



**T. C.  
AREL ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**DUYGU STİLLERİ VE DUYGUSAL ZEKANIN YORDAYICISI  
OLARAK BAĞLANMA STİLLERİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ  
DİL RUBA BİNGÖL  
135180147**

**Danışman: Prof. Dr. M. Engin DENİZ**

**İstanbul, 2017**



T. C.

AREL ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

**DUYGU STİLLERİ VE DUYGUSAL ZEKANIN YORDAYICISI  
OLARAK BAĞLANMA STİLLERİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**DİLRUBA BİNGÖL**

## YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Duygu Stilleri Ve Duygusal Zekanın Yordayıcısı Olarak Bağlanma Stilleri” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullandıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

03.03.2017

Dilruba BİNGÖL





## ÖZET

### DUYGU STİLLERİ VE DUYGUSAL ZEKANIN YORDAYICISI OLARAK BAĞLANMA STİLLERİ

DİLRUBA BİNGÖL

Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. M. Engin Deniz

Mart, 2017- 61 sayfa

Duygu stilleri konusu son yıllarda araştırmacılar tarafından sıklıkla ele alınmaktadır ve yapılan çalışmalar duygu stillerinin sağlık üzerinde belirleyici etkilerini açıkça gözler önüne sermektedir. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin duygu stilleri ve duygusal zekalarının yordayıcısı olarak bağlanma stillerinin rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca üniversite öğrencilerinin duygu stilleri, duygusal zeka ve bağlanma stillerinin çeşitli sosyo-demografik değişkenlere (cinsiyet, okul başarısı, anne-baba eğitim) göre farklılaşp farklılaşmadığını incelemek de araştırmanın amaçları arasında yer almaktadır. Bu araştırma ilişkisel tarama modelinde bir çalışma olup, 2015-2016 eğitim öğretim yılında Marmara Bölgesinde, İstanbul ilinde bir üniversitede öğrenim gören 158 kadın ve 113 erkek olmak üzere toplam 271 öğrenciden oluşan çalışma grubu ile yürütülmüştür. Araştırmada veri toplama araçları olarak, “Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği – Kısa Formu (TEIQueSF)”, “Duygu Stilleri Ölçeği”, “İlişki Ölçekleri Anketi (Relationship Scales Questionnaire)” ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Bu araştırma verileri üzerinde pearson korelasyon, regreson, t-testi ve varyans analizleri teknikleri kullanılmıştır. Yapılan regresyon analizleri sonucuna göre üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin, duygu stilleri ve duygusal zekanın anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Duygu, Duygu Stilleri, Duygusal Zeka, Bağlanma Stilleri

## **ABSTRACT**

### **ATTACHMENT STYLES AS PREDICTORS OF AFFECTIVE STYLE AND EMOTIONAL INTELLIGENCE**

**DİLRUBA BİNGÖL**

**Master of Science Thesis, Department of Psychology Thesis**

**Advisor: Prof. Dr. M. Engin Deniz**

**March, 2017- 61 pages**

The subject of different emotion styles has been a well-observed topic by many researchers throughout recent years and the effects that these styles have on health can clearly be seen. This study will explain the co-relation of these two topics to attachment styles. This study aims to observe the role of attachment styles in the emotion styles and emotional intelligence predictors of university students. It also aims to understand whether different socio-demographic variables (such as gender, academic achievements, and parent's educational background), effect the emotional styles, emotional intelligence, and attachment styles of these students. This study is a part of the relational screening model and has been carried out with a workgroup of a total of 271 students (158 female and 113 male) at a university in Istanbul, in the Marmara region, during the 2015-1026 academic year. The data collection tools used in this study were the Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Short Form (TEIQue-SF), the Emotion Style Questionnaire, the Relationship Scales Questionnaire, and a Personal Information Form, prepared by the researchers. The Pearson Correlation, Regression, T-Test, and Variance Analysis were then used to analyse the data accumulated from the study. With the regression analysis made, the discovery that the students' attachment styles were a significant predictor of their emotional styles and emotional intelligence was reached.

**Key words:** Emotion, Affective Style, Emotional Intelligence, Attachment Styles

## ÖNSÖZ

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin duygu stilleri ve duygusal zekalarının yordayıcısı olarak bağlanma stillerinin rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

Öncelikle tez konusunu seçerken taleplerimi göz önünde bulundurup, tez çalışmamın planlanmasında, araştırılmasında, yürütülmesinde ve oluşumunda ilgi ve desteğini esirgemeyen, engin bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım, yönlendirme ve bilgilendirmeleriyle çalışmamı bilimsel temeller ışığında şekillendiren, çalışmam boyunca bana yardımcı olan saygıdeğer tez danışmanım Prof. Dr. M. Engin DENİZ'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Bu çalışmanın gerçekleşmesinde benden bir an olsun yardımını esirgemeyen, her zaman yanımda olan, çalışma süresince tüm zorlukları benimle göğüsleyen ve hayatımın her evresinde bana destek olan canım kardeşim Fırat BİNGÖL'e teşekkür ederim.

Tez sürecimde gösterdiği anlayış ve verdiği destek ile beni cesaretlendiren, yoğun, sıkıntılı, stresli dönemlerimde bana sabırla destek olan, hiç yalnız bırakmayan, gönülden desteğini hissettiğim sevgili eşim Alican ANBALAY'a teşekkür ederim.

Bu zorlu tez sürecinde benden desteklerini bir an bile esirgemeyen, tüm eğitim hayatım boyunca beni maddi ve manevi destekleriyle hiç yalnız bırakmayan, her zaman yanımda olan canım annem Canan BİNGÖL ve canım babam Ercan BİNGÖL'e teşekkür ederim.

Dilruba BİNGÖL

## KISALTMALAR

**TDK:** Türk Dil Kurumu

**IQ:** Intelligence Ouotient

**EQ:** Emotional Intelligence

**SPSS:** Statistical Package for the Social Sciences





## TABLO VE ŞEKİLLER DİZİNİ

<b>Şekil 1.</b> Duygusal Zekanın Dört Köşetaşı.....	11
<b>Tablo 1.</b> Katılımcılara ait tanımlayıcı bilgiler.....	17
<b>Tablo 2.</b> Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından duygu stillerine ilişkin <i>t</i> testi tablosu.....	22
<b>Tablo 3.</b> Okul başarısı açısından duygu stillerine ilişkin betimsel istatistikleri.....	23
<b>Tablo 4.</b> Okul başarısı açısından duygu stillerine ilişkin varyans analizi tablosu.....	24
<b>Tablo 5.</b> Anne eğitim durumu açısından duygu stillerine ilişkin betimsel istatistikleri....	25
<b>Tablo 6.</b> Anne eğitim durumu açısından duygu stillerine ilişkin varyans analizi tablosu.....	26
<b>Tablo 7.</b> Baba eğitim durumu açısından duygu stillerine ilişkin betimsel istatistikleri	28
<b>Tablo 8.</b> Baba eğitim durumu açısından duygu stillerine ilişkin varyans analizi tablosu.....	28
<b>Tablo 9.</b> Kardeş sayıları açısından duygu stillerine ilişkin betimsel istatistikleri.....	30
<b>Tablo 10.</b> Kardeş sayıları açısından duygu stillerine ilişkin varyans analizi tablosu.....	31
<b>Tablo 11.</b> Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından duygusal zekalarına ilişkin testi tablosu.....	32
<b>Tablo 12.</b> Okul başarısı açısından duygusal zekalarına ilişkin betimsel istatistikleri.....	33
<b>Tablo 13.</b> Okul başarısı açısından duygusal zekalarına ilişkin varyans analizi tablosu.....	33

<b>Tablo 14.</b> Anne eğitim durumu açısından duygusal zekalarına ilişkin betimsel istatistikleri.....	34
<b>Tablo 15.</b> Anne eğitim durumu açısından duygu stillerine ilişkin varyans analizi tablosu.....	34
<b>Tablo 16.</b> Baba eğitim durumu açısından duygusal zekalarına ilişkin betimsel istatistikleri.....	35
<b>Tablo 17.</b> Baba eğitim durumu açısından duygu stillerine ilişkin varyans analizi tablosu.....	36
<b>Tablo 18.</b> Kardeş sayıları açısından duygusal zekalarına ilişkin betimsel istatistikleri.....	37
<b>Tablo 19.</b> Kardeş sayıları açısından duygusal zekalarına ilişkin varyans analizi tablosu.....	37
<b>Tablo 20.</b> Üniversite öğrencilerinin duygu stilleri, duygusal zekaları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiler.....	38
<b>Tablo 21.</b> Duygu stilinin yordayıcısı olarak bağlanma stiline ilişkin regresyon analizi sonuçları.....	39
<b>Tablo 22.</b> Duygusal zekanın yordayıcısı olarak bağlanma stiline ilişkin regresyon analizi sonuçları.....	41

## İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET .....	i
ABSTRACT .....	ii
ÖNSÖZ .....	iii
KISALTMALAR .....	iv
TABLO VE ŞEKİLLER LİSTESİ .....	v
İÇİNDEKİLER .....	vi

### BÖLÜM I

#### GİRİŞ

I.1. Araştırmanın Amacı .....	1
I.2. Hipotezler .....	1
I.3. Sayılıtlar .....	2
I.4. Araştırmanın Önemi .....	2
I.5. Sınırlılıklar .....	3

### BÖLÜM II

#### KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE ARAŞTIRMALAR

II.1. Duygu Kavramı.....	4
II.2. Duygu Kuramları.....	4
II.2.1. Bilişsel Kuram .....	4
II.2.2. James-Lange Kuramı .....	5
II.2.3. Cannon-Bard Kuramı.....	5
II.3. Zeka Kavramı .....	5
II.3.1. Bilişsel Zeka.....	6
II.3.2. Bilişsel Olmayan Zeka .....	6

II.4. Duygusal Zeka Tanımı .....	7
II.5. Duygusal Zekanın Özellikleri.....	8
II.6. Duygusal Zekanın Önemi .....	9
II.7. Duygusal Zeka Modelleri .....	10
II.7.1. Mayer ve Salovey'in Duygusal Zeka Modeli.....	10
II.7.2. Goleman'ın Duygusal Zeka Modeli .....	10
II.7.3. Sawaf'ın Duygusal Zeka Modeli.....	10
II.7.4. Bar-On'un Duygusal Zeka Modeli .....	11
II.8. Duygu Stilleri Kavramı .....	11
II.8.1. Duygu Stillerinin Genel Özellikleri.....	12
II.8.2. Duygu Stilleri Yaklaşım Biçimleri .....	12
II.9. Duygusal zeka ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki.....	13
II.9.1. Bağlanma Kuramı .....	13
II.9.1.1. Bebeklikteki Bağlanma Stilleri .....	13
II.9.1.2. Yetişkin Bağlanma Stilleri.....	14
II.9.2. Duygusal Zeka Yetenekleri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki .....	16

### **BÖLÜM III**

#### **GEREÇ VE YÖNTEM**

III.1. Araştırma Modeli .....	17
III.2. Evren ve Örneklem.....	17
III.3. Veri Toplama Araçları .....	18
III.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	18
III.3.2. Duygu Stilleri Ölçeği.....	18
III.3.3. Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği.....	19
III.3.4. İlişki Ölçekleri Anketi.....	19
III.4. Verilerin Toplanması.....	20
III.5. Verilerin Çözümlemesi ve Yorumlanması.....	20

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

IV.1. Üniversite Öğrencilerinin Duygu Stillerine İlişkin Bulgular .....	22
IV.1.1.Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	22
IV.1.2. Üniversite öğrencilerinin okul başarılarına göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	23
IV.1.3. Üniversite öğrencilerinin anne eğitim durumlarına göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	25
IV.1.4. Üniversite öğrencilerinin baba eğitim durumlarına göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	27
IV.1.5. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	29
IV.2. Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekalarına İlişkin Bulgular.....	32
IV.2.1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre duygusal zekaları anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	32
IV.2.2. Üniversite öğrencilerinin okul başarılarına göre duygusal zekaları anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	32
IV.2.3. Üniversite öğrencilerinin anne eğitim durumlarına göre duygusal zekaları anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	34
IV.2.4. Üniversite öğrencilerinin baba eğitim durumlarına göre duygusal zekalarının anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır? .....	35
IV.2.5. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre duygusal zekalarının anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	36
IV.3. Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri, Onların Duygu Stillerini Ve Duygusal Zekalarını Anlamlı Biçimde YordanıpYordanmadığına İlişkin Bulgular.....	38

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA

V.1. Tartışma ve Yorum .....	42
------------------------------	----

## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

VI.1. Sonuç ve Öneriler.....	47
Kaynakça.....	49
Ekler	
Ek 1 Kişisel Bilgi Formu	
Ek 2 Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği	
Ek 3 Duygu Stilleri Ölçeği	
Ek 4 İlişki Ölçekleri Anketi	
Özgeçmiş	









# BÖLÜM I

## GİRİŞ

### I.1. Araştırmanın Amacı:

Bu çalışmada, duygu stilleri ve duygusal zekanın yordayıcısı olarak bağlanma stillerinin incelenmesi, demografik özelliklere bağlı olarak üniversite öğrencilerinin duygu stilleri ve duygusal zekalarında anlamlı farklılaşmanın olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçlar doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

### I.2. Hipotezler:

#### 1. Üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin incelenmesi

- 1.1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
- 1.2. Üniversite öğrencilerinin okul başarılarına göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
- 1.3. Üniversite öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
- 1.4. Üniversite öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
- 1.5. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

#### 2. Üniversite öğrencilerinin duygusal zekalarının incelenmesi

- 2.1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre duygusal zekaları anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
- 2.2. Üniversite öğrencilerinin okul başarılarına göre duygusal zekaları anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
- 2.3. Üniversite öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre duygusal zekaları anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
- 2.4. Üniversite öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre duygusal zekaları anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
- 2.5. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre duygusal zekaları anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

3. *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri, onların duygu stillerini ve duygusal zekalarını anlamlı biçimde yordanmakta mıdır?*

### **I.3. Sayıtlar:**

1. Araştırmanın katılımcıları ölçme araçlarına içtenlikle yanıt vermişlerdir.
2. Araştırma örneklemini evrenin özelliklerini yansıtmaktadır.
3. Araştırmada kullanılan ölçme araçları araştırmanın amaçlarını gerçekleştirebilecek nitelik ve yeterliliktedir.

### **I.4. Araştırmanın Önemi:**

Tarih boyunca farklı açılardan ele alınmış bir kavram olan duygu, bilimsel anlamda psikolojinin de ilgi çeken konularından biridir. Bu doğrultuda duyguların oluşumu, işlevleri ve çeşitli değişkenlerle ilişkileri ele alınan konulardandır.

Duygular işlevselci bakış açısına göre yaşanan sorunlara yanıt olarak ortaya çıkmaları sebebiyle işlevseldirler. Bu bakış açısının yanı sıra duygu stilleri ile ilgili çağdaş kuramlar da duyguların önemine vurgu yapmakta ve duyguların, karar vermeye, belleğe, kişilerarası ilişkilere çeşitli düzey ve işlevlerde etki ederek davranışsal, motor ve psikolojik yanıtları hazırladığını belirtmektedirler.

Ancak, duygular işlevsel oldukları gibi uygun bağlamda ortaya çıkmadıklarında, yoğun olduklarında, çok uzun sürdüklerinde ya da durumla uyumlu olmadıklarında problematik de olabilmektedir. Bu noktada duyguların düzenlenmesi oldukça önem taşımaktadır.

Duygu stillerinin kavramsallaştırılmasına ilişkin çalışmaların bazıları, duygu deneyim ve ifadelerinin kontrolüne ve duygusal uyarımın azaltılmasına vurgu yapmaktadır. Ancak, duygusal yanıtları kabul yerine kontrol etmeye yapılan vurgunun, düzenleme sürecini bozabileceği söylenmekte ve duygusal tepkilerin kabulü ve değerlendirilmesinin de oldukça önemli olduğu belirtilmektedir.

Araştırmacılar, uyuma yönelik duygu tarzlarının deneyimlenen duygunun değiştirilmesi yerine bu duygunun yoğunluğu ve süresinin azaltılmasını içerdiğini söylemektedirler. Buna göre duygu stilleri şu adımları içermektedir: Duyguların

farkındalığı ve anlaşılması, duyguların kabulü, dürtüsel davranışları kontrol etme becerisi ve olumsuz duygular deneyimlenirken hedeflenen amaçlara uygun davranma, durumla uyumlu duygu düzenleme stratejilerinin kullanımı.

Duygular, esnek ve kontrollü bir şekilde deneyimlendiğinde yani “düzenlendiğinde” bireyin amaçlarına ulaşması için kaynaklarını harekete geçirmesi, kişilerarası ilişkiler kurması, öz-saygı gibi yönlerden işlevseldir. Ayrıca, duyguları yönetme ve düzenleme, sağlıklı ve uyumlu psikolojik ve duygusal işlevselliğe olanak sağlamaktadır.

#### **I.5. Sınırlılıklar:**

1. Çalışma grubu, kartopu örnekleme yöntemiyle seçilen, İstanbul ilinde yaşayan, üniversite öğrencisi olan gönüllü 271 bireyle (158 kadın, 113 erkek) sınırlıdır.
2. Bu araştırmada incelenecek olan duygu stilleri, duygusal zeka ve bağlanma stilleri, ölçmede kullanılan “Duygu Stilleri Ölçeği”, “Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği – Kısa Formu (TEIQueSF)”, “İlişki Ölçekleri Anketi” ve kişisel bilgi formundan elde edilen veriler ile sınırlıdır.

## BÖLÜM II

### KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE ARAŞTIRMALAR

#### 1.1. Duygu Kavramı

Duygusal zekanın tanımı yapılmadan önce üzerinde durulması gereken önemli bir kavram duygu kavramıdır. Duygular, insanların harekete geçmesini sağlayan dürtüler olarak tanımlanmaktadır (Adsız, 2016).

Duygu kavramına bakıldığında, duygular içerisinde hareketi barındırmakta ve bireyleri harekete yöneltmektedir. Kişileri beklenmedik zamanlarda uyararak, mücadele etmeye yöneltir ve plan yapmalarına olanak sağlar (Goleman, 2011). Duygular kişileri daha aktif olmaya yönlendirerek öğrenme kapasitelerini yükseltir ve onları motive eder (Ural, 2001: 210).

Bilişsel farkındalık, idrak ve fizyolojik tepkiler gibi içerisinde psikolojik alt sistemleri bulunduran duygular, bireylerin içinde oluşan, onların bilgilerini taşıyan ve kişilere karşı oluşturdukları tepkileri denetleyen durumlardır (Çelenk, 2015).

#### 1.2. Duygu Kuramları

##### 1.2.1. Bilişsel Kuram

Bilişsel kurama göre, kişilerin hayatta karşılaştığı durumlara yönelik olarak geliştirdiği algıları ve olaylar neticesinde verdiği tepkileri o durumlara ilişkin duygularının temelini oluşturur (Cüceloğlu, 1993). Yaşadığımız olaylar karşısında verdiğimiz tepkiler zihnimiz tarafından değerlendirilmekte, fiziksel uyarılmalar meydana gelmekte ve sonrasında duygu ortaya çıkmaktadır (Morris, 2002: 179).

Bilişsel kuramlar temelde duygusal olarak verilen tepkilerin en değerli belirleyicisinin kişilerin duyguyu meydana getiren durumlar hakkındaki değerlendirmesi yer aldığı fikri yer almaktadır. Schachter, bilişsel faktörler ve fizyolojik uyarılmaların etkileşiminin bir fonksiyonu olarak duyguların ortaya çıktığını savunmaktadır. Bilişsel- fizyolojik duygu kuramı olarak bilinen kurama göre, fizyolojik etkinlikten beyne gelen geri besleme, farklı bir uyarılmışlık hali başlatmaktadır. Hissedilen duygu kişinin bu uyarılmaya verdiği etiket tarafından belirlenmektedir. Bu tip etkilerin verilebilmesi bilişsel bir aşama olarak

değerlendirilmektedir. Bunun nedeni ise kişilerin hislerini değerlendirmek için deneyimlerine yönelik bilgilerinden ve şu anki algılamalarından faydalanmaktadırlar. Elde edilen çıkarımlar neticesinde kişilerin duygusal durumlarını açıklamak için kullandıkları etiket meydana gelmektedir (Morris, 2002: 179).

### **1.2.2. James-Lange Kuramı**

Bu kurama göre duyguların esas kaynakları bedendeki fizyolojik değişimlerden kaynaklanmaktadır. Bireylerin çevrelerindeki uyarıcılar karşısında tepki olarak kalp atışları hızlanmakta, göz bebekleri büyümekte veya çeşitli fizyolojik tepkimeler neticesinde duygular meydana gelmektedir. Bu dönemde Danimarkalı bir psikolog olan Carl Lange'de William James'i bu konuda desteklemiştir. Bu sebepten dolayı kuramın adı James-Lange kuramı olarak bilinmektedir (Atkinsonvd, 1995: 55).

Bu kurama göre, beden çevreye tepki verdiği anda duygular meydana gelmektedir. Ancak, kişi beklenmeyen bir olay ile karşılaştığında ilk önce fizyolojik belirtiler ortaya çıkacak ve sonrasında duygular gerçekleşecektir (Kavcar, 2011).

### **1.2.3. Cannon-Bard Kuramı**

Cannon ve Bard, duygular ve bedensel davranış biçimlerinin eş zamanlı olarak meydana geldiğini ileri sürmüşlerdir. Kurama göre ne duygular davranışları ne de davranışlar duyguların esas belirleyicisidir (Cüceloğlu, 1993: 178).

Cannon-Bard kuramına göre, hipotalamus sinir sistemini uyarır ve fizyolojik değişiklikler meydana gelir. Bunun sonucunda, beyin kabuğu uyarıyı alır ve duyguların farkına varılması gerçekleşir ( Yaşarsoy, 2006).

## **1.3. Zeka Kavramı**

Duygusal zeka kavramında ilk bileşen olan zeka kavramı incelendiğinde, zeka, içerisinde anlamayı, yorumlamayı, uyumu, seçmeyi, kavramayı, bütünleştirmeyi, ilişkilendirmeyi, değerlendirmeyi ve yordamayı barındıran kapsamlı bir kavramdır ( Yaşarsoy, 2006).

Zeka kavramı araştırmacılar tarafından sıkça ele alınmış ve farklı bakış açıları ortaya çıkmıştır. Zeka ile ilgili tanımlamalara bakıldığında bazı araştırmacılar

zekanın 3 temel unsuru olduğunu öne sürmüşlerdir. Zekanın bileşenleri olarak, problemlerin çözülmesi ve hızlı karar verilmesi, öğrenebilme kabiliyeti ve uyum yeteneği görülmektedir (Goleman, 2006: 37).

Sternberg'e göre ise zeka:

1. Problemin farkında olmayı,
2. Problemin doğasını tanımayı,
3. Problemi çözmek için bir strateji oluşturmayı,
4. Probleme ilişkin bilgiyi zihinsel olarak temsil etmeyi,
5. Problemi çözmek için gerekli zihinsel kaynakları harekete geçirmeyi,
6. Probleme ilişkin çözümü kurgulamayı,
7. Probleme ilişkin çözümü değerlendirmeyi içermektedir (Kılıç, 2013: 16).

### **1.3.1. Bilişsel Zeka**

Bilişsel zeka, üstün zihinsel yetenekleri kapsamaktadır. Bunlar içerisinde dikkat, yargılama, bellek, akıl yürütme, soyutlama, öğrenme, problem çözme yer almaktadır (Kavcar, 2011).

Bilişsel zekaya sahip bireyler, çevreyi kontrol altında tutarak şekil verebilmektedir. Kendileri dışında çevresindekiler üzerinde de etkili olabilmekte ve diğer kişiler ve topluma yön verebilmektedirler (Keleş ve Özkan, 2010: 2903).

Bilişsel zeka, kişilerin anlama, öğrenme, hatırlama, rasyonel düşünme, problem çözme ve öğrendikleri bilgileri uygulama kapasitesini belirlemede oldukça etkilidir (Çakar ve Arbak, 2004: 26).

### **1.3.2. Bilişsel Olmayan Zeka**

Bilişsel süreçler düşünmeyi, mantık yürütmeyi, sorun çözmeyi, karar vermeyi, algılamayı, kavramlaştırmayı ve yargıya varmayı içermektedir (Kavcar, 2011). Bu aşamaların ortaya çıkabilmesi bilişsel yeteneklere bağlı olarak

değişmektedir. Bu aşamaların ortaya çıkmasında duyguların etkisi oldukça fazladır (Çakar ve Arbak, 2004: 27).

Edward Thorndike'in "Sosyal Zeka" ismini taşıyan araştırmasının 1920 senesinde yayınlaması ile 20. yüzyılda bu doğrultuda araştırmalar da başlamıştır. Bilişsel olmayan zeka ile ilgili bu çalışmaların çoğu, sosyal davranışlardaki yeterliliklerin tanımlanması ve değerlendirilmesi üzerinde odaklanmaktadır. Edgar Doll, çocukların sosyal zeka davranışlarını ölçmek için ölçek geliştiren ilk araştırmacıdır. Thorndike ve Doll'dan sonra David Wechsler'in genel zeka tanımı, belki de en kapsamlı tanımlardan biridir ve ayrıca bu tanım, bilişsel zekaya ilave olarak diğer zeka şekillerinin de düşünülmesini sağlamıştır. Wechsler, zeka kavramını bireyin bilinçli hareket etmesi, rasyonel düşünmesi ve çevresiyle etkili bir biçimde ilişki kurabilmesi için sahip olduğu toplam kapasite olarak tanımlamaktadır. Bu kapsamlı tanımın içerisinde bilişsel zekanın yanı sıra, bilişsel olmayan (duygusal, kişisel ve toplumsal) zeka kavramını da görmek mümkündür (Sulukaya, 2012: 10).

David Wechsler'in bilişsel olmayan zeka üzerine yaptığı bu çalışma, zekanın "sosyal zeka bölümü" düşüncesine dayanmaktadır. Weschler, bilişsel olmayan zekanın önemine ilişkin düşüncelerini şu şekilde açıklamaktadır (Sulukaya, 2012: 11): "Temel soru etkin ve teşvik edici yetenekleri olan bilişsel olmayan zekanın, genel zekanın faktörleri olarak kabul edilip edilmeyeceğidir. Bu çalışmanın amacı, bu tür faktörlerin sadece kabul edilmesi değil, aynı zamanda gerekliliğinin de vurgulanmasıdır. Ben bilişsel kısmın yanı sıra, zeki davranışları ortaya çıkaran, kesin belirlenmiş bilişsel olmayan faktörlerin de önemini vurguladım. Gözlemlerimiz ve çalışmalarımız doğru ise, bundan sonra bilişsel olmayan zekâ faktörlerini içine almayan testlerle toplam zekayı ölçmeyi beklememeliyiz."

#### **1.4. Duygusal Zeka Tanımı**

Duygusal zeka ile ilgili ilk çalışmaları yapan Salovey ve Mayer'e göre duygusal zeka, "Kişinin kendisinin ve başkalarının duygu ve hislerini gözlemleyebilme, aralarındaki farkı ayırt edebilme ve kişinin düşünce ve hareketlerine rehberlik etmesi için bunu kullanabilme yeteneği" olarak tanımlanmaktadır (Eröz, 2013). Salovey ve Mayer, duygusal zekanın dört temel



durumundan bahsederler. Bunlar duyguların tanınması, duyguların anlaşılması, duyguların düzenlenmesi ve duyguların kullanılmasıdır (Üncü, 2007).

Duygusal zeka, kişinin kendini harekete geçirerek tüm olumsuzluklara ve engellere rağmen kontrolü kaybetmeden devam edebilme, problemlere olası çözümler üretmeye çalışarak ruh halini düzenlemeye çalışma ve kendini bir başka bireyin yerine koyabilme yeteneği olarak görülmektedir (Goleman, 2006: 57).

Duygusal zeka, duyguları fark edebilme ve bu doğrultuda iyi kararlar verme, üzüntünün üstesinden gelebilme, dürtülerini kontrol edebilme anlamına gelir. En basit anlatımıyla duygusal zeka, duyguların akılcı kullanılmasıdır. Duygusal zekâ, insanlarla daha başarılı ilişkiler kurmak ve çevreyle daha iyi uyum içinde olabilmek anlamında kendini ve diğerlerini anlamakla ilişkilidir ve bireyin sağduyuya dayalı olarak dünya ile geçimini şekillendirir (Üncü, 2007). Duygusal zeka ile kendi duygularının farkında olan birey, aynı zamanda çevresindekilere karşı empatik yaklaşarak ve etkili iletişim becerilerini kullanarak çevresindekileri daha iyi anlayacaktır. Yani dünyaya karşı geçimli ve mutlu olma duygusal zeka ile doğrudan ilişkilidir (Goleman, 2006: 58).

### **1.5. Duygusal Zekanın Özellikleri**

Duygusal zeka içerisinde bazı kavramları barındırır. Kişinin kapasitesini farkında olması, içgörüyü ve özdenetim becerisine sahip olması, empatik bakış açısına sahip olması duygusal zekayla ilişkili kavramlardır (Şener, 2008: 15). Duygusal zekanın özellikleri üç başlık altında özetlenebilir:

#### **a. Empati**

Başkalarının duygularının farkında olmak ve kendini onların yerine koyarak düşünebilmek duygusal zekanın en önemli özelliklerinden biridir (Tuğrul, 1999). Empatik bakış açısına sahip kişiler, başka insanların düşüncelerini anlayabilmekte ve onların ihtiyaçlarına, isteklerine, beklentilerine karşılık verebilmektedirler (Arslan ve ark., 2013).

## **b. Sosyal Yetkinlik/Beceri**

Duygusal zeka insanların başkalarıyla ilişki kurabilmesine ve bu ilişkilerin uzun süre geçerliliğini koruyabilmesine olanak sağlamaktadır. Duygusal zeka bir bakıma sosyal becerilerin gelişmesiyle ilişkilidir. (Arslan ve ark., 2013). Sosyal becerisi gelişmiş bir insanın duygusal zeka düzeyinde de gelişim görülmektedir.

## **c. İletişim becerisi**

Duygusal zekanın bir diğer özelliği de etkili iletişim becerisine sahip olmaktır. Kişilerin başka insanlarla iletişim kurarken açık ve net olmasının yanı sıra kendi duygularını da farkında olarak iletişime geçmesi duygusal zekanın bileşenleri arasındadır (Tuğrul, 1999).

Duygusal zeka özelliğinin farklı alt boyutlarının varlığından söz edilebilir. Bunlardan bir tanesi öz kontrol boyutudur. Öz kontrol boyutu, bireyin kendi duygularını kontrol altında tutabilmesi, stresle baş edebilme yeteneğine sahip olmasıyla ilgilidir. Diğer bir boyut olan iyi oluş boyutunda ise, bireyin hayattan zevk alabilmesi, hayatın olumlu yönlerine odaklanabilmesi ve zorluklarla başa çıkabilecek motivasyona sahip olabilmesiyle ilgilidir. Duygusal boyutu ise, duygularını farkında olması ve karşısındaki insanlara duygusal aktarımda bulunabilmesi, onlarla iletişim kurabilmesi ile ilgilidir. Son olarak, sosyallik boyutu, kişinin kendi haklarını savunmasının ve farkında olmasının yanı sıra başka insanların da hak ve düşüncelerini farkında olup, onların duygu ve düşüncelerini etkilemesiyle ilişkilidir (Özdemir, 2015).

## **1.6. Duygusal Zekanın Önemi**

Duygusal zeka, bireyin kendi duygularını tanıması ve yönetmesinin haricinde başkalarının da duygularını tanıması ve yönetmesidir (Arslan ve ark., 2013). Duygusal zeka, için en açık şekilde şunu diyebiliriz ki, duygusal zeka, duyguların akıllıca kullanılması ve duyguları temel alarak sonuç çıkarma ve problem çözme becerisini ifade etmektedir (Özdemir, 2015). Araştırmacılara göre, yüksek duygusal zeka derecesine sahip olan kişiler engellere direnme ve motivasyonlu kalabilme becerisinde, dürtülerini kontrol edebilme becerisinde, duygularını kontrol edebilme

becerisinde ve empati kurabilme becerisinde gelişme göstermektedirler (Aysel, 2006: 85).

## **1.7. Duygusal Zeka Modelleri**

### **1.7.1. Mayer ve Salovey'in Duygusal Zeka Modeli**

Mayer ve Salovey'in duygusal zeka modeline göre, duygusal zeka kişinin kendisinin ve başkalarının hislerini ve duygularını gözlemleyebilme, bunlar arasında ayırım yapabilme ve elde ettiği bu bilgiyi düşünce ve eylemlerine yol göstermede kullanabilme yeteneği olarak tanımlamışlardır (Özdemir, 2015). Mayer ve Salovey yıllarca süren araştırmalar sonucunda duygusal zeka kavramını ortaya çıkarmış ve bu konuda pek çok çalışma yaparak ölçekler geliştirmişlerdir. Diğer duygusal zeka modelleri onların düşüncesinden yola çıktıklarından dolayı ortaya çıkardıkları model duygusal zeka modellerinin temelini meydana getirmiştir (Aysel, 2006: 56).

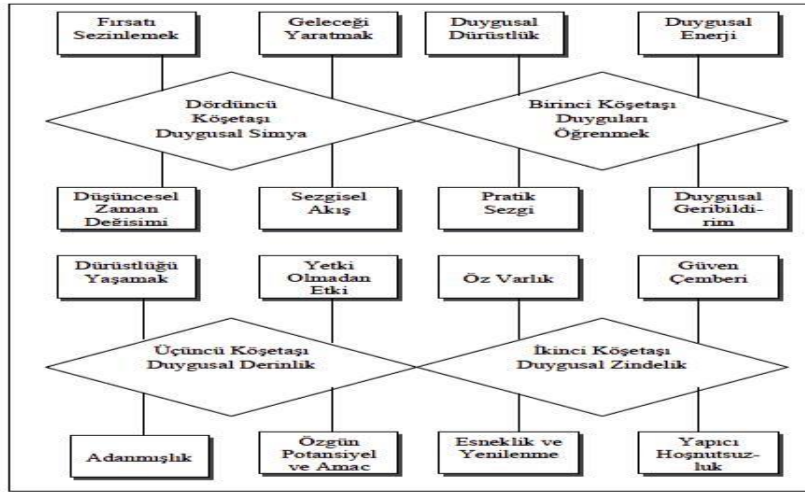
### **1.7.2. Goleman'ın Duygusal Zeka Modeli**

Goleman duygusal zeka modelinde duygusal zekayı tanımlarken bireyin kendi duygularını tanınmasından, kendini motive ederek insanlarla olan iletişimde kendi duygularını yönetebilmesinden bahsetmiştir (Özdemir, 2015). Goleman modelde duygusal zekanın boyutlarından bahsetmiştir. Bunlar, öz bilinç, kendi duygularını yönetme, empati, motivasyon ve sosyal beceridir (Kılıç, 2013: 15).

### **1.7.3. Sawaf'ın Duygusal Zeka Modeli**

Sawaf duygusal zekayı tanımlarken, duygusal zekanın dört köşesinden bahsetmiştir. Sawaf'ın modeline göre duygusal zeka, duyguları öğrenmek, duygusal zindelik, duygusal derinlik, duygusal simya olmak üzere dört boyuttan oluşmaktadır. Bahsedilen dört temel boyut Şekil 1'de gösterilmektedir (Kavcar, 2011: 46).

Şekil 1. Duygusal Zekanın Dört Köşetaşı



Kaynak: (Kavcar, 2011: 47).

#### 1.7.4. Bar-On'un Duygusal Zeka Modeli

Bar-On duygusal zeka modeli beş boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar; bireyin kendisi ile ilgili hususlar, bireyin kişiler arası ilişkileri, uyumluluk, genel ruh hali ve stres yönetimidir (Kılıç, 2013: 21). Bu modele göre, içe dönüklük alt boyutu özsaygıyı, duygusal farkındalığı, kendine güveni, bağımsızlığı ve kendini gerçekleştirmeyi içermektedir. Kişiler arası ilişkiler alt boyutu, empati, sosyal sorunluluk ve kişiler arası ilişkiler kurmayı içermektedir. Stres yönetimi boyutu ise, strese karşı tolerans ve nabız kontrolünü kapsamaktadır. Uyumluluk alt boyutunda ise, gerçeklik, esneklik ve problem çözme bulunmaktadır. Son olarak, genel ruh hali boyutunda iyimserlik ve mutluluk yer almaktadır (Özdemir, 2015).

#### 1.8. Duygu Stilleri Kavramı

Son yıllarda duygu stilleri konusunda artış gösteren araştırmalar yapılmıştır. Duygu stilleri konusu daha önceden gelişim psikolojisinin ilgilendiği konu olmasına rağmen, günümüzde klinik psikoloji, sosyal psikoloji gibi farklı alanlarında ilgisini çeken bir kavram haline gelmektedir (Çalışır, 2009: 245).

Duygular duruma ve olaya göre farklılık gösterirken, bazen olumluyken bazen olumsuz olabilir, şiddeti duruma göre değişiklik gösterebilir. Duyguların davranışsal ve fizyolojik yanları olmasına rağmen, duygular çoğu zaman psikolojiktir. Duygular yoluyla yaşama anlam veririz ve insanları yönlendiririz (Yıldız ve Duy, 2014: 23).

Duygular ortaya çıkmadan önce kişi ilk önce o duygunun ortaya çıkmasına neden olan olayla ya da durumla ilgili bilişsel öğeler hazırlarlar. Sonrasında kişide duygusal olarak tepkiler ortaya çıkar. Bu düşünceden hareketle, duygu stilleri, kişisel gelişimin önemli bir parçası olmasının yanı sıra, kişilerarası ilişkilerinde önemli bir parçasıdır. Bireyin duygu stilleri becerisi, sorunları çözmede, kontrolü sağlamada önemli bir etkiye sahiptir. Duygu stilleri; kontrol etmeyi, değerlendirmeyi, özellikle amaçları yerine getirmek için duygusal tepkileri değiştirmeden sorumlu içsel ve dışsal süreçleri içeren bir yapıdır. Bu kavramın tanımında, duygu stillerinin sadece içsel süreç olmadığından yola çıkarak aynı zamanda dışsal bir süreç olduğundan, ayrıca duygu stillerinin amaca yönelik süreç olduğundan bahsedebiliriz (Onat ve Otrar, 2010: 124).

### **1.8.1. Duygu Stillerinin Genel Özellikleri**

Duygu stilleri kavramından bahsederken duygu stillerinin iki temel özelliğinden bahsedebiliriz. Öncelikle, bireyler duygularını düzenlerken olumlu ya da olumsuz olmasına bakarak onları azaltarak ya da artırarak düzenlerler (Akan, 2014: 35). Ayrıca, duygu stillerinin prototipik örneklerinin bilinçli olduğu görülmektedir. Duygu stilleri aktiviteleri ilk önce bilinçli olarak meydana gelirler, sonrasında bilinçli farkındalığın dışında gelişip değişirler (Akan, 2014: 35-36).

### **1.8.2. Duygu Stilleri Yaklaşım Biçimleri**

Duygu stillerinin ortaya çıkmasında bireysel farklılıklar bulunmaktadır. Farklı mizaç ve kişilik farklılıklarından dolayı duygu stillerinde farklı kullanımlar görülmektedir (Gross ve Thompson, 2007:62). Gross'un modeline göre, kişinin duygularını düzenlediği beş bileşim bulunmaktadır. Bunlar, durum seçimi, durum değişimi, dikkat açılımı bilişsel değerlendirme ve tepki değişimidir (Gross ve Thompson, 2007: 72). Süreç modelinde beş duygu düzenleme yaklaşım biçimine göre, kişinin günlük yaşamında duygularını düzenlemek için sıklıkla birçok duygu stilleri yaklaşım biçimini kullanmaktadır.

Duygu tetikleyen bir durum, zorunlu olarak duygusal tepkileri ortaya çıkaracaktır diye bir şey yoktur. Duygusal tepkinin ortaya çıkmaması için harcanan çabalar, durumun duygusal etkilerini değiştirebilmektedir. Harcanan bu çabalar, duygu stillerinin bir biçimi olan, durum değişimini oluşturmaktadır (Gross, 2008: 52). Duygusal ifadeler sosyal sonuçlarla ilişkili olarak ortaya çıkmaktadır. Duygu

ifadesinin önemli sosyal sonuçları bulunmakta ve belirgin bir şekilde etkileşimleri değiştirmektedir (Kring ve Sloan, 2010: 43).

Kişinin içinde bulunduğu durumu değiştirmesine durum seçimi ve durum değişimi yardım etmektedir. Ama şunu da bilmek gerekir ki, çevreyi tamamen değiştirmeden, duyguları düzenlemek mümkün hale gelebilir. Dikkat açılımı bireyin herhangi bir durumda duygularını etkilemek için dikkatini o duruma yönlendirmesidir. Dikkat açılımı, duygu düzenleme süreçlerinden biri olma özelliğine sahip olmakta ve özellikle durumu değiştirmenin imkansız olduğu durumlarda çocukluktan yetişkinliğe kadar kullanılabilir (Gross, 2008: 52).

## **2. BÖLÜM: DUYGUSAL ZEKA VE BAĞLANMA STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

### **2.1. Bağlanma Kuramı**

Bağlanma, yaşamlarımızda önemli olarak gördüğümüz insanlara karşı geliştirdiğimiz kuvvetli biçimdeki duygusal bağlardır (Çapan, 2009). Yeni doğan bebeklerin duygusal bağ kurma eğilimi ve ihtiyacı, gelişmelerini ve hayatlarını sürdürebilmeleri için gerekten olan bağlanma sistemini tanımlamaktadır. Bağlanma kuramına göre, bağlanmanın bir veya birden fazla kişi ya da kişilere karşı kurulmuş olması, bununla birlikte farklı bir durumla karşılaşıldığında bağlanılan kişiye verilen tepkiyle diğerlerine verilen tepkilerin birbirinden farklı olması gerekmektedir (Kapucı, 2014: 26).

Bağlanma, bebeğin kendisine bakım veren kişiye yakın olmasını ve bununla birlikte bebeğin dışarıdan gelebilecek olan bütün tehlikelere karşı korunmasına olanak sağlamaktadır. Bebeğe bakım veren kişi ile bebeğin arasında oluşacak olan yakınlığın korunması en temel amaçtır. Bu sayede bebeğin güven içinde gelişebileceği bir alan hazırlanmış olur (Kapucı, 2014: 26, Morsünbül, 2005: 42).

#### **2.1.1. Bebeklikteki Bağlanma Stilleri**

Ainsworth ve arkadaşları'nın 1978 yılında yaptıkları araştırmaya göre, çocuklukta meydana gelen bağlanma stilleri şunlardır (Ata, 2010: 14):

##### **2.1.1.1. Güvenli Bağlanan Bebekler**

Güvenli Bağlanma stiline sahip olan çocuklar, bakıcıları ya da anneleri yanlarındayken etraflarını araştırma çabası içindedirler. Bakıcılarının ya da anneleri

ortadan kaybolduğunda az düzeyde kaygı göstermişler, bakıcıları ya da anneleri yanlarına geldiğinde ise onlarla yakınlaşmışlar ve kaygıları ortadan kalkmıştır. Sonrasında ise ortamı keşfetmeye devam etmişlerdir (Kapucı, 2014: 28).

#### **2.1.1.2. Kaygılı/Kaygısız Bağlanan Bebekler**

Kaygılı/Kaygısız bağlanma stiline sahip bebekler, anneleri ya da bakım veren kişi odadan ayrıldığında, onları aramaya başlamış ve çevreyle çok az etkileşime girmişlerdir. Annelerinin ya da bakım veren kişinin yokluğunda fazla kaygılanarak tepki göstermişler ve geri döndüklerinde kızgınlık ve direnç tepkisi göstermişlerdir (Ata, 2010: 14-15).

#### **2.1.1.3. Kaçınan Bağlanan Bebekler**

Bu bağlanma stiline sahip bebekler anneleri ya da bakım veren kişi odadayken onlardan bağımsız hareket ederek, onlar yokmuş gibi davranmışlar ve bağımsız hareket etmişlerdir. Ayrılık zamanında ise, tepkisel olarak sakin kalarak oldukça az stres ve kaygı tepkisi göstererek ve anneleri odaya döndüğünde yakın davranmamışlardır (Sümer, 2006: 28).

Ainsworth'e göre, kaçınan bebeklerde görülen bu davranışların sağlıklı bir profil oluşturmadığını belirtmiştir. Bu bebeklerin anneleri ile olan ilişkileri daha yakından incelendiğinde, annelerinin çocukların ihtiyaçlarına duyarsız, onlara karşı müdahaleci ve onları kabullenmedikleri, reddedici oldukları tespit edilmiştir (Ata, 2010: 15).

### **2.1.2. Yetişkin Bağlanma Stilleri**

Yetişkin Bağlanma Stilleri şu şekildedir:

#### **2.1.2.1. Güvenli Bağlanma Stili**

Güvenli bağlanma stiline göre, kişinin kendisiyle ilgili benlik ve başkaları hakkında algısı olumlu yöndedir. Bu bağlanma stiline sahip olan kişiler, kendilerini sevmeye layık görürler ve diğer kişilerin bu konuda destekleyici olduklarını savunurlar (Kapucı, 2014: 30).

Collins'in araştırmasına göre, güvenli bağlanan bireyler sosyal yaşamlarında daha sık olumlu inançlarını ortaya koyarlar, kontrolleri daha gelişmiştir, kendilerini sosyal ve duygusal anlamda daha yeterli hissederler. Bu sebepten dolayı, güvenli

bağlanmaya sahip olan bireyler, kişilerarası ilişkilerde daha pozitif bir ilişki kurarak, ilişkiyi uzun süre sürdürebilmektedirler. Aynı zamanda güvenli bağlanan kişiler yakınlığı ve bağımsızlığı dengeleyebilecek kapasiteye sahip bireylerdir (Güngör, 2000: 43).

#### **2.1.2.2. Saplantılı Bağlanma Stili**

Saplantılı Bağlanma stiline sahip olan kişilerin kendileri ile ilgili olan algıları olumsuz, başkaları ile ilgili algıları ise olumlu yöndedir (Güngör, 2000: 43).

Saplantılı bağlanma stiline sahip olan bireylerin kendilik algıları olumsuz olduğundan dolayı, kendileri haricindeki kişileri güvenilmez olarak görmektedirler. Ayrıca, çevresindeki kişilerle yakınlık kurmak isteseler de yakınlık sağlayamama durumunda kendilerini huzursuz hissederek karşı tarafa bağımlı hale gelmektedirler. İçlerinde terkedilmeyle ve reddedilmeyle ilgili aşırı korkuları vardır. Hayatındaki kişilere karşı aşırı derecede öfke ve kıskançlık duygularına sahiptirler (Kapucı, 2014: 31). Saplantılı kişiler, kendilerine karşı suçluluk duygularına sahip iken, ilişki kurdukları kişileri olduğundan olumlu görmektedirler (Güngör, 2000: 43-44).

#### **2.1.2.3. Kayıtsız Bağlanma Stili**

Kayıtsız bağlanma stiline sahip olan kişiler, kendileri hakkında olumlu, başkaları hakkında ise olumsuz bir tutuma sahiptirler. Bu kişiler için hayatlarında özgür kalabilmek ve bağımsızlık çok önemlidir. Bu sebeple bu bağlanma stiline sahip kişiler, hayatlarında sürekli özgürlük arayışı içerisinde oldukları için başkalarıyla ilişki içerisine girmekten kendilerini alıkoyarlar ve uzak dururlar (Kapucı, 2014: 31).

Kayıtsız Bağlanma stiline sahip olan kişiler duygularını gizlerler ve bastırma eğilimleri söz konusudur (Kapucı, 2014: 31).

#### **2.1.2.4. Korkulu Bağlanma Stili**

Korkulu Bağlanma stiline sahip olan kişilerin hem benlik algıları hem de başkaları algısı olumsuz yöndedir. Kendilerini genellikle değersiz olarak görmemektedirler. Bu nedenle korkulu bağlanma stili ile güvenli bağlanma stili tam zıt özelliklere sahiptir. Birey hem kendisine ait değersizlik duyguları beslemekte hem de başka insanları reddedici görmektedirler (Güngör, 2000: 45).



Korkulu bağlanma stiline sahip olan kişiler, insanlarla duygusal bağ kurmaktan uzak dururlar. Başkalarıyla bağ kurma istekleri olsa bile kendilerini huzursuz hissettikleri için kimseye güvenemezler. Bu durum kişinin ilişkilerinde zorluk çekmesine neden olmakta ve yaşamlarını olumsuz etkilemektedir (Solmuş, 2003).

## **2.2. Duygusal Zeka Yetenekleri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki**

Yapılan çalışmalar sonucunda, güvenli bağlanmaya sahip bireylerin olumsuz duygularını açığa çıkartmaları daha kolay gerçekleşmektedir. Güvenli bireylere oranla kaçınan bireyler ise, duygularını ortaya çıkarmakta ve farkına varmakta zorlanmaktadır. Ayrıca, kızgınlık duygularını farkına varıp çözümleme konusunda da zorlandıkları görülmektedir (Görünmez, 2006: 39).

Güvenli ergenler ile güvensiz ergenler kıyaslandığında, güvensiz bağlanma stiline sahip ergenlerin daha fazla düşmanlık duygusuna ve kaygıya sahip iken, aksine daha az ego esnekliğine sahip oldukları görülmektedir. Ayrıca, yetişkinliklerinde de kişiler arası ilişkilerde daha az olumlu, daha çok olumsuz duygulara sahip oldukları görülmektedir (Arıcıoğlu, 2002: 28).

Yapılan araştırmalara göre, kaçınma bağlanma stiline sahip bireylerin, kaygılı ya da güvenli bireylere göre duyuşa daha az dikkat ettikleri görülmüştür. Güvenli bağlanma gösteren kişiler duygularını düzenleyebilmektedirler. Kaçınan bireylerin duygusal olaylara karşı çok daha az dikkatli davrandıklarını ve buna karşın, korkulu kişilerin ise olumsuz duygulara karşı özellikle daha çok dikkatli oldukları gözlenmiştir (Arıcıoğlu, 2002: 29).

### BÖLÜM III

## GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ile toplanan verilerin değerlendirilmesinde kullanılan istatistiksel yöntemler üzerinde durulmuştur.

### III.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeline çerçevesince desenlenmiştir. İlişkisel tarama modelleri ise iki ya da daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar 2000).

### III.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın çalışma grubunu üniversite öğrencilerinden kolay örnekleme yöntemi ile seçilen 271 öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcıların 158'i (%58 kadın ve 113'ü (%42) erkektir. Yaşları 18 ile 30 arasında değişen katılımcıların yaş ortalamaları 21.45 ve yaşlarının standart sapması 2.23'dür. Katılımcılara ait ayrıntılı bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1.** Katılımcılara ait tanımlayıcı bilgiler

	Kadın		Erkek		Toplam	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>N</i>	%
<i>Algılanan okul başarısı</i>						
Çok yüksek	33	20.9	21	18.6	54	19.9
Yüksek	58	36.7	34	30.1	92	33.9
Orta	48	30.4	48	42.5	96	35.4
Düşük	19	12.0	10	8.8	29	10.7
<i>Sosyo-ekonomik durum</i>						
Düşük	4	2.5	3	2.7	7	2.6
Orta	84	53.2	53	46.9	137	50.6
Yüksek	70	44.3	57	50.4	127	46.9
<i>Kardeş sayısı</i>						
Kardeşi yok	28	17.7	30	26.5	58	21.4
Bir kardeşi olan	23	14.6	23	20.4	46	17.0
İki kardeşi olan	44	27.8	15	13.3	59	21.8
Üç kardeşi olan	29	18.4	26	23.0	55	20.3
Dört ve üzeri kardeşi	34	21.5	19	16.8	53	19.6

### **III.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerini elde etmek için “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Bununla birlikte, katılımcıların duygu stillerini elde etmek için “Duygu Stilleri Ölçeği”, duygusal zeka özelliklerini elde edebilmek için “Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği – Kısa Formu (DZÖÖ-KF)” ve bağlanma stillerini elde etmek için ise “İlişki Ölçekleri Anketi” kullanılmıştır. Veri toplama araçlarına ait detaylı bilgiler aşağıda yer almaktadır.

#### **III.3.1. Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formunda üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine, yaşlarına, öğrenim gördükleri bölümlere, anne-babasının öğrenim durumuna, kardeş sayılarına, sosyo-ekonomik durumlarına vb. ilişkin bilgiler yer verilmiştir.

#### **III.3.2. Duygu Stilleri Ölçeği**

Hofmann ve Kashdan (2010) tarafından geliştirilen Duygu Stilleri Ölçeği orijinali 20 maddeden oluşmakta ve üç alt boyuttan meydana gelmektedir: bastırma, başetme ve tolere. Ölçek 5’li Likert tipi derecelendirmeye (1 = Kesinlikle katılmıyorum, 5 = Kesinlikle katılıyorum) sahiptir. Ölçeğin toplamda varyansın %50’sini açıkladığı belirtilmektedir. Duygu Stilleri Ölçeği Türkçeye uyarlaması Kesen (2014) tarafından gerçekleştirilmiştir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçekte yer alan 4 madde çıkartılmış ve kalan 16 maddenin maddelerin faktör yüklerinin .49 ile .79 arasında değiştiği ve toplam varyansın %48’ini açıkladığı saptanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda da ölçeği uyum iyiliği indekslerinin yeterli olduğu belirtilmiştir. Cronbach alfa içtutarlık kat sayısı bastırma, başetme ve tolere alt boyutları için sırasıyla .75, .72 ve .50 olarak saptanmıştır. Test-tekrar test katsayısının da .90 olduğu ifade edilmiştir.

### III.3.3. Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği – Kısa Formu (DZÖÖ-KF)

Petrides ve Furnham (2000a, 2001) tarafından geliştirilen Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği – Kısa Formu toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 7'li Likert derecelendirmeye sahiptir (1 = kesinlikle katılmıyorum, 7 = Tamamen katılıyorum). DZÖÖ; iyi oluş, öz-kontrol, duygusallık ve sosyallik olmak üzere dört boyut yer almaktadır. Aynı zamanda toplam puan için duygusal zeka düzeyini vermektedir. Doğrulayıcı faktör analizi sonrasında ölçeğin Türkçe versiyonu iyi uyum sağlamıştır;  $\chi^2 /df= 2.46$ , GFI=.95, AGFI=.92, CFI=.91, RMSEA=.056 ve SRMR=.060. Ölçüt bağıntılı geçerlik kapsamında Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi ile ilişkileri incelenmiştir. DZÖÖ-KF'nin güvenilirliği incelendiğinde; Cronbach alfa iç tutarlık katsayısının ölçeğin tamamı için .81 ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısının da .86 olduğu rapor edilmiştir.

### III.3.2. İlişki Ölçekleri Anketi

Griffin ve Bartolomew (1994) tarafından geliştirilen İlişki Ölçekleri Anketi 30 maddeden oluşmakta ve bağlanma stilini elde etmek için 17 madde kullanılmaktadır. Bağlanma stillerinden: güvensiz, kayıtsız, korkulu ve saplantılı verilmektedir. Ölçek 7'li Likert tipi derecelendirmeye (1 = beni hiç tanımlamıyorum, 7 = tamamıyla beni tanımlıyorum) sahiptir. İlişki Ölçekleri Anketi Türkçeye uyarlaması Sümer ve Güngör (1999) tarafından gerçekleştirilmiştir. Cronbach alfa içtutarlık iç tutarlılık katsayıları .27 ile .61 arasında değişmektedir. Bağlanma stillerine ait test-tekrar test güvenilirlik katsayıları .54 ile .78 arasında değişmektedir.

### **III.4. Verilerin Toplanması**

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları 2016 yılında bir kitapçık şeklinde örnekleme de yer alan üniversite öğrencilerine uygulanmıştır. Bir katılımcının veri setini doldurması yaklaşık olarak 15 dakika sürmüştür.

Uygulamaya başlamadan ölçme araçlarının kullanımı için uyarlayan araştırmacılardan elektronik posta aracılığıyla gerekli izinler temin edilmiştir. Gerekli izinler alındıktan sonra araştırmacı uygulamaları bizzat uygulamıştır.

### **III.5. Verilerin Çözümlemesi ve Yorumlanması**

Araştırma kapsamında veri setinden elde edilen verilerin çözümlemesi “SPSS 15 for Windows” paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sorularına yanıt vermeden önce ilk olarak duygu stilleri, duygusal zekaları ve bağlanma stilleri tüm katılımcılar düzeyinde puanlarının normal dağılımı ele alınmıştır. Normal dağılımın değerlendirilmesinde çarpıklık, basıklık katsayıları, dal yaprak ve histogram grafikleri incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre verinin normal dağıldığına karar kılınmıştır. Ayrıca Levene testi ile de verilerin homojen dağılıp dağılmadığı kontrol edilmiş ve elde edilen verilerle normallik varsayımını karşıladığı anlaşılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin duygu stilleri ve duygusal zeka özellikleri ayrı ayrı olarak cinsiyetlerine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. Diğer taraftan, üniversite öğrencilerinin duygu stilleri ve duygusal zeka özellikleri ayrı ayrı olarak algılanan okul başarılarına, anne ve baba eğitim durumlarına ve kardeş sayılarına göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniğı kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonuçlarında anlamlı farkın bulunduğu durumlarda farkın hangi ortalamalar arasındaki farklardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla Tukey testi kullanılmıştır.

Son olarak, üniversite öğrencilerinin duygu stilleri ve duygusal zekalarının bağlanma stilleri tarafından yordanıpyordanmadığını değerlendirmek çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Regresyon analizi öncesinde mizah tarzları ile

öz-anlayış arasındaki ilişkiyi görebilmek adına Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı gerçekleştirilmiştir.



## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Bu bölüm araştırmanın alt problemleri doğrultusunda yapılan analizlerin detaylı sonuçlarını içermektedir. Her bir araştırma alt problemlerine ilişkin elde edilen veriler sırasıyla ele alınacaktır:

#### IV.1. Üniversite Öğrencilerinin Duygu Stillerine İlişkin Bulgular

##### IV.1.1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin cinsiyetleri açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi olan “*t*” testi tekniği kullanılmıştır. Duygu stilleri; bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) duygu stillerinden meydana geldiği için analizler bu alt boyutlar üzerinden ele alınmıştır. Bulgular Tablo 2’de sunulmuştur.

**Tablo 2. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından duygu stillerine ilişkin *t* testi tablosu**

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	ss	<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Bastırma (gizleme)	Kadın	158	16.42	4.16	.393	269	.69
	Erkek	113	16.23	3.45			
Başetme (ayarlama)	Kadın	157	21.13	4.14	.287	269	.77
	Erkek	113	21.27	3.71			
Tolere (kabullenme)	Kadın	158	16.74	3.11	.691	269	.49
	Erkek	113	16.47	3.22			

Tablo 2’de üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından duygu stillerinin; bastırma, başetme ve tolerealt boyutlarına ait puan ortalamaları ve standart sapmaları görülmektedir. Tablo 2’de görüldüğü gibi, üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından bastırma ( $t_{0.05: 269} = 0.39, p > .05$ ), başetme ( $t_{0.05: 269} = 0.29, p > .05$ ) ve tolere ( $t_{0.05: 269} = 0.698, p > .05$ ) duygu stili alt boyutlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin tüm alt boyutlarında (bastırma, başetme ve tolere) birbirlerine benzer düzeyde oldukları ifade edilebilir.

#### IV.1.2. Üniversite öğrencilerinin okul başarılarına göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin okul başarılarına göre duygu stilleri farklılıkların anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla üniversite öğrencilerinin okul başarıları “çok yüksek”, “yüksek”, “orta” ve “düşük (çok düşüğün sayısı az olduğu için birleştirilmiştir)” olanların duygu stillerinin; bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ilişkin karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Okul başarılarına göre belirtilen alt boyutlara ait puan ortalamaları Tablo 3’de, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4’de verilmiştir.

**Tablo 3. Okul başarısı açısından duygu stillerine ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Okul başarısı	N	$\bar{X}$	ss
Bastırma (gizleme)	Çok yüksek	54	16.93	3.44
	Yüksek	92	16.20	3.60
	Orta	96	16.21	4.32
	Düşük	29	16.14	4.03
Başetme (ayarlama)	Çok yüksek	54	21.98	4.48
	Yüksek	91	20.87	3.63
	Orta	96	21.15	4.01
	Düşük	29	20.90	3.76
Tolere (kabullenme)	Çok yüksek	54	16.72	3.19
	Yüksek	92	16.32	3.36
	Orta	96	16.88	3.00
	Düşük	29	16.62	2.99



Tablo 3’de okul başarıları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin; bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 3’de görüldüğü gibi, bastırma duygu stili alt boyutunda en fazla puan ortalaması okul başarısını çok yüksek olarak algılayan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise okul başarısını düşük olarak algılayan üniversite öğrencilerine ait olduğu görülmektedir. Başetme duygu stili alt boyutunda en fazla puan ortalaması yine okul başarısını çok yüksek olarak algılayan üniversite öğrencilerine ait iken en düşük puan ortalaması ise okul başarısını yüksek olarak algılayan üniversite öğrencilerine ait olduğu anlaşılmaktadır. Son boyut olan tolere duygu stilinde de benzer şekilde en fazla puan ortalaması okul başarısını çok yüksek olarak algılayan üniversite öğrencilerine ait iken en düşük puan ortalaması ise okul başarısını yüksek olarak algılayan üniversite öğrencilerine ait olduğu görülmektedir. Bu okul başarıları grupları arasında anlamlı farkın olup olmadığı Tablo 4’de yer almaktadır.

**Tablo 4. Okul başarıları açısından duygu stillerine ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Bastırma	Gruplar arası	23.304	3	7.768	.515	.67 2
	Grup içi	4027.464	267	15.084		
Başetme	Gruplar arası	45.938	3	15.313	.977	.40 4
	Grup içi	4170.047	267	15.677		
Tolere	Gruplar arası	15.338	3	5.113	.511	.67 5
	Grup içi	2674.020	267	10.015		

Tablo 4’de algıladıkları okul başarıları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin; bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre okul başarıları farklı olan üniversite öğrencilerinin bastırma duygu stili alt boyutu ( $F_{3-267} = 0.515$ ,  $p > .05$ ), başetme duygu

stili alt boyutu ( $F_{3-267} = 0.977$ ,  $p > .05$ ) ve tolere duygu stili alt boyutu ( $F_{3-267} = 0.511$ ,  $p > .05$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde; okul başarılarında farklı olan üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin tüm alt boyutlarında (bastırma, başetme ve tolere) birbirlerine benzer düzeyde oldukları ifade edilebilir.

#### IV.1.3. Üniversite öğrencilerinin anne eğitim durumlarına göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim durumlarına göre duygu stilleri farklılıkların anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim durumları “ilkokul”, “ortaokul”, “lise” ve “lise” olanların duygu stillerinin; bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ilişkin karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Annelerinin eğitim durumlarına göre belirtilen alt boyutlara ait puan ortalamaları Tablo 5’de, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 6’da verilmiştir.

**Tablo 5. Anne eğitim durumu açısından duygu stillerine ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Anne eğitim durumu	N	$\bar{X}$	ss
Bastırma (gizleme)	İlkokul	42	17.69	5.55
	Ortaokul	38	16.68	4.20
	Lise	121	15.75	3.04
	Üniversite	64	16.42	3.49
Başetme (ayarlama)	İlkokul	42	22.19	4.83
	Ortaokul	38	23.21	3.39
	Lise	120	20.13	3.55
	Üniversite	64	21.16	3.81
Tolere (kabullenme)	İlkokul	42	17.57	3.62
	Ortaokul	38	17.61	3.28
	Lise	121	15.89	2.80
	Üniversite	64	16.72	2.89

Tablo 5’de anne eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin; bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 5’de görüldüğü gibi, bastırma duygu stili alt boyutunda en fazla puan ortalaması anne eğitim durumu ilkököl olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise anne eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerine ait olduğu görülmektedir. Başetme duygu stili alt boyutunda en fazla puan ortalaması anne eğitim durumu ortaokul olan üniversite öğrencilerine ait iken en düşük puan ortalaması ise anne eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerine ait olduğu anlaşılmaktadır. Son boyut olan tolere duygu stilinde de benzer şekilde en fazla puan ortalaması anne eğitim durumu ortaokul olan üniversite öğrencilerine ait iken en düşük puan ortalaması ise anne eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerine ait olduğu görülmektedir. Bu eğitim durumu grupları arasında anlamlı farkın olup olmadığı Tablo 6’da yer almaktadır.

**Tablo 6. Anne eğitim durumu açısından duygu stillerine ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Bastırma	Gruplar arası	123.299	3	41.100	2.826	.039
	Grup içi	3795.358	261	14.542		
Başetme	Gruplar arası	330.843	3	110.281	7.543	.000
	Grup içi	3801.096	261	14.620		
Tolere	Gruplar arası	139.491	3	46.497	5.065	.002
	Grup içi	2395.905	261	9.180		

Tablo 6’da anne eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin; bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre anne eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin bastırma duygu stili alt boyutu ( $F_{3-261} = 2.826$ ,  $p < .05$ ), başetme duygu

stili alt boyutu ( $F_{3-261} = 7.54$ ,  $p < .05$ ) ve tolere duygu stili alt boyutu ( $F_{3-261} = 5.065$ ,  $p < .05$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu anlaşılmıştır.

Bu farklılıkların hangi anne eğitim durumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda, bastırma alt boyutunda farklılığın; anne eğitim durumu ilkököl olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X} = 17.69$ ,  $ss = 5.55$ ) ile annelerinin eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X} = 15.42$ ,  $ss = 3.04$ ) arasında kaynaklandığı görülmüştür. Bunun yanı sıra başetme duygu stili boyutunda; anne eğitim durumu ortaokul olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X} = 23.21$ ,  $ss = 3.39$ ) ile annelerinin eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X} = 20.13$ ,  $ss = 3.55$ ) arasında kaynaklanan farklılıklar da mevcuttur. Son olarak tolere duygu stili boyutunda; anne eğitim durumu ilkököl ( $\bar{X} = 17.57$ ,  $ss = 3.62$ ) ve ortaokul ( $\bar{X} = 17.61$ ,  $ss = 3.28$ ) olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ile annelerinin eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X} = 15.89$ ,  $ss = 2.80$ ) arasında kaynaklanan farklılıklar da mevcuttur. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde; üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim durumu ilkököl olanların annelerinin eğitimi lise eğitimi olanlara göre daha yüksek bastırma, başetme ve tolere duygu stili düzeyine sahip oldukları belirtilebilir. Bununla birlikte, annelerinin eğitim durumu ortaokul olanlarında annelerinin eğitimi lise olanların tolere duygu stillerinden de anlamlı biçimde daha yüksek düzeyde oldukları söylenebilir.

#### **IV.1.4. Üniversite öğrencilerinin baba eğitim durumlarına göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?**

Örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim durumlarına göre duygu stilleri farklılıkların anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim durumları “ilkokul”, “ortaokul”, “lise” ve “lise” olanların duygu stillerinin; bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ilişkin karşılaştırılmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Babalarının eğitim durumlarına göre belirtilen alt boyutlara ait puan ortalamaları Tablo 7’de, puan ortalamaları arasındaki

farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 8’de verilmiştir.

**Tablo 7. Baba eğitim durumu açısından duygu stillerine ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Baba eğitim durumu	N	$\bar{X}$	ss
Bastırma (gizleme)	İlkokul	35	18.09	5.16
	Ortaokul	40	17.00	4.34
	Lise	96	15.44	3.44
	Üniversite	96	16.15	3.24
Başetme (ayarlama)	İlkokul	35	22.00	4.80
	Ortaokul	40	22.73	4.11
	Lise	95	20.46	3.62
	Üniversite	96	20.82	3.70
Tolere (kabullenme)	İlkokul	35	17.03	4.15
	Ortaokul	40	17.75	3.46
	Lise	96	16.16	2.74
	Üniversite	96	16.40	2.93

Tablo 7’de baba eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin; bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 7’de görüldüğü gibi, bastırma duygu stili alt boyutunda en fazla puan ortalaması baba eğitim durumu ilkokul olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise baba eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerine ait olduğu görülmektedir. Başetme duygu stili alt boyutunda en fazla puan ortalaması baba eğitim durumu ortaokul olan üniversite öğrencilerine ait iken en düşük puan ortalaması ise baba eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerine ait olduğu anlaşılmaktadır. Son boyut olan tolere duygu stilinde de benzer şekilde en fazla puan ortalaması baba eğitim durumu ortaokul olan üniversite öğrencilerine ait iken en düşük puan ortalaması ise baba eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerine ait olduğu görülmektedir. Bu eğitim durumu grupları arasında anlamlı farkın olup olmadığı Tablo 8’de yer almaktadır.

**Tablo 8. Baba eğitim durumu açısından duygu stillerine ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Bastırma	Gruplar arası	204.715	3	68.238	4.768	.003
	Grup içi	3764.326	263	14.313		
Başetme	Gruplar arası	179.542	3	59.847	3.944	.009
	Grup içi	3975.586	263	15.174		
Tolere	Gruplar arası	82.229	3	27.410	2.792	.041
	Grup içi	2582.086	263	9.818		

Tablo 8’de baba eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin; bastırma (gizleme), başatme (ayarlama), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre, baba eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin bastırma duygu stili alt boyutu ( $F_{3-263} = 4.768$ ,  $p < .01$ ), başatme duygu stili alt boyutu ( $F_{3-263} = 3.94$ ,  $p < .01$ ) ve tolere duygu stili alt boyutu ( $F_{3-263} = 2.79$ ,  $p < .05$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu anlaşılmıştır.

Bu farklılıkların hangi baba eğitim durumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda, bastırma alt boyutunda farklılığın; baba eğitim durumu ilkököl olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{x} = 18.09$ ,  $ss = 5.16$ ) ile babalarının eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{x} = 15.44$ ,  $ss = 3.44$ ) arasında kaynaklandığı görülmüştür. Bunun yanı sıra başatme duygu stili boyutunda; baba eğitim durumu ortaoköl olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{x} = 22.73$ ,  $ss = 4.11$ ) ile babalarının eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{x} = 20.46$ ,  $ss = 3.62$ ) arasında kaynaklanan farklılıklar da mevcuttur. Son olarak tolere duygu stili boyutunda; baba eğitim durumu) ve ortaoköl olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{x} = 17.75$ ,  $ss = 3.46$ ) ile babalarının eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{x} = 16.16$ ,  $ss = 2.74$ ) arasında kaynaklanan farklılıklar da mevcuttur. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde; üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim durumu ilkököl olanların babalarının eğitimi lise eğitimi olanlara göre daha yüksek bastırma duygu stiline sahip oldukları söylenebilir. Bununla birlikte babalarının eğitim durumu ortaoköl olanlarında babalarının eğitimi lise olanların başatme ve tolere duygu stillerinden de anlamlı biçimde daha yüksek düzeyde oldukları söylenebilir.

#### **IV.1.5. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre duygu stilleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?**

Örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre duygu stilleri farklılıkların anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla üniversite öğrencilerinin kardeş sayıları “kardeşi yok”, “bir kardeşi”, “iki kardeşi”,

“üç kardeşi” ve “dört ve daha fazla kardeşi” olanların duygu stillerinin; bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ilişkin karşılaştırılmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Kardeş sayılarına göre belirtilen alt boyutlara ait puan ortalamaları Tablo 9’da, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 10’da verilmiştir.

**Tablo 9. Kardeş sayıları açısından duygu stillerine ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Kardeş sayısı	N	$\bar{X}$	ss
Bastırma (gizleme)	Kardeşi yok	58	16.97	4.33
	Bir kardeşi olan	46	15.98	4.19
	İki kardeşi olan	59	16.07	3.65
	Üç kardeşi olan	55	16.35	3.32
	Dört ve üzeri kardeşi olan	53	16.26	3.91
Başetme (ayarlama)	Kardeşi yok	58	21.29	4.08
	Bir kardeşi olan	46	21.26	4.45
	İki kardeşi olan	59	20.71	4.15
	Üç kardeşi olan	54	21.65	3.32
	Dört ve üzeri kardeşi olan	53	21.09	3.84
Tolere (kabullenme)	Kardeşi yok	58	16.38	3.43
	Bir kardeşi olan	46	17.13	3.17
	İki kardeşi olan	59	16.41	2.80
	Üç kardeşi olan	55	16.60	3.17
	Dört ve üzeri kardeşi olan	53	16.74	3.25

Tablo 9’da kardeş sayıları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin; bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 9’da görüldüğü gibi, bastırma duygu stili alt boyutunda en fazla puan ortalaması kardeşi olmayan üniversite öğrencilerine aittir. Bu boyutta en düşük puan ortalaması ise bir kardeşi olan üniversite öğrencilerine ait olduğu görülmektedir. Başetme duygu stili

alt boyutunda en fazla puan ortalaması üç kardeşi olan üniversite öğrencilerine ait iken en düşük puan ortalaması ise iki kardeşi olan üniversite öğrencilerine ait olduğu anlaşılmaktadır. Son boyut olan tolere duygu stilinde ise en fazla puan bir kardeşi olan üniversite öğrencilerine ait iken en düşük puan ortalaması ise iki kardeşi olan üniversite öğrencilerine ait olduğu görülmektedir. Bu kardeş sayısı grupları arasında anlamlı farkın olup olmadığı Tablo 10’da yer almaktadır.

**Tablo 10. Kardeş sayıları açısından duygu stillerine ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Bastırma	Gruplar arası	33.391	4	8.348	.553	.697
	Grup içi	4017.376	266	15.103		
Başetme	Gruplar arası	26.154	4	6.538	.414	.799
	Grup içi	4189.832	266	15.811		
Tolere	Gruplar arası	18.746	4	4.687	.467	.760
	Grup içi	2670.612	266	10.040		

Tablo 10’da kardeş sayıları farklı yerler olan üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin; bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre kardeş sayıları farklı olan üniversite öğrencilerinin bastırma duygu stili alt boyutu ( $F_{3-266} = 0.553$ ,  $p > .05$ ), başetme duygu stili alt boyutu ( $F_{3-266} = 0.414$ ,  $p > .05$ ) ve tolere duygu stili alt boyutu ( $F_{3-266} = 0.467$ ,  $p > .05$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmıştır. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde; kardeş sayıları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin tüm alt boyutlarında (bastırma, başetme ve tolere) birbirlerine benzer düzeyde oldukları ifade edilebilir.



## IV.2. Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekalarına İlişkin Bulgular

### IV.2.1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre duygusal zekaları anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin duygusal zekalarının cinsiyetleri açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi olan “*t*” testi tekniği kullanılmıştır. Bulgular Tablo 11’de sunulmuştur.

**Tablo 11. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından duygusal zekalarına ilişkin *t* testi tablosu**

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	ss	<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Duygusal zeka	Kadın	158	17.78	4.33	1.347	269	.179
	Erkek	113	17.07	4.27			

Tablo 11’de üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından duygusal zeka puan ortalamaları ve standart sapmaları görülmektedir. Tablo 11’de görüldüğü gibi, üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından duygusal zekalarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır ( $t_{0.05; 269} = 1.347, p > .05$ ). Bu sonuçlar değerlendirildiğinde, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin duygusal zeka özellikleri birbirlerine benzer düzeyde oldukları ifade edilebilir.

### IV.2.2. Üniversite öğrencilerinin okul başarılarına göre duygusal zekaları anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin okul başarılarına göre duygusal zeka farklılıklarının anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla üniversite öğrencilerinin okul başarıları “çok yüksek”, “yüksek”, “orta” ve “düşük (çok düşükün sayısı az olduğu için birleştirilmiştir)” olanların duygusal zekalarına ilişkin karşılaştırılmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Okul başarılarına göre belirtilen alt boyutlara ait puan ortalamaları Tablo 12’de, puan

ortalamları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 13’de verilmiştir.

**Tablo 12. Okul başarısı açısından duygusal zekalarına ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Okul başarısı	N	$\bar{X}$	ss
Duygusal zeka	Çok yüksek	54	18.52	4.33
	Yüksek	92	16.88	4.11
	Orta	96	17.41	4.60
	Düşük	29	17.76	3.66

Tablo 12’de okul başarıları farklı yerler olan üniversite öğrencilerinin duygu stillerinin; bastırma (gizleme), baskı (ayarlar), tolere (kabullenme) alt boyutlarına ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 12’de görüldüğü gibi, duygusal zeka düzeyi açısından en fazla puan ortalaması okul başarısını çok yüksek olarak algılayan üniversite öğrencilerine aittir. Bu değişkende en düşük puan ortalaması ise okul başarısını yüksek olarak algılayan üniversite öğrencilerine ait olduğu görülmektedir. Bu okul başarısı grupları arasında anlamlı farkın olup olmadığı Tablo 13’de yer almaktadır.

**Tablo 13. Okul başarısı açısından duygusal zekalarına ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Duygusal zeka	Gruplar arası	23.304	3	7.768	.515	.672
	Grup içi	4027.464	267	15.084		

Tablo 13’de algıladıkları okul başarıları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal zekalarına ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre, okul başarıları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal zeka puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $F_{3-267} = 0.515$ ,  $p > .05$ ). Bu sonuçlar değerlendirildiğinde; okul başarılarında farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal zeka özelliklerinin birbirlerine benzer düzeyde oldukları ifade edilebilir.

#### IV.2.3. Üniversite öğrencilerinin anne eğitim durumlarına göre duygusal zekaları anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim durumlarına göre duygusal zeka farklılıklarının anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim durumları “ilkokul”, “ortaokul”, “lise” ve “lise” olanların duygusal zekalarına ilişkin karşılaştırılmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Annelerinin eğitim durumlarına göre belirtilen alt boyutlara ait puan ortalamaları Tablo 14’de, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 15’de verilmiştir.

**Tablo 14. Anne eğitim durumu açısından duygusal zekalarına ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Anne eğitim durumu	N	$\bar{X}$	ss
Duygusal zeka	İlkokul	42	19.38	3.93
	Ortaokul	38	18.05	4.64
	Lise	121	16.47	4.06
	Üniversite	64	17.72	4.42

Tablo 14’de anne eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal zekalarına ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 14’de görüldüğü gibi, duygusal zeka düzeyinde en fazla puan ortalaması anne eğitim durumu ilkokul olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu değişkende en düşük puan ortalaması ise anne eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerine ait olduğu görülmektedir. Bu eğitim durumu grupları arasında anlamlı farkın olup olmadığı Tablo 15’de yer almaktadır.

**Tablo 15. Anne eğitim durumu açısından duygu stillerine ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Bastırma	Gruplar arası	291,514	3	72,879	4,116	,003
	Grup içi	4691,686	261	17,704		

Tablo 15’de anne eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal zekalarına ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre anne eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal zeka puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu anlaşılmıştır ( $F_{3-261} = 5.065$ ,  $p < .05$ ). Bu farklılıkların hangi anne eğitim durumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda, anne eğitim durumu ilkököl olan üniversite öğrencilerinin duygusal zeka puan ortalamaları ( $\bar{X} = 19.38$ ,  $ss = 3.93$ ) ile annelerinin eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerinin duygusal zeka puan ortalamaları ( $\bar{X} = 16.47$ ,  $ss = 4.06$ ) arasında kaynaklandığı görülmüştür. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde; üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim durumu ilkököl olanların annelerinin eğitimi lise eğitimi olanlara göre daha duygusal zeka düzeyine sahip oldukları belirtilebilir.

#### IV.2.4. Üniversite öğrencilerinin baba eğitim durumlarına göre duygusal zekalarının anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim durumlarına göre duygusal zeka farklılıklarının anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim durumları “ilkokul”, “ortaokul”, “lise” ve “lise” olanların duygusal zekalarına ilişkin karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Babalarının eğitim durumlarına göre belirtilen alt boyutlara ait puan ortalamaları Tablo 16’da, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 17’de verilmiştir.

**Tablo 16. Baba eğitim durumu açısından duygusal zekalarına ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Baba eğitim durumu	N	$\bar{X}$	ss
Duygusal zeka	İlkokul	35	18.29	3.62
	Ortaokul	40	18.90	4.67
	Lise	96	16.43	4.35
	Üniversite	96	17.55	4.19

Tablo 16’da baba eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal zekalarına ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 16’da görüldüğü gibi, duygusal zeka düzeyinde en fazla puan ortalaması baba eğitim durumu ortaokul olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu değişkende en düşük puan ortalaması ise baba eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerine ait olduğu görülmektedir. Bu eğitim durumu grupları arasında anlamlı farkın olup olmadığı Tablo 17’de yer almaktadır.

**Tablo 17. Baba eğitim durumu açısından duygu stillerine ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Duygusal zeka	Gruplar arası	240.983	3	60.246	3.358	.011
	Grup içi	4772.722	263	17.943		

Tablo 17’de baba eğitim durumu farklı yerler olan üniversite öğrencilerinin duygusal zekalarına ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre baba eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal zeka puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu anlaşılmıştır ( $F_{3-263} = 2.79$ ,  $p < .05$ ). Bu farklılıkların hangi baba eğitim durumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda, baba eğitim durumu ortaokul olan üniversite öğrencilerinin duygusal zeka puan ortalamaları ( $\bar{X} = 18.90$ ,  $ss = 4.67$ ) ile babalarının eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerinin duygusal zeka puan ortalamaları ( $\bar{X} = 16.43$ ,  $ss = 4.35$ ) arasında kaynaklandığı görülmüştür. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde; üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim durumu ortaokul olanların babalarının eğitimi lise eğitimi olanlara göre daha yüksek duygusal zeka düzeylerine sahip oldukları söylenebilir.

#### **IV.2.5. Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre duygusal zekalarının anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?**

Örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre duygusal zeka farklılıklarının anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla üniversite öğrencilerinin kardeş sayıları “kardeşi yok”, “bir kardeşi”, “iki kardeşi”,

“üç kardeşi” ve “dört ve daha fazla kardeşi” olanların duygusal zekalarına ilişkin karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Kardeş sayılarına göre belirtilen alt boyutlara ait puan ortalamaları Tablo 18’de, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 19’da verilmiştir.

**Tablo 18. Kardeş sayıları açısından duygusal zekalarına ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Kardeş sayısı	N	$\bar{X}$	ss
Duygusal zeka	Kardeşi yok	58	17.03	4.40
	Bir kardeşi olan	46	18.02	4.15
	İki kardeşi olan	59	17.61	4.45
	Üç kardeşi olan	55	17.91	4.16
	Dört ve üzeri kardeşi olan	53	16.94	4.40

Tablo 18’de kardeş sayıları farklı yerler olan üniversite öğrencilerinin duygusal zekalarına ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 18’de görüldüğü gibi, duygusal zeka düzeyinde en fazla puan ortalaması bir kardeşi olan üniversite öğrencilerine aittir. Bu değişkende en düşük puan ortalaması ise dört ve üzeri kardeşi olan üniversite öğrencilerine ait olduğu görülmektedir. Bu kardeş sayısı grupları arasında anlamlı farkın olup olmadığı Tablo 19’da yer almaktadır.

**Tablo 19. Kardeş sayıları açısından duygusal zekalarına ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Duygusal zeka	Gruplar arası	51.386	4	12.846	.689	.600
	Grup içi	4962.319	266	18.655		

Tablo 19’da kardeş sayıları farklı yerler olan üniversite öğrencilerinin duygusal zekalarına ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre kardeş sayıları farklı olan

üniversite öğrencilerinin bastırma duygusal zeka puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmıştır, ( $F_{4-266} = 0.689$ ,  $p > .05$ ). Bu sonuçlar değerlendirildiğinde; kardeş sayıları farklı olan üniversite öğrencilerinin duygusal zeka özelliklerinin birbirlerine benzer düzeyde oldukları ifade edilebilir.

### IV.3. Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri, Onların Duygu Stillerini Ve Duygusal Zekalarını Anlamlı Biçimde Yordanıp Yordanmadığına İlişkin Bulgular

Araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin duygu stilleri ve duygusal zekaları bağlanma stilleri tarafından anlamlı biçimde yordanıp yordanmadığı test edilmiştir. İlk olarak duygu stilleri, duygusal zeka ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi öğrenmek amacıyla Pearson Momenteler Çarpımı korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Bu amaçla, duygu stillerinin; bastırma, başetme ve tolere alt boyutları ile duygusal zeka ve bağlanma stillerinin; güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri analize dahil edilmiştir. Bu değişkenler arasındaki ilişkileri gösteren korelasyon katsayısı Tablo 20’de yer almaktadır.

**Tablo 20. Üniversite öğrencilerinin duygu stilleri, duygusal zekaları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiler**

Değişken	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Duygusal zeka	–							
2. Bastırma duygu stili	.36**	–						
3. Başetme duygu stili	.35**	.33**	–					
4. Tolere duygu stili	.27**	.28**	.26**	–				
5. Güvenli bağlanma	.12*	.04	.13*	.16**	–			
6. Korkulu bağlanma	.25**	.28**	.32**	.23**	.17**	–		
7. Saplantılı bağlanma	.07	.10	.10	.18**	.06	.24**	–	
8. Kayıtsız bağlanma	.22**	.31**	.22**	.24**	-.15*	.46**	.39**	–

Not. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

Tablo 20'e görüldüğü üzere, duygusal zeka ile duygu stilleri alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler mevcuttur, ( $r = .27$  ile  $36$  arasında,  $p < .01$ ). Duygusal zeka ile saplantılı bağlanma hariç diğer bağlanma stillerinin pozitif yönde anlamlı ilişkilere sahip oldukları görülmektedir, ( $r = .12$  ile  $.25$  arasında,  $p < .05$ ).

Duygu stillerinden tolere boyutu bağlanma stillerinin tüm boyutlarıyla pozitif yönde anlamlı ilişkidir, ( $r = .16, .24$  arasında,  $p < .05$ ). Başetme duygu stili ise saplantılı bağlanma hariç diğer bağlanma stilleriyle pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermiştir, ( $r = .13, .32$  arasında,  $p < .05$ ). Son olarak, bastırma duygu stili ise korkulu ( $r = .28, p < .05$ ) ve kayıtsız ( $r = .31, p < .05$ ) bağlanma stili ile pozitif yönde anlamlı; güvenli ( $r = .04, p > .05$ ) ve saplantılı ( $r = .10, p > .05$ ) bağlanma stili ile ise anlamsız ilişkilerin olduğu görülmüştür.

Tablo 21'de üniversite öğrencilerinin duygu stilleri bağlanma stilleri tarafından yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 21. Duygu stiline yordayıcısı olarak bağlanma stiline ilişkin regresyon analizi sonuçları**

Yordanan	Yordayan	$B$	$SH_B$	$\beta$	$t$	$R^2$	$\Delta R^2$	$F$
Bastırma DS	Güvenli BS	.05	.06	.05	.86	.12	.11	9
	Korkulu BS	.16	.06	.17	2.52**			.3
	Saplantılı BS	-.04	.06	-.04	-.69			.9
	Kayıtsız BS	.19	.05	.25	3.58**			*
Başetme DS	Güvenli BS	.12	.06	.11	1.86	.12	.10	8
	Korkulu BS	.24	.07	.24	3.56**			.8
	Saplantılı BS	-.02	.07	-.02	-.24			1
	Kayıtsız BS	.10	.05	.13	1.84			*
Tolere DS	Güvenli BS	.14	.05	.17	2.80**	.11	.10	8
	Korkulu BS	.07	.05	.09	1.38			.1
	Saplantılı BS	.06	.05	.07	1.15			1
	Kayıtsız BS	.12	.04	.19	2.71**			*

Not. \*\*  $p < .01$ , DS = duygu stili, BS = bağlanma stili



Tablo 21’de görülen çoklu regresyon sonuçlarına göre bağlanma stillerinin bastırma duygu stilini yordadığı modelin anlamlı olduğu anlaşılmaktadır,  $F_{(4, 266)} = 9.39, p < .01$ . Bağlanma stilleri bastırma duygu stili toplam varyansının %12’sini açıklamaktadır, ( $R^2 = .12$ , düzenlenmiş  $R^2 = .11$ ). Regresyon modeli incelendiğinde, korkulu ( $\beta = .17, p < .01$ ) ve kayıtsız ( $\beta = .25, p < .01$ ) bağlanma stili üniversite öğrencilerinin bastırma duygu stilini pozitif yönde anlamlı yordamaktadır. Diğer taraftan, güvenli ( $\beta = .05, p > .05$ ) ve saplantılı ( $\beta = -.04, p > .05$ ) bağlanma stili ise üniversite öğrencilerinin bastırma duygu stilini anlamlı biçimde yordamadığı belirlenmiştir.

Bağlanma stillerinin başetme duygu stilini yordadığı modelin de anlamlı olduğu görülmektedir,  $F_{(4, 266)} = 8.81, p < .01$ . Bağlanma stilleri başetme duygu stili toplam varyansının %12’sini açıklamaktadır, ( $R^2 = .12$ , düzenlenmiş  $R^2 = .10$ ). Regresyon modeli incelendiğinde, korkulu bağlanma stili üniversite öğrencilerinin bastırma duygu stilini pozitif yönde anlamlı yordamaktadır ( $\beta = .24, p < .01$ ). Diğer taraftan, güvenli ( $\beta = .11, p > .05$ ), saplantılı ( $\beta = -.02, p > .05$ ) ve kayıtsız ( $\beta = .13, p > .05$ ) bağlanma stili ise üniversite öğrencilerinin başetme duygu stilini anlamlı biçimde yordamadığı belirlenmiştir.

Son olarak, bağlanma stillerinin tolere duygu stilini yordadığı modelin anlamlı olduğu anlaşılmaktadır,  $F_{(4, 266)} = 8.11, p < .01$ . Bağlanma stilleri tolere duygu stili toplam varyansının %11’ini açıklamaktadır, ( $R^2 = .11$ , düzenlenmiş  $R^2 = .10$ ). Regresyon modeli incelendiğinde, güvenli ( $\beta = .17, p < .01$ ) ve kayıtsız ( $\beta = .19, p < .01$ ) bağlanma stili üniversite öğrencilerinin tolere duygu stilini pozitif yönde anlamlı yordamaktadır. Diğer taraftan, korkulu ( $\beta = .09, p > .05$ ) ve saplantılı ( $\beta = .07, p > .05$ ) bağlanma stili ise üniversite öğrencilerinin tolere duygu stilini anlamlı biçimde yordamadığı belirlenmiştir.

Tablo 22’de üniversite öğrencilerinin duygusal zekaları bağlanma stilleri tarafından yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 22. Duygusal zekanın yordayıcısı olarak bağlanma stiline ilişkin regresyon analizi sonuçları**

Yordanan	Yordayan	<i>B</i>	<i>SH<sub>B</sub></i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	<i>F</i>
Duygusal zeka	Güvenli BS	.15	.07	.13	2.10**	.09	.08	6.93**
	Korkulu BS	.16	.07	.15	2.24**			
	Saplantılı BS	-.06	.07	-.05	-.84			
	Kayıtsız BS	.16	.06	.19	2.69**			

Not. \*\*  $p < .01$ , BS = bağlanma stili

Tablo 22’de görülen çoklu regresyon sonuçlarına göre bağlanma stillerinin duygusal zekayı yordadığı modelin anlamlı olduğu anlaşılmaktadır,  $F_{(4, 266)} = 6.93$ ,  $p < .01$ . Bağlanma stilleri duygusal zeka toplam varyansının %9’unu açıklamaktadır, ( $R^2 = .09$ , düzenlenmiş  $R^2 = .08$ ). Regresyon modeli incelendiğinde, güvenli ( $\beta = .13$ ,  $p < .05$ ), korkulu ( $\beta = .15$ ,  $p < .01$ ) ve kayıtsız ( $\beta = .19$ ,  $p < .01$ ) bağlanma stili üniversite öğrencilerinin duygusal zekalarını pozitif yönde anlamlı yordamaktadır. Diğer taraftan, saplantılı bağlanma stili ise üniversite öğrencilerinin duygusal zeka düzeylerini anlamlı biçimde yordamadığı belirlenmiştir ( $\beta = -.05$ ,  $p > .05$ ).

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA VE YORUM

Duygu kavramını tanımlamak çok yönlü bir kavram olması sebebiyle oldukça zordur. Duygular bireylerin ruhsal yaşantılarını etkilemekte ve hayatlarında önemli değişikliklere sebep olabilmektedir. Araştırmacılar tam olarak hangi duyguların birincil olarak nitelendirilebileceği, yani tüm duygu karışımlarını meydana getiren asal duyguların hangileri olduğu, hatta birincil duyguların var olup olmadığı hakkında henüz kesin ve net bir sonuca varamamışlardır. Herkes aynı düşüncede olmasa da, bazı araştırmacılar temel duygu kümeleri olduğunu belirtmektedir.

Son yıllarda duygusal zeka kavramı toplumun ilgisini çeken bir konu olmuştur. Sosyal yetenek ve becerilere dayalı olan duygusal zeka, kişilerin öncelikle kendi becerilerinin farkına varmalarıyla ortaya çıkmaktadır. Duygusal zeka aynı zamanda yoğun empati gücünü de içinde barındırmaktadır.

Bağlanma kuramının bebeğin doğduğu andan itibaren her zaman için bakıma ihtiyacının olması var olmaktadır. Bebeğin bağlanma davranışını sergilemesinin asıl sebebi ihtiyaçlarının karşılanması ve tehlikeli zamanlarda hayatta kalma olasılığını artırmasını sağlamaktır. Ayrıca, bağlanma davranışı duygusal bir bağ olarak da işlev görmektedir. Bağlanma, çocukluğun gelişimi boyunca devam eden ve gerçekleşen başarılı bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimle büyük oranda ilişkilidir. Çocuk yaştaki bağlanma stillerinin güvenli oluşturulması bireylerin ileriki yaşlarında nasıl bir kişiliğe sahip olacaklarını şekillendirmektedir. Ebeveynleri tarafından ilgiyle karşılanan çocuklar, kendilerine güvenen yapıya sahip olurlarken; diğer çocuklar ise kendilerini değersiz hissedebilirler.

Cinsiyet kavramı bireylerin yaşantılarına her alanda tesir etmektedir. Cinsiyet kimi durumların farklılaşmasına neden olurken bazı durumlarda ise etkili olmamaktadır. Duygu stillerinin alt boyutları incelendiğinde cinsiyetle bir alakası olmadığı saptanmıştır. Kesen (2014)'in duygu stilleri ile ilgili yaptığı bir çalışmada, cinsiyet değişkeni açısından duygu stillerinin “bastırma” alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur. Erkeklerin duygu stilleri alt boyutundan bastırma puan ortalaması kadınlardan anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır.

Civan(2011)' in yaptığı çalışmada evli çiftlerin duygu dışavurum tarzları ve evlilik kalitesi arasındaki ilişkide duygusal farkındalığın düzenleyici rolü incelemiştir. Araştırmanın sonucuna göre, cinsiyet faktörünün duygu stilleri üzerinde etkisinin olduğu görülmüştür. Kadınların ve erkeklerin duygu dışavurum tarzları birbirinden farklılık göstermiştir. Kadınlar erkeklere göre, duygu dışavurumları konusunda yüksek bir ortalamaya sahip olduğu saptanmıştır. Kadınlar erkeklere göre duygularını daha çok dışavurmaktadırlar. Bu bulgu, araştırmanın bulgusuyla benzerlik göstermemektedir. Duygusal zeka açısından da cinsiyet herhangi bir etkiye sahip değildir. Yapılan anket araştırması sonucunda cinsiyetin duygusal zekaya etki etmediği tespit edilmiştir. Akeren (2006), Güney (2009), Alici (2011), İşliel (2013) ve Sirem (2009)'in yaptıkları çalışmalarda da benzer sonuçlar bulunmaktadır. Kadınlar ve erkekler arasında duygusal zeka düzeyi bakımından anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamaktadır. Cinsiyet değişkenine göre duygusal zeka incelendiğinde, kadınların ve erkeklerin benzer duygusal zeka düzeylerine sahip oldukları görülmüştür. Yapılan çalışmalara göre, yaş faktörü duygusal zekanın önemli bir belirleyicisidir. Yaşam boyu edinilen deneyimler, kişiyi duygusal zeka yönünden geliştirmektedir (Küçükakça, 2004; Kuşaklı, 2008; Alici, 2011; Altay, 2011; Avcı, 2013; Dirican, 2013).

Okul hayatındaki başarı faktörü bireylerin duygu stilleri üzerinde etkili olmaktadır. Araştırmada tespit edilen sonuçlardan biri de baş etme, bastırma, kabul etme duygu stili okul başarısı yüksek bireylerden daha fazla görülmektedir. Ancak bu konuda genelleme yapmak için duygu stilleri ile ilgili yeterli araştırma bulunmamaktadır. Farklı örneklemeler üzerinde yapılacak araştırmalara ihtiyaç vardır. Duygusal zeka kavramının okul başarısıyla bir alakasının olmadığı yapılan araştırma neticesinde ortaya çıkarılmıştır. Üniversite öğrencilerinin verdikleri yanıtı göre okul başarısı ile duygusal zekanın benzerliğinin olmaması dikkat çeken bir diğer tespittir. Çalışmada duygusal zeka ve okul başarısı ile anlamlı bir ilişki bulunmamasına karşın, Baştürkçü (2016)'nün yaptığı çalışmada duygusal zeka ve sosyal sorumluluk arasında bir ilişki bulunduğu görülmüştür. Duygusal zekası gelişmiş kişilerin sosyal gruba dahil olup, işbirliği, birlik ve beraberlik duygusu ile görev üstlenme ve görevi tamamlama duyarlı kişiler olduğu görülmüştür. Duygusal zeka, kişinin problem çözme ya da çözüm üretme aşamasında daha duyarlı, sistematik,

disiplinli ve planlı yapıya sahip olmasına fayda sağlar. Bu durumda kişi, problemden uzaklaşmak yerine çözüm odaklı ilerleyerek başarmaya gayret gösterecektir.

Ailenin aldığı eğitim özellikle annenin aldığı eğitim duygu stilleri üzerinde farklı etkilere sahiptir. Bastırma (gizleme), başetme (ayarlar), tolere (kabullenme) duygu stilleri anne eğitiminin yüksek olduğu bireylerde daha yoğun olarak görülmektedir. Bu durumdan çıkarılacak bir sonuç ise anne eğitiminin çocuklar üzerinde etkisinin oldukça fazla olmasıdır. Babanın aldığı eğitim de çocuğun duygu stilleri üzerinde anne eğitim düzeyiyle aynı etkilere sahiptir. Babanın eğitim düzeyinin yüksek olması araştırmaya katılan bireylerin duygu stilleri açısından öneme sahiptir. Babanın aldığı eğitimin kalitesi de üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada önemli olduğunu ortaya çıkarmıştır. Ancak bu konuda genelleme yapmak için duygu stilleri ile ilgili yeterli araştırma bulunmamaktadır. Farklı örneklemeler üzerinde yapılacak araştırmalara ihtiyaç vardır. Yıldırım ve arkadaşlarının (2011) problem çözme becerileri ile ilgili yaptığı bir çalışmada, annesi ya da babası üniversite mezunu olan öğrencilerin problem çözme becerileri anne ya da baba eğitim düzeyleri düşük olan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Kaya, Bozaslan ve Genç (2012) de yaptığı bir çalışmada, eğitim düzeyi yüksek olan ebeveynlerin demokratik tutumlara sahip olduğu ve çocukların da bu sebepten daha yüksek akademik başarı ve problem çözme becerilerine sahip olup, duygusal farkındalıklarının da bu ölçüde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Anne babaların eğitim durumunun yüksek olması ile duygu stilleri arasında ilişkiyi genelledebilmemiz için yeteri kadar kaynak bulunmamasına rağmen, araştırmalar gösteriyor ki, anne-baba eğitim düzeyi yüksek olan çocukların sosyal kaygı düzeyleri düşükken, akademik başarı, duygu kontrolü, duygusal zeka yetenekleri yüksek bulunmaktadır. Annenin aldığı eğitim duygusal zeka üzerinde de olumlu etkiye sahiptir. Annenin aldığı eğitim düzeyi üniversite öğrencilerinin duygusal zekaları açısından olumlu katkılara sahip olmaktadır. Babanın aldığı eğitim kalitesi yükseldikçe duygusal zeka da artış göstermektedir. Aysel (2006)'in yaptığı çalışmaya göre, duygusal zeka ve eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Kişinin eğitim düzeyi yükseldikçe, duygusal zeka düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Çalışmada ortaya çıkan bulgulara göre, üst düzey yöneticilerin alt düzey yöneticilere göre daha yüksek duygusal zeka puanına sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca, Canbulat (2007) ve Yüksel (2006)'in yaptığı bir çalışmada,

eğitim düzeyi yüksek çalışanların düşük olanlara göre istatistiksel olarak daha yüksek duygusal zeka puanlarına sahip olduğunu ortaya çıkmıştır.

Kardeş sayısı duygu stilleri üzerinde etkiye sahiptir. Bastırma (gizleme), başetme (ayarlama), tolere (kabullenme) duygu stillerinden bastırma duygu stili kardeşi olmayan bireylerde görülmektedir. Kardeş sayısı arttıka baş etme oranı da yükselmektedir. Bu sıralamayı tolere etme de izlemektedir. Kardeş sayısının artması bireylerin yaşamlarını kolaylaştırırken aynı zamanda zorluklarla baş etmesine de imkan vermektedir. Kardeş sayısının etkisi üzerine yapılan araştırmalarda çalışmamızı destekler niteliktedir. Çocuğun psiko-sosyal gelişiminde kardeş faktörü önemli bir etkiye sahiptir. Bazı araştırmalar, çocuğun ailede ilk ocuk olmasının bazı ayrıcalıklara sahip olmasına olanak verdiğini göstermektedir. Kardeş gelene kadar ailede bütün ilgi ve sevginin odağı olan ocuk, gelişimini sağlıklı şekilde devam ettirerek, toplumsal alanda da kişisel gelişiminde de daha başarılı ve sevecen olacaktır (Uslu, 2005). Ailelerin ocuk sayısı ailenin ekonomik düzeyinde değişime neden olsa da, ocuk açısından kardeş sahibi olmak olumlu bir faktördür. Ancak bu konuda genelleme yapmak için duygu stilleri ile ilgili yeterli araştırma bulunmamaktadır. Farklı rneklemeler üzerinde yapılacak araştırmalara ihtiyaç vardır. Kardeş sayısı aynı şekilde duygusal zeka üzerinde de etkiye sahiptir. Kardeş sayısı bir olan niversite öğrencisinde duygusal zeka ortalaması artarken kardeş sayısı arttıka bu oran düşmektedir.

Yapılan araştırmalar neticesinde niversite öğrencilerine farklı sorular yöneltilerek duygusal zekaları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki ölçülmüştür. Bu iki kavram arasındaki bağ oldukça önemli bir konu olarak günümüzde araştırma konusu olarak seçilmesinde etkendir. Duygusal zeka ile bağlanma stilleri arasında anlamlı farkların ortaya konması yapılacak olan çalışmalar için önem arz etmektedir. Bradley (2000) yaptığı çalışmada, erken dönemde çocuğun annesi ile ilişkisinde oluşan olumsuzlukların veya istismarın çocuğun gelişimine olumsuz etki ettiğini bildirmektedir. Çocuklukta yaşanan olumsuz olaylar ileriki yaşamda bireyin kendi duyguları ve diğer bireylerin duyguları hakkında konuşmakta zorluk çekmesine sebep olabileceğini göstermektedir. Duygusal zekanın gelişmesinde çocuğun içinde yaşadığı ailenin yapısı, anne-baba tutumları çok önemlidir. Çocuğun empati kurma becerisinin, öfke kontrolünün, duygularını kontrol edebilme becerisinin

gelişiminde çocukluk döneminde kurduğu bağlanma stiline etkisi büyüktür (Korkmaz, 2008). Bozdemir ve Gündüz (2016)'ün duygusal zeka ve bağlanma stilleri ile ilgili yaptığı çalışmada, duygusal zeka ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki saptamıştır. Demokratik anne baba tutumuna sahip olan çocuklarda duygusal zeka düzeylerinin artış gösterdiği; kaçınmalı ya da kaygılı bağlanma stiline sahip olan çocuklarda duygusal zeka düzeyinde azalma görüldüğü bulunmuştur.



## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin duygu stilleri ve duygusal zekalarının yordayıcısı olarak bağlanma stillerinin rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

Anne eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin bastırma duygu stili alt boyutu, başetme duygu stili alt boyutu ve tolere duygu stili alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu anlaşılmıştır. Üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim durumu ilkokul olanların annelerinin eğitimi lise eğitimi olanlara göre daha yüksek bastırma, başetme ve tolere duygu stili düzeyine sahip oldukları belirtilebilir. Bununla birlikte, annelerinin eğitim durumu ortaokul olanlarında annelerinin eğitimi lise olanların tolere duygu stillerinden de anlamlı biçimde daha yüksek düzeyde oldukları söylenebilir. Baba eğitim durumu farklı olan üniversite öğrencilerinin bastırma duygu stili alt boyutu, başetme duygu stili alt boyutu ve tolere duygu stili alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu anlaşılmıştır. Üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim durumu ilkokul olanların babalarının eğitimi lise eğitimi olanlara göre daha yüksek bastırma duygu stiline sahip oldukları söylenebilir. Bununla birlikte babalarının eğitim durumu ortaokul olanlarında babalarının eğitimi lise olanların başetme ve tolere duygu stillerinden de anlamlı biçimde daha yüksek düzeyde oldukları söylenebilir.

Üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim durumu ilkokul olanların annelerinin eğitimi lise eğitimi olanlara göre daha duygusal zeka düzeyine sahip oldukları belirtilebilir. Üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim durumu ortaokul olanların babalarının eğitimi lise eğitimi olanlara göre daha yüksek duygusal zeka düzeylerine sahip oldukları söylenebilir.

Araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin duygu stilleri ve duygusal zekaları bağlanma stilleri tarafından anlamlı biçimde yordanıp yordanmadığı test edilmiştir. Duygusal zeka ile duygu stilleri alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler mevcuttur. Duygusal zeka ile saplantılı bağlanma hariç diğer bağlanma stillerinin pozitif yönde anlamlı ilişkilere sahip oldukları



görülmektedir. Duygu stillerinden tolere boyutu bağlanma stillerinin tüm boyutlarıyla pozitif yönde anlamlı ilişkidir. Başetme duygu stili ise saplantılı bağlanma hariç diğer bağlanma stilleriyle pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermiştir. Son olarak, bastırma duygu stili ise korkulu ve kayıtsız bağlanma stili ile pozitif yönde anlamlı; güvenli ve saplantılıbağlanma stili ile ise anlamsız ilişkilerin olduğu görülmüştür.

Bağlanma stillerinin bastırma duygu stilini yordadığı modelin anlamlı olduğu anlaşılmaktadır. Kayıtsız bağlanma stili üniversite öğrencilerinin bastırma duygu stilini pozitif yönde anlamlı yordamaktadır. Bağlanma stillerinin başetme duygu stilini yordadığı modelin de anlamlı olduğu görülmektedir. Korkulu bağlanma stili üniversite öğrencilerinin bastırma duygu stilini pozitif yönde anlamlı yordamaktadır.

Güvenli ve kayıtsız bağlanma stili üniversite öğrencilerinin tolere duygu stilini pozitif yönde anlamlı yordamaktadır.

Bağlanma stillerinin duygusal zekayı yordadığı modelin anlamlı olduğu anlaşılmaktadır. Güvenli, korkulu ve kayıtsız bağlanma stili üniversite öğrencilerinin duygusal zekalarını pozitif yönde anlamlı yordamaktadır.

Çalışmaya katılan bireylerin İstanbul ilinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden seçilmiş olması genelleme açısından sınırlılık oluşturmaktadır. Bu çalışmadan sonra diğer iller de dahil edilerek daha kapsamlı bir çalışma yapılabilir ve araştırmanın genellenebilir olma durumu artırılabilir. Bağlanma stilleri kişilerin sosyal ilişkilerdeki tutum ve davranışlarını etkileyerek ruh sağlığı üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Bu sebepten dolayı ailelere psikolojik ve sosyolojik olarak hazırlanması önerilebilir. Ruhsal anlamda sağlıklı bireylerin yetişmesinde ebeveynlerle kurulan sağlıklı ilişkiler çok önemlidir.

## KAYNAKÇA

Akan Ş., (2014). *Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Depresyon Tanısı Alan Kişilerde Duygu Düzenleme Süreçlerinin Gross'un Süreç Modeline Göre İncelenmesi.*

Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Akçay, C. ve Çoruk, A. (2012). Çalışma Yaşamında Duygular ve Yönetimi: Kavramsal Bir İnceleme. *Eğitimde Politika Analizi Dergisi*, 2012, 1 (1), s. 3-25.

Akeren, N. (2006). *Ortaöğretimde Görevli Yöneticilerin Duygusal Zeka Düzeyleri ile Örgütsel Çatışmaları Çözümleme Stratejileri Arasındaki İlişki: İstanbul İli Sultanbeyli İlçesi Örneği.* Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Alici, İ. (2011). *Duygusal Zekanın Örgütsel Bağlılık ve Örgütsel Vatandaşlık Davranışı ile İlişkisi ve Bir Uygulama.* Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.

Arıcioğlu, A. (2002). Yönetimsel Başarının Değerlemesinde Duygusal Zekanın Kullanımı, *Akdeniz İ.İ.B.F. Dergisi*, (4), 26-42

Arslan, R., Mazon, İ., ve Aydın, E. (2013). Yönetimde Değişen Duygu Zeka İlişkisi ve Yöneticilerin Duygusal Zeka Düzeylerine İlişkin Bir Araştırma. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6/3.

Ata, S. (2010). *Okul Öncesi Öğretmenlerinin Bağlanma Stilleri, Duygusal Zeka Düzeyleri ve Empatik Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Muğla

Atkinson R., Richard C. Atkinson ve Ernest R. Hilgard, (1995). Psikolojiye Giriş I, çev. Kemal Atakay, Mustafa Atakay ve Aysun Yavuz, *Sosyal Yayınlar*, İstanbul.

Aysel L., (2006). *Liderlik ve Duygusal Zeka*. Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.

Baştürkçü, B. (2016). *İş Yaşamında Çalışanların Duygusal Zeka Yeterliliklerinin Kişilerarası Sorun Çözme Becerilerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Bozdemir, F. ve Gündüz, B. (2016). Bağlanma Stilleri, Anne Baba Tutumları Ve Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantılarının Duygusal Zekâ İle İlişkileri. *International Journal of Human Sciences*, 13(1), 1797-1814.

Bradley, S. (2000). *Affect regulation and the development of psychopathology* (1st ed.). New York: The Guilford Press.

Canbulat, S. (2007). *Duygusal Zekanın Çalışanların İş Doyumları Üzerindeki Etkisinin Araştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi.

Civan, A., (2011). *Eşlerin Duygu Dışavurum Tarzları İle Algılanan Evlilik Kalitesinin İlişkisi Ve Duygusal Farkındalığın Rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin.

Cüceloğlu D., (1993). *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları*, 4. Baskı, *Remzi –Kitabevi*, İstanbul.

Çakar U., ve Arbak Y., (2004). Modern Yaklaşımlar Işığında Değişen Duygu-Zeka İlişkisi ve Duygusal Zeka. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt 6, Sayı:3.

Çalışır M., (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, Sayı 1.

Çapan, B. E. (2009). Öğretmen Adaylarının Kişilerarası İlişkileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(2), 127-142.

Çelenk, İ. (2015). *Örgütlerde Duygusal Zeka ve Psikolojik Yıldırma: Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.

Deniz, M.E., Özer, E. ve Işık, E., (2013). Trait Emotional Intelligence Questionnaire–Short Form: Validity and Reliability Studies. *Education and Science*, 38 (169), 407-419.

Ekman, P. (1999). Basic Emotions. *Handbook of Cognition and Emotion* (ss. 45-60). Edited: Dalglish T. ve Power, M. John Wiley and Sons Ltd.

Eröz, S. (2013). Örgütlerde Duygusal Zeka. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(29).

Goleman D., (1995). Duygusal Zekâ- neden IQ'dan önemlidir? *Varlık Yayınları*, İstanbul.

Goleman D., (2011). İşbaşında Duygusal Zeka. *Varlık Yayınları*, İstanbul.

Görünmez, M. (2006). *Bağlanma Stilleri ve Duygusal Zeka Yetenekleri*. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Bursa

Gross J. J. ve Munoz, R. F. (1995). Emotion Regulation and Mental Health. *Clinical Psychology: Science and Practice*.

Gross, J. J., &Thompson, R.A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations.In: Gross, J.J. (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp.3-24). *New York: Guilford Pres*.

Gross, J.J. (1999). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.

Güney, F. (2009). *Okul Yöneticilerinin Duygusal Zeka Düzeyleri İle Çatışma*

*Yönetimi Stratejileri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Güngör, D. (2000). *Bağlanma Stillerinin ve Zihinsel Modellerin Kuşaklararası Aktarımında Anababalık Stillerinin Rolü*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara

Hall, S. M., Munoz, R. F., Reus V. I. ve Sees, K. L. (1993). Nicotine, Negative Affect, and Depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61.

İşliel, K. (2013). *Duygusal Zeka ve Liderlik*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Kapucı, O. (2014). *Evlü Çiftlerin Evlilik Kalitesi ve Bağlanma Stillerinin Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Uygulamalı Psikoloji Tezi Yüksek Lisans Programı, İstanbul.

Kavcar B., (2011). *Duygusal Zeka İle Akademik Başarı ve Bazı Demografik Değişkenlerin İlişkileri: Bir Devlet Üniversitesi Örneği*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kaya, A., Bozaslan, H., ve Genç, G. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Anne-Baba Tutumlarının Problem Çözme Becerilerine, Sosyal Kaygı Düzeylerine ve Akademik Başarılarına Etkisi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 208- 225

Keleş H., ve Özkan T., (2010). Örgütsel Zeka Modeli Kapsamında Çevresel Faktörlerin Liderlik, Strateji ve Kültüre Olan Etkisinin İncelenmesine Yönelik Bir Araştırma, *Journal Of Yaşar University*, Cilt 17, Sayı 5.

Kesen, N. F. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Duygu Stillerinin Beş Faktör Kişilik Özellikleri Depresyon, Anksiyete ve Strese Göre İncelenmesi*. Doktora Tezi, Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Kılıç K, (2013). *Duygusal Zekanın Gemi Adamlarının İş Performansına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Korkmaz, B. (2008). *İlköğretim 4. ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Anne-Babalarının Duygusal Zeka Düzeyleri ile Eğitim Beklentileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Kring, A. M., & Sloan, D.M. (2008). *Emotion regulation and psychopathology*. New York: London. The Guildford Press.

Morris C., (2002). *Psikolojiyi Anlamak: Psikolojiye Giriş*, çev. H. Belgin Ayvaşık ve Melike Sayıl, *Türk Psikologlar Derneği*, Ankara.

Morsünbül, Ü. (2005). *Ergenlikte Kimlik Statülerinin Bağlanma Stilleri, Cinsiyet ve Eğitim Düzeyi Açısından İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Onat O., ve Otrar M., (2010). *Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışmaları*. M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, Sayı 31.

Özdemir M., (2015). *Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Duygusal Zekaları ile Yaşam Doyumlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, 2015.

Sirem, S. (2009). *Duygusal Zeka ve İş Tatmini İlişkisinin Analizi: Afyonkarahisar İli Kamu Sağlık Çalışanlarına Yönelik Bir Uygulama*. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.

Solmuş, T. (2003). *Romantik Bağlanma ( II ) İlişkisel Değişkenler ve İlişki Süreci*. *Türk Psikoloji Bülteni*, 9 (28-29), 99-108.

Sulukaya H., (2012). *Yöneticilerin Duygusal Zekaları ile Astlarının Tükenmişliği İlişkisi: Mersin Bölgesi Sağlık Sektöründe Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Toros Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Sümer, M.(2006). *Yetişkinlerin Bağlanma Stilllerinin Duygusal Zeka, İlişkiye Bağlılık, İlişkide Algılanan Tatmin ve Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji, İnsan Bilimleri ve Felsefe Bilim Dalı, İstanbul.

Şener S., (2008). *Müşterilerin Duygusal Zeka Özelliklerinin Reklam Algıları Üzerindeki Etkileri ve Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

TDK, Zeka, Online Erişim, [www.tdk.gov.tr](http://www.tdk.gov.tr).

Tuğrul, C. (1999). Duygusal Zeka. *Klinik Psikiyatri*, 1, 12-20.

Ural A, (2001). Yöneticilerde Duygusal Zekanın Üç Boyutu. *Dokuz Eylül Üniversitesi S.B.E Dergisi*, C: 3, S:2.

Uslu, B. B. (2005). *Alt Sosyo-Kültürel Özellikler, Annenin Eğitim Durumu, Kardeş Sayısı ve Cinsiyetin Çocukların Ahlak ve Sosyal Kural Bilgilerine Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Üncü, S. (2007). *Duygusal Zeka ve Evlilik Doyumu İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Yaşarsoy, E. (2006). *Duygusal Zeka Gelişim Programının, Eğitilebilir Zihinsel Engelli Öğrencilerin Davranış Problemleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Yıldırım, A., Hacıhasanoğlu, R., Karakurt, P. & Türkleş, S. (2011). Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerileri Ve Etkileyen Faktörler. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8:1. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>

Yıldız M., ve Duy B., (2014). Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(1).

Yüksel, M. (2006). *Duygusal Zeka Ve Performans İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi.





## EK 1

### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1) Cinsiyetiniz: 1( ) Kadın 2( ) Erkek

2) Yaşınız:

3) Okulunuzun Adı:

4) Bölümünüz:

5) Okuldaki Başarı Durumunuz:

1( ) Çok yüksek

2( ) Yüksek

3( ) Orta

4( ) Düşük

5( ) Çok düşük

6) Yaşadığınız Bölge:

1( ) Marmara Bölgesi

2( ) Ege Bölgesi

3( ) Akdeniz Bölgesi

4( ) Karadeniz Bölgesi

5( ) Doğu Anadolu Bölgesi

6( ) Güneydoğu Anadolu Bölgesi

7( ) İç Anadolu Bölgesi

7) Annenizin Eğitim Durumu:

1( ) Okur-yazar değil

2( ) İlkokul

3( ) Ortaokul

4( ) Lise

5( ) Üniversite

8) Babanızın Eğitim Durumu:

1( ) Okur-yazar değil

2( ) İlkokul

3( ) Ortaokul

4( ) Lise

5( ) Üniversite

- 9) Aile Tipi(Yapısı): 1( ) Çekirdek Aile (Anne, Baba ve çocuklar)  
2( ) Geniş Aile (Anne-Baba-Çocuklar ve Akrabalar)  
3( ) Boşanmış (Siz kaç yaşında iken?):  
4( ) Ölüm (Hangi ebeveyn? ve Siz kaç yaşında iken?):  
5( ) Evlat Edinilme (Siz kaç yaşında iken?):  
6( ) Üvey anne/baba (Siz kaç yaşında iken?):

10) Kardeş sayınız:

11) Kaçınıcı çocuksunuz:

12) İstenen/Daha önceden planlanmış bir çocuk musunuz?: 1( ) Evet 2( ) Hayır

13) Sizi yaş dönemlerine göre asıl olarak kim/kimler büyüttü? (Anne/Baba, Akrabalar, Bakıcı, vb)

0-1 yaş:

1-3 yaş:

3-6 yaş:

6 yaş ve üzeri:

14) Ebeveynlerinizin size karşı genel tutumu nasıldır?

Anne

Baba

1-Değişken ve tutarsız

2-Demokratik ve ilgili

3-Koruyucu ve kollayıcı

4-İlgisiz ve ihmalkar

5-Suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter

15) Ailenizin sosyo-ekonomik durumunu nasıl değerlendiriyorsunuz?

1( ) Düşük

2( ) Orta

3( ) Yüksek

16) Hiç disiplin cezası aldınız mı?: 1( ) Evet 2( ) Hayır

## EK 2

### DUYGUSAL ZEKA ÖZELLİĞİ ÖLÇEĞİ (TEIQue-SF) KISA FORM

*Yönerge: Lütfen aşağıdaki her ifadeyi o ifadeye katılma ya da katılmama derecenizi yansıtan rakamı daire içine alarak cevaplayınız. İfadelerin tam anlamı hakkında çok uzun düşünmeyiniz. Hızlı ilerleyiniz ve kesin cevaplar vermeye çalışınız. İfadelerin tam anlamı hakkında çok uzun düşünmeyiniz. 1- Doğru ya da yanlış cevap yoktur. 1- Hiç katılmıyorum 7- Tamamen katılıyorum arasında 7 cevap seçeneğiniz vardır. İlginiz ve zaman ayırdığınız için teşekkürler.*

1 . . . . . 2 . . . . . 3 . . . . . 4 . . . . . 5 . . . . . 6 . . . . . 7

***Kesinlikle***

***Katılmıyorum***

***Kesinlikle katılıyorum***

Örnek madde 1: .Duygularımı düzenlemekte genellikle zorlanırım.

Örnek madde 2: Genelde stresle başedebilirim.

Örnek madde 3: Genellikle, hayatımda işlerin yolunda gideceğine inanırım.

### EK 3

#### DUYGU STİLLERİ ÖLÇEĞİ

##### YÖNERGE

Ölçek duygularınızı nasıl yönettiğiniz ve onları nasıl algıladığınız ile ilgilidir. Aslında, farklı koşullar farklı tepkilere neden olmaktadır. Lütfen her bir maddeyi zihninizde diğerlerinden ayrı (bağımsız) cevaplamaya gayret edin. Yapmanız gerektiğini veya yapmak istediklerinizi değil sizin için gerçekten (uyguladığınız) geçerli olan cevapları seçiniz. Lütfen her maddeyi cevaplayın. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Bu nedenle çoğu insanın söyleyeceği ya da yapmayı düşündüğünü değil, sizin için uyguladığınız en uygun maddeyi seçin. Her madde için aşağıdaki ölçek yardımıyla cevaplarınızı verin.

1-----2-----3-----4-----5

**Kesinlikle katılmıyorum    Katılmıyorum    Kısmen katılıyorum    Katılıyorum    Tamamen katılıyorum**

Örnek madde 1: Duygularımı kontrol etmekte iyiyimdir.

Örnek madde 2: Olumsuz bir duygu durumundan kısa sürede kurtulabilirim.

Örnek madde 3: İnsanlara üzgün olduğumu fark ettirmeyecek şekilde davranabilirim.

## EK 4

### İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ (RELATIONSHIP SCALES QUESTIONNAIRE)

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen arkadaşlık, dostluk, romantik ilişkiler ve benzerleridir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 7 aralıklı ölçek üzerinde değerlendiriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7  
Beni hiç tanımlamıyor Beni kısmen tanımlıyor Tamamıyla beni tanımlıyor

Örnek madde 1: Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.

Örnek madde 2: Yalnız kalmaktan korkarım.

Örnek madde 3: Romantik ilişkide olduğum insanların benimle kalmak istemeyeceklerinden korkarım.

## ÖZGEÇMİŞ

### KİŞİSEL BİLGİLER

Adı-Soyadı : Dilruba BİNGÖL

Doğum Yeri ve Tarihi : İstanbul 23.01.1990

Medeni Hali : Evli

Ehliyet Bilgisi : B Sınıfı

### EĞİTİM DURUMU

Lise : Gelenbevi Anadolu Lisesi - 2008

Lisans : Bahçeşehir Üniversitesi Psikoloji – 2013

### YABANCI DİL

İngilizce : İleri Seviye

### BİLGİSAYAR

Microsoft Office Programları : İleri Seviye

SPSS : İleri Seviye

### İŞ DENEYİMİ

Kurum Adı : Doğa Fen Anaokulu

Unvan : Psikolog

İşe Başlama Tarihi : Eylül, 2016

### İLETİŞİM

Telefon: 0555 595 41 63

Adres: Talatpaşa Caddesi İskender Fahrettin Sokak Deniz Apt. A Blok Daire 2 Bahçelievler/İstanbul