



**YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**GENÇ YETİŞKİNLERDE MİZAH TARZLARININ,  
ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARININ VE DUYGU  
DÜZENLEMENİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Elif KARAHAN**

**Lefkoőa**

**Haziran, 2023**

**Elif KARAHAN**

**GENÇ YETİŞKİNLERDE MİZAH TARZLARININ,  
ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARININ VE DUYGU  
DÜZENLEMENİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK  
LİSANS TEZİ**

**2023**

**YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**GENÇ YETİŞKİNLERDE MİZAH TARZLARININ, ÇOCUKLUK  
ÇAĞI TRAVMALARININ VE DUYGU DÜZENLEMENİN  
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Elif KARAHAN**

**Tez Danışmanı  
Dr. Ayşe BURAN**

**Lefkoőa  
Haziran, 2023**

**Onay**

Elif Karahan tarafından hazırlanan “Genç Yetişkinlerde Mizah Tarzlarının, Çocukluk Çağı Travmalarının ve Duygu Düzenlemenin İncelenmesi” başlıklı tez, kapsam ve nitelik açısından kalite standartlarına uygunluğu ile ilgili Klinik Psikoloji Anabilim Dalında Yüksek Lisans 19/06/2023 tarihinde kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

Adı – Soyadı

İmza

Jüri Başkanı:

Dr. Bingül Subaşı

.....

Jüri Üyesi:

Yrd.Doç.Dr. Şebnem Güldal Kan

.....

Danışman:

Dr. Ayşe Buran

.....

Anabilim Dalı Başkanı Onayı

6./7./2023

.....

Doç.Dr., Meryem Karaaziz

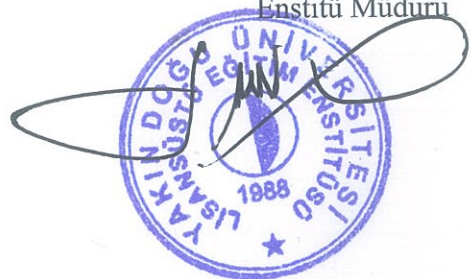
Anabilim Dalı Başkanı

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Onayı

...../...../ 20...

Prof. Dr. Kemal Hüsnü Can Başer

Enstitü Müdürü



## **Etik İlkelere Uygunluk Beyanı**

Bu tezin içinde sunduğum verileri, bilgileri ve belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi; tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu; çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kurallar gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

**Elif Karahan**

**19/06/2023**

### **Teşekkür**

Bu araştırma süreci boyunca bana sunduğu yardımlar için danışman hocam Dr. Ayşe BURAN'a;

Bana gösterdiği manevi destek ve bilgi paylaşımı için Psk. İlayda BÖKE'ye

Yardımlarını ve desteğini esirgemeyen Uzm. Aslı PİRO'ya sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

**Elif Karahan**

## Öz

### Genç Yetişkinlerde Mizah Tarzlarının, Çocukluk Çağı Travmalarının ve Duygu Düzenlemenin İncelenmesi

**Karahan, Elif**

**Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı**

**Haziran 2023, (87 Sayfa)**

Bu araştırmanın amacı, genç yetişkinlerde mizah tarzlarının çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme ile ilişkisini incelemektir. Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel araştırma deseni kullanılmıştır. Bu çalışmanın evreni Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti sınırları içerisinde yaşayan 18-40 yaş aralığındaki genç yetişkin bireyleri kapsamaktadır. Araştırma örneklemini ise amaçsal örnekleme yöntemi ile seçilen KKTC'deki 230 kadın 156 erkek genç yetişkin 386 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Aydınlatılmış Onam ve Bilgilendirme Formu, Sosyo-demografik Bilgi Formu, Mizah Tarzları Ölçeği, Çocukluk Çağı Travma Ölçeği ve Duygu Düzenleme Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma bulgusunda mizah tarzları ile duygu düzenlemenin yeniden değerlendirme ve bastırma alt boyutları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Mizah tarzları ile çocukluk çağı travmaları arasında da pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Buna göre katılımcıların mizah tarzları puanları arttıkça yeniden değerlendirme, bastırma ve çocukluk çağı travmaları puanları da artmaktadır. Duygu düzenlemenin yeniden değerlendirme alt boyutu ile çocukluk çağı travmaları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Katılımcıların yeniden değerlendirme puanları arttıkça çocukluk çağı travmaları puanları da artmaktadır. Duygu düzenlemenin bastırma alt boyutu ile çocukluk çağı travmaları arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda, kullanılan mizahın içeriğinin kişinin travma geçmişiyle birlikte yorumlanması gerektiği düşünülmektedir. Ruh sağlığı çalışanlarının, hastanın kullandığı mizah tarzlarının duygu düzenlemede sağlayabileceği olası faydaları ve yaratabileceği zararları iyi gözlemlemesi gerektiği düşünülmektedir.

**Anahtar kelimeler:** mizah tarzları, çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme

## **Abstract**

### **Humor Styles, Childhood Trauma and Emotion Regulation in Young Adults**

**Karahan, Elif**

**MSc, Department of Clinical Psychology**

**June 2023, 87 Pages**

The aim of this research is to examine the relationship between humor styles, childhood traumas and emotion regulation in young adults. In this study, correlational research design, which is one of the quantitative research methods, was used. The universe of this research includes young adult individuals between the ages of 18-40 living within the borders of the Turkish Republic of Northern Cyprus. The research sample, on the other hand, consists of 386 participants, 230 women and 156 men, young adults in the TRNC, selected by the purposive sampling method. Informed Consent and Information Form, Socio-demographic Information Form, Humor Styles Scale, Childhood Trauma Scale and Emotion Regulation Scale were used as data collection tools in the research. In the findings of the research, positive and significant relationships were found between humor styles and reappraisal and suppression sub-dimensions of emotion regulation. There are also positive and statistically significant relationships between humor styles and childhood traumas. Accordingly, as the participants' humor style scores increase, their reappraisal, suppression and childhood trauma scores also increase. There are positive and significant relationships between the reappraisal sub-dimension of emotion regulation and childhood traumas. As the participants' reappraisal scores increase, their childhood trauma scores also increase. There was no significant relationship between suppression sub-dimension of emotion regulation and childhood traumas. In line with these results, it is thought that the content of the humor used should be interpreted together with the trauma history of the person. It is thought that mental health professionals should carefully observe the possible benefits and harms of the humor styles used by the patient in emotion regulation processes.

**Keywords:** humor styles, childhood trauma, emotion regulation

## İçindekiler

Onay Sayfası .....	i
Etik İlkelerine Uygunluk Beyanı .....	ii
Teşekkür.....	iii
Özet .....	iv
Abstract .....	v
İçindekiler .....	vi
Tablolar Listesi / Şekiller Listesi .....	ix
Kısaltmalar .....	xi

## BÖLÜM I

Giriş.....	1
Problem Durumu .....	2
Araştırmanın Amacı .....	3
Alt Amaçlar .....	3
Araştırmanın Önemi .....	3
Sınırlılıklar.....	4
Tanımlar .....	4

## BÖLÜM II

Kavramsal Temeller Ve İlgili Araştırmalar .....	5
Kavramsal Temeller .....	5
Mizah Kavramı.....	5
Mizah Kavramının Tarihçesi.....	5
Mizah Tarzları.....	6
Çocukluk Çağı Travmaları.....	7
Çocukluk Çağı Travmaları ve Duygu Düzenleme.....	9
Mizah ve Çocukluk Çağı Travmaları.....	10
Mizah ve Duygu Düzenleme.....	12
İlgili Araştırmalar.....	13



## BÖLÜM III

Yöntem.....	16
Araştırma Modeli .....	16
Evren ve Örneklem.....	16
Veri Toplama Araçları.....	18
Sosyo-demografik Bilgi Formu.....	18
Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ).....	19
Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği (ÇÇTÖ).....	19
Duygu Düzenleme Ölçeği (DDÖ).....	20
Veri Toplama Süreci.....	20
Verilerin Analizi ve Yorumlanması.....	20
Araştırma Planı ve Süreci.....	22

## BÖLÜM IV

Bulgular ve Yorumlar .....	23
----------------------------	----

## BÖLÜM V

Tartışma .....	44
----------------	----

## BÖLÜM VI

Sonuç ve Öneriler.....	52
Sonuçlar.....	52
Öneriler.....	54
Akademik Öneriler .....	54
Klinik Öneriler.....	54
Kaynakça.....	55
Ekler.....	65
Ek-1. Katılımcı Bilgilendirme Formu .....	65
Ek-2. Aydınlatılmış Onam Formu.....	66
Ek-3. Sosyodemografik Bilgi Formu.....	67

Ek-4. Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ).....	68
Ek-5. Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği (ÇÇTÖ).....	69
Ek-6. Duygu Düzenleme Ölçeği (DDÖ).....	70
Ölçek İzinleri.....	71
Etik Kurul Onayı.....	74
İntihal Raporu.....	75
Özgeçmiş.....	76

## Tablolar Listesi

<b>Tablo 1.</b> Katılımcıların Tanıtıcı (Kişisel) Özelliklerine Göre Dağılımı	17
<b>Tablo 2.</b> Mizah Tarzları Ölçeği, Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği ve Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarına Ait Betimsel Değerler	21
<b>Tablo 3.</b> Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Mizah Tarzları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	23
<b>Tablo 4.</b> Katılımcıların Eğitim Durumlarına Göre Mizah Tarzları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	24
<b>Tablo 5.</b> Katılımcıların Çalışma Durumlarına Göre Mizah Tarzları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	25
<b>Tablo 6.</b> Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	26
<b>Tablo 7.</b> Katılımcıların Eğitim Durumlarına Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	27
<b>Tablo 8.</b> Katılımcıların Aile Tiplerine Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	27
<b>Tablo 9.</b> Katılımcıların Gelir Durumuna Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	28
<b>Tablo 10.</b> Katılımcıların Eğitim Durumlarına Göre Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	29
<b>Tablo 11.</b> Katılımcıların Medeni Durumlarına Göre Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	31
<b>Tablo 12.</b> Katılımcıların Yaşama Ortamlarına Göre Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	32
<b>Tablo 13.</b> Katılımcıların Gelir Durumlarına Göre Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	34
<b>Tablo 14.</b> Katılımcıların Aile Tiplerine Göre Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	34

<b>Tablo 15.</b> Katılımcıların Çalışma Durumlarına Göre Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	37
<b>Tablo 16.</b> Katılımcıların Geçmişte Psikolojik/Psikiyatrik Destek Alma Durumlarına Göre Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	38
<b>Tablo 17.</b> Katılımcıların Şu Anda Psikolojik/Psikiyatrik Destek Alma Durumlarına Göre Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	39
<b>Tablo 18.</b> Katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeği, Duygu Düzenleme Ölçeği ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Korelasyon Katsayıları	41
<b>Tablo 19.</b> Katılımcılarda Mizah Tarzları ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanlarının Duygu Düzenleme Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları	42

**Kısaltmalar**

<b>APA</b>	:Amerikan Psikoloji Birliği
<b>ÇÇTÖ</b>	:Çocukluk Çağı Travma Ölçeği
<b>DDÖ</b>	:Duygu Düzenleme Ölçeği
<b>DSM</b>	:Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
<b>DSÖ</b>	:Dünya Sağlık Örgütü
<b>KKTC</b>	:Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti
<b>MTÖ</b>	:Mizah Tarzları Ölçeği
<b>SPSS</b>	:Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı

## BÖLÜM I

### Giriş

Mizah kullanımı, her yaş grubunda yaygın bir şekilde görülmektedir. Özellikle pandemi döneminde mizah kullanımının önemi, araştırmacılar tarafından ortaya konmuştur. Amici (2020) tarafından yapılan bir araştırmaya göre mizah materyalleri; olumlu duyguları iletmeye, olumsuz olaylardan uzaklaşmaya ve uyum sağlamaya araç olarak hizmet etmektedir. Mizah anlayışı, kişiden kişiye farklılık gösteren bir benlik özelliği olarak tanımlanabilmektedir (Ruch ve Hehl, 1998). Pek çok boyutu olan mizah anlayışı; bilişsel beceri, tepki, davranış örüntüsü, mizaç, tutum, başa çıkma stratejisi veya savunma mekanizması ve karşılaşılan zorluklara mizahi bir bakış açısı gösterme eğilimi gibi özelliklerle açıklanabilmektedir. Katılımcı ve kendini geliştirici mizah; uyumlu olarak kabul edilmekte ve mutlulukla pozitif olarak ilişkilendirilerek etkili duygu düzenlemesi kanıtlanmaktadır. Saldırgan ve yıkıcı mizah, çeşitli psikopatolojilere karşı artan hassasiyetle ilişkilendirildiği için uyumsuz olarak kabul edilmektedir (Amjad ve Dasti, 2022; Martin vd., 2003; Samson ve Gross, 2012). Farklı mizah tarzları kullanımı, duygu düzenleme mekanizmalarını farklı şekilde etkilemekte ve bu durum kişilerin iyi oluşunu ve tatminlerini etkilemektedir. Olumlu mizah kullanımı kişileri olumsuz duygusal durumlardan korumaktadır (Braniecka vd., 2019). Zorlu hayat şartlarında mizahla başa çıkma, pozitif duygular sağlamakta ve olumsuz duygusal durumları azaltmaktadır (Fredrickson vd., 2000). Çocukluk çağı travmalarının çocuklardaki psikolojik gelişim ve uyumu önemli oranda etkilediği bilinmektedir (Cloitre vd., 2005). Fiziksel istismar, cinsel istismar, aile içi şiddete tanık olma ve aileden ayrılma; çocuklarda benlik kavramı, bağlanma, bilişsel gelişim ve duygusal gelişim üzerinde olumsuz etkisi olan travmatik tecrübelerdir (Briere ve Rickards, 2007). Yapılan araştırmalarda fiziksel, duygusal istismar, ihmal, anneden ayrılma gibi çocukluk çağı travmaları geçmişleri olan yetişkinlerde Travma Sonrası Stres Bozukluğu, sorunları içselleştirme/dışsallaştırma ve çözülme problemleri görüldüğü (Cloitre vd., 2009), ve cinsel istismara uğrayan çocukların ileride psikiyatrik bozukluk tanısı konma oranının, çoklu kişilerarası travmaya sahip çocuklarda daha yüksek olduğu kaydedilmiştir (Choi ve Oh, 2014). Çocukluk çağı travmalarının kişinin duygu düzenlemesini önemli ölçüde etkilediği ve duygu düzenlemedeki zorlukların yaşanan travma sonucu yarattığı psikolojik durumun altındaki kilit nokta

olduğu öne sürülmüştür (Shipman vd., 2000). Duygu düzenleme kapasitesi erken yaşta gelişmekte ve kötü muamele deneyimleriyle büyümek, çocuğun daha sonraki duygu düzenleme kapasitesini olumsuz etkileyebilmektedir (Burns vd., 2010). Başka bir kavramsallaştırma, farklı mizah biçimlerinin öncül ve tepki odaklı duygu düzenleme yöntemleri olarak kullanılabilmesini öne sürmektedir (Doosje vd., 2010).

### **Problem Durumu**

Genç yetişkinler arasında kullanımı yaygın olan ve faydalı olabileceği gibi zararlı nitelik de taşıyabilen mizahın, son zamanlarda bilimsel araştırmalarda daha çok karşımıza çıkmaya başladığı görülmektedir. Mizah kullanımı, genç yetişkinlerde stres uyandıran durumlarda hem kaygı ve gerginliği azaltmakta hem de olumsuz tecrübelerden uzaklaşmakta önem taşımaktadır (Samson ve Gross, 2014).

Araştırmalarda uyumlu mizah tarzlarının genç yetişkinlerin psikolojik iyi oluşlarına fayda sağladığı öne sürülüp (Kazarian ve Martin, 2004), yaşamdan daha yüksek doyum ve olumlu duygulanım ile ilişkilendirilmektedir (Çalışandemir ve Tagay, 2015). Uyumsuz mizah tarzlarının ise üniversite öğrencilerinde olumsuz etki ile ilişkili olduğu görülmektedir (Cann ve Matson, 2014).

Yapılan araştırmalar, uyumlu ve uyumsuz mizah türlerinin, bireyin erken dönem yaşantısıyla bağlantılı olabileceğini ve bireyi yaşamın farklı alanlarında etkileyebileceğini ortaya koymaktadır. Bireylerin hayatlarının erken dönemlerinde yaşadığı olayların, aile ilişkilerinin ve oluşan benlik kavramlarının uyumlu ve uyumsuz nitelikteki mizah kullanımı ile ilişkili olduğu saptanmıştır (Bach vd., 2018; Rnic vd., 2016; Martin, 2007; Martin vd., 2003). Çeşitli araştırmalar sonucunda mizahın duygu düzenlemede bir başa çıkma mekanizması olarak kullanıldığı saptanmıştır (Tagalidou vd., 2018, Treger vd., 2013). Buna ek olarak çocukluk çağında yaşanan travmaların, istismarın, ebeveyn faktörlerinin duygu düzenlemeyi önemli derecede etkilediği görülmektedir (Wekerle vd., 2001; Shipman vd., 2007). Bilimsel araştırmalarda özellikle çocukluk çağı travmaları ve yetişkinlikte kullanılan mizahın niteliği arasındaki bağlantı konusunda yapılan çalışmalara pek fazla rastlanılmamaktadır.

Bu araştırmanın problem cümlesi, genç yetişkinlerde mizah tarzları ile çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? olarak belirlenmiştir.

### **Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı genç yetişkinlerde mizah tarzlarının, çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme ile ilişkisini incelemektir. Ayrıca aşağıda belirtilen alt amaçlar için de cevap aranmıştır.

### **Alt Amaçlar**

1. Katılımcıların mizah tarzları, çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme düzeyleri sosyo-demografik değişkenlere göre farklılık göstermekte midir?
2. Katılımcıların mizah tarzları, duygu düzenleme ve çocukluk çağı travmaları düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
3. Mizah tarzları ve çocukluk çağı travmaları düzeyleri duygu düzenleme düzeylerini yordamakta mıdır?

### **Araştırmanın Önemi**

Mizah kullanımında yaşa bağlı farklılıklarla ilgili araştırmalar şunu göstermektedir: İlerleyen yaşla birlikte, bireyin anlama yeteneği ve mizah kullanımı, özellikle alaycı doğal mizah kullanımı azalmaktadır. Ayrıca, genç yetişkinlerin yaşlı yetişkinlere kıyasla uyumsuz mizah kullanmaya daha duyarlı olduğu görülmektedir (Stanley vd., 2014). Diğer yaş gruplarına oranla mizahi uyarınları daha iyi anlamaları sebebiyle mizah tarzlarının genç yetişkinler üzerinden incelenmesi tercih edilmiştir. Yapılan literatür taramasında mizah tarzları, duygu düzenleme ve çocukluk çağı travması değişkenlerinin ilişkili olduğu saptanmıştır. Literatüre bakıldığında çocukluk çağı travmaları kişinin hem çocuklukta hem de ileride kullandığı duygu düzenleme stratejilerinde rol oynamaktadır (Shipman vd., 2000; Shipman vd., 2005).

Mizah kullanımının duygu düzenleme ile olan ilişkisi ise dikkat kaynakları yönetimi (Strick vd., 2009), olumlu duygular (Fredrickson ve Levenson, 1998), değişen bakış açısıyla olumsuz durumlardan uzaklaşma ve tehdidin azaltılması (Lefcourt vd., 1995) gibi stratejiler ile açıklanmaktadır. Literatürde yetişkin mizah tarzları ve çocukluk çağı travması değişkenlerinin birlikte incelendiği araştırmalara pek fazla rastlanılmamaktadır. Yapılan sınırlı sayıdaki çalışmalar, erken dönem uyumsuz şemalar ve ebeveynlerin etkisini, mizah kullanımı değişiminde etmen olarak öne sürmektedir (Dozois ve Beck, 2008; Martin, 2007). Bu araştırmanın önemi, iki kavram arasındaki ilişkiye ışık tutup literatüre farklı bir anlayış



kazandırılmış olması ve diğer çalışmalardan ayrı olarak mizah tarzlarının çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme değişkenleri ile birlikte ele alınmış olmasıdır. Elde edilecek bulguların yeni araştırmaların planlanmasına katkı koyacağı öngörülmektedir.

### **Sınırlılıklar**

Bu araştırma;

- KKTC’ de yaşayan 18-40 yaş arası 386 katılımcı ile,
- Sosyo-demografik Bilgi Formu, Mizah Tarzları Ölçeği, Çocukluk Çağı Travma Ölçeği, Duygu Düzenleme Ölçeği ile,
- Araştırmacı tarafından belirlenen araştırma soruların çözümlenmesiyle,
- Araştırma verilerinin analiz edilmesi için kullanılan SPSS (Sosyal Bilimler için İstatistik Programı) 25 paket programı ile sınırlıdır.

### **Tanımlar**

**Çocukluk Çağı Travmaları:** DSÖ (Dünya Sağlık Örgütü) çocuk istismarını, sorumluluk, güven veya güç içeren bir ilişkide çocuğun canına, sağlığına, gelişmesine veya onuruna zarar veren her türlü fiziksel, duygusal, cinsel istismar, ihmal, ticari veya öteki sömürü olarak tanımlamaktadır (WHO, 2022).

**Duygu Düzenleme:** Duygu düzenleme genel olarak deneyimin devam eden taleplerine bir dizi duyguyla cevap verme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Gross ve Thompson, 2007).

**Mizah Tarzları:** Uyumlu mizah tarzları; Katılımcı Sosyal Mizah, Kendini Geliştirici Mizah, Uyumsuz Mizah tarzları ise Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizah olarak sınıflandırılmaktadır (Gross, 2002).

## BÖLÜM II

### Kavramsal Temeller ve İlgili Araştırmalar

#### Mizah Kavramı

Oxford İngilizce Sözlüğü mizahı eğlence, tuhaflık, şakacılık, komiklik, eğlence uyandıran eylem, konuşma veya yazma niteliği olarak tanımlamaktadır. Mizahın aynı zamanda gülünç, eğlenceli olanı algılama; onu konuşma, yazma ya da başka bir kompozisyonla ifade etme yetisi; mizahi hayal gücü veya bir konunun ele alınması olduğunu ifade etmektedir (Simpson ve Weiner, 1989). Bu tanımlardan hareketle mizah; insanların ifade ettiğinin komik olarak algılanmasını ve başkalarının gülmesini sağlayan herhangi bir şeyi içermektedir. Bunun yanı sıra mizahın hem yaratılmasına hem de algılanmasına giden zihinsel süreçlere atıfta bulunan ve duygusal tepkiyi içeren geniş bir terim olduğu söylenebilmektedir.

Mizah anlayışı ise kişiden kişiye farklılık gösteren bir özellik olarak tanımlanabilmektedir (Ruch ve Hehl, 1998). Pek çok boyutu olan mizah anlayışı; bilişsel beceri, tepki, davranış örüntüsü, mizaç, tutum, başa çıkma stratejisi veya savunma mekanizması ve karşılaşılan zorluklara mizahi bir bakış açısı gösterme eğilimi gibi özelliklerle açıklanabilmektedir. Psikolojik açıdan bakıldığında mizah; bilişsel, duygusal, davranışsal, psiko-fizyolojik ve sosyal etmenler içermektedir. Mizah terimi; mizahi bir tepki, eğlendiren uyumsuzlukların algılanması gibi zihinsel bir süreç veya kahkaha gibi bir tepki üretmeyi amaçlayan uyaran olarak açıklanabilmektedir (Chiappelli vd., 2005).

Kahkaha, mizahi deneyimin en yaygın ifadesidir. Mizah ve kahkaha tipik olarak hoşça giden, zevk uyandıran bir duygusal durumla ilişkilendirilmektedir. Bu doğrultuda mizah; insanların gülmelerine ve kendilerini mutlu hissetmelerine yardımcı olan bir uyaran olarak tanımlanmaktadır. Kahkaha hem karakteristik fizyolojik tepkileri hem de pozitif psikolojik değişimleri içermektedir. Mizah duygusu, kişilerin farklı türdeki mizahi uyaranlara yanıt vermesine imkân sağlayan psikolojik bir özelliktir (Chiappelli vd., 2005).

#### Mizah Kavramının Tarihçesi

Eski Yunanlılar, vücudumuzdan dört sıvının aktığına inanıyorlardı. Bu sıvıların her biri farklı bir kişilik özelliği ile ilişkilendirilmişti, bu nedenle bu sıvıların kişideki oranlarının o kişinin mizacını ve genel sağlığını belirlediği düşünülüyordu.

Eski Yunanlıların humoral patoloji teorisine göre, bir insan vücudundaki dört sıvının karışımı dengeliyse ideal kabul ediliyordu. Dört sıvının dengesizliğinin, kişinin huysuz, agresif, üzgün, depresif, halsiz ve soğuk olmasına neden olduğu düşünülüyordu ve bu anlayış orta çağa kadar süregelmiştir (Sebers, 2016). Literatüre göre mizah, Antik Yunan mitolojisi ve günümüzde bilmece veya birini ikna etmeyi sağlama gibi konularda kullanılmaktadır. Bu ikna yöntemi ile kişiler için bilgiye ulaşma ve bilgiyi kavrama önem kazanmıştır. 1950'lere kadar mizahın; bilgi alışverişi, ikna, öğretme, kavrama, başarı, kişiler arası iletişim gibi kavramlarda etkili olduğu savunulmuştur (Wickberg, 1998).

Günümüzde mizah, genel olarak olumlu ve sosyal olarak arzu edilen bir çağrışıma sahip olan bir kavramdır. İnsanların söylediği veya yaptığı komik ve başkalarında neşe, kahkaha uyandıran herhangi bir şeye atıfta bulunan geniş kapsamlı bir terimdir. Ancak bu geniş anlam yakın zamanda gelişmiştir.

### **Mizah Tarzları**

Uyumlu mizah tarzları; Katılımcı Sosyal Mizah, Kendini Geliştirici Mizah, Uyumsuz Mizah tarzları ise Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizah olarak sınıflandırılmaktadır (Gross, 2002). Katılımcı sosyal mizah kullanımı yüksek olan bireyler, gülünç şeyler söylemeye, fıkralar anlatmaya ve yanındakileri eğlendirmek, ilişkileri ilerletmek, kişilerarası gerilimlerden kaçınmak için gelişigüzel şakalar yapmaya eğilimlidirler (Lefcourt, 2001). Başkalarını rahatlatıp çevrelerinden kabul görmek için genellikle kendilerini küçümseyen mizahla meşgul olmaktadır. Katılımcı sosyal mizah kullanan kişiler kendileri hakkında gülünç şeyler söylemekte ve aşırı ciddiyetten uzak durmaktadırlar. Bu, özünde düşmanca olmayan, uyumu ve kişilerarası çekiciliği artırırken kendini ve başkalarını onaylamak için mizahın cömert bir şekilde kullanılmasıdır.

Kendini geliştirici mizah, hayatın uyumsuzluklarını mizahi bir bakış ile yorumlayarak eğlenme eğilimini içermektedir. Kişi stres ya da zorluklar karşısında bile çevresine karşı olan bu mizahi tutumunu korumaktadır (Kuiper vd., 1993). Mizahla başa çıkma kavramıyla (Martin, 1996) yakından ilişkili olan bu mizah türü, mizahın bir duygu düzenleme veya başa çıkma mekanizması olarak kullanımıyla ilgilidir (Martin vd., 1993). Mizahla başa çıkma kavramı, mizahın kişinin olumsuz duygulardan kaçınmasını sağlamaktadır. Mizahla başa çıkma kavramının, kişinin potansiyel olarak rahatsız edici bir duruma karşı gerçekçi bir bakış açısı

kullanmasına izin veren sağlıklı bir savunma mekanizması olduğu savunulmaktadır (Freud, 1928).

Agresif mizah, alaycı veya aşağılayıcı mizah kullanımıyla ilgilidir (Zillman, 1983). Aynı zamanda mizahın bir alay tehdidi yoluyla başkalarını manipüle etmek için kullanımını da içermektedir (Janes ve Olson, 2000). Bu mizah, genel olarak başkasında yaratabileceği zararları önemsemeden mizahı ifade etme eğilimi ile ilgilidir. Kişinin gülünç şeyler ifade etme dürtüsüne direnmekte zorlandığı mizah ifadelerini içermektedir. Başkalarını incitme veya yabancılaştırma olasılığı yüksektir.

Kendini Yıkıcı Mizah, bireyin kendini aşırı derecede aşağılayarak başkalarından sevgi görmek ve onay almak için her şeye rağmen gülünç hareketler yaparak ya da söyleyerek başkalarını eğlendirme girişimlerini içermektedir. Kişi kendinin başkalarının mizahına alay konusu olmasına izin vermekte ve onlarla birlikte kendisine gülmektedir. Bu durumda mizah, inkar içeren bir savunma biçimi olarak kullanılarak bilinçaltındaki olumsuz duyguları gizlemeyi sağlamakta ve problemleri yapıcı bir şekilde çözmeye çalışmaktan kaçınılmaktadır (Kubie, 1971). Kendini yıkıcı nitelikte mizah kullanımının yüksek oranda görüldüğü bireyler, oldukça esprili ve eğlenceli olarak görülebilse de bunun altında duygusal bir ihtiyaç, düşük benlik saygısı ve kaçınma vardır (Fabrizi ve Pollio, 1987).

### **Çocukluk Çağı Travmaları**

Travma kavramının sadece fizyolojik değil psikolojik özellikleri de olabileceği Birinci Dünya Savaşı ile literatüre girmiştir. İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra gazi askerlerin eve döndüklerinde gösterdikleri travmatik tepkiler ile bu konuya dikkat çekilmiştir. Zorlu yaşam şartlarının “travma” adıyla literatüre girmesi ise DSM-III ile mümkün olmuştur (APA, 1980). Travma, yetişkinlerin yanı sıra çocuklarda da gözlemlenebilmektedir. Dünya genelinde yetişkinlerin %23'ü geriye dönük olarak fiziksel istismar, %36'sı duygusal istismar ve %16'sı fiziksel ihmal bildirirken; kadınların %18'i ve erkeklerin %8'i çocuklukta cinsel istismar bildirmektedir (WHO, 2022). Travmanın çocukluk çağı travması olarak tanımlanabilmesi için kişinin bu travmaya 18 yaşından önce maruz kalmış olması gerekmektedir. Bu travma cinsel, fiziksel, duygusal istismar veya ihmal olabilmektedir. Ayrıca ebeveynlerden birinin veya her ikisinin kaybı, anne babadan ayrı yaşama durumu, anne babanın boşanmış olması, aile içi olan veya olmayan şiddete tanıklık etme, kaza geçirme, doğal afetlere maruz kalma gibi durumlarla da

açıklanabilmektedir (Herman-Smith, 2011). DSÖ (Dünya Sağlık Örgütü) çocuk istismarını, sorumluluk, güven veya güç içeren bir ilişkide çocuğun canına, sağlığına, gelişmesine veya onuruna zarar veren her türlü fiziksel, duygusal, cinsel istismar, ihmal, ticari veya öteki sömürü olarak tanımlamaktadır (WHO, 2022).

Çocuklara yapılan kötü muamele; Pasif Eylemler (duygusal ve fiziksel ihmal) ve Aktif Eylemler (fiziksel, duygusal ve cinsel istismar) olarak iki kategoriye ayrılmaktadır (Barnett vd., 1993). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) çocuklara yönelik istismarı, fiziksel, cinsel, duygusal istismar ve ihmal olarak dört türe ayırmaktadır (Butchart vd., 2006). Araştırmalara göre tanık olunan veya maruz kalınan travmaların olumsuz sonuçlarını artıran çeşitli risk faktörleri bulunmaktadır. Travmatik olaylara ve durumlara maruz kalmış çocuğun azınlık statüsünde olması, bekar ebeveynle yaşaması, ergen ebeveyninin olması, eğitimsizlik, mahalledeki şiddet oranı, sorunlu ebeveynlik yöntemlerine maruz kalması ilerde psikolojik problemlere sahip olma olasılığını artırmaktadır (Briggs-Gowan vd., 2012). İstismar ve ihmal içeren travmaların yaşanması olasılığı da bu değişkenlerden meydana gelmektedir. Bunlara ek olarak ailenin psikiyatrik, istismar, madde kullanımı geçmişi gibi etmenlerde sıralanabilmektedir. Çocuk istismarı, düşük gelirli ailelerde daha fazla rapor edilse de her türlü ekonomik statüde görülebilmektedir (Sedlak vd., 2010).

Araştırmalar, çocukluk döneminde travmaya maruz kalmanın, insanın gelişimsel sürecini kesintiye uğrattığına dair kanıtlar sağlamıştır (Zlotnick vd., 2008). İstismar, ihmal ve diğer duygusal açıdan zararlı olaylar gibi erken çocukluk travmaları, özellikle istismarcı çocuğun bakımından sorumlu kişiye erken bağlanma tarzları üzerinde olumsuz bir etkiye neden olmaktadır. Çocukların ilişkileri reddedici veya güvensiz olarak deneyimlemeleri kendi benlik algılarının, başkalarına olan güveninin ve dünya algılarının değişmesine sebep olabilmektedir.

Çocuklukta yaşanmış fiziksel, cinsel, duygusal istismar ve ihmal gibi travmatik olayların yetişkinlikte meydana gelebilecek fiziksel ve psikolojik pek çok bozuklukla ilişkisi bulunmaktadır (Beilharz vd., 2020; Ballard vd., 2015). Araştırmalar Bipolar Bozukluk, Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Antisozyal Kişilik Bozukluğu gibi psikiyatrik hastalıklara sahip olma riskinin, çocuklukta maruz kalınmış travmaya bağlı olarak arttığını öne sürmektedir (Ballard vd., 2015). Yapılan araştırmalar, depresyon ve anksiyete semptomlarının başlangıç, yoğunluk ve seyrinin çocukluk travmaları ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Friis vd., 2002).

## Çocukluk Çağı Travmaları ve Duygu Düzenleme

Çocukluk çağı travması ile yetişkinlikte kendini gösterebilen ruhsal bozukluklar arasındaki köklü ilişkinin altında yatan spesifik mekanizma hala belirsizdir. Duygu düzenleme yeteneği, çocukluk çağı travması ile daha sonraki depresyon ve anksiyete belirtileri arasındaki ilişkinin olası bir aracısıdır. Duygu düzenleme genel olarak deneyimin devam eden taleplerine bir dizi duyguyla cevap verme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Gross ve Thompson, 2007). Bu yetenek, ani tepkilere izin verecek kadar esnek ve gerektiğinde bu tepkileri geciktirme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Cole vd., 1994).

Çeşitli duygu düzenleme stratejileri; kaçınma, doğrudan talep, dikkati dağıtma, ruminasyon, bilişsel yeniden değerlendirme, kabullenme, dışa vurumcu bastırma ve fizyolojik müdahale olarak sıralanabilmektedir. Kaçınma, duygusal durumlarla ilk etkileşimi reddetme (örneğin, röportaj talebini reddetme); Doğrudan talep, bir kez devreye girdikten sonra bir durumu etkilemek için harekete geçme (örneğin, görüşmeyi özel bir yere taşımayı istemek); Dikkati dağıtma, dikkati (dahili veya harici) duygusal durumdan durumun duygusal olmayan yönlerine veya duygusal olmayan durumlara yönlendirme (örneğin, görüşmecinin yüzü yerine notlara bakma); Ruminasyon, dikkati sürekli duygunun nedenlerine ve sonuçlarına yönlendirme (örneğin, görüşmecinin yanıtınıza kaşlarını çatmış gibi görüldüğü bir anı zihinsel olarak tekrarlamak); Bilişsel yeniden değerlendirme, duygusal durumu ve hedefleri yeniden yorumlama veya yeniden değerlendirme (örneğin, kendinize görüşmecinin adaylara açıktan olumlu geri bildirim vermemesi konusunda koçluk yapıldığını söyleme); Kabullenme, değerlendirci olmayan yargılama ile duyguları memnuniyetle karşılama (örneğin, görüşmede kaygı belirtilerini fark etmek ve merak uyandırmak); Dışa Vurumcu bastırma, içsel duygusal durumun dışa vurumunu engelleme (örneğin, hayal kırıklığını ifade etmekten kaçınmak için yüzü tarafsız tutmak); Fizyolojik müdahale, eylemler veya maddeler kullanarak duygularla ilgili fizyolojiyi doğrudan değiştirme (örneğin, kişinin nefes alma hızını yavaşlatmak) olarak açıklanabilmektedir (McRae ve Gross, 2020).

Yapılan araştırmalara göre duygu düzenleme yeteneği, yaşamın erken dönemlerinde bakıcı ve çocuk arasındaki kişilerarası duygusal alışveriş sonucunda gelişmektedir (Feldman ve Greenbaum, 1997). Bakıcı-çocuk arasındaki duygusal alışverişin kalitesi, yetişkin bireydeki duygu düzenleme kapasitesi için önemli bir faktördür (Cole vd., 2004). Çocukluk çağı travması, duyguları sağlıklı bir şekilde

düzenleme yeteneğinin gelişimini bozmaktadır. Çocukluk çağı travması, özellikle bakıcı ile çocuk arasında tekrarlanan kişilerarası travma, uygun duygu düzenleme becerilerinin kazanılmasına müdahale etmektedir (Burns vd., 2010; Cicchetti ve Rogosch, 2009). Çalışmalar, çocukluk çağı travmasının ileride duygu düzenleme ile ilgili sorunlara neden olabileceğine dair deneysel kanıtlar sağlamaktadır.

Yeniden değerlendirme, kişisel olarak bildirilen duyguda istenen değişikliklerde etkili olması konusunda faydalı stratejilerden biri olarak hem laboratuvar hem de alan çalışmaları bulgularında öne sürülmektedir (Colombo vd., 2020). Buna karşın bastırma stratejisi ise olumsuz duyguda zayıf, sıfır veya paradoksal (tersine çevrilmiş) değişiklikler vermektedir (Kalokerinos vd., 2015). Yeniden değerlendirmenin sıklıkla yapılması kişinin fiziksel sağlığının, akademik başarısının daha iyi olmasını, sosyal beceriler kazanmasını ve daha az psikopatolojik semptomlar görülmesini sağlamaktadır (Aldao vd., 2010). Bastırmanın daha çok uygulanması ise bu etkilerin tam tersini göstermektedir (Cameron ve Overall, 2018). Bastırmanın olumlu özelliği, okul öncesi düzeyindeki çocuklar için daha iyi hazırlık seviyesi sağlayarak erken gelişim evresinde uyumlu nitelik taşıyabilmesi olarak açıklanmaktadır (Harrington vd., 2020). Fakat bastırmanın ileriki yaşlarda kullanılmaya devam edilmesi sorunlara yol açabilmektedir. Araştırmalara göre çocuk yaşta maruz kalınan istismarın, kişilerin yetişkinlikte çevreleri ile olan ilişkileri, duygularını kontrol edebilme, uyumlu davranış konularında olumsuz etkileri olduğunu öne sürmektedir (Wekerle vd., 2001). Shipman vd. (2007) tarafından yapılan bir araştırmaya göre istismara maruz kalmamış olan çocukların maruz kalan akranlarına göre daha az duygu düzenleme güçlüğü yaşadığı görülmüştür. 6-12 Yaş aralığındaki istismara maruz kalmamış çocukların istismara uğramış akranlarına kıyasla daha uygun duygu düzenleme becerileri geliştirdiği gözlemlenmiştir. İstismar edilen çocukların daha az duruma uygun duygular sergilediği, empatinin ve duygusal öz-farkındalığın azaldığı, duygusal dengesizliğin arttığı gözlemlenmiştir.

### **Mizah ve Çocukluk Çağı Travmaları**

Mizah ve çocukluk çağı travmaları kavramlarının birlikte işlendiği kaynaklar sınırlı olmakla birlikte şema kavramı öne çıkmaktadır. Şemalar, kişilerin benlik algılarının zamanla bilişsel bir yapıya dönüşmesi olarak tanımlanmaktadır. Kişilerin benlik algıları ise bireyin kendisine ve çevresine dair tutumlarından oluşmaktadır (Dozois ve Beck, 2008). Ebeveynler, kardeşler gibi hayatımızdaki önemli kişiler,

onlarla olan ilişkimiz ve hakkımızdaki yargılar benlik kavramını etkilemektedir. Erken dönem uyumsuz şemalar kişinin ileriki yaşamında kronik psikolojik problemler, kişilik bozuklukları ve diğer sorunlara yol açabilmektedir. Yıkıcı çocukluk deneyimlerinin, duygusal mizacın ve tatmin edilmemiş temel duyguların erken dönem uygunsuz şemaların sebepleri olabileceği öne sürülmüştür (Bach vd., 2018). Mizah, bazı ifadelerin veya tepkilerin yerine geçerek bireylerin şemalarıyla başa çıkmasını sağlayabilmektedir. Örneğin bazı bireylerde düz ve duygusuz bir ifade görülebilmektedir. Duygusal yoksunluk, güvensizlik/istismar, sosyal izolasyon/yabancılaşma olarak kodlanan kopukluk içeren diğer şemalara sahip bu bireyler, başkalarıyla eğlenceli vakit geçirecekleri samimi bir ortam geliştiremeyebilirler. Bunun sonucunda mizahı daha alaycı, eleştirel ya da çekingen bir tarzda kullanmayı tercih edebilmektedirler (Rnic vd.,2016). Mizahın bu tarzda kullanımı, kişinin başkalarını kendinden uzaklaştırmasına, olumsuz duygulara ve yalnızlaşmasına sebep olabilmektedir (Dozois vd., 2013). Öte yandan uyumlu mizahın kullanımı, şemanın olumsuz duygular üzerindeki etkisini de değiştirebilmektedir. Mizah tarzının, erken dönem uygunsuz şemaları ile depresyon şiddeti arasındaki ilişkiye aracı olabileceği öne sürülmektedir (Dozois vd., 2009). Mizah kullanımının benzer etkileri erken dönem uygunsuz şemaları ile saldırganlık-öfke arasındaki ilişkide de görülebilmektedir.

Bireylerdeki mizahın gelişimi, şemaların yanı sıra ebeveynlerin etkisiyle de açıklanabilmektedir. Martin (2007), mizah gelişimi üzerinde modelleme/pekiştirme hipotezi ve stresle başa çıkma modeli olmak üzere iki olası ebeveyn etkisi modeli önermektedir. Modelleme/pekiştirme hipotezinde, ebeveynlerin sık sık gülmesi ve şakalaşması, mizah için bir rol model oluşturmakta ve çocuğun mizahı başlatma girişimlerini güçlendirmektedir. Çocuklar, sıcak ve olumlu bir aile ortamında iyi bir mizah anlayışı geliştirmektedir. Stresle başa çıkma hipotezinde ise çocukların soğuk, reddedici ve nahoş bir aile ortamında stres ve kaygıyla başa çıkmak için mizah kullanmayı öğrendikleri öne sürülmektedir. Buna ek olarak aile üyeleri arasındaki kişilerarası gerilimi azalttıkları, mizah duygusu geliştirdikleri, cezalandırıcı olan ebeveynleri eğlendirerek dikkatlerini dağıttıkları, destekleyici olmayan aile üyelerinin dikkatini ve onayını almayı sağladıkları öne sürülmektedir. Fakat tüm mizah biçimleri strese karşı koruma potansiyeline sahip değildir. Ayrıca saldırgan mizah ve yıkıcı mizah gibi yaralayıcı unsurlar içeren mizah biçimleri de bulunmaktadır (Martin vd., 2003).



## Mizah ve Duygu Düzenleme

Mizahın duygu düzenlemede bir başa çıkma mekanizması olarak kullanılması Freud' a kadar uzanmaktadır. Freud (1928) mizah kullanımını, olumsuz duygulara karşı bir tedavi olarak açıklamaktadır. Çeşitli araştırmalar, stres uyandıran olaylara karşı kullanılan mizahın duygusal başa çıkmayı artırdığını, çevreyle ilişki kurmada, devam ettirmede, yakınlığı ilerletmede fayda sağladığını ve olumsuz duyguları azalttığını  ne sürmektedir (Tagalidou vd., 2018; Treger vd., 2013). Bununla birlikte, mizah kullanımının uyumsuz biçimde kullanıldığında kişinin psikolojisi üzerinde zararlı etkileri olduğu görülmektedir (Amjad ve Dasti, 2022). Martin'in (2007) uyumlu olarak nitelendirildiği katılımcı ve kendini geliştirici mizahın mutlulukla ve olumlu duygu düzenleme stratejileri ile pozitif ilişki içinde olduğu belirtilmektedir. Uyumsuz olarak nitelenen saldırgan ve kendini yıkıcı mizah ise çeşitli psikopatolojilere karşı artan savunmasızlıkla ilişkilendirilmektedir (Amjad ve Dasti, 2022; Martin vd., 2003; Samson ve Gross, 2012).

Mizahın duygu düzenleme ile iliŐkilendirilmesi çeşitli yönlerle açıklanabilmektedir. Özellikle uyumsuzluk çözme teorisinde mizah kullanımı sürecinin, olumsuz duyguyu iŐlemek için mevcut dikkat kaynaklarını azaltan farklı yöntemler gerektirdiği görülmektedir (Strick vd., 2009). Bir başka öneri de mizah kullanımına eŐlik eden olumlu duyguların olumsuz duyguları azaltması veya kişinin hissetmemesini sağlamasıdır (Fredrickson ve Levenson, 1998). Buna benzer bir ihtimal de mizahla değişen bakış açısının olumsuz durumlardan uzaklaşmaya izin vermesi ve benzer şekilde olumsuz olayın daha az tehdit edici bir bakış açısıyla yeniden değerlendirilmesidir (Lefcourt vd., 1995). Mizah sayesinde kişiler, kendilerine acı veren uyarana yeniden değerlendirme yaparak bakmakta ve bu durum daha az zarar görmelerini sağlamaktadır (Vaillant, 2000). Bu olasılıkların her biri, çeşitli duygu düzenleme biçimlerini belirtmektedir.

Mizahın kişinin sağlığına olan yararları; bilişsel değerlendirme yoluyla stresle başa çıkmadaki etkinliğinin ve olumsuz duyguların kabulünün artması olarak açıklanmaktadır (Kuiper vd., 1993). Bu bilişsel yeniden değerlendirme durumu, kişilerin olayları olumlu bir şekilde yeniden yorumlamasını ve başa çıkmasını sağlamaktadır. Hayata karşı tercih ettiğimiz mizahi bakış açısı, olumsuz duyguları yeniden değerlendirip daha kabul edilebilir kılmamıza ve stresi azaltmamıza yardımcı olmaktadır. Bu yeniden değerlendirme süreci, kişinin kendini olayın stres uyandıran doğasından uzaklaştırmasına, bu stres uyandıran olayları alternatif bakış

açılırlarıyla görmesine ve olumsuz duyguların ani bir şekilde değiştirilemeyeceğini kabul etmesine olanak sağlamaktadır. Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM-IV-TR) mizahı şu şekilde açıklamaktadır: "Birey, duygusal çatışma veya dış stres etkenleriyle, olayın eğlenceli veya ironik yönlerini vurgulayarak ilgilenir." (APA, 2000). Bu tanıma göre mizah, stres karşısında bilişsel yeniden değerlendirmenin bir biçimi olarak görülebilmektedir. Sadece bilinçli bilişsel stratejiler değil mizahın kişide uyandırdığı eğlenme, gülme, kahkaha gibi fizyolojik tepkiler de kişilerin stresli durumlarda olumlu duygular hissedebildiğini göstermektedir (Giuliani vd., 2008).

### **İlgili Araştırmalar**

Shipman vd. (2000), yaptıkları çalışmada duyguları anlamakta ve düzenlemekte zorluk çeken cinsel istismara uğramış kızları belirtmektedir. Bu kızların başkalarından daha az duygusal destek bekledikleri, daha fazla kişilerarası sorun yaşadıkları ve daha çok olumsuz duygusal durumları olduğu belirtilmektedir.

Lehman vd. (2001), daha fazla mizahi anlatı üreten bireylerin, stresle etkili bir şekilde başa çıkabildiklerini belirtmektedir. Mizahın stresi hafifletici etkileri, çevresel bilgilerin yeniden değerlendirilmesi gibi duygu düzenleme stratejileri yoluyla işleyebilmekte ve duyguların daha fazla kabul edilmesini kolaylaştırabilmektedir.

Shipman vd. (2005), ihmal edilen çocukların olumsuz duyguları daha az anlayabildiklerini ve daha az uyumlu duygu düzenleme becerilerine sahip olduklarını belirtmektedir. İhmal edilen çocukların, bakım verenlerin kendi duygularına olumsuz tepki vermelerini beklediği ve duygularını bastırmaya çalıştığı gözlemlenmiştir. Shipman vd. (2005), bu bulguların, çocukluk döneminde maruz kalınan kötü muamelenin farklı türlerinin çeşitli yetersizlik kalıplarına veya duyguları anlama ve düzenlemede zorluklara sebep olduğunu öne sürmektedir.

283 Üniversite öğrencisinin katılımcı olduğu başka bir araştırmada ise mizah tarzlarının potansiyel çocukluk kökenlerini ve özellikle erken ebeveynliğin potansiyel katkısını keşfetmek amaçlanmıştır. Hatırlanan anne ve baba kabulünün, uyumlu mizah tarzları ile önemli ölçüde pozitif ve uyumsuz mizah stilleri ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Kazarian v.d, 2010). En güçlü ilişkiler, kendini geliştirici mizahla (hem ebeveyn sıcaklığı hem de genel olarak reddedilmeyle ilişkili

olarak) ve kendini yıkıcı mizahla (özellikle baba reddiyle ilişkili olarak) bulunmuştur. Bu bulgular doğrultusunda, erken ebeveyn sıcaklığı ve reddedilme deneyimleri ile uyumlu ve uyumsuz mizah stillerinin kullanımı arasında olası bir bağlantı olduğu açıklanmıştır.

Matthews (2016), yaptığı çalışmada, 146 genç yetişkinden oluşan bir örnekleme, olumlu ve olumsuz duygu üzerinde mizah tarzlarının etkilerini incelemiştir. Bu çalışmada uyumlu (iyi huylu, iyimser, şefkatli) ve uyumsuz (alaycı, eleştirel, düşmanca) mizah biçimlerinin olumlu ve olumsuz duygular üzerindeki potansiyel olarak farklı etkileri araştırılmıştır. Uyumlu mizah tarzlarının, duygu düzenlemede zorluklarla orta düzeyde negatif bir korelasyonu olduğu bulunmuştur. Beklentilerle tutarlı olarak uyumsuz mizah tarzlarının, duygu düzenlemede zorluklarla orta düzeyde pozitif yönde ilişkilere sahip olduğu saptanmıştır.

18-43 Yaş arasındaki 954 lisans öğrencisi üzerinde yapılan farklı bir çalışmada, algılanan stres ve fiziksel sağlık arasındaki ilişkide kendini geliştirici, katılımcı, yıkıcı ve saldırgan olmak üzere dört mizah tarzının düzenleyici rolü incelenmiştir. Sonuçlar yıkıcı mizah tarzının, fiziksel sağlık ile stres arasındaki ilişkiyi düzenlediğini göstermiştir. Bildirilen fiziksel sağlık semptomları ile yıkıcı mizah arasında pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur (Richards ve Kruger, 2017).

Huh vd. (2017) tarafından yapılan çalışmada, depresif bozukluğu olan 266 erkek hasta ve 316 kadın hasta kullanılmış; çocukluk çağı travmasının ve bunun depresif bozukluğu olan hastalardaki psikiyatrik belirtiler üzerindeki etkisini tanımlayan bir varsayımsal modeli değerlendirmek amaçlanmıştır. Bu çalışmanın sonucuna göre klinik örneklerde çocukluk çağı travmasının yetişkinlik depresyonu/anksiyete belirtileri ile ilişkili olduğu ve duygu düzenleme stratejilerinin aracılık ettiği varsayımsal modeli desteklenmiştir. Bilişsel duygu düzenleme bozukluğunun çocukluk çağı travması olan hastalarda depresyon/anksiyete semptomlarını etkileyen önemli bir faktör olduğu öne sürülmüştür.

Mizah tarzı, duygu düzenleme ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi araştırmak ve aynı zamanda gençlerde mizahın rolüne bakmak için yapılan başka bir çalışmada veriler yaşları 18-24 arasında 350 üniversite öğrencisinden toplanmıştır. Sonuçlar, uyumlu mizah tarzlarının olumlu duygu düzenleme ve öznel iyi oluş ile pozitif ilişkiye sahip olduğunu göstermektedir; Öte yandan, uyumsuz mizah tarzı, uyumsuz duygu düzenleme ile pozitif, öznel iyi oluş ile negatif olarak ilişkilidir. Duygu

düzenleme, genç yetişkinlerde mizah tarzları ile öznel iyi oluş arasında aracı olarak bulunmuştur (Amjad ve Dasti, 2022).

## BÖLÜM III

### Yöntem

#### Araştırma Modeli

Bu araştırma, genç yetişkinlerde mizah tarzlarının, çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme ile ilişkisini araştırmak amacıyla nicel araştırma yöntemlerinden olan ilişkisel araştırma modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel araştırma modeli iki veya daha fazla değişken arasında bir ilişkinin var olup olmadığını ve varsa bu ilişkinin yönünü ve gücünü belirlemek için kullanılan bir araştırma biçimidir (Karasar, 2016).

#### Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti sınırları içerisinde yaşayan 18-40 yaş aralığındaki genç yetişkin bireyleri kapsamaktadır. Araştırma örneklemini ise amaçsal örnekleme yöntemi ile seçilen KKTC'deki 230 kadın 156 erkek genç yetişkin 386 katılımcı oluşturmaktadır. Amaçsal örnekleme yöntemi derinlemesine inceleme yapabilmek için çalışmanın amacı bağlamında bilgi açısından zengin durumların seçilmesi olarak açıklanmaktadır (Balcı, 2010). Araştırma örnekleminde yeterli sayıda katılımcı belirlemek için evreni bilinmeyen örneklem formülü kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2017). Bu formül kullanılarak (%5 hata payı, %95 güven aralığı) örneklem büyüklüğünün 384 kişi olması gerektiği saptanmıştır. Katılımcılar hakkındaki bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1.***Katılımcıların Tanıtıcı (Kişisel) Özelliklerine Göre Dağılımı*

		f	%
Cinsiyetiniz	Kadın	230	59,6
	Erkek	156	40,4
Eğitim Durumu	İlkokul	6	1,6
	Lise	78	20,2
	Lisans	160	41,5
	Yüksek Lisans ve üzeri	142	36,8
Medeni Durum	İlişkisi var	193	50
	İlişkisi yok	111	28,8
	Evli	72	18,7
	Boşanmış	10	2,6
Çalışma Durumu	Çalışıyor	240	62,2
	Çalışmıyor	146	37,8
Yaşama ortamı	Tek başına	70	18,1
	Ailesi ile	274	71
	Arkadaşı ile	42	10,9
Gelir düzeyi	Asgari ücret altı	31	8
	Asgari ücret	132	34,2
	Asgari ücretin 2 katı	181	46,9
	Asgari ücretin üç katından fazla	42	10,9
Aile tipiniz	Çekirdek aile	252	65,3
	Geniş aile	101	26,2
	Parçalanmış aile (ölüm, boşanmış, ayrı yaşama)	33	8,5
Çocukluğunuzda bir travma (örneğin kayıp, doğal afet) yaşadınız mı?	Evet	48	12,4
	Hayır	338	87,6
Çocukluğunuzda aile bireylerinde psikolojik/psikiyatrik bir hastalığa tanıklık ettiniz mi?	Evet	32	8,3
	Hayır	354	91,7
Çocukluğunuzda aile bireylerinde fiziksel bir hastalığa tanıklık ettiniz mi?	Evet	64	16,6
	Hayır	322	83,4
Geçmişte psikolojik/psikiyatrik destek aldınız mı?	Evet	56	14,5
	Hayır	330	85,5
Şu anda psikolojik/psikiyatrik destek alıyor musunuz?	Evet	19	4,9
	Hayır	367	95,1

Tablo 1’de katılımcıların tanıtıcı (kişisel) özelliklerine göre dağılımına ait verilere yer verilmiştir.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, araştırmaya dahil edilen kişilerin %59,6’sının kadın, %40,4’ünün erkek olduğu görülmektedir. Bu katılımcıların %1,6’sı ilkokul, %20,2’si lise, %41,5’i lisans, %36,8’i yüksek lisans ve üzeri eğitim durumuna sahiptir. Katılımcıların %50’si bir ilişki içerisindeyken, %28,8’inin ilişkisi yoktur, %18,7’si evli, %2,6’sı ise boşanmıştır. Katılımcıların %62,2’si çalışmıyorken %37,8’i çalışmaktadır. Yaşam ortamları incelendiğinde, katılımcıların %18,1’i tek başına yaşarken %71’i ailesi ile, %10,9’u ise arkadaşları ile yaşamaktadır. Katılımcıların %8’i asgari ücretin altında, %34,2’si asgari ücret düzeyinde, %46,9’u asgari ücretin iki katı, %10,9’u asgari ücretin üç katından fazla gelir durumuna sahiptir. Katılımcıların %65,3’ü çekirdek aile, %26,2’si geniş aile, %8,5’i ise parçalanmış aile tipine sahiptir. Katılımcıların %12,4’ü çocukluğunda bir travma geçmişine sahipken %87,6’sı çocukluğunda herhangi bir travma geçmişine sahip değildir. Çocukluğunda aile bireylerinde psikolojik/psikiyatrik bir hastalığa tanıklık eden katılımcı oranı %8,3 iken, katılımcıların %91,7’si çocukluğunda aile bireylerinde herhangi bir psikolojik/psikiyatrik hastalığa tanıklık etmemiştir. Çocukluğunda aile bireylerinde fiziksel hastalığa tanıklık eden katılımcı oranı %16,6 iken, katılımcıların %83,4’ü çocukluğunda aile bireylerinde herhangi bir fiziksel hastalığa tanıklık etmemiştir. Katılımcıların %14,5’i geçmişte psikolojik/psikiyatrik destek almışken, %85,5’i geçmişte herhangi bir psikolojik/psikiyatrik destek almadığını belirtmiştir. Son olarak, katılımcıların %4,9’u şu anda psikolojik/psikiyatrik destek aldığını dile getirmişken, %95,1’i şu anda psikolojik/psikiyatrik destek almamaktadır.

### **Veri Toplama Araçları**

Araştırmada veri toplama aracı olarak Aydınlatılmış Onam, Bilgilendirme Formu, Sosyo-demografik Bilgi Formu, Mizah Tarzları Ölçeği, Çocukluk Çağı Travma Ölçeği ve Duygu Düzenleme Ölçeği uygulanmıştır.

### ***Sosyo-demografik Bilgi Formu***

Araştırmacı tarafından oluşturulan bilgi formunda cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, çalışma durumu, çalışma ortamı, yaşama ortamı, gelir

düzeyi, aile tipi ve psikolojik destek soruları yer almaktadır. Sosyo-demografik Bilgi formu Ek. 3'te yer almaktadır.

### ***Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ)***

Bu ölçek mizahın günlük kullanımındaki bireysel farklılıklara ait dört değişik boyutu ölçmek amacıyla Martin vd. (2003) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek ikisi uyumlu ikisi uyumsuz nitelikte olmak üzere 4 alt başlıktan oluşmaktadır. Bu başlıklar katılımcı sosyal mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah olarak kodlandırılmıştır. İç tutarlılık oranı katılımcı mizah için .80, kendini geliştirici mizah için .81, saldırgan mizah için .77 ve yıkıcı mizah için .80 bulunmuştur. 'Kesinlikle Katılmıyorum' ile 'Tamamıyla Katılıyorum' arasında değişen 7'li Likert tipi bir derecelendirmenin kullanıldığı alt ölçeklerin her biri 8'er maddeden oluşmakta ve her bir alt ölçekten alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlar 7 ile 56 arasında değişmektedir. Bu ölçeğin Türkçe uyarlaması Yerlikaya (2003) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında her bir alt ölçeğe ilişkin elde edilen Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları; Katılımcı Mizah için, .74, Kendini Geliştirici Mizah için, .78, Saldırgan Mizah için .69 ve Kendini Yıkıcı Mizah için .67 olarak hesaplanmıştır (Yerlikaya, 2003). Mizah Tarzları Ölçeği Ek. 4'te yer almaktadır.

### ***Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (ÇÇTÖ)***

Bu ölçek çocuklukta travmatik deneyimlerin kısa, güvenilir ve geçerli bir değerlendirilmesini sağlamak için Bernstein ve Fink (1998) tarafından geliştirilmiş, geriye dönük, öz bildirim ölçüsüdür. Fiziksel, duygusal ve cinsel taciz ve fiziksel ve duygusal ihmal dahil olmak üzere çocuklukta istismar ve ihmal deneyimlerinin yanı sıra çocuk yetiştirme ortamının ilgili yönlerini değerlendirir. ÇÇTÖ ergenler ve yetişkinler için tasarlanmıştır. Yanıtlar, deneyimlerin meydana gelme sıklığına göre 1 =hiçbir zaman doğru değil ve 5 = çok sık doğru olacak şekilde 5'li Likert tipi bir ölçekte ölçülür. Alınabilecek toplam ölçek puanı 25-125 arasındadır. Faktörler için Cronbach alfa değeri 0.79 ile 0.94 arasında değişmekte olup, yüksek iç tutarlılığa işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlamasının 33 maddeden oluşan yeni versiyonu Şar vd. (2021) tarafından geliştirilmiştir. Bu versiyona OP-OC'yi (Aşırı Koruma-Aşırı Kontrol) boyutunu kapsayacak şekilde ankete beş yeni madde eklenmiştir. 6 alt başlık bulunur ve alınabilecek total ölçek puanı 25-150'dir. ÇÇTÖ-33'ün iç tutarlılığı



belirten Cronbach alfa değeri 0.87 olarak hesaplanmıştır (Şar, v.d, 2021). Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği Ek. 5'te yer almaktadır.

### ***Duygu Düzenleme Ölçeği (DDÖ)***

Bu ölçek duygu düzenleme stratejilerinin kişiler tarafından alışıldık kullanımını değerlendirmek amacı ile Gross ve John (2003) tarafından geliştirilmiştir. Duygu düzenleme ölçeği 10 maddeden oluşur ve 2 ana başlığı içerir. Bu iki ana başlık yeniden değerlendirme ve bastırmadan oluşur ve sırasıyla altı ve dört maddeden oluşmaktadır. Cevaplar (1)kesinlikle katılmıyorum ile (7)kesinlikle katılıyorum arasında değişen 7'li Likert tipi ölçekle ölçülür. Yeniden değerlendirme alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 6, en yüksek puan 42'dir. Bastırma alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 4, en yüksek puan ise 28'dir. Ancak ölçekten toplam puan alınamamaktadır. İç güvenirlik katsayısı, yeniden değerlendirme faktörü için .80 ile .82 arasında ve bastırma için .73 ile .76 arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçeye çevrilmesi Eldeleklioğlu ve Eroğlu (2015) tarafından yapılmıştır. DDÖ'nün yeniden değerlendirme ve bastırma alt boyutları için Cronbach alfa katsayıları sırasıyla .78 ve .73 olarak saptanmıştır (Eldeleklioğlu, Eroğlu, 2015). Duygu Düzenleme Ölçeği Ek. 6'da yer almaktadır.

### **Veri Toplama Süreci**

Bu araştırma için veriler toplanmadan önce Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na 26.10.2022 tarihinde başvurulmuş, YDÜ/SB/2022/1378 sayılı etik izin alınmıştır. Katılımcılara bilgilendirme ve aydınlatılmış onam formunda araştırma içeriği ve araştırmanın gönüllülük esasına bağlı olarak gerçekleştiği bilgisi verilmiştir. Çevrimiçi ortamda veri toplama araçlarının Google forms'a yüklenmiştir ve gönüllülük esasına dayalı olarak whatsapp yoluyla katılımcılara ulaşılmıştır. Mizah tarzları, çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme ölçekleri kullanılarak nicel veri toplanmıştır. Anket sorularının yanıtlanması yaklaşık olarak 15 dakika sürmüştür.

### **Verilerin Analizi ve Yorumlanması**

Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizi için SPSS (Sosyal Bilimler için İstatistik Programı)25 paket programı kullanılmıştır. Katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeği, Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği ve Duygu Düzenleme Ölçeğinden

aldıkları puanları değerlendirmek amacı ile gerçekleştirilen veri analizinde ortalama, frekans ve standart sapma değerleri kullanılmıştır. Veri analizi gerçekleştirilmeden önce verilerin normallik varsayımı test edilmiştir. Araştırmada kullanılan mizah tarzları, çocukluk çağı travmalar ve duygu düzenleme değişkenlerinin normallik varsayımları çarpıklık ve basıklık verileriyle hesaplanmıştır. Gerçekleştirilen hesaplama sonucunda değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1.5 ve +1.5 aralığında yer aldığı belirlenmesi ile verilerin normal dağılım gösterdiği varsayılmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerleri -1,5 ile +1,5 olduğu zaman normal dağılım olduğu kabul edilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Elde edilen bu sonuç doğrultusunda araştırma verilerinin analizi için parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir. Tablo 2’de araştırmanın çarpıklık ve basıklık katsayılarına ait değerlere yer verilmiştir.

**Tablo 2.**

*Mizah Tarzları Ölçeği, Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği ve Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarına Ait Betimsel Değerler*

	Çarpıklık		Basıklık	
	z	Sh	z	Sh
Mizah Tarzları Ölçeği	-0,239	0,124	0,725	0,248
Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği	0,779	0,124	0,818	0,248
Duygu Düzenleme Ölçeği	0,232	0,124	1,496	0,248

Tablo 2’de katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeği, Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği ve Duygu Düzenleme Ölçeğinden almış oldukları puanların normallik testi sonuçlarına yer verilmiştir.

Katılımcıların Mizah Tarzları, Çocukluk Çağı Travmalar ve Duygu Düzenleme Ölçeklerinden aldıkları puanlar sosyodemografik değişkenlere göre incelenirken ikili gruplar için bağımsız t testi, ikiden fazla olan gruplar için anova testi gerçekleştirilmiştir. Araştırmada yer alan mizah tarzları, çocukluk çağı travmalar ve duygu düzenleme değişkenleri arasındaki ilişkileri incelemek için pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Mizah tarzları ve çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme üzerindeki yordayıcı etkisini incelemek için ise regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.

### Araştırma Planı ve Süreci

İlk aşamada araştırmanın veri toplama araçları olan Mizah Tarzları Ölçeği, Çocukluk Çağı Travma Ölçeği ve Duygu Düzenleme Ölçeğini uyarlayan araştırmacılardan ölçek izinleri alınmıştır. Ölçek izinleri, "Ölçek izinleri " bölümünde yer almaktadır.	Ağustos 2022
İkinci aşamada Yakın Doğu Üniversitesi Etik Kurul Komisyonu'na başvurulmuştur ve Etik Kurul İzni alınmıştır. Etik Kurul İzni, "Etik kurul onayı " bölümünde yer almaktadır.	Ekim 2022 -Kasım 2022
Üçüncü aşamada katılımcı bilgilendirme formu, aydınlatılmış onam formu, sosyo-demografik bilgi formu ve diğer ölçekler Google Forms üzerinden çevrimiçi ortama aktarılmıştır.	Kasım 2022
Dördüncü aşamada konu hakkında kavramsal temeller ve ilgili alan yazın araştırılması yapılmıştır.	Kasım 2022- Mart 2023
Beşinci aşamada KKTC'de ikamet eden 18-40 yaş arası katılımcılardan gönüllülük esasına dayalı olarak veriler toplanmıştır.	Kasım 2022- Nisan 2023
Son olarak elde edilen bulguların analizleri yapılmış ve literatür ile birlikte tartışılmıştır. Sonuçlar özetlenip gerekli akademik ve klinik öneriler sunulmuştur.	Nisan 2023

## BÖLÜM IV

### Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeği, Duygu Düzenleme Ölçeği ve Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeğinden aldıkları puanlar sosyodemografik özelliklerine göre karşılaştırılmıştır. Daha sonra katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeği, Duygu Düzenleme Ölçeği ve Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeğinden almış oldukları puanlar arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Son olarak ise katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeği ve Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeğine ait puanlarının Duygu Düzenleme Ölçeğinden aldıkları puanlar üzerindeki etkisi incelenmiştir. Elde edilen tüm sonuçlar verilen tablolarda özetlenerek açıklanmıştır.

**Tablo 3.**

*Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Mizah Tarzları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Cinsiyetiniz	N	Ort.	Ss.	t	p
Katılımcı Sosyal Mizah	Kadın	230	28,1	4,15039		
	Erkek	156	29,8013	3,6798	-4,135	0,00*
Kendini Geliştirici Mizah	Kadın	230	30,6739	7,13578		
	Erkek	156	32,7115	6,67978	-2,824	0,005*
Saldırgan Mizah	Kadın	230	28,9739	4,75507		
	Erkek	156	30,6538	5,09098	-3,31	0,001*
Kendini Yıkıcı Mizah	Kadın	230	26,6826	5,8942		
	Erkek	156	29,6538	5,95971	-4,838	0,00*
Mizah Tarzları Ölçeği	Kadın	230	114,4304	16,55036		
	Erkek	156	122,8205	16,86626	-4,85	0,00*

\*  $p < 0,05$

Tablo 3'te bağımsız gruplar t testi yapılarak katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeğinden aldıkları puanlar cinsiyetlerine göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeğinin tüm alt boyutlarına ve ölçek toplamına ait puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Buna göre, erkek katılımcıların katılımcı sosyal mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah

ve kendini yıkıcı mizah alt boyutları ile ölçek toplamına ait puan ortalamaları kadın katılımcılardan daha yüksektir.

**Tablo 4.**

*Katılımcıların Eğitim Durumlarına Göre Mizah Tarzları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Eğitim Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p	fark
Katılımcı Sosyal Mizah	İlkokul	6	28,5	3,08221	26	34			
	Lise	78	29,3974	4,05591	21	39	0,812	0,488	
	Lisans	160	28,7375	3,87296	19	40			
Kendini Geliştirici Mizah	Yüksek Lisans ve üzeri	142	28,5211	4,27216	13	39			
	İlkokul	6	34,5	9,35414	19	46			
	Lise	78	30,1154	5,96087	18	45	2,641	0,049*	1-2
Saldırgan Mizah	Lisans	160	31,1188	6,34775	15	48			
	Yüksek Lisans ve üzeri	142	32,5563	7,98804	14	52			
	İlkokul	6	30,6667	2,42212	28	35			
Kendini Yıkıcı Mizah	Lise	78	29,141	4,50605	19	38	0,443	0,723	
	Lisans	160	29,6813	4,60567	16	46			
	Yüksek Lisans ve üzeri	142	29,8592	5,62365	8	44			
Mizah Tarzları Ölçeği	İlkokul	6	28,3333	10,87505	8	41			
	Lise	78	28,5513	5,64225	15	45	1,212	0,305	
	Lisans	160	28,2125	5,44658	16	42			
Mizah Tarzları Ölçeği	Yüksek Lisans ve üzeri	142	27,1268	6,73075	11	44			
	İlkokul	6	122	20,4939	84	139			
	Lise	78	117,2051	16,50923	83	153	0,161	0,922	
Mizah Tarzları Ölçeği	Lisans	160	117,75	16,08507	72	162			
	Yüksek Lisans ve üzeri	142	118,0634	18,64077	46	166			

\* p < 0,05

Tablo 4’te varyans analizi yapılarak katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeğinden aldıkları puanlar eğitim durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeğinin kendini geliştirici mizah alt boyutuna ait puan ortalamalarının eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ( $p<0,05$ ). Yapılan Post Hoc testi analizine göre ilkökul eğitim durumuna sahip katılımcıların kendini geliştirici mizah puan ortalamaları lise, lisans, yüksek lisans ve üzeri eğitim durumuna sahip katılımcılardan daha yüksektir.

Bununla birlikte, katılımcıların katılımcı sosyal mizah, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah alt boyutlarına ve ölçek toplamına ait puan ortalamaları eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 5.**

*Katılımcıların Çalışma Durumlarına Göre Mizah Tarzları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Çalışma Durumu	N	Ort.	Ss.	t	p
Katılımcı Sosyal Mizah	Çalışıyor	240	29,3042	4,03582		
	Çalışmıyor	146	27,9384	3,93958	3,253	0,001*
Kendini Geliştirici Mizah	Çalışıyor	240	31,5042	6,71475		
	Çalışmıyor	146	31,4863	7,51388	0,024	0,981
Saldırgan Mizah	Çalışıyor	240	30,2125	4,8007		
	Çalışmıyor	146	28,7329	5,08587	2,871	0,004*
Kendini Yıkıcı Mizah	Çalışıyor	240	28,5208	5,9411		
	Çalışmıyor	146	26,8356	6,20792	2,657	0,008*
Mizah Tarzları Ölçeği	Çalışıyor	240	119,5417	16,94855		
	Çalışmıyor	146	114,9932	17,1868	2,543	0,011*

\*  $p < 0,05$

Tablo 5’te bağımsız gruplar t testi kullanılarak katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeğinden aldıkları puanlar çalışma durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeğinin katılımcı sosyal, saldırgan ve kendini yıkıcı mizah alt boyutları ile ölçek toplamına ait puan ortalamalarının çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ( $p<0,05$ ). Buna göre, çalışan katılımcıların

kendini yıkıcı, saldırgan ve katılımcı sosyal mizah ile toplam ölçek puan ortalamaları çalışmayan katılımcılardan daha yüksektir.

Bununla birlikte, katılımcıların kendini geliştirici mizah puan ortalamaları çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 6.**

*Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Cinsiyetiniz	N	Ort.	Ss.	t	p
Yeniden Değerlendirme	Kadın	230	24,69	6,947	1,407	0,16
	Erkek	156	23,72	6,122		
Bastırma	Kadın	230	13,8	4,357	-3,177	0,002
	Erkek	156	15,19	3,935		

Tablo 6’da bağımsız gruplar t testi yapılarak katılımcıların Duygu Düzenleme Ölçeğinden aldıkları puanlar cinsiyetlerine göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Bastırma puan ortalamalarının çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ( $p<0,05$ ). Buna göre, erkek katılımcıların bastırma puan ortalamaları kadın katılımcılardan daha yüksektir.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Yeniden Değerlendirme puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 7.**

*Katılımcıların Eğitim Durumlarına Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Eğitim Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p
Yeniden Değerlendirme	İlkokul	6	22	3,225	18	26		
	Lise	78	23,99	5,772	14	37	0,408	0,747
	Lisans	160	24,26	6,132	14	42		
	Yüksek Lisans ve üzeri	142	24,62	7,671	6	42		
Bastırma	İlkokul	6	16,33	3,559	13	23		
	Lise	78	14,51	3,87	7	28	0,772	0,51
	Lisans	160	14,49	3,777	5	25		
	Yüksek Lisans ve üzeri	142	14,05	4,91	4	27		

Tablo 7’de varyans analizi yapılarak katılımcıların Duygu Düzenleme Ölçeğinden aldıkları puanlar eğitim durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Yeniden Değerlendirme ve Bastırma puan ortalamalarının eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 8.**

*Katılımcıların Aile Tiplerine Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Aile Tipi Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p	fark
Yeniden Değerlendirme	Çekirdek aile	252	25	6,568	6	42			
	Geniş aile	101	22,28	6,236	9	40	6,549	0,002	3-2
	Parçalanmış aile (ölüm, boşanmış, ayrı yaşama)	33	25,12	7,223	10	42			
Bastırma	Çekirdek aile	252	14,48	4,428	4	28			
	Geniş aile	101	14,11	3,942	6	27	0,29	0,749	
	Parçalanmış aile (ölüm, boşanmış, ayrı yaşama)	33	14,24	3,708	5	22			

\*  $p < 0,05$

Tablo 8’de varyans analizi yapılarak katılımcıların Duygu Düzenleme Ölçeğinden aldıkları puanlar aile tiplerine göre karşılaştırılmıştır.



Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Yeniden Değerlendirme puan ortalamalarının aile tipine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Yapılan Post Hoc testi analizine göre, parçalanmış aile tipine sahip katılımcıların yeniden değerlendirme puan ortalamaları geniş aile ve çekirdek aile tipine sahip katılımcılardan daha yüksektir.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Bastırma puan ortalamalarının aile tipi durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 9.**

*Katılımcıların Gelir Durumuna Göre Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Gelir Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p	fark
Yeniden Değerlendirme	Asgari ücret altı	31	28,23	7,107	17	42			
	Asgari ücret	132	23,21	6,325	7	39	5,015	0,002	1-2
	Asgari ücretin 2 katı	181	24,32	6,228	9	42			
	Asgari ücretin üç katından fazla	42	24,74	7,914	6	42			
Bastırma	Asgari ücret altı	31	14,42	3,914	5	21			
	Asgari ücret	132	14,9	4,215	5	28	1,932	0,124	
	Asgari ücretin 2 katı	181	14,24	4,116	4	27			
	Asgari ücretin üç katından fazla	42	13,14	4,902	4	24			

\*  $p < 0,05$

Tablo 9’da varyans analizi yapılarak katılımcıların Duygu Düzenleme Ölçeğinden aldıkları puanlar gelir durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Yeniden Değerlendirme puan ortalamalarının gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Yapılan Post Hoc testi analizine göre, gelir durumu asgari ücret altı olan katılımcıların yeniden değerlendirme puan ortalamaları gelir durumu asgari ücret, asgari ücretin iki katı ve asgari ücretin üç katından fazla olan katılımcılardan daha yüksektir.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Bastırma puan ortalamalarının gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 10.**

*Katılımcıların Eğitim Durumlarına Göre Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Eğitim Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p	fark
Duygusal Taciz	İlkokul	6	9,6667	4,4572	5	18			
	Lise	78	7,9872	3,1643	5	16	1,102	0,348	
	Lisans	160	8,3625	3,265	5	17			
	Yüksek Lisans ve üzeri	142	8,7746	4,00247	5	22			
Fiziksel Taciz	İlkokul	6	5,6667	1,0328	5	7			
	Lise	78	5,6795	1,88978	5	15	1,555	0,2	
	Lisans	160	6,05	2,38918	5	22			
	Yüksek Lisans ve üzeri	142	6,4437	3,18802	5	22			
Fiziksel İhmal	İlkokul	6	15	2,44949	13	19			
	Lise	78	16,0641	2,80695	9	24	9,431	0,00*	4-1
	Lisans	160	16,1375	3,15329	7	21			
	Yüksek Lisans ve üzeri	142	17,8662	3,49717	9	24			
Duygusal İhmal	İlkokul	6	11,3333	4,92612	5	19			
	Lise	78	14,2436	4,46396	6	25	6,119	0,00*	4-1
	Lisans	160	14,2625	5,18038	5	25			
	Yüksek Lisans ve üzeri	142	16,4789	5,92592	5	25			
Cinsel Taciz	İlkokul	6	5,8333	1,32916	5	8			
	Lise	78	5,2949	1,27013	5	13	5,95	0,001*	4-2
	Lisans	160	5,7	2,30886	5	17			
	Yüksek Lisans ve üzeri	142	6,8239	3,96313	5	22			
Aşırı Koruma Kontrol	İlkokul	6	4,3333	1,50555	3	7			
	Lise	78	3,6154	1,55614	2	8	3,626	0,013*	1-4

Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği	Lisans Yüksek	160	3,4	1,43715	2	10			
	Lisans ve üzeri	142	4,0141	2,01408	2	10			
	İlkokul	6	65,3333	6,77249	56	77			
	Lise	78	66,3974	7,5047	50	88	22,611	0,00*	4-1
	Lisans Yüksek	160	67,6	10,67307	43	100			
	Lisans ve üzeri	142	76,7887	13,24394	46	126			

\* p < 0,05

Tablo 10'da varyans analizi yapılarak katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinden aldıkları puanlar eğitim durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeğinin fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel taciz ve aşırı koruma kontrol alt boyutları ile ölçek toplamına ait puan ortalamalarının eğitim durumuna göre farklılaştığı görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Yapılan Post Hoc testi analizine göre, yüksek lisans ve üzeri eğitim durumuna sahip katılımcıların fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel taciz ve toplam ölçek puan ortalamaları ilkokul, lise ve lisans eğitim durumuna sahip katılımcılardan; ilkokul eğitim durumuna sahip katılımcıların aşırı koruma kontrol puan ortalamaları lise, lisans, yüksek lisans ve üzeri eğitim durumuna sahip katılımcılardan daha yüksektir.

Bununla birlikte, katılımcıların duygusal taciz ve fiziksel taciz puan ortalamalarının eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 11.**

*Katılımcıların Medeni Durumlarına Göre Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Medeni Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p	fark
Duygusal Taciz	İlişkisi var	193	8,1503	3,29033	5	22			
	İlişkisi yok	111	8,991	3,8882	5	20	1,325	0,266	
	Evli	72	8,4861	3,71139	5	19			
	Boşanmış	10	8,3	3,26769	5	15			
Fiziksel Taciz	İlişkisi var	193	5,7979	2,22102	5	22			
	İlişkisi yok	111	6,6937	3,2496	5	22	2,94	0,033*	2-1
	Evli	72	6	2,29513	5	18			
	Boşanmış	10	6,6	3,50238	5	15			
Fiziksel İhmal	İlişkisi var	193	16,5699	3,15841	9	24			
	İlişkisi yok	111	17,1441	3,68744	7	24	0,798	0,495	
	Evli	72	16,6389	3,19906	9	24			
	Boşanmış	10	16,3	2,79086	11	21			
Duygusal İhmal	İlişkisi var	193	15,0363	5,33012	5	25			
	İlişkisi yok	111	15,4234	5,96131	5	25	0,668	0,572	
	Evli	72	14,3056	4,98064	5	25			
	Boşanmış	10	15,7	4,85455	9	24			
Cinsel Taciz	İlişkisi var	193	5,7202	2,4248	5	22			
	İlişkisi yok	111	6,7748	3,75544	5	21	3,349	0,019*	2-1
	Evli	72	5,7639	2,70884	5	19			
	Boşanmış	10	5,8	2,52982	5	13			
Aşırı Koruma Kontrol	İlişkisi var	193	3,6321	1,68152	2	10			
	İlişkisi yok	111	3,8378	1,81178	2	10	0,746	0,525	
	Evli	72	3,6667	1,67836	2	10			
	Boşanmış	10	3,1	1,44914	2	6			
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	İlişkisi var	193	69,1969	11,66961	46	105			
	İlişkisi yok	111	74,2973	12,69545	43	126	4,784	0,003*	2-1
	Evli	72	69,2778	10,91094	54	108			
	Boşanmış	10	70,1	12,81882	56	97			

\* p &lt; 0,05

Tablo 11’de varyans analizi yapılarak katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinden aldıkları puanlar medeni durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları alt boyutlarından fiziksel taciz ve cinsel taciz alt boyutlarına ve ölçek toplamına ait puan ortalamalarının medeni duruma göre farklılaştığı görülmektedir ( $p<0,05$ ). Yapılan Post Hoc testi analizine göre, ilişkisi olmayan katılımcıların fiziksel taciz, cinsel taciz ve toplam ölçek puan ortalamaları ilişkisi olan, evli ve boşanmış katılımcılardan daha yüksektir.

Bununla birlikte, katılımcıların duygusal taciz, fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve aşırı koruma kontrol puan ortalamalarının medeni duruma göre anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p>0,05$ ).

### Tablo 12.

*Katılımcıların Yaşama Ortamlarına Göre Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Yaşama Ortamı Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p	fark
Duygusal Taciz	Tek başına	70	8,3	3,89853	5	22			
	Ailesi ile	274	8,438	3,46909	5	20	0,337	0,714	
	Arkadaşı ile	42	8,8571	3,57206	5	16			
Fiziksel Taciz	Tek başına	70	6,4429	3,05332	5	22			
	Ailesi ile	274	5,9599	2,45588	5	22	1,665	0,191	
	Arkadaşı ile	42	6,5714	2,88091	5	15			
Fiziksel İhmal	Tek başına	70	17,7714	3,40576	7	24			
	Ailesi ile	274	16,4343	3,17806	9	24	4,796	0,009*	1-2
	Arkadaşı ile	42	17,0238	3,73832	9	24			
	Tek başına	70	16,5429	6,19183	5	25			

Duygusal İhmal	başına Ailesi ile	274	14,5949	5,18734	5	25	3,699	0,026*	1-2
	Arkadaşı ile	42	15,3333	5,38592	6	25			
Cinsel Taciz	Tek başına Ailesi ile	70	6,0714	3,18202	5	22			
	Arkadaşı ile	274	5,9416	2,85746	5	21	0,838	0,433	
Aşırı Koruma Kontrol	Tek başına Ailesi ile	70	3,6714	1,84722	2	10			
	Arkadaşı ile	274	3,6934	1,66437	2	10	0,018	0,982	
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	Tek başına Ailesi ile	70	74,5	12,43505	53	103			
	Arkadaşı ile	274	69,3686	11,74138	46	126	6,134	0,002*	1-2
	Arkadaşı ile	42	73,0714	11,88439	43	94			

\*  $p < 0,05$

Tablo 12’de varyans analizi yapılarak katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinden aldıkları puanlar yaşama ortamlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin fiziksel ihmal, duygusal ihmal alt boyutlarına ve ölçek toplamına ait puan ortalamalarının yaşama ortamına göre farklılaştığı görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Yapılan Post Hoc testi analizine göre, tek başına yaşayan katılımcıların fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve toplam ölçek puan ortalamaları ailesi ve arkadaşları ile yaşayan katılımcılardan daha yüksektir.

Bununla birlikte, katılımcıların duygusal, fiziksel ve cinsel taciz ile aşırı koruma kontrol puan ortalamalarının yaşama ortamına göre farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 13.**

*Katılımcıların Gelir Durumlarına Göre Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Gelir Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p	fark
Duygusal Taciz	Asgari ücret altı	31	7,7097	2,97986	5	14			
	Asgari ücret	132	8,75	3,94499	5	22	1,665	0,174	
	Asgari ücretin 2 katı	181	8,2044	3,27909	5	19			
	Asgarin ücretin üç katından fazla	42	9,1905	3,70391	5	19			
Fiziksel Taciz	Asgari ücret altı	31	6,1613	2,5573	5	14			
	Asgari ücret	132	6,5152	3,29117	5	22	3,973	0,008*	4-3
	Asgari ücretin 2 katı	181	5,6519	1,68172	5	15			
	Asgarin ücretin üç katından fazla	42	6,8095	3,30733	5	18			
Fiziksel İhmal	Asgari ücret altı	31	18,9677	3,4398	9	24			
	Asgari ücret	132	16,2197	3,33227	9	24	6,479	0,00*	1-2
	Asgari ücretin 2 katı	181	16,6133	3,08665	7	24			
	Asgarin ücretin üç katından fazla	42	17,2857	3,50808	9	21			
Duygusal İhmal	Asgari ücret altı	31	18,9677	4,93615	9	25			
	Asgari ücret	132	14,4242	5,5782	5	25	6,322	0,00*	1-2
	Asgari ücretin 2 katı	181	14,7956	5,2975	5	25			
	Asgarin ücretin üç katından fazla	42	15,0238	4,93612	7	25			
Cinsel Taciz	Asgari ücret altı	31	6,0968	3,30005	5	22			
	Asgari ücret	132	6,0379	2,75572	5	21	5,235	0,001*	4-3
	Asgari ücretin 2 katı	181	5,6519	2,36769	5	21			
	Asgarin ücretin üç katından fazla	42	7,619	4,63787	5	19			
	Asgari ücret altı	31	3,8065	2,08837	2	9			

Aşırı Koruma Kontrol	Asgari ücret	132	3,7424	1,73699	2	10	0,172	0,915	
	Asgari ücretin 2 katı	181	3,6354	1,66656	2	10			
	Asgarin ücretin üç katından fazla	42	3,619	1,57654	2	8			
	Asgari ücret altı	31	79,871	9,82765	59	99			
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	Asgari ücret	132	70,1288	12,85943	43	126	10,058	0,00*	1-3
	Asgari ücretin 2 katı	181	68,6298	10,31455	47	106			
	Asgarin ücretin üç katından fazla	42	74,6667	13,99593	53	108			

\* p < 0,05

Tablo 13'te varyans analizi yapılarak katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinden aldıkları puanlar gelir durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin fiziksel ve cinsel taciz, fiziksel ve duygusal ihmal alt boyutlarına ve ölçek toplamına ait puan ortalamalarının gelir durumuna göre farklılaştığı görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Yapılan Post Hoc testi analizine göre, asgari ücretin üç katından fazla gelire sahip olan katılımcıların fiziksel ve cinsel taciz puan ortalamalarının asgari ücretin altı, asgari ücret ve asgari ücreti iki katı gelir durumuna sahip olan katılımcılardan daha yüksektir. Asgari ücretin altında gelir durumuna sahip olan katılımcıların ise fiziksel ve duygusal ihmal ile ölçek toplamı puan ortalamaları asgari ücret, asgari ücretin iki katı ve asgari ücretin üç katından fazla gelir durumuna sahip katılımcılardan daha yüksektir.

Bununla birlikte, katılımcıların duygusal taciz ve aşırı koruma kontrol puan ortalamalarının gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p > 0,05$ ).



**Tablo 14.**

*Katılımcıların Aile Tiplerine Göre Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Aile Tipi Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p	fark
Duygusal Taciz	Çekirdek aile	252	8,1111	3,52051	5	20			
	Geniş aile	101	9,0693	3,35934	5	18	3,542	0,03*	3-1
	Parçalanmış aile (ölüm, boşanmış, ayrı yaşama)	33	9,2424	4,10054	5	22			
Fiziksel Taciz	Çekirdek aile	252	5,9048	2,3833	5	22			
	Geniş aile	101	6,5743	2,9098	5	17	2,457	0,087	
	Parçalanmış aile (ölüm, boşanmış, ayrı yaşama)	33	6,303	3,29284	5	22			
Fiziksel İhmal	Çekirdek aile	252	17,254	3,18847	7	24			
	Geniş aile	101	15,5842	3,35639	9	24	9,802	0,00*	1-2
	Parçalanmış aile (ölüm, boşanmış, ayrı yaşama)	33	16,3636	3,30547	10	21			
Duygusal İhmal	Çekirdek aile	252	15,7183	5,50299	5	25			
	Geniş aile	101	13,5743	5,02463	5	25	6,166	0,002*	1-2
	Parçalanmış aile (ölüm, boşanmış, ayrı yaşama)	33	14,2121	5,34882	5	25			
Cinsel Taciz	Çekirdek aile	252	5,9762	2,8855	5	21			
	Geniş aile	101	6,1089	3,06888	5	22	0,163	0,85	
	Parçalanmış aile (ölüm, boşanmış, ayrı yaşama)	33	6,2424	3,11278	5	16			
Aşırı Koruma Kontrol	Çekirdek aile	252	3,5714	1,69334	2	10			
	Geniş aile	101	3,9703	1,61527	2	8	1,967	0,141	
	Parçalanmış aile (ölüm, boşanmış, ayrı yaşama)	33	3,6667	2,07163	2	10			
Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği	Çekirdek aile	252	71,5159	12,10593	52	126			
	Geniş aile	101	68,5941	11,90813	43	106	2,142	0,119	
	Parçalanmış aile (ölüm, boşanmış, ayrı yaşama)	33	70,9394	11,51884	51	103			

\* p < 0,05

Tablo 14’te varyans analizi yapılarak katılımcıların Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeğinden aldıkları puanlar aile tiplerine göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeğinin duygusal taciz, fiziksel ihmal ve duygusal ihmal alt boyutlarına ait puan ortalamalarının aile tipine göre farklılaştığı görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Yapılan Post Hoc testi analizine göre, çekirdek ailede yetişen bireylerin fiziksel ihmal ve duygusal ihmal puan ortalamaları geniş ve parçalanmış ailede büyüyen katılımcılardan daha yüksektir. Parçalanmış ailede yetişen katılımcıların ise duygusal taciz puan ortalamaları çekirdek ve geniş ailede büyüyen katılımcılardan daha yüksektir.

Bununla birlikte, katılımcıların fiziksel taciz, cinsel taciz, aşırı kontrol koruma ve ölçek toplamı puan ortalamalarının aile tipini göre anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p > 0,05$ ).

### Tablo 15.

*Katılımcıların Çalışma Durumlarına Göre Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Çalışma Durumu	N	Ort.	Ss.	t	p
Duygusal Taciz	Çalışıyor	240	8,575	3,67432		
	Çalışmıyor	146	8,2671	3,35342	0,825	0,41
Fiziksel Taciz	Çalışıyor	240	6,075	2,6581		
	Çalışmıyor	146	6,1781	2,57758	-0,374	0,709
Fiziksel İhmal	Çalışıyor	240	16,4625	3,12076		
	Çalışmıyor	146	17,1986	3,5789	-2,125	0,034*
Duygusal İhmal	Çalışıyor	240	14,4917	5,23346		
	Çalışmıyor	146	15,911	5,6738	-2,502	0,013*
Cinsel Taciz	Çalışıyor	240	5,8	2,57474		
	Çalışmıyor	146	6,4178	3,44965	-2,005	0,046*
Aşırı Koruma Kontrol	Çalışıyor	240	3,7458	1,78499		
	Çalışmıyor	146	3,5822	1,5877	0,91	0,363
Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği	Çalışıyor	240	69,5458	11,72372		
	Çalışmıyor	146	72,6027	12,35424	-2,434	0,015*

\*  $p < 0,05$

Tablo 15’te bağımsız gruplar t testi yapılarak katılımcıların Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeğinden aldıkları puanların çalışma durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinin fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel taciz alt boyutlarına ve ölçek toplamına ait puan ortalamalarının çalışma durumuna göre farklılaştığı görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Buna göre, çalışmayan katılımcıların fiziksel ve duygusal ihmal, cinsel taciz ve toplam ölçek puan ortalamaları çalışan katılımcılardan daha yüksektir.

Bununla birlikte, katılımcıların duygusal ve fiziksel taciz ile aşırı koruma kontrol puan ortalamalarının çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p > 0,05$ ).

#### **Tablo 16.**

*Katılımcıların Geçmişte Psikolojik/Psikiyatrik Destek Alma Durumlarına Göre Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Geçmişte psikolojik/psikiyatrik destek aldınız mı?	N	Ort.	Ss.	t	p
Duygusal Taciz	Evet	56	9,4643	3,86106	2,302	0,022*
	Hayır	330	8,2879	3,47796		
Fiziksel Taciz	Evet	56	6,8571	3,35981	2,304	0,022*
	Hayır	330	5,9879	2,46307		
Fiziksel İhmal	Evet	56	17,2857	3,94376	1,331	0,184
	Hayır	330	16,6485	3,19537		
Duygusal İhmal	Evet	56	16,2143	5,48623	1,769	0,078
	Hayır	330	14,8273	5,4156		
Cinsel Taciz	Evet	56	7,3036	3,98597	3,539	0,00*
	Hayır	330	5,8182	2,68118		
Aşırı Koruma Kontrol	Evet	56	4,4286	2,02581	3,572	0,00*
	Hayır	330	3,5576	1,62373		
Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği	Evet	56	78,1607	12,94292	5,178	0,00*
	Hayır	330	69,4364	11,42854		

\*  $p < 0,05$

Tablo 16’da bağımsız gruplar t testi yapılarak katılımcıların Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeğinden aldıkları puanlar geçmişte psikolojik/psikiyatrik destek alma durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeğinin duygusal, fiziksel ve cinsel taciz ve aşırı koruma kontrol alt boyutları ile ölçek toplamına ait puan ortalamalarının geçmişte psikolojik/psikiyatrik destek alma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Buna göre, geçmişte psikolojik/psikiyatrik destek alan katılımcıların aşırı koruma kontrol, cinsel taciz, fiziksel taciz, duygusal taciz ve toplam ölçek puan ortalamaları geçmişte psikolojik/psikiyatrik destek almayan katılımcılardan daha yüksektir.

Bununla birlikte, katılımcıların fiziksel ve duygusal ihmal puan ortalamalarının geçmişte psikolojik/psikiyatrik destek alma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 17.**

*Katılımcıların Şu Anda Psikolojik/Psikiyatrik Destek Alma Durumlarına Göre Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması*

	Şu anda psikolojik/psikiyatrik destek alıyor musunuz?	N	Ort.	Ss.	t	p
Duygusal Taciz	Evet	19	10,2105	3,61446	2,214	0,027*
	Hayır	367	8,3678	3,53335		
Fiziksel Taciz	Evet	19	8,6316	4,86724	4,388	0,00*
	Hayır	367	5,9837	2,39529		
Fiziksel İhmal	Evet	19	15,2632	3,63382	-2	0,046*
	Hayır	367	16,8174	3,28632		
Duygusal İhmal	Evet	19	14,6316	5,05756	-0,326	0,745
	Hayır	367	15,049	5,46552		
Cinsel Taciz	Evet	19	8,8947	4,92042	4,444	0,00*
	Hayır	367	5,8856	2,73871		
Aşırı Koruma Kontrol	Evet	19	4,2632	2,05053	1,514	0,131
	Hayır	367	3,654	1,69139		
Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği	Evet	19	76,7895	13,9546	2,272	0,024*
	Hayır	367	70,3869	11,8717		

\*  $p < 0,05$

Tablo 17’de bağımsız gruplar t testi yapılarak katılımcıların Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinden aldıkları puanlar şu anda psikolojik/psikiyatrik destek alma durumlarına göre karşılaştırılmıştır.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeğinin duygusal taciz, fiziksel taciz, fiziksel ihmal ve cinsel taciz alt

boyutları ile ölçek toplamına ait puan ortalamalarının şu anda psikolojik/psikiyatrik destek alma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ( $p<0,05$ ). Buna göre, şu anda psikolojik/psikiyatrik destek alan katılımcıların fiziksel, duygusal ve cinsel taciz ile toplam ölçek puan ortalamaları şu anda psikolojik/psikiyatrik destek almayan katılımcılardan daha yüksektir. Şu anda psikolojik/psikiyatrik destek almayan katılımcıların ise fiziksel ihmal puan ortalamaları psikolojik/psikiyatrik destek alan katılımcılardan daha yüksek yüksektir.

Bununla birlikte, katılımcıların duygusal ihmal ve aşırı koruma kontrol puan ortalamalarının şu anda psikolojik/psikiyatrik destek alma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 18.**

*Katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeği, Duygu Düzenleme Ölçeği ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Korelasyon Katsayıları*

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Katılımcı Sosyal Mizah	r	1													
	p														
Kendini Geliştirici Mizah	r	,234**	1												
	p	0,00													
Saldırgan Mizah	r	,509**	,602**	1											
	p	0,00	0,00												
Kendini Yıkıcı Mizah	r	,325**	,498**	,545**	1										
	p	0,00	0,00	0,00											
Mizah Tarzları Ölçeği	r	,594**	,815**	,849**	,793**	1									
	p	0,00	0,00	0,00	0,00										
Yeniden Değerlendirme	r	,215**	,394**	,333**	,123*	,352**	1								
	p	0,00	0,00	0,00	0,015	0,00									
Bastırma	r	,209**	0,077	,162**	,223**	,207**	-,145**	1							
	p	0,00	0,129	0,001	0,00	0,00	0,004								
Duygusal Taciz	r	0,023	0,003	0,018	0,087	0,043	-,337**	,200**	1						
	p	0,647	0,946	0,719	0,089	0,4	0,00	0,00							
Fiziksel Taciz	r	0,015	-,119*	-0,053	-0,061	-0,082	-,196**	,104*	,590**	1					
	p	0,765	0,02	0,297	0,23	0,108	0,00	0,041	0,00						
Fiziksel İhmal	r	,189**	,272**	,204**	-0,024	,206**	,424**	-0,085	-,345**	-,237**	1				
	p	0,00	0,00	0,00	0,636	0,00	0,00	0,097	0,00	0,00					
Duygusal İhmal	r	0,088	,203**	,152**	-0,094	,115*	,523**	-,229**	-,554**	-,227**	,683**	1			
	p	0,084	0	0,003	0,065	0,024	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Cinsel Taciz	r	-0,007	0,047	0,001	-0,006	0,016	0,013	-0,004	,404**	,573**	-0,08	-0,054	1		
	p	0,897	0,361	0,987	0,902	0,761	0,801	0,933	0,00	0,00	0,116	0,294			
Aşırı Koruma Kontrol	r	0,048	0,012	0,047	0,067	0,054	-,239**	,210**	,623**	,414**	-,202**	-,347**	,270**	1	
	p	0,344	0,817	0,36	0,186	0,293	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği	r	,141**	,234**	,189**	-0,056	,163**	,300**	-0,031	,259**	,454**	,544**	,548**	,554**	,333**	1
	p	0,005	0,00	0,00	0,269	0,001	0,00	0,541	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

\*\* p < 0,01 \*p<0,05

Tablo 18’de katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeği, Duygu Düzenleme Ölçeği ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki ilişkilere ait korelasyon katsayılarına yer verilmiştir.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeği puanları ile Duygu Düzenleme Ölçeğinin yeniden değerlendirme ( $r=0,352$ ;  $p<0,01$ ) ve bastırma ( $r=0,207$ ;  $p<0,01$ ) alt boyutlarına ait puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler bulunduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca katılımcıların Mizah Tarzları Ölçeği puanları ile Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği puanları ( $r=0,163$ ;  $p<0,01$ ) arasında da pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Buna göre katılımcıların mizah tarzları puanları arttıkça yeniden değerlendirme, bastırma ve çocukluk çağı travmaları puanları da artmaktadır.

Bununla birlikte, katılımcıların Duygu Düzenleme Ölçeğinin yeniden değerlendirme alt boyutu puanları ile Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği puanları ( $r=0,300$ ;  $p<0,01$ ) arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunurken Duygu Düzenleme Ölçeğinin bastırma alt boyutu puanları ile Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği puanları ( $r=-0,031$ ;  $p>0,05$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmamaktadır. Buna göre katılımcıların yeniden değerlendirme puanları arttıkça çocukluk çağı travmaları puanları da artmaktadır.

### **Tablo 19.**

*Katılımcılarda Mizah Tarzları ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Puanlarının Duygu Düzenleme Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları*

Değişken	B	Sh	$\beta$	t	p
(Sabit)	10,116	2,787		3,63	0,00
Mizah Tarzları Ölçeği	0,174	0,019	0,407	8,935	0,00**
Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği	0,114	0,028	0,186	4,086	0,00**
R=0,475	R <sup>2</sup> =0,225		F(2;385)=55,721		p<0,01
Bağımlı Değişken: Duygu Düzenleme Ölçeği					

Tablo 19’da katılımcılarda Mizah Tarzları Ölçeği ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeğinden aldıkları puanların Duygu Düzenleme Ölçeği puanları üzerinde yordayıcı etkisini incelemek için gerçekleştirilen regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tabloda yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcılarda Mizah Tarzları Ölçeği puanlarının ( $\beta=0,407$ ;  $p<0,01$ ) ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği puanlarını ve ( $\beta=0,186$ ;  $p<0,01$ ) Duygu Düzenleme Ölçeği puanlarını pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir.

Katılımcılarda duygu düzenleme değişiminin %22’si mizah tarzları ve çocukluk çağı travmaları tarafından açıklanmaktadır.



## BÖLÜM V

### Tartışma

Araştırmada ilk olarak araştırma kapsamına alınan genç yetişkinlerin mizah tarzlarının cinsiyete göre farklılaştığı belirlenmiştir. Erkek katılımcıların katılımcı sosyal mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzlarını, kadın katılımcılardan daha fazla kullandığı görülmüştür. Literatüre bakıldığında, mizah tarzları ve cinsiyet arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar farklı sonuçlar vermiştir. Salavera vd. (2020) tarafından yapılan bir çalışmada, kadın ve erkek katılımcılar arasında mizah tarzları kullanımını açısından anlamlı farklar bulunmuştur. Bu çalışmaya göre erkekler; katılımcı, kendini geliştirici, saldırgan ve kendini yıkıcı mizah alt boyunlarını kadınlara göre daha fazla kullanmıştır. Tümkaya (2011) tarafından yapılan farklı bir çalışmaya göre ise saldırgan ve kendini yıkıcı mizah tarzlarında erkek öğrencilerin puanları, kızlardan anlamlı bir şekilde yüksek çıkarken; katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah alt boyutları açısından kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Yapılan araştırmada saldırgan mizah tarzının erkek katılımcılar tarafından kadınlara kıyasla daha fazla kullanılmış olması evrimsel kaynaklı olabilmektedir. Erkeklerin kadınlara kıyasla fiziksel ve sözel olarak daha saldırgan oldukları saptanmıştır (Archer, 2004). Agresif mizah kullanımının kişisel arası cinsel rekabetle ilişkili olduğu öne sürülmüştür (Duarte, 2020). Yapılan araştırmada uyumsuz mizah tarzlarının yanında uyumlu mizah tarzlarının da erkeklerce daha fazla kullanılmış olması katılımcı özellikleri ile ilgili olabilmektedir. Önemli bir kısmı psikoloji öğrencilerinden oluşan bu çalışmada bu etmenin sonucu etkilemiş olabileceği düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada kendini geliştirici mizahın, eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. İlkokul eğitim düzeyine sahip katılımcıların kendini geliştirici mizah tarzını, lise, lisans, yüksek lisans ve üzeri eğitim düzeyine sahip katılımcılardan daha fazla kullandığı görülmüştür. Katılımcı sosyal mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzları ise eğitim düzeyine göre farklılaşmamaktadır. Literatüre bakıldığında Toğrul (2021) tarafından yapılan bir araştırmaya göre katılımcı ve saldırgan mizah tarzları eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Lisansüstü eğitime sahip olanların katılımcı mizah tarzını lise ve altı eğitime sahip olanlardan daha fazla kullandığı saptanmıştır. Lisansüstü eğitime sahip olanların saldırgan mizah tarzını lise ve altı eğitime sahip

olanlar ve üniversite mezunu olanlardan daha fazla kullandığı saptanmıştır. Yapılan araştırmada ise katılımcı sosyal mizah ve saldırgan mizah tarzlarının katılımcıların eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı görülmektedir. Bu sonuçların katılımcı özellikleri ve örneklemin temsiliyet gücü ile açıklanabileceği düşünülmektedir. Örneklemin çoğunluğunun lisansüstü psikoloji öğrencisi olmasının, temsiliyet gücünü azalttığı ve araştırma sonucunu etkilemiş olabileceği düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada katılımcı sosyal, saldırgan ve kendini yıkıcı mizah tarzları katılımcıların çalışma durumuna göre farklılaşmaktadır. Çalışan katılımcıların kendini yıkıcı, saldırgan ve katılımcı sosyal mizah tarzlarını çalışmayan katılımcılara kıyasla daha fazla kullandığı görülmektedir. Bununla birlikte, kendini geliştirici mizah, çalışma durumuna göre farklılaşmamaktadır. Literatüre göre katılımcı, kendini geliştirici, saldırgan ve kendini yıkıcı mizah tarzlarının çalışma durumuna göre anlamlı şekilde farklılaştığı ve çalışan kişilerin bu mizah tarzlarını çalışmayan kişilere kıyasla da fazla kullandığı saptanmıştır (Toğrul, 2021). Yapılan araştırmada kendini yıkıcı, saldırgan ve katılımcı mizah tarzlarının çalışan katılımcılarda çalışmayanlara kıyasla daha fazla görülmesi durumu, gün içinde daha fazla insanla muhatap olmaları, görev yükünün daha fazla olması, stres yaratan durumlarla daha fazla karşılaşılabilmesi gibi etmenlerin mizah kullanımı ihtiyacını artırabileceği düşüncesiyle açıklanabilmektedir. Literatüre bakıldığında çeşitli araştırmalar mizah kullanımının iş arkadaşlarıyla iyi ilişkiler kurabilme, verilen görevleri yerine getirebilme (Mak vd., 2012) ve iş ortamında stres yaratan durumlarla başa çıkma konularındaki işlevselliğini (Wanzer vd., 2005) göstermektedir.

Yapılan araştırmada duygu düzenlemenin bastırma alt boyutu cinsiyete değişkenine göre farklılaşmaktadır. Erkek katılımcıların kadın katılımcılara kıyasla bastırmayı daha fazla kullandığı saptanmıştır. Duygu düzenlemenin yeniden değerlendirme alt boyutunun ise cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı kaydedilmiştir. Literatüre bakıldığında duygu düzenleme ve cinsiyet arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar farklı sonuçlar vermektedir. Haşimoğlu ve Aslandoğan (2018) tarafından yapılan bir araştırmaya göre öğrencilerin duygu düzenleme stratejileri puanları, cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Goubet ve Chrysikou (2019) tarafından yapılan farklı bir araştırmaya göre ise duygu düzenlemenin bastırma boyutu, erkek katılımcılar tarafından kadın katılımcılara kıyasla daha fazla; yeniden değerlendirme ise kadın katılımcılar tarafından daha fazla kullanılmıştır. Yapılan

araştırmanın bulgularına göre erkek katılımcıların kadınlara kıyasla bastırmayı daha fazla kullanmasının nedeni, erkeklerin kadınlara oranla duruma bağlı farklı stratejiler kullanılması açısından daha az esnek davranabilmesi olarak düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada duygu düzenlemenin yeniden değerlendirme alt boyutu aile tipine göre farklılaşmaktadır. Parçalanmış aile tipine sahip katılımcıların yeniden değerlendirmeyi geniş aile ve çekirdek aile tipine sahip katılımcılardan daha fazla kullandığı görülmektedir. Duygu düzenlemenin bastırma alt boyutunun aile tipine göre farklılaşmadığı görülmektedir. Literatüre bakıldığında Karim vd.'nin (2013) çocuklarla yaptığı bir araştırmaya göre duygu düzenlemenin aile tipiyle ilişkisi olmadığı saptanmıştır. Yapılan araştırmada, parçalanmış ailedeki katılımcıların diğer katılımcılara kıyasla yeniden değerlendirmeyi daha fazla kullanmasının nedeninin, olumsuz hayat şartlarının kişiyi uyumlu duygu düzenleme stratejilerini kullanmaya itebileceği olduğu düşünülmüştür. Bir diğer dikkat edilmesi gereken nokta ise katılımcı niteliklerinin olası etkileridir.

Yapılan araştırmada duygu düzenlemenin yeniden değerlendirme boyutu katılımcıların gelir durumuna göre farklılık göstermektedir. Gelir durumu asgari ücretin altında olan katılımcıların yeniden değerlendirmeyi, geliri asgari ücret ve üzerinde olan katılımcılardan daha fazla kullandığı saptanmıştır. Duygu düzenlemenin bastırma alt boyutu ise katılımcıların gelir durumuna göre farklılık göstermemektedir. Literatürdeki çeşitli araştırmalar, uyumlu duygu düzenleme yöntemlerinin yüksek gelir düzeyi ile (Urquijo, 2019); çocuklukta düşük gelir düzeyinin ise zararlı ve hatalı duygu düzenleme yöntemleri ile ilişkili olduğunu (Criss, 2016) göstermektedir. Yapılan araştırmada, olumlu bir strateji olan yeniden değerlendirmenin, gelir durumu asgari ücretin altında olan katılımcılar tarafından, geliri asgari ücret ve üzerinde olan katılımcılara kıyasla daha fazla kullanıldığı saptanması, farklı faktörlerin de etkili olabileceğini ortaya çıkarmaktadır. Gelir durumunun düşük olması ve olumsuz yaşam koşullarına sahip olunması durumunun, kişinin yeniden değerlendirmeyi daha fazla kullanmasını sağlayabileceği düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada çocukluk çağı travmalarının fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel taciz ve aşırı koruma kontrol alt boyutları, katılımcıların eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır. Çocukluk çağı travmalarının duygusal taciz ve fiziksel alt boyutları eğitim durumuna göre farklılık göstermemektedir. Yüksek lisans ve üzeri eğitim durumuna sahip katılımcılarda fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel

taciz; lise ve lisans eğitim durumuna sahip katılımcılara kıyasla daha fazla görülmektedir. Aşırı koruma kontrol, ilkökul eğitime sahip katılımcılarda lise, lisans, yüksek lisans ve üzeri eğitim durumuna sahip katılımcılara kıyasla daha fazla görülmektedir. Literatüre bakıldığında eğitim durumu ve çocukluk çağı travmalarının karşılaştırıldığı çalışmalar farklı sonuçlar vermektedir. Hyman (2000), çocukluk veya ergenlik döneminde şiddet ve kötü muameleye maruz kalan bireylerin yetişkinlikte daha düşük gelir düzeylerine sahip olmasını, daha düşük eğitim ve mesleki başarılarının bir sonucu olarak açıklamıştır. Medrano vd. (1999), madde bağımlısı kadın katılımcılar ile yaptıkları bir çalışmada eğitim durumu ve çocukluk çağı travmaları arasında anlamlı bir ilişki saptamamıştır. Yapılan araştırmada, çocukluk çağı travmalarının duygusal taciz ve fiziksel taciz hariç tüm alt boyutlarının eğitim durumuna göre farklılaşmasının sebeplerinden birinin katılımcı özellikleri olabileceği düşünülmektedir. Yapılan araştırmadaki katılımcıların madde bağımlıları yerine üniversite öğrencilerinden oluşmasının bu farklı bulgulara kaynak olabileceği düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada çocukluk çağı travmalarının fiziksel taciz, cinsel taciz, fiziksel ihmal ve duygusal ihmal alt boyutları katılımcıların gelir durumuna göre farklılaşmaktadır. Çocukluk çağı travmalarının duygusal taciz ve aşırı koruma kontrol alt boyutları ise gelire göre farklılaşmamaktadır. Asgari ücretin üç katından fazla gelire sahip olan katılımcılarda fiziksel ve cinsel taciz diğer katılımcılara kıyasla daha fazla görülmüştür. Asgari ücretin altında gelir durumuna sahip olan katılımcılarda ise fiziksel ve duygusal ihmal diğer gelir durumuna sahip katılımcılara kıyasla daha fazla görülmüştür. Literatüre bakıldığında yapılan çalışmalar, çocukluk çağı travmalarının gelir durumuyla anlamlı bir ilişkisi olduğunu göstermiştir (Mock ve Arai, 2011). Zielinski (2009), çocuklukta fiziksel istismar, zihinsel istismar veya ciddi ihmal yaşayan yetişkinlerin, yetişkinlikte federal yoksulluk seviyesinin altına düşme ve gelir dağılımının en alt çeyreğinde olan bir hanede yaşama ihtimalinin iki katından fazla olduğunu bulmuştur. Yapılan araştırmadaki bulguların literatüre kıyasla farklı olmasının nedeni, katılımcılarda çocukluk çağı travması görülmesi şartının aranmamasıyla açıklanabilmektedir. Literatürdeki çalışmaların genellikle çocukluk çağı travması görülen bireyler üzerinden yapıldığı saptanmıştır. Yapılan araştırmada çocukluk çağı travma görülme oranının düşük olmasının sonuçlarımıza etki etmiş olabileceği düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada çocukluk çağı travmalarının fiziksel ihmal, duygusal ihmal, duygusal taciz alt boyutları, aile tipine göre farklılaşmaktadır. Fiziksel taciz, cinsel taciz ve aşırı kontrol koruma boyutları aile tipine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Çekirdek ailede yetişen bireylerde fiziksel ihmal ve duygusal ihmal görülmesi geniş ve parçalanmış ailede büyüyen katılımcılara kıyasla daha fazladır. Parçalanmış ailede yetişen katılımcılarda ise duygusal taciz görülmesi çekirdek ve geniş ailede büyüyen katılımcılara kıyasla daha fazladır. Literatüre bakıldığında, hemşirelik öğrencileriyle yapılan bir çalışmada çocukluk çağı travmalarının %32,4'ü algılanan sosyo-ekonomik düzey ve aile tipi ile açıklanmaktadır (Özçevik ve Güneş, 2019). Erükçü Akbaş (2014) tarafından yapılan farklı bir araştırmada duygusal istismar ile aile tipi arasındaki ilişki ortaya konmaktadır. Yapılan araştırmada bulguların farklı olması, değişik faktörlerin de etki edebileceğini göstermektedir. Örneğin çekirdek ailede fiziksel ve duygusal ihmalin daha fazla görülmesi, kardeş sayısı ve ebeveyn faktörlerinin de incelemesi gerektiğini göstermektedir.

Yapılan araştırmada çocukluk çağı travmalarının fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel taciz boyutları katılımcıların çalışma durumuna göre farklılaşmaktadır. Çocukluk çağı travmalarının duygusal taciz, fiziksel taciz ve aşırı kontrol koruma boyutları ise katılımcıların çalışma durumuna göre farklılaşmamaktadır. Çalışmayan katılımcılarda fiziksel ve duygusal ihmal, cinsel taciz görülmesi çalışan katılımcılardan daha yüksektir. Literatür incelendiğinde doğrudan çocukluk travması ve çalışma durumu karşılaştırmasına pek fazla rastlanmasa da bazı araştırmalar çalışmamıza ışık tutmaktadır. Liu vd. (2013) tarafından yapılan bir araştırmada hem erkekler hem de kadınlar arasında, işsizlik oranı, herhangi bir olumsuz çocukluk tecrübesi olduğunu bildirenler arasında, hiç olumsuz çocukluk tecrübesi olmadığını bildirenlere göre önemli ölçüde daha yüksek bulunmuştur. Zielinski (2009) tarafından yapılan bir çalışmaya göre ise çocuklukta birden fazla kötü muamele türü bildiren bireylerin, yetişkinlikte işsiz kalma veya ailelerinde maddi sıkıntıyla sonuçlanan bir iş kaybı yaşama olasılığı daha yüksek bulunmuştur. Yapılan araştırmada fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve cinsel taciz boyutlarının katılımcıların çalışma durumuna göre farklılaşma göstermesi, çocukluk çağı travmasının, kişinin iş bulmada ihtiyaç olan kişilik faktörleri, eğitim, hayata katılım gibi etmenleri etkileyebileceği ve bu nedenle kişinin iş bulmakta zorluk çekebilmesine neden olabileceği düşünceyle açıklanabilmektedir.

Yapılan araştırmada çocukluk çağı travmaları geçmişte psikolojik/psikiyatrik destek alma durumuna göre farklılaşmaktadır. Geçmişte psikolojik/psikiyatrik destek almış olan katılımcılarda aşırı koruma kontrol, cinsel taciz, fiziksel taciz, duygusal tacizin destek almamış katılımcılara kıyasla daha fazla görüldüğü saptanmıştır. Ayrıca çocukluk çağı travmaları şu anda psikolojik/psikiyatrik destek alma durumuna göre farklılaşmaktadır. şu anda psikolojik/psikiyatrik destek alan katılımcılarda fiziksel, duygusal ve cinsel tacizin destek almayan katılımcılara kıyasla daha fazla görüldüğü saptanmıştır. Literatüre bakıldığında psikolojik destek alma davranışının bireylerde çocukluk çağı travmaları görülme durumuna göre karşılaştırıldığı çalışmalara rastlanılmamaktadır. Fakat çocukluk çağı travmalarının yol açabileceği ruhsal bozukluklar ve destek alma davranışını etkileyebilecek değişkenler araştırmacılar tarafından incelenmiştir. Çocukluk çağı travmasına maruz kalma durumunun, depresyon, anksiyete ve travmaya özgü semptomlar gibi uzun süreli sağlık sorunları geliştirme riskiyle ilişkili olduğu araştırmalarca saptanmıştır (Briere ve Elliott, 2003; Foote vd., 2006). Stige vd. (2013), öz-yönetim, rahatsızlık seviyesi, mevcut kaynakları aşan durumsal talepler, tükenme ve kontrol kaybıyla sonuçlanan deneyimlerin destek alma davranışına katkıda bulunduğunu açıklamaktadır. Yapılan araştırmada geçmişte ve şu anda psikolojik destek alma durumu, travmatik çocukluk geçmişi ile ilişkili bulunmuştur. Yapılan araştırmada psikolojik destek almanın çocukluk çağı travmaları görülen bireylerde diğerlerine kıyasla daha fazla görülmesi, kişilerdeki olası psikolojik semptomlar ve çoğunluğu psikoloji ğrencisi olan katılımcıların farkındalık düzeyinin destek alma davranışlarını etkilemiş olabilmesiyle açıklanabilmektedir.

Yapılan araştırmada mizah tarzları ile duygu düzenlemenin yeniden değerlendirme ve bastırma alt boyutları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler bulunduğu anlaşılmaktadır. Literatür incelendiğinde bu çalışmadan farklı olarak, Matthews (2016)'un yaptığı çalışmada uyumlu mizah tarzlarının, duygu düzenlemede zorluklarla orta düzeyde negatif, uyumsuz mizah tarzlarının ise duygu düzenlemede zorluklarla orta düzeyde pozitif bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Yapılan araştırmada ise hem bastırma hem yeniden değerlendirmenin mizah tarzları ile pozitif yönde anlamlı ilişkisinin bulunmasının; örneklem boyutu ve ölçek puanlarının öz rapor niteliğiyle açıklanabileceği düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada mizah tarzları ile çocukluk çağı travmaları arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Buna göre

katılımcıların mizah tarzları puanları arttıkça yeniden değerlendirme, bastırma ve çocukluk çağı travmaları puanları da artmaktadır. Literatüre bakıldığında Kazarian v.d (2010) tarafından yapılan bir çalışmaya göre, hatırlanan anne ve baba kabulünün uyumlu mizah tarzları ile önemli ölçüde pozitif yönde, uyumsuz mizah tarzları ile ise negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. En güçlü korelasyonlar hem ebeveyn sıcaklığı hem de genel olarak reddedilmeyle ilişkili olarak kendini geliştirici mizahla ve özellikle baba reddiyle ilişkili olarak kendi kendini yıkıcı mizahla bulunmuştur. Yapılan araştırmada ise hem olumlu hem olumsuz nitelikteki mizah alt boyutları çocukluk çağı travmaları ile ilişkili bulunmuştur. Bunun sebebinin örneklem boyutu, niteliği ve sosyal destek faktörleri ile açıklanabileceği düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada duygu düzenlemenin yeniden değerlendirme alt boyutu ile çocukluk çağı travmaları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Katılımcıların yeniden değerlendirme puanları arttıkça çocukluk çağı travmaları puanları da artmaktadır. Duygu düzenlemenin bastırma alt boyutu ile çocukluk çağı travmaları arasında anlamlı ilişkiler bulunmamaktadır. Literatüre bakıldığında çocukluk çağı travmasının, özellikle bakıcı ile çocuk arasında tekrarlanan kişilerarası travmanın, uygun duygu düzenleme becerilerinin kazanılmasına müdahale ettiği görülmektedir (Burns vd., 2010; Cicchetti ve Rogosch, 2009). Cole vd. (2004), yaptıkları çalışmada çocukluk çağı travmasının duygu düzenleme ile ilgili sonraki sorunlara neden olabileceğine dair deneysel kanıtlar sağlamıştır. Yapılan araştırmada duygu düzenlemenin yeniden değerlendirme alt boyutu ile çocukluk çağı travmaları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler bulunurken duygu düzenlemenin bastırma alt boyutu ile çocukluk çağı travmaları arasında anlamlı ilişkiler bulunmaması; katılımcıların eğitim durumları, sosyal destek ve farkındalık gibi etmenlerle açıklanabilmektedir. İstatiksel olarak çoğunluğu psikoloji öğrencilerinden oluşan örneklemin, çocukluk çağı travmaları görülmesine rağmen olumlu stratejilerden yeniden değerlendirmeyi kullanması, psikoeğitim ve farkındalık etmenlerinin olası etkilerini düşündürmektedir. Ayrıca, kişilik özelliklerinin yapılan araştırmanın sonuçlarını etkilemiş olabileceği düşünülmektedir. Literatürdeki araştırmalar, katılımcılardaki kişilik özelliklerinin uyumlu veya uyumsuz nitelikte duygu düzenleme stratejileri kullanmalarında yordayıcı görev üstlendiğini göstermektedir (Purnamaningsih, 2017).

Yapılan araştırmada mizah tarzları ve çocukluk çağı travmalarının, duygu düzenlemeyi pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir.

Katılımcılarda duygu düzenleme değişiminin %22'si mizah tarzları ve çocukluk çağı travmaları tarafından açıklanmaktadır. Literatürde ilgili çalışmalara rastlanılmamaktadır.



## BÖLÜM VI

### Sonuç ve Öneriler

#### Sonuçlar

Katılımcıların mizah tarzları ölçeğinin tüm alt boyutlarına ve ölçek toplamına ait puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur. Yeniden değerlendirme puan ortalamalarının ise cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir.

Katılımcıların kendini geliştirici mizah alt boyutuna ait puan ortalamalarının eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Katılımcıların yeniden değerlendirme ve bastırma puan ortalamalarının eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir. Katılımcıların çocukluk çağı travmalar ölçeğinin fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel taciz ve aşırı koruma kontrol alt boyutları ile ölçek toplamına ait puan ortalamalarının eğitim durumuna göre farklılaştığı görülmektedir.

Katılımcıların mizah tarzları ölçeğinin katılımcı sosyal, saldırgan ve kendini yıkıcı mizah alt boyutları ile ölçek toplamına ait puan ortalamalarının, çalışma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Katılımcıların bastırma puan ortalamalarının çalışma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir.

Katılımcıların yeniden değerlendirme puan ortalamalarının aile tipine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Katılımcıların çocukluk çağı travmalar ölçeğinin duygusal taciz, fiziksel ihmal ve duygusal ihmal alt boyutlarına ait puan ortalamalarının aile tipine göre farklılaştığı görülmektedir.

Katılımcıların yeniden değerlendirme puan ortalamalarının gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Katılımcıların çocukluk çağı travmaları ölçeğinin fiziksel ve cinsel taciz, fiziksel ve duygusal ihmal alt boyutlarına ve ölçek toplamına ait puan ortalamalarının gelir durumuna göre farklılaştığı görülmektedir.

Katılımcıların çocukluk çağı travmaları alt boyutlarından fiziksel taciz ve cinsel taciz alt boyutlarına ve ölçek toplamına ait puan ortalamalarının medeni duruma göre farklılaştığı görülmektedir.

Katılımcıların çocukluk çağı travmaları ölçeğinin fiziksel ihmal, duygusal ihmal alt boyutlarına ve ölçek toplamına ait puan ortalamalarının yaşama ortamına göre farklılaştığı görülmektedir.

Katılımcıların çocukluk çağı travmaları ölçeğinin fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel taciz alt boyutlarına ve ölçek toplamına ait puan ortalamalarının çalışma durumuna göre farklılaştığı görülmektedir

Katılımcıların çocukluk çağı travmalar ölçeğinin duygusal, fiziksel ve cinsel taciz ve aşırı koruma kontrol alt boyutları ile ölçek toplamına ait puan ortalamalarının geçmişte psikolojik/psikiyatrik destek alma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir.

Katılımcıların çocukluk çağı travmalar ölçeğinin duygusal taciz, fiziksel taciz, fiziksel ihmal ve cinsel taciz alt boyutları ile ölçek toplamına ait puan ortalamalarının şu anda psikolojik/psikiyatrik destek alma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir.

Katılımcıların mizah tarzları ölçeği puanları ile duygu düzenleme ölçeğinin yeniden değerlendirme ve bastırma alt boyutlarına ait puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler bulunduğu anlaşılmaktadır.

Katılımcıların mizah tarzları ölçeği puanları ile çocukluk çağı travmaları ölçeği puanları arasında da pozitif yönlü ve istatikselsel olarak anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Bununla birlikte, katılımcıların duygu düzenleme ölçeğinin yeniden değerlendirme alt boyutu puanları ile çocukluk çağı travmaları ölçeği puanları arasında pozitif yönlü ve istatikselsel olarak anlamlı ilişkiler bulunurken duygu düzenleme ölçeğinin bastırma alt boyutu puanları ile çocukluk çağı travmaları ölçeği puanları arasında istatikselsel olarak anlamlı ilişkiler bulunmamaktadır.

Katılımcılarda mizah tarzları ölçeği puanlarının ve çocukluk çağı travmaları ölçeği puanlarının ve duygu düzenleme ölçeği puanlarını pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Katılımcılarda duygu düzenleme değişiminin %22'si mizah tarzları ve çocukluk çağı travmaları tarafından açıklanmaktadır.

## **Öneriler**

### **Akademik Öneriler**

Mizah Tarzları, Çocukluk Çağı Travmaları ve Duygu Düzenleme konusunda araştırma yapmak isteyen araştırmacıların daha kapsamlı ve temsiliyet gücü yüksek bir örneklem grubu seçerek doğru sonuçlara varabileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla araştırmacıların, ileride yapacakları araştırmalarda bu noktalara dikkat etmeleri önerilmektedir. Katılımcıların önemli bir kısmının psikoloji ve klinik psikoloji öğrencilerinden veya mezunlarından seçilmiş olması sonuçları etkileyebilmektedir. Bu yüzden katılımcıların toplumu daha çok yansıtabilen, temsiliyet gücü yüksek bir örneklem üzerinden seçilmesi daha doğru olacaktır. Çocukluk çağı travmalarının da incelenen değişkenler arasında olduğu araştırmalarda bu değişkenin görüldüğü katılımcı sayısına dikkat etmek daha sağlıklı sonuçlar verecektir. Genç yetişkinlerin incelendiği bu çalışmada 18-40 yaş arası yetişkinlerde 30 yaş üstü katılımcı sayısı, 18-30 yaş arası katılımcı sayısına kıyasla oldukça azdır. Araştırmanın temsiliyet gücü daha yüksek olması için belirtilen her yaş grubundan eşit sayıda katılımcı sağlanması ilerideki araştırmalar için önemli bir husustur.

### **Klinik Öneriler**

Psikoterapistler mizah tarzlarının hem olumlu hem de olumsuz nitelik taşıyabileceğini, kişiye fayda sağladığı gibi zarar da verebileceğini unutmamalıdır. Uyumlu ve uyumsuz nitelikte mizah kullanımını hastalarda dikkatli bir şekilde gözlemlenmelidir. Kullanılan mizahın içeriğinin kişinin travma geçmişiyle birlikte yorumlanması gerektiği düşünülmektedir. Ruh sağlığı çalışanlarının, hastanın kullandığı mizah tarzlarının duygu düzenlemede sağlayabileceği olası faydaları ve yaratabileceği zararları iyi gözlemlemesi gerektiği düşünülmektedir.

### Kaynakça

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical psychology review, 30*(2), 217-237.
- Amici, P. (2020). Humor in the age of COVID-19 lockdown: An explorative qualitative study. *Psychiatria Danubina, 32*(1), 15-20.
- Amjad, A., & Dasti, R. (2022). Humor styles, emotion regulation and subjective well-being in young adults. *Current Psychology, 41*(9), 6326-6335.
- APA (1980) Diagnostic and statistical manual of mental disorders (3rd Edition) (DSM-III). American Psychiatric Association,
- APA (2000) Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV TR). American Psychiatric Association,
- Archer, J. (2004). Sex differences in aggression in real-world settings: A meta-analytic review. *Review of General Psychology, 8*(4), 291-322.
- Bach, B., Lockwood, G., & Young, J. E. (2018). A new look at the schema therapy model: organization and role of early maladaptive schemas. *Cognitive behaviour therapy, 47*(4), 328-349.
- Balcı, A. (2010). Sosyal Bilimlerde Araştırma: Yöntem, Teknik ve İlkeler (8. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Ballard, E. D., Van Eck, K., Musci, R. J., Hart, S. R., Storr, C. L., Breslau, N., & Wilcox, H. C. (2015). Latent classes of childhood trauma exposure predict the development of behavioral health outcomes in adolescence and young adulthood. *Psychological medicine, 45*(15), 3305-3316.
- Cicchetti, D. (1993). Defining child maltreatment: The interface between policy and research. In *Child abuse, child development, and social policy*. Ablex.
- Beilharz, J. E., Paterson, M., Fatt, S., Wilson, C., Burton, A., Cvejic, E., ... & Vollmer-Conna, U. (2020). The impact of childhood trauma on psychosocial functioning and physical health in a non-clinical community sample of young adults. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry, 54*(2), 185-194.
- Bernstein, D.P., & Fink, L. (1998). *Childhood Trauma Questionnaire: A retrospective self-report manual* San Antonio, TX: The Psychological Corporation.

- Braniecka, A., Hanć, M., Wołkowicz, I., Chrzczonowicz-Stępień, A., Mikołajonek, A., & Lipiec, M. (2019). Is it worth turning a trigger into a joke? Humor as an emotion regulation strategy in remitted depression. *Brain and behavior, 9*(2), e01213.
- Briere, J., & Elliott, D. M. (2003). Prevalence and psychological sequelae of self-reported childhood physical and sexual abuse in a general population sample of men and women. *Child abuse & neglect, 27*(10), 1205-1222.
- Briere, J., & Rickards, S. (2007). Self-awareness, affect regulation, and relatedness: Differential sequels of childhood versus adult victimization experiences. *The Journal of Nervous and Mental Disease, 195*(6), 497-503.
- Briggs-Gowan, M. J., Carter, A. S., & Ford, J. D. (2012). Parsing the effects violence exposure in early childhood: Modeling developmental pathways. *Journal of pediatric psychology, 37*(1), 11-22.
- Burns, E. E., Jackson, J. L., & Harding, H. G. (2010). Child maltreatment, emotion regulation, and posttraumatic stress: The impact of emotional abuse. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 19*(8), 801-819.
- Butchart, A. (2006). Violence and public health: an integrated evidence-based approach to preventing domestic violence and child abuse. *Resource Material Series No, 69*.
- Büyüköztürk, Ş. (2017). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı. Ankara: Pegem Akademi
- Cameron, L. D., & Overall, N. C. (2018). Suppression and expression as distinct emotion-regulation processes in daily interactions: Longitudinal and meta-analyses. *Emotion, 18*(4), 465.
- Cann, A., & Matson, C. (2014). Sense of humor and social desirability: Understanding how humor styles are perceived. *Personality and Individual Differences, 66*, 176-180.
- Chiappelli, F., Prolo, P., & Cajulis, O. S. (2005). Evidence-based research in complementary and alternative medicine I: history. *Evidence-based Complementary and Alternative Medicine, 2*(4), 453-458.
- Choi, J. Y., & Oh, K. J. (2014). Cumulative childhood trauma and psychological maladjustment of sexually abused children in Korea: Mediating effects of emotion regulation. *Child abuse & neglect, 38*(2), 296-303.

- Cicchetti, D., & Rogosch, F. A. (2009). Adaptive coping under conditions of extreme stress: Multilevel influences on the determinants of resilience in maltreated children. *New directions for child and adolescent development*, 2009(124), 47-59.
- Cloitre, M., Miranda, R., Stovall-McClough, K. C., & Han, H. (2005). Beyond PTSD: Emotion regulation and interpersonal problems as predictors of functional impairment in survivors of childhood abuse. *Behavior therapy*, 36(2), 119-124.
- Cloitre, M., Stolbach, B. C., Herman, J. L., Kolk, B. V. D., Pynoos, R., Wang, J., & Petkova, E. (2009). A developmental approach to complex PTSD: Childhood and adult cumulative trauma as predictors of symptom complexity. *Journal of traumatic stress*, 22(5), 399-408.
- Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child development*, 75(2), 317-333.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. D. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the society for research in child development*, 73-100.
- Colombo, D., Fernández-Álvarez, J., Suso-Ribera, C., Cipresso, P., Valev, H., Leufkens, T., ... & Botella, C. (2020). The need for change: Understanding emotion regulation antecedents and consequences using ecological momentary assessment. *Emotion*, 20(1), 30.
- Criss, M. M., Morris, A. S., Ponce-Garcia, E., Cui, L., & Silk, J. S. (2016). Pathways to adaptive emotion regulation among adolescents from low-income families. *Family Relations*, 65(3), 517-529.
- Çalışandemir, F., & Tagay, Ö. (2015). Multidimensional perfectionism and humor styles the predictors of life satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 174, 939-945.
- Doosje, S., De Goede, M., Van Doornen, L., & Goldstein, J. (2010). Measurement of occupational humorous coping. *Humor: International Journal of Humor Research*, 23(3), 275-305.
- Dozois, D. J., & Beck, A. T. (2008). Cognitive schemas, beliefs and assumptions. *Risk factors in depression*, 119-143.

- Dozois, D. J., Martin, R. A., & Bieling, P. J. (2009). Early maladaptive schemas and adaptive/maladaptive styles of humor. *Cognitive therapy and research*, 33, 585-596.
- Dozois, D. J., Martin, R. A., & Faulkner, B. (2013). Early maladaptive schemas, styles of humor and aggression. *Humor*, 26(1), 97-116.
- Duarte, B. (2020). *Man, That's Funny: The Evolved Function of Aggressive Humor* (Doctoral dissertation, University of Hawai'i at Manoa).
- Eldeleklioğlu, J., & Eroğlu, Y. (2015). A Turkish adaptation of the emotion regulation questionnaire. *Journal of Human Sciences*, 12(1), 1157-1168.
- Erükçü Akbaş, G. (2014). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerin çocukluk dönemi istismar yaşantıları: ankara altındağ ve çankaya örneği. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 25(2), 75-96.
- Fabrizi, M. S., & Pollio, H. R. (1987). Are funny teenagers creative?. *Psychological Reports*, 61(3), 751-761.
- Feldman, R., & Greenbaum, C. W. (1997). Affect regulation and synchrony in mother—infant play as precursors to the development of symbolic competence. *Infant Mental Health Journal: Official Publication of The World Association for Infant Mental Health*, 18(1), 4-23.
- Foote, B., Smolin, Y., Kaplan, M., Legatt, M. E., & Lipschitz, D. (2006). Prevalence of dissociative disorders in psychiatric outpatients. *American Journal of Psychiatry*, 163(4), 623-629.
- Fredrickson, B. L., & Levenson, R. W. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition & emotion*, 12(2), 191-220.
- Fredrickson, B. L., Mancuso, R. A., Branigan, C., & Tugade, M. M. (2000). The undoing effect of positive emotions. *Motivation and emotion*, 24(4), 237-258.
- Freud, S. (1928). Humour. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 9, 1.
- Friis, R. H., Wittchen, H. U., Pfister, H., & Lieb, R. (2002). Life events and changes in the course of depression in young adults. *European Psychiatry*, 17(5), 241-253.
- Giuliani, N. R., McRae, K., & Gross, J. J. (2008). The up-and down-regulation of amusement:experiential, behavioral, and autonomic consequences. *Emotion*, 8(5), 714.

- Goubet, K. E., & Chryssikou, E. G. (2019). Emotion regulation flexibility: Gender differences in context sensitivity and repertoire. *Frontiers in psychology, 10*, 935.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology, 39*(3), 281-291.
- Gross, J. J. i Thompson, RA (2007). Emotion regulation: Conceptual Foundations. U: JJ Gross (Ur.). *Handbook of emotion regulation, 3-24*.
- Gross, J.J., & John, O.P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*, 348-362.
- Harrington, E. M., Trevino, S. D., Lopez, S., & Giuliani, N. R. (2020). Emotion regulation in early childhood: Implications for socioemotional and academic components of school readiness. *Emotion, 20*(1), 48.
- Haşimoğlu, A. & Aslandoğan, A. (2018). Lise Öğrencilerinin Ergenlik Dönemi Sorunları ve Duygu Düzenleme Stratejileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Academic Review of Humanities and Social Sciences, 1*(2), 71-83.
- Herman-Smith, R. (2011). Early childhood interventionists' perspectives on serving maltreated infants and toddlers. *Children and Youth Services Review, 33*(8), 1419-1425.
- Huh, H. J., Kim, K. H., Lee, H. K., & Chae, J. H. (2017). The relationship between childhood trauma and the severity of adulthood depression and anxiety symptoms in a clinical sample: The mediating role of cognitive emotion regulation strategies. *Journal of affective disorders, 213*, 44-50.
- Hyman, S. E. (2000). The genetics of mental illness: implications for practice. *Bulletin of the World Health Organization, 78*, 455-463.
- Janes, L. M., & Olson, J. M. (2000). Jeer pressure: The behavioral effects of observing ridicule of others. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26*(4), 474-485.
- Kalokerinos, E. K., Greenaway, K. H., & Denson, T. F. (2015). Reappraisal but not suppression downregulates the experience of positive and negative emotion. *Emotion, 15*(3), 271.
- Karasar, N. (2016). Bilimsel araştırma yöntemi. Ankara: Nobel



- Karim, A. R., Sharafat, T., & Mahmud, A. Y. (2013). Cognitive emotion regulation in children as related to their parenting style, family type and gender. *Journal of the Asiatic Society of Bangladesh, Science*, 39(2), 211-220.
- Kazarian, S. S., & Martin, R. A. (2004). Humour styles, personality, and well-being among Lebanese university students. *European journal of Personality*, 18(3), 209-219.
- Kazarian, S. S., Moghnie, L., & Martin, R. A. (2010). Perceived parental warmth and rejection in childhood as predictors of humor styles and subjective happiness. *Europe's Journal of Psychology*, 6(3), 71-93.
- Kinzie, J. D. (1986). Severe posttraumatic stress syndrome among Cambodian refugees: Symptoms, clinical course, and treatment approaches. *Disaster stress studies: New methods and findings*, 124-40.
- Kubie, L. S. (1971). The destructive potential of humor in psychotherapy. *American Journal of Psychiatry*, 127(7), 861-866.
- Kuiper, N. A., Martin, R. A., & Olinger, L. J. (1993). Coping humour, stress, and cognitive appraisals. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 25(1), 81.
- Lefcourt, H. M. (2001). *Humor: The psychology of living buoyantly*. Springer Science & Business Media.
- Lefcourt, H. M., Davidson, K., Shepherd, R., Phillips, M., Prkachin, K., & Mills, D. (1995). Perspective-taking humor: Accounting for stress moderation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 14(4), 373-391.
- Lehman, K. M., Burke, K. L., Martin, R., Sultan, J., & Czech, D. R. (2001). A reformulation of the moderating effects of productive humor.
- Liu, Y., Croft, J. B., Chapman, D. P., Perry, G. S., Greenlund, K. J., Zhao, G., & Edwards, V. J. (2013). Relationship between adverse childhood experiences and unemployment among adults from five US states. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 48, 357-369.
- Mak, B. C. N., Liu, Y., & Deneen, C. C. (2012). Humor in the workplace: A regulating and coping mechanism in socialization. *Discourse & Communication*, 6(2), 163-179.

- Martin, R. A. (1996). The Situational Humor Response Questionnaire (SHRQ) and Coping Humor Scale (CHS): A decade of research findings. *Humor: International Journal of Humor Research*, 9(3-4), 251–272.
- Martin, R. A. (2007). *The psychology of humor: An integrative approach*. Elsevier Academic Press.
- Martin, R. A., Kuiper, N. A., Olinger, L. J., & Dance, K. A. (1993). Humor, coping with stress, self-concept, and psychological well-being. *Humor: International Journal of Humor Research*, 6(1), 89–104.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., & Weir, K. (2003). Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire. *Journal of research in personality*, 37(1), 48-75.
- Mathews, L. M. (2016). *Role of humor in emotion regulation: Differential effects of adaptive and maladaptive forms of humor*. City University of New York.
- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1.
- Medrano, M. A., Zule, W. A., Hatch, J., & Desmond, D. P. (1999). Prevalence of childhood trauma in a community sample of substance-abusing women. *The American journal of drug and alcohol abuse*, 25(3), 449-462.
- Mock, S. E., & Arai, S. M. (2011). Childhood trauma and chronic illness in adulthood: mental health and socioeconomic status as explanatory factors and buffers. *Frontiers in psychology*, 1, 246.
- Özçevik, D., & Güneş, Ö. D. (2019). Hemşirelik öğrencilerinin bazı sosyo-demografik özelliklere göre yaşadıkları çocukluk çağı travmaları. *Halk Sağlığı Hemşireliği Dergisi*, 1(1), 28-42.
- Purnamaningsih, E. H. (2017). Personality and emotion regulation strategies. *International Journal of Psychological Research*, 10(1), 53-60.
- Richards, K., & Kruger, G. (2017). Humor styles as moderators in the relationship between perceived stress and physical health. *Sage Open*, 7(2), 2158244017711485.
- Rnic, K., Dozois, D. J., & Martin, R. A. (2016). Cognitive distortions, humor styles, and depression. *Europe's journal of psychology*, 12(3), 348.
- Ruch, W., & Hehl, F. J. (1998). A two-mode model of humor appreciation: Its relation to aesthetic appreciation and. *The sense of humor: Explorations of a personality characteristic*, 3, 109.

- Salavera, C., Usán, P., & Jarie, L. (2020). Styles of humor and social skills in students. Gender differences. *Current Psychology*, *39*, 571-580.
- Samson, A. C., & Gross, J. J. (2012). Humour as emotion regulation: The differential consequences of negative versus positive humour. *Cognition & emotion*, *26*(2), 375-384.
- Samson, A. C., & Gross, J. J. (2014). The dark and light sides of humor. *Positive emotion: Integrating the light sides and dark sides*, 169.
- Sebers, R. (2016). What's Your Temperament: the Humoral Theory's Influence on Medicine in Ancient Greece. *Young Historians Conference*. 12.
- Sedlak, A. J., Mettenburg, J., Basena, M., Peta, I., McPherson, K., Greene, A., & Li, S. (2010). Fourth national incidence study of child abuse and neglect (NIS-4). *Washington, DC: US Department of Health and Human Services*, 9, 2010.
- Shipman, K. L., Schneider, R., Fitzgerald, M. M., Sims, C., Swisher, L., & Edwards, A. (2007). Maternal emotion socialization in maltreating and non-maltreating families: Implications for children's emotion regulation. *Social Development*, *16*(2), 268-285.
- Shipman, K., Edwards, A., Brown, A., Swisher, L., & Jennings, E. (2005). Managing emotion in a maltreating context: A pilot study examining child neglect. *Child abuse & neglect*, *29*(9), 1015-1029.
- Shipman, K., Zeman, J., Penza, S., & Champion, K. (2000). Emotion management skills in sexually maltreated and nonmaltreated girls: A developmental psychopathology perspective. *Development and psychopathology*, *12*(1), 47-62.
- Simpson, J., & Weiner, E. (1989). *The Oxford English Dictionary: 20 Volume Set*.
- Stanley, J. T., Lohani, M., & Isaacowitz, D. M. (2014). Age-related differences in judgments of inappropriate behavior are related to humor style preferences. *Psychology and aging*, *29*(3), 528.
- Stige, S. H., Træen, B., & Rosenvinge, J. H. (2013). The process leading to help seeking following childhood trauma. *Qualitative health research*, *23*(10), 1295-1306.
- Strick, M., Holland, R. W., Van Baaren, R. B., & Van Knippenberg, A. D. (2009). Finding comfort in a joke: consolatory effects of humor through cognitive distraction. *Emotion*, *9*(4), 574.

- Şar, V., Necef, I., Mutluer, T., Fatih, P., & Türk-Kurtça, T. (2021). A revised and expanded version of the Turkish Childhood Trauma Questionnaire (CTQ-33): Overprotection-overcontrol as additional factor. *Journal of Trauma & Dissociation*, 22(1), 35-51.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics. Boston, Pearson
- Tagalidou, N., Loderer, V., Distlberger, E., & Laireiter, A. R. (2018). Feasibility of a humor training to promote humor and decrease stress in a subclinical sample: A single-arm pilot study. *Frontiers in psychology*, 9, 577.
- Toğrul, İ. Ç. (2021). *Evli bireylerde mizah tarzlarını yordamada bağlanma stilleri ve aleksitiminin rolü* (Master's thesis, Işık Üniversitesi).
- Treger, S., Sprecher, S., & Erber, R. (2013). Laughing and liking: Exploring the interpersonal effects of humor use in initial social interactions. *European Journal of Social Psychology*, 43(6), 532-543.
- Tümkiye, S. (2011). Humor styles and socio-demographic variables as predictor of subjective well-being of Turkish university students. *Eğitim ve Bilim*, 36(160), 158.
- Urquijo, I., Extremera, N., & Solabarrieta, J. (2019). Connecting emotion regulation to career outcomes: Do proactivity and job search self-efficacy mediate this link? *Psychology Research and Behavior Management*, 1109-1120.
- Vaillant, G. E. (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American psychologist*, 55(1), 89.
- Wanzer, M., Booth-Butterfield, M., & Booth-Butterfield, S. (2005). "If we didn't use humor, we'd cry": Humorous coping communication in health care settings. *Journal of health communication*, 10(2), 105-125.
- Wekerle, C., Wolfe, D. A., Hawkins, D. L., Pittman, A. L., Glickman, A., & Lovald, B. E. (2001). Childhood maltreatment, posttraumatic stress symptomatology, and adolescent dating violence: Considering the value of adolescent perceptions of abuse and a trauma mediational model. *Development and psychopathology*, 13(4), 847-871.
- Wickberg, D. (1998). *The senses of humor: Self and laughter in modern America*. Cornell University Press.
- World Health Organization. "Childhood Maltreatment". Erişim: 18 Aralık 2022. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/child-maltreatment>

- Yerlikaya, E. (2003). *A study on the adaptation of humor styles questionnaire* (Master's thesis, Çukurova Üniversitesi).
- Zielinski, D. S. (2009). Child maltreatment and adult socioeconomic well-being. *Child Abuse Negl.* 33, 666–678.
- Zillmann, D. (1983). Disparagement humor. *Handbook of humor research, 1*, 85-107.
- Zlotnick, C., Johnson, J., Kohn, R., Vicente, B., Rioseco, P., & Saldivia, S. (2008). Childhood trauma, trauma in adulthood, and psychiatric diagnoses: results from a community sample. *Comprehensive psychiatry*, 49(2), 163-169.

## Ekler

### Ek 1.Katılımcı Bilgilendirme Formu

Sayın Katılımcı,

Bu anket, genç yetişkinlerde mizah tarzları, çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme değişkenlerinin incelenmesi amacı ile Dr.Ayşe Buran danışmanlığında yapmakta olduğum araştırmanın bir parçasıdır. Bu anket aracılığıyla toplanan veriler genç yetişkinlerde mizah tarzlarının çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme özelliklerinin incelenmesi ve bu değişkenlerin arasındaki ilişkiye ışık tutmak için kullanılacaktır. Bu araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Kimlik bilgileriniz araştırma ekibi dışında kimse ile paylaşılmayacaktır. Bu çalışma süresince toplanan veriler, yalnızca akademik araştırma amacı ile kullanılacaktır ve yalnızca ulusal/uluslararası akademik toplantılarda ve/veya yayınlarda sunulacaktır. Bizimle iletişime geçerek istediğiniz zaman çalışmadan çekilebilirsiniz. Eğer çalışmadan çekilirseniz, sizden toplanan tüm veriler veri tabanımızdan silinecektir ve sizinle ilgili olan veriler çalışmada kullanılmayacaktır. Bu konu ile ilgili herhangi bir sorunuz veya endişeniz olursa, bize aşağıdaki iletişim bilgilerinden ulaşabilirsiniz. Doldurulacak ölçeklerin uyandırabileceği herhangi olumsuz bir duyguya karşı karşı ücretsiz psikoterapi alabileceğiniz Barış Ruh ve Sinir Hastanesinin iletişim kanalları sunulacaktır.

Psk. Elif Karahan

Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Programı

Yakın Doğu Üniversitesi

Tel: 05338388825

E-posta: 20212592@std.neu.edu.tr

Danışman:Dr. Ayşe Buran

Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi

Yakın Doğu Üniversitesi

E-posta: [ayse.buran@neu.edu.tr](mailto:ayse.buran@neu.edu.tr)

Barış Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi

Tel: 0392 228 5441

## Ek 2. Aydınlatılmış Onam Formu

Sayın Katılımcı,

Bu anket, genç yetişkinlerde mizah tarzları, çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme değişkenlerinin incelenmesi amacı ile Dr.Ayşe Buran danışmanlığında yapmakta olduğum araştırmanın bir parçasıdır. Bu anket aracılığıyla toplanan veriler genç yetişkinlerde mizah tarzlarının çocukluk çağı travmaları ve duygu düzenleme özelliklerinin incelenmesi ve bu değişkenlerin arasındaki ilişkiye ışık tutmak için kullanılacaktır. Aşağıda bulunan anketi doldurarak, araştırmaya katılmayı kabul etmiş olacaksınız.

Bu araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Kimlik bilgileriniz araştırma ekibi dışında kimse ile paylaşılmayacaktır. Bu çalışma süresince toplanan veriler, yalnızca akademik araştırma amacı ile kullanılacaktır ve yalnızca ulusal/uluslararası akademik toplantılarda ve/veya yayınlarda sunulacaktır. Bizimle iletişime geçerek istediğiniz zaman çalışmadan çekilebilirsiniz. Eğer çalışmadan çekilirseniz, sizden toplanan tüm veriler veri tabanımızdan silinecektir ve sizinle ilgili olan veriler çalışmada kullanılmayacaktır. Bu konu ile ilgili herhangi bir sorunuz veya endişeniz olursa, bize aşağıdaki iletişim bilgilerinden ulaşabilirsiniz. Doldurulacak ölçeklerin uyandırabileceği herhangi olumsuz bir duyguya karşı karşı ücretsiz psikoterapi alabileceğiniz Barış Ruh ve Sinir Hastanesinin iletişim kanalları sunulacaktır.

Psk. Elif Karahan  
Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Programı  
Yakın Doğu Üniversitesi  
Tel: 05338388825  
E-posta: 20212592@std.neu.edu.tr

Danışman:Dr. Ayşe Buran  
Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi  
Yakın Doğu Üniversitesi  
Tel: ...  
.E-posta: ayse.buran@neu.edu.tr

Barış Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi  
Tel: 0392 228 5441

Aşağıya imzanızı atarak çalışmaya katılmayı kabul etmiş olursunuz.

İmza \_\_\_\_\_

Tarih \_\_\_\_\_

### Ek 3. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Yaş:

Cinsiyet:  Kadın  Erkek

Eğitim durumu:  İlkokul  Lise  Lisans  Yüksek lisans  Doktora

Medeni durum:  Evli  Boşanmış  İlişkisi var  İlişkisi yok

Çalışma Durumu:  çalışıyor  çalışmıyor

Yaşama ortamı:  tek başına  ailesi ile  arkadaşı ile

Gelir düzeyi:  asgari ücret altı  asgari ücret  asgari ücretin iki katı  asgari ücretin üç katından fazla

Aile Tipiniz:  Çekirdek aile,  geniş aile  parçalanmış aile (ölüm, boşanma, ayrı yaşama)

Çocukluğunuzda bir travma (kayıp, doğal afet) yaşadınız mı?  evet  hayır

Çocukluğunuzda travma yaşadıysanız, bu travma neydi?

Çocukluğunuzda aile bireylerinde psikolojik bir hastalığa tanıklık ettiniz mi?  Evet

Hayır

Çocukluğunuzda aile bireylerinde fiziksel bir hastalığa tanıklık ettiniz mi?  Evet  Hayır

Geçmişte psikolojik/psikiyatrik destek aldınız mı?  Evet  Hayır

Şu anda psikolojik/psikiyatrik destek alıyor musunuz?  Evet  Hayır



#### Ek 4. Mizah Tarzları Ölçeği

	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamıyla katılıyorum
1. Genellikle çok fazla gülmem ya da başkalarıyla şakalaşmam.							
2. Moralim bozuk olduğunda genellikle kendimi mizahla neşelendirebilirim.							
3. Birisi hata yaptığında çoğunlukla onunla bu konuda dalga geçerim.							

## Ek 5. Çocukluk Çağı Travmalar Ölçeği

Çocukluğumda ya da ergenliğimde...

1)Yeterli yemeğim olurdu.

1.Hiç Bir Zaman 2.Nadiren 3.Kimi Zaman 4.Sık Olarak 5.Çok Sık

2) Gündelik bakım ve güvenliğim sağlanıyordu.

1.Hiç Bir Zaman 2.Nadiren 3.Kimi Zaman 4.Sık Olarak 5.Çok Sık

3) Anne ya da babam kendilerine layık olmadığımı ifade ederlerdi.

1.Hiç Bir Zaman 2.Nadiren 3.Kimi Zaman 4.Sık Olarak 5.Çok Sık


## Ek 6. Duygu Düzenleme  leği

Her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığımı aşağıdaki 7 aralıklı ölçek üzerinde değerlendiriniz.

1	2	3	4	5	6	7
Kesinlikle aynı fikirde değilim			Karasızım	Kesinlikle aynı fikirdeyim		

1.Daha olumlu duygular hissetmek istediğimde (keyif veya eğlence gibi) düşündüğüm şeyi değiştiririm.	1	2	3	4	5	6	7
2.Duygularımı kendime saklarım.	1	2	3	4	5	6	7
3.Daha az olumsuz duygu hissetmek istediğimde (�z�nt� ve öfke gibi) düşünüyor olduğum şeyi değiştiririm.	1	2	3	4	5	6	7

## Ölçek İzinleri




**Ercument Yerlikaya** 12.08.2022  
Alıcılar: ben ^

Gönderen Ercument Yerlikaya ·  
ercumentyerlikaya@gmail.com


Alıcı ELIF KARAHAN · 20212592@std.neu.edu.tr

Tarih 12 Ağu 2022 22:11

 Standart şifreleme (TLS).  
[Güvenlik ayrıntılarını göster](#)

Selamlar,  
Mizah Tarzları Ölçeği'ni araştırmanızda kullanmaya karar vermenize sevindim. İhtiyaç duyabileceğiniz kimi bilgileri ekteki dosyalarda bulabilirsiniz. Kolay gelsin, iyi çalışmalar.


E. Ercüment Yerlikaya  
Çukurova Üniversitesi  
Fen Edebiyat Fakültesi  
Psikoloji Bölümü  
01330 Balcalı/ADANA  
[ercumentyerlikaya@gmail.com](mailto:ercumentyerlikaya@gmail.com)




**ELIF KARAHAN** 11.08.2022  
Alıcılar: vsar ▾

Merhabalar,  
Ben Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi Elif Karahan. Türkçeye uyarlamasını yaptığınız Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalar Ölçeğini, "Çocukluk Çağı Travmalarının Mizah Tarzları ve Duygu Düzenleme ile İlişkisinin İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tezimde kullanmak için izninizi rica ediyorum. Geri dönütünüzü bekliyorum, teşekkürler.


Elif Karahan



Virüs bulunmuyor. [www.avast.com](http://www.avast.com)




**vsar@ku.edu.tr** 11.08.2022  
Kullanabilirsiniz. Vedat Şar, MD Professor and Chair, Department of Psychiatry Koç



**vsar@ku.edu.tr** 16.08.2022  
Alıcılar: ben ▾

Kullanabilirsiniz (yeni versiyon).


Vedat Şar

 **JALE ELDELEKLİOĞ...** 15.08.2022  
Alicılar: ben ^

Gönderen JALE ELDELEKLİOĞLU • eldelek@uludag.edu.tr

Alici ELIF KARAHAN • 20212592@std.neu.edu.tr

Tarih 15 Ağu 2022 14:52

 Standart şifreleme (TLS).  
[Güvenlik ayrıntılarını göster](#)

Ölçek üniversite öğrencileri ve yetişkinler üzerinde geliştirildiği için bu gruplar üzerinde kullanabilirsiniz . Ölçek maddelerine Ölçeğe ilişkin en doğru bilgilere 2005 yılında NOBEL Yayınlarından çıkan "PDR de kullanılan Ölçme araçları" kitabından veya 1996 yılında PDR dergisinde yayınlanan "karar stratejileri ve ana baba tutumları arasındaki ilişkiler " isimli makaleden de ulaşabilirsiniz. İyi çalışmalar.

## Etik Kurul Onayı



### BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

03.11.2022

Sayın Elif Karahan

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2022/1378 proje numaralı ve **“Genç Yetişkinlerde Mizah Tarzlarının Çocukluk Çağı Travmalarının ve Duygu Düzenlemenin İncelenmesi”** başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Aşkın KIRAZ'.

Prof. Dr. Aşkın KIRAZ

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Koordinatörü

## İntihal Raporu

### GENÇ YETİŞKİNLERDE MİZAH TARZLARININ ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARININ VE DUYGU DÜZENLEMENİN İNCELENMESİ

#### ORIGINALITY REPORT

<b>15%</b>	<b>15%</b>	<b>5%</b>	<b>%</b>
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

#### PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>docs.neu.edu.tr</b> Internet Source	<b>3%</b>
<b>2</b>	<b>acikbilim.yok.gov.tr</b> Internet Source	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>dergipark.org.tr</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>acikerisim.maltepe.edu.tr</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>acikerisim.gelisim.edu.tr</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>library.cu.edu.tr</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>acikerisim.fsm.edu.tr:8080</b>	<b>&lt;1%</b>



## Özgeçmiş

**Adı Soyadı:** Elif Karahan

**Doğum Tarihi:** 2/8/1996

**Adres:** Yukarı Bostancı, Bayraktar Sokak, No:13, Güzelyurt/KKTC

**Telefon:** 0533 838 88 25

**E-posta Adresi:** [1karahanelif@gmail.com](mailto:1karahanelif@gmail.com)

## Eğitim Durumu

Derece	Alan	Üniversite	Yıl
Lisans	Psikoloji	ODTÜ KKK	2015-2019
Yüksek Lisans	Klinik Psikoloji	YDÜ	2021-2023

## Stajyerlik Deneyimi

**YDÜ Hastanesi:** Temmuz 2018-Eylül 2018

**Barış Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi:** Haziran 2022-Temmuz 2022

## Gönüllü Çalışma Deneyimi

**EFPSA** (European Federation of Psychology Students Association)

Local Coordinator (Eylül 2019- Temmuz 2020)

## Diğer Eğitimler

**DATEM** (Davranış Araştırmaları ve Terapi Merkezi)- **Haziran 2021-Ağustos 2021**

Bilişsel ve Davranışçı Terapilerin Klinik Uygulamaları

86 Saatlik Teorik Eğitim