-2), 311-327.

Öztürk, A.H. (2018). *Varoluşçu bakışa göre hayatın anlamı ve amacının depresyon ve umutsuzlukla ilişkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.

Painuly, N., Sharan, P. ve Mattoo, S. K. (2005). Relationship of anger and anger attacks with depression. *European Archives of Psychiatry And Clinical Neuroscience*, 255(4), 215-222.

Sahin, N., ve Durak, A. (1994). Kisa Semptom Envanteri (Brief Symptom Inventory-BSI): Turk Gencleri Icin Uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 44-56.

Snyder, C. R., Rand, K. L., ve Sigmon, D. R. (2002). *Hope theory: A member of the positive psychology family*. New York: Oxford University Press.

Soy, E. E. (2015). *Majör Depresif Bozukluk Tanısı Almış Bir Hasta Grubunda Bağlanma Stilleri Ve Savunma Mekanizmalarının Değerlendirilmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.

Soykan, Ç. (2003). Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11(2), 19-27.

Şahin, H. (2005). Öfke ve öfke denetiminin kuramsal temelleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(10), 1-22.

Webb, J. T. (2008). Dabrowski's theory and existential depression in gifted children and adults. *In Eighth International Congress of the Institute for Positive Disintegration in Human Development içinde* (7-9. ss.).



Anlam Arayışı ve Psikopatoloji: Varoluşsal Öfke ve Savunma Mekanizmalarının Psikolojik Belirtilerle İlişkilerinin İncelenmesi

Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., ve Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, 55(3), 385.

Woods, L. (1993). Substance Abuse, Existentialism, and Anger. *Addictions Nursing Network*, 5(3), 78-83.

Yalom, Irvin D. (1980). *Existential Psychotherapy*. (1. Baskı). New York, NY: Hachette Books.

Yılmaz, N., Gençöz, T., ve Ak, M. (2007). Savunma biçimleri testi'nin psikometrik özellikleri: Güvenilirlik ve geçerlik çalışması [Psychometric properties of the Defense Style Questionnaire: A reliability and validity study]. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 244-253.

Zoccali, R., Muscatello, M. R. A., Bruno, A., Barillà, G., Campolo, D., Meduri, M., ... ve Scaffidi, M. (2006). Anger and ego-defence mechanisms in non-psychiatric patients with irritable bowel syndrome. *Digestive and Liver Disease*, 38(3),195-200.

Zoccali, R., Muscatello, M. R., Bruno, A., Cedro, C., Campolo, D., Pandolfo, G., ve Meduri, M. (2007). The role of defense mechanisms in the modulation of anger experience and expression: Gender differences and influence on self-report measures. *Personality and Individual Differences*, 43(6), 1426-1436.

