

**Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler
ve Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

**Examining the Relationship Between Personality Traits, Psychosomatic Symptoms
and Emotional Expression**

Dilara Güler

Sorumlu Yazar, Uzman Klinik Psikolog, İstanbul, Türkiye,
dilaaraguler@gmail.com, ORCID: 0009-0007-9900-3971

Nurgül Yavuzer

Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Gedik Üniversitesi İİSBF Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye
nurgul.yavuzer@gedik.edu.tr, ORCID: 0000-0002-7710-5746

Gönderim Tarihi: 28.10.2024

Kabul Tarihi: 18.12.2025

Yayımlanma Tarihi: 29.12.2025

Nasıl Atıf Yapılır:

Güler, Dilara ve Nurgül Yavuzer. “Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. *Eklektik Sosyal Bilimler Dergisi* 3, sy. 2 (Aralık 2025): 214-238.

Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi¹

Dilara Güler^{2*}
Nurgül Yavuzer³

Özet

Bu araştırmanın amacı, yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu, 18-65 yaş aralığında yer alan 280'i kadın ve 117'si erkek, toplam 397 yetişkin katılımcı oluşturmaktadır. Araştırma modeli olarak ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Kişilik özelliklerini ölçmek için Beş Faktör Kişilik Envanteri, psikosomatik belirtileri değerlendirmek amacıyla Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile Psikosomatik Belirtiler Alt Ölçeği ve duygusal dışavurumu düzeyini belirlemek için de Berkeley Duygusal Dışavurum Ölçeği kullanılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgular; yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum arasında anlamlı bir ilişki olduğuna işaret etmektedir. Ayrıca, yetişkin bireylerde kişilik özellikleri ve psikosomatik belirtilerin, duygusal dışavurum düzeyini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar, kişilik temelli değerlendirmelerin, psikosomatik yakınmaların anlaşılması ve duygusal düzenleme süreçlerinin desteklenmesi açısından bütüncül bir çerçeveye sunduğunu göstermektedir. Aynı zamanda, kişilik psikosomatik belirti ve duygusal dışavurum ilişkilerinin kültürel bağlamda ele alınmasının önemini vurgulamakta ve gelecekte yapılacak disiplinler arası çalışmalar için kuramsal ve uygulamalı yeni perspektifler üretmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kişilik özellikleri, Psikosomatik belirtiler, Duygusal dışavurum

1 Dr. Öğr. Üyesi Nurgül Yavuzer danışmanlığında yürütülen “Kişilik Özelliklerinin Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

2 Uzman Klinik Psikolog, dilaaraguler@gmail.com, ORCID: 0009-0007-9900-3971 *Sorumlu Yazar

3 Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Gedik Üniversitesi İİSBF Psikoloji Bölümü, nurgul.yavuzer@gedik.edu.tr, ORCID: 0000-0002-7710-5746

Examining the Relationship Between Personality Traits, Psychosomatic Symptoms and Emotional Expression

Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between personality traits, psychosomatic symptoms, and emotional expressivity in adult individuals. The study sample consists of a total of 397 adult participants, including 280 women and 117 men, aged between 18 and 65. A correlational research design was employed. The Five Factor Personality Inventory was used to measure personality traits, the Psychosomatic Symptoms Subscale of the Rosenberg Self-Esteem Scale was used to assess psychosomatic symptoms, and the Berkeley Expressivity Scale was used to determine levels of emotional expressivity.

The findings indicate that there is a significant relationship between personality traits, psychosomatic symptoms, and emotional expressivity among adults. In addition, personality traits and psychosomatic symptoms were found to significantly predict levels of emotional expressivity in adult individuals. These results demonstrate that personality-based assessments provide a holistic framework for understanding psychosomatic complaints and supporting emotional regulation processes. At the same time, the findings highlight the importance of examining the relationships between personality, psychosomatic symptoms, and emotional expressivity within a cultural context and offer new theoretical and practical perspectives for future interdisciplinary research.

Keywords: Personality traits, Psychosomatic symptoms, Emotional expression

Giriş

Kişilik, üzerine pek çok açıklama yapılmış olmasına rağmen hâlâ tam olarak yanıtı olmayan bir kavramdır. Bu nedenle insan kişiliğinin tanımı ile ilgili çok sayıda farklı görüşler bulunmaktadır. En genel hâliyle kişilik, bireyin içsel süreçleri ve kendisinin ortaya çıkarmış olduğu tutarlı davranış kalıpları olarak tanımlanabilmektedir.⁴ Kişilik üzerine çalışma yapan araştırmacıların ve psikologların temel sorusu, bu tutarlı davranış kalıplarıyla birlikte kişilik içi süreçlerin kaynaklarının neler olduğudur. Kişilik hakkında farklı yanıtların olmasının sebebi de her araştırmacının bu soruya farklı bir

4 Jerry M. Burger, *Kişilik*, çev. İnan Deniz Erguvan (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2006).

yanıt vermiş olmasıdır.⁵ Kişilik kelimesi eski Yunancadan gelmektedir. Yunanlarda tiyatrolarda oyuncuların kullanmış olduğu maskelerin ismi olan “persona” dan alınmıştır. Bu kavram, zamanla bireyin tavır ve davranışlarını ifade etmek amacıyla kullanılmıştır.⁶ Kişiyi değerlendirmek amacıyla sıklıkla kullanılan yaklaşımlardan biri beş faktör kişilik modelidir. Beş faktör kişilik modeli kişilik yaklaşımlarından biri olan ayırıcı özellik yaklaşımına dayanmaktadır. Ayırıcı özellik yaklaşımı, bir bireyin sahip olduğu belli başlı kişilik özelliklerini ne derece gösterdiğine göre kişiyi sınıflandıran bir boyuttur.⁷ Kişiliğin ölçülmesinde bireylerin kendilerini ve başka kişileri tanımlarken kullandıkları sıfatlardan yararlanmaktadır.⁸ Faktör analizini kullanarak kişiliğin incelenmesini ve tanımlanması sağlanmaktadır. Kişiliği geniş bir boyutta inceleyerek bireylerin kişilik özellikleri ve göstermiş oldukları davranışları arasında bir çıkarım yapılmasını kolaylaştırmıştır.⁹ Beş faktör kişilik modeli; sorumluluk, dışadönüklük, nevrotiklik, uyumluluk ve deneyime açıklık boyutlarından oluşmaktadır.

Dışadönüklük ifadesi sosyal bireyleri tanımlamaktadır. Dışadönüklük boyutunun yüksek olduğu kişiler; daha pozitif, neşeli, sosyal, heyecan arayan, enerjik ve sıcakkanlı kişilerdir.¹⁰ Genellikle bu kişiler; insanlarla kolay iletişim kurabilen, iş birliği içerisinde olmayı seven bireylerdir. Bu bireyler bir problemle karşılaştıklarında kolaylıkla çözüm yolu üretebilirler.¹¹ Dışadönük bireyler, sosyal ilişkilerinde aktif olmalarından kaynaklı kendilerini ifade etme konusunda hiç zorluk çekmezler ve girdikleri her ortama kolaylıkla uyum sağlayabilirler.¹² Sonuç olarak dışadönüklük, olumlu duyguları

5 Burger, *Kişilik*.

6 Binnur Adıgüzel, “Yetişkinlerin Kişilik Özellikleri, Bağlanma Biçimleri ve Somatizasyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” (yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, 2021).

7 Tayfun Doğan, “Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Öznel İyi Oluş”, *Doğuş Üniversitesi Dergisi* 14, sy. 1 (2013): 56–64.

8 Doğan, “Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Öznel İyi Oluş”.

9 Mustafa Barış Horzum, Tuncay Ayas ve Mehmet Ali Padır, “Beş Faktör Kişilik Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması”, *Sakarya University Journal of Education* 7, sy. 2 (2017): 398–408.

10 Burger, *Kişilik*.

11 Orkun Somer, Mehmet Korkmaz ve Aysun Tatar, “Beş Faktör Kişilik Envanterinin Geliştirilmesi: Ölçek ve Alt Ölçeklerin Oluşturulması”, *Türk Psikoloji Dergisi* 17, sy. 49 (2002): 21–33.

12 Zehra Yeni, “Beş Faktör Kişilik Özellikleri ile Duygusal Emek Arasındaki İlişkinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma” (yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi, 2015).

kapsayan bir kişilik özelliği olarak görülmektedir.¹³

Deneyime açıklık, yeniliklere açık olma hâli, meraklılık, yaratıcı ve özgün olma, cesaretli davranma gibi özellikleri temsil etmektedir. Entelektüel düzeyin yüksek olduğu, estetik olabilen, duyarlı kimselerle ilişkilidir.¹⁴ Bu boyutun yüksek olduğu kişilerin genellikle geniş ilgi alanları mevcuttur. Açık fikirleriyle alışılmışın dışında bir yaratıcılığa sahiptirler. Bu kişiler aynı zamanda yeniliğe açık ve hayallerinin peşinden gitme özelliğine de sahiptirler.¹⁵

Uyumluluk boyutunda bireylerin ilişkilerinde karşısındakilere genellikle saygılı ve nazik olabilen, insanlara güven duyabilen, çıkar davranışları gözetmeyen, sıcakkanlı ve yardımseverlik özellikleri taşıyan bireyler oldukları görülmektedir.¹⁶ Bu boyut aynı zamanda yumuşak başlılık olarak da tanımlanabilmektedir. Uyumluluk boyutu yüksek olan bireyler, affedici, şefkatli ve arkadaş canlısıdır.¹⁷ Bu kişilerin empati, güven ve merhamet duyguları yüksektir.¹⁸

Sorumluluk düzeyi yüksek olan bireylerin bir işte başarılı olmak için çabalarının yüksek olduğu görülmüştür. Hedefledikleri şeylere ulaşmak için yüksek bir disiplin ve mükemmeliyetçi bir tavır sergiledikleri belirtilmiştir.¹⁹ Bu kişiler bir iş için harekete geçmeden önce titiz bir şekilde plan yaparlar. Bu boyutta yüksek puana sahip olan kişiler genellikle güvenilir, bilinçli, disiplinli, çalışkan, vicdanlı ve azimli olarak ta-

13 Nilüfer Çivitçi ve Aysel Arıcıoğlu, “Beş Faktör Kuramına Dayalı Kişilik Özellikleri”, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 12, sy. 23 (2012): 78–96.

14 Katerina Fayn, Carolyn MacCann, Nicholas Tiliopoulos, and Paul J. Silvia, “Aesthetic Emotions and Aesthetic People: Openness Predicts Sensitivity to Novelty in the Experiences of Interest and Pleasure,” *Frontiers in Psychology* 6 (December 2015): 1877.

15 Robert R. McCrae and Paul T. Costa, “Updating Norman’s ‘Adequate Taxonomy’: Intelligence and Personality Dimensions in Natural Language and in Questionnaires,” *Journal of Personality and Social Psychology* 49 (1985): 710–721.

16 R. M. de Frutos, “Uncovering the Structure of Agreeableness from Self-Report Measures,” *Journal of Personality* 86, no. 4 (2018): 567.

17 Somer, O., Korkmaz, M. ve Tatar, A., “Beş faktör kişilik envanterinin geliştirilmesi”, 21-33.

18 Burger, *Kişilik*.

19 Paul T. Costa Jr. and Robert R. McCrae, “From Catalog to Classification: Murray’s Needs and the Five-Factor Model,” *Journal of Personality and Social Psychology* 55, no. 2 (1988): 258–265.

nımlanırlar.²⁰

Nevrotiklik, duygusal dengesizlik olarak da bilinmektedir. Bu boyut genellikle olumsuz duygulara eğilimli olmakla ilişkilidir.²¹ Nevrotiklik düzeyi yüksek olan kişiler; güvensiz, alıngan, öfkeli ve endişeli olma özellikleri taşımaktadırlar. Duyguları sıklıkla değişkenlik gösteren, kaygılı, umutsuz, kırılgan ve üzgün bireylerdir.²²

Bu bağlamda, kişilik özelliklerinin yalnızca bireylerin davranışlarını değil, aynı zamanda duygusal ve psikolojik sağlık süreçlerini de etkileyen önemli bireysel farklılıklar arasında yer aldığı görülmektedir. Beş faktör kişilik modelinde yer alan boyutlarında bireylerin, kaygı, öfke ve duygusal dengesizlik gibi olumsuz duyguları daha yoğun yaşadıkları ifade edilmektedir.²³ Bu durum, bireylerin yaşadıkları duygusal sıkıntıları bedensel belirtiler yoluyla ifade etme eğilimini artırabilmektedir. Literatürde, stres ve duygusal çatışmaların fiziksel belirtiler şeklinde ortaya çıkmasının, psikosomatik belirtilerin gelişiminde etkili bir süreç olduğu vurgulanmaktadır.²⁴

Psikosomatik teriminin kökeni Yunancadan gelmektedir. “Psyche” ruh, “soma” beden anlamlarına gelmektedir. “Zihnin bedeni nasıl etkilediğini” ifade etmekte olan bu terim ilk defa Heinroth tarafından kullanılmıştır.²⁵ Psikosomatik belirtiler, kısmen duygusal etkenlerin sebep olduğu fiziksel belirtilerdir.²⁶ Ruh ve beden sözcüklerinin birleşiminden oluşan bir kavramdır. Ruhsal sebeplerden kaynaklanan veya duygusal

20 Daniel Cervone, Lawrence A. Pervin, Dennis M. Cervone ve Oliver P. John, *Kişilik Psikolojisi: Kuram ve Araştırma* (İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık, 2016).

21 Burger, *Kişilik*, 2006.

22 Somer, O., Korkmaz, M., ve Tatar, A., “Beş faktör kişilik envanterinin geliştirilmesi”, 21-33.

23 Paul T. Costa Jr. and Robert R. McCrae, *Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) Professional Manual* (Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, 1992).

24 Arthur Kleinman, Veena Das and Margaret Lock, *Social Suffering* (Berkeley: University of California Press, 1997).

25 Erol Şimşek, “Akademik Başarıyı Yordamada Psikosomatik Belirtilerin Rolü” (*International Conference on New Trends in Education and Their Implications*’te sunulan bildiri, Antalya, 2010).

26 Abdülkadir Çevik ve Vesile Şentürk, “Tarihsel Süreçte Psikosomatik Tıp ve Psikosomatik Bozukluklara Genel Bir Bakış”, *Türkiye Klinikleri Psychiatry–Special Topics* 1, sy. 2 (2008): 1–11.

faktörlerden etkilenen gerçek fiziksel belirtiler olarak tanımlanmaktadır.²⁷ Psikosomatik belirtiler duygusal faktörlerin sebep olduğu fiziksel değişikliklerle ilişkilidir. Bu bozuklukların temelinde duygusal bozuklukların rolü vurgulanmıştır. Bu sebeple duygusal ve bedensel bozuklukların düzeltilmesinde psikosomatik yaklaşımın önemi belirtilmiştir.²⁸

Psikosomatik tıp alanı, kişilerin bütüncül iyilik hâlini esas alır ve hastalıklara yaklaşımı da bütüncül bir bakış açısıyla ele alır.²⁹ Bu nedenle bu alanda yaşam olayları, stres, ruhsal iyilik hâli, sağlığa karşı tutum ve kişilik özellikleri göz önünde bulundurulmaktadır. Kişilik özellikleri, tutum ve davranışlarda psikosomatik bozukluklar için tetikleyici olma özelliği taşıyabilmektedirler.³⁰ Duyguları ifade etme şeklimiz ve konuşma tarzımız gibi durumlar, psikosomatik bozukluklar için risk faktörü oluşturabilmektedir.³¹ Buradan da hareketle psikosomatik bozuklukların ortaya çıkmasında kişiliğin de önemli bir etkene sahip olduğu düşünülmektedir.³²

Kişilik özellikleri, bireylerin duygularını nasıl deneyimlediğini ve başkalarına nasıl ifade ettiğini etkileyen önemli faktörler arasında yer almaktadır.³³ Özellikle dışadönüklük ve uyumluluk boyutları, bireylerin duygularını açık ve yapıcı bir şekilde ifade etme eğilimleri ile ilişkilidir. Dışadönük bireyler genellikle duygularını rahatça paylaşırken, uyumlu kişiler empatik ve karşısındakini gözetken bir şekilde duygularını ak-

27 Gerald C. Davison, John M. Neale and Ann M. Kring, *Anormal Psikoloji* (Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2004).

28 Nataliia Pylypenko et al., “Contemporary Approaches to Diagnosis, Psychotherapy and Neuro-Psychocorrection of Emotional Disorders in Psychosomatic Diseases,” *BRAIN: Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience* 13, no. 1, Suppl. 1 (2022): 277–294.

29 Giovanni A. Fava, Johannes Guidi and Nicola Sonino, “The Psychosomatic Practice,” *Acta Dermato-Venereologica* 96 (2016): 9–13.

30 A. K. Kılıçaslan, S. Yıldız, O. Kurt ve M. Atmaca, “Personality Characteristics, Anxiety Sensitivity, Anxiety, and Depression Levels on Patients Diagnosed with Psychogenic Pruritus,” *Alpha Psychiatry* 23, sy. 5 (2022): 243–248.

31 Burak Menkü and Behçet Coşar, “Psikosomatik Bozukluklar”, *Türkiye Klinikleri Psychiatry–Special Topics* 14, sy. 4 (2021): 32–36.

32 Medine Yazıcı Güleç, “Psikosomatik Hastalıklarda Mizaç ve Karakter”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 1, no. 3 (2009): 201–214.

33 James J. Gross and Oliver P. John, “Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being,” *Journal of Personality and Social Psychology* 85, no. 2 (2003): 348–362.

tarırlar. Buna karşılık, yüksek nevrotiklik düzeyine sahip bireyler, yoğun ve olumsuz duygularını ifade etmede zorluk yaşayabilir veya duygularını daha sık bastırabilirler. Bu nedenle kişilik boyutları, bireylerin duygusal dışavurum tarzlarını şekillendiren temel bir çerçeve sunmaktadır.³⁴

Duygusal dışavurum, insanların duygularını diğer bireylere aktarması konusunda seçmiş olduğu davranışların genelidir.³⁵ Duyguların ifade edilmesi kişilerin sahip oldukları duygusallık ve bu duyguları ortaya çıkarma şekilleri açısından bireysel farklılıklar göstermektedir. Bu farklılıkların anlaşılması ve duyguları ifade ediş biçimleri kişilerarası ilişkileri etkiler.³⁶ Bireylerin sahip oldukları kişilik özellikleri, bireylerin duyguları farklı deneyimlemesine sebep olabilir. Örneğin, bir durum karşısında bir kişi utanç ve öfke duygusu yaşarken başka bir kişi sakin ve rahat bir duygu içerisinde olabilir. Bu nedenle günlük hayatta karşılaşılan durumların kişiden kişiye farklılık göstermesi, duygusal dışavurumların da değişkenlik göstermesine neden olmaktadır.³⁷

Bireylerin bu duygusal dışavurum durumlarının son yıllarda sıklığı giderek artan psikosomatik belirtiler ile ilişkili olduğu düşünülmektedir.³⁸ Kendi duygularını ifade edebilen bireyler, stres ve olumsuz duygusal deneyimlerini daha sağlıklı yollarla yönetebilirken, duygularını bastıran veya yoğun şekilde deneyimleyen bireyler, bu duygusal yükü fiziksel belirtilerle ifade etme eğiliminde olabilirler.³⁹ Özellikle yüksek düzeyde nevrotik bireylerde, bastırılmış veya yoğun duygusal deneyimlerin, baş ağrısı, mide rahatsızlıkları ve kas gerilimleri gibi psikosomatik semptomlarla bağlantılı olduğu gözlemlenmiştir. Bu bağlamda, duygusal dışavurum tarzları, psikosomatik sağlığı etkileyen önemli bir psikolojik mekanizma olarak değerlendirilmektedir.⁴⁰

34 Costa and McCrae, *NEO PI-R*, 45.

35 Arzu Araz ve Adnan Erkuş, “Duygu Dışavurum Tarzlarının Kavramsallaştırılması ve Ölçümü: Bir Envanter Geliştirme Çalışması”, *Türk Psikoloji Dergisi* 29, sy. 74 (2014): 50–61.

36 James J. Gross and Oliver P. John, “Facets of Emotional Expressivity: Three Self-Report Factors and Their Correlates,” *Personality and Individual Differences* 19, no. 4 (1995): 555–568.

37 Eyüp Çelik, “Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Özelliklerinin Duygusal Dışavurum Açısından İncelenmesi” (yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2013).

38 Menkü, Burak ve Behçet. Coşar. “Psikosomatik Bozukluklar.” *Türkiye Klinikleri Psychiatry-Special Topics* 14.4 (2021): 32-36.

39 Burak Menkü ve Behçet Coşar, “Psikosomatik Bozukluklar”, *Türkiye Klinikleri Psychiatry-Special Topics* 14, sy. 4 (2021): 32–36.

40 Gross and John, *Individual Differences*, 352.

Bununla birlikte her bireyin birbirinden farklı kişilik özelliklerine sahip olmasının da duygusal dışavurum şekillerinde farklılıklar gösterebileceği değerlendirilmektedir.⁴¹ Bu nedenle kişilik özelliklerinin psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum üzerindeki etkilerinin araştırılması, bireylerin psikososyal ve fiziksel sağlık süreçlerini daha iyi anlamak açısından önemlidir.⁴² Literatürde genellikle belirli yaş gruplarına odaklanılırken, bu çalışma 18–65 yaş aralığını kapsayarak tüm yetişkinliği değerlendirmektedir. Psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum arasındaki etkileşim, kişilik boyutlarıyla bütüncül bir yaklaşımla ele alınmakta ve bu durum alana katkı sağlayan bir bakış açısı sunmaktadır. Sonuç olarak, kişilik özelliklerinin duygusal dışavurum ve psikosomatik belirtilerin ortaya çıkmasında etkili olup olmadığının araştırılması, alan yazında önemli katkılar sağlayabilir.

Yöntem

Araştırmanın Amacı

Araştırmanın temel amacı, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurum düzeyleri arasındaki ilişkileri ve bu değişkenlerin birbirlerini yordayıcı etkilerini incelemektir. Ayrıca, değişkenlerin cinsiyet ve medeni duruma göre farklılaşıp farklılaşmadığı da araştırılmıştır. Değişkenler ile demografik karşılaştırmalar farklı gruplar arasındaki olası farklılıkları ortaya koymayı hedeflemektedir.

Araştırma Modeli

Bu araştırma, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurum düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlayan ilişkisel tarama modeli çerçevesinde yürütülmüştür. İlişkisel tarama modeli, değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemeye yönelik nicel bir araştırma yaklaşımıdır. Bu model kapsamında, değişkenler arasındaki korelasyonların yanı sıra yordayıcı etkiler de incelenmiştir. Ayrıca, cinsiyet ve medeni durum gibi demografik değişkenlerin değişkenler üzerindeki etkileri de araştırılmıştır.

41 Çelik, “Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Özelliklerinin Duygusal Dışavurum Açısından İncelenmesi”, 2013.

42 Mohammad Khosravi, Mohammad Ali Besharat, and Mohammad Ali Ghaffari, “The Relationship between Personality Traits and Psychosomatic Complaints in a Sample of Iranian Adults,” *Journal of Research in Medical Sciences* 24 (2019).

Araştırma Örnekleme

Araştırmaya 18-65 yaş aralığında 280'i kadın (%70,5), 117'si erkek (%29,5), toplam 397 yetişkin katılmıştır. Katılımcıların büyük çoğunluğunu 18-30 yaş aralığında (%51,6), bekâr (%52,6) ve üniversite mezunu (%56,9) kişilerden oluşmaktadır.

Tablo 1: Yetişkin Bireylerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzdelere

Değişken	Grup	<i>f</i>	%
Cinsiyet	Kadın	280	70.5
	Erkek	117	29.5
Yaş Grubu	18-30 yaş	205	51.6
	31-40 yaş	91	22.9
	41-50 yaş	59	14.9
	51-65 yaş	42	10.6
Medeni Durum	Evli	188	47.4
	Bekar	209	52.6
Eğitim Durumu	İlk/Ortaokul	36	9.1
	Lise	87	21.9
	Üniversite	226	56.9
	Lisansüstü	48	12.1
Toplam		397	100,0

Not. f: frekans; %: yüzde.

Veri Toplama İşlemi ve Etik Onay

Araştırmaya İstanbul Gedik Üniversitesi Etik Kurul Komisyonunun 17.01.2023 tarihli ve 2023/1 sayılı toplantısının E-56365223-050.01.04-2023.137548.25-430 numaralı onayıyla başlanmıştır. Araştırmada katılımcılar, bilgilendirilmiş onam formuna onay verdikten sonra çalışmaya katılmışlardır. Araştırma soruları katılımcılara çevrim içi ortamda hazırlanarak sunulmuştur. Araştırma için 18–65 yaş arası bireylere ulaşılması hedeflenmiştir. Kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak veriler toplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmanın veri toplama araçları; Demografik Bilgi Formu, Beş Faktör Kişilik Envanteri, Rosenberg Benlik Saygısı- Psikosomatik Belirtiler Alt Ölçeği ve Berkeley Duygusal Dışavurum Ölçeği kullanılmıştır. Veri toplama araçları alanyazında daha önce kullanılmış geçerlik ve güvenirlik çalışmaları tamamlanmış olan araçlardır.

Demografik Bilgi Formu: Demografik Bilgi Formu, katılımcıların demografik özelliklerini elde etmek amacıyla oluşturulmuştur. Katılımcıların cinsiyeti, yaşı, medeni durumu ve eğitim durumu hakkında bilgi almaya yöneliktir.

Beş Faktör Kişilik Envanteri: Beş Faktör Kişilik Envanteri (BFKE), Benet-Martinez ve John (1998) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, toplamda 44 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin “nevrotiklik”, “yumuşak başlılık”, “deneyime açıklık” “dışadönüklük” ve “sorumluluk” olmak üzere 5 alt boyutu vardır. Ölçek, 1= hiç katılmıyorum, 2= biraz katılmıyorum, 3= ne katılıyorum ne de katılmıyorum, 4= biraz katılıyorum, 5= tamamen katılıyorum olmak üzere 5’li Likert tipi derecelendirmeye sahiptir. Ölçeğin dilimize çevrilme ve uyarlanma çalışmaları Sümer ve Sümer (2005) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan bu uyarlama çalışmasında ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach alfa güvenirlik katsayılarının .64 ile .77 arasında değişmekte olduğu belirtilmiştir.⁴³ Bu araştırma kapsamında da alt boyutların Cronbach alfa değerleri sırasıyla dışadönüklük için .80, sorumluluk için .72, yumuşak başlılık için .61, deneyime açıklık için .63, nevrotiklik için .77 olarak bulunmuştur.

Rosenberg Benlik Saygısı – Psikosomatik Belirtiler Alt Ölçeği: Rosenberg tarafından geliştirilen Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, 12 alt kategoriden oluşmaktadır. 1986 yılında Çuhadaroğlu tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ölçeğin uyarlama çalışmasındaki Croanbach alfa güvenirlik katsayısı 76’dır. Test tekrar test güvenirlik katsayısı 71’dir. Bu araştırmanın amacı doğrultusunda, 12 alt testten biri olan Psikosomatik Belirtiler Alt Ölçeği uygulanmıştır. Bu ölçek 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 4’lü likert tipi bir derecelendirmeye sahiptir. Derecelendirme “Sık Sık”, “Bazen”, “Nadiren” ve “Hiçbir Zaman” şeklindedir. Bireyler 10 ile 40 arasında bir puan almaktadır. Puanlar 10’a yaklaştıkça psikosomatik belirti fazlalığına 40’a yaklaştıkça psikosomatik belirti azlığına karşılık gelmektedir.⁴⁴ Bu çalışmada psikosomatik belirtiler Cronbach alfa değeri .75 olarak bulunmuştur.

43 Nebi Sümer ve H. Canan Sümer, “Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği” (2005).

44 Saygısı Çuhadaroğlu, “Adölesanlarda Benlik” (uzmanlık tezi, Hacettepe Üniversitesi, 1986).

Berkeley Duygusal Dışavurum Ölçeği: Gross ve John tarafından geliştirilmiş ve Akın tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 16 maddeden, 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin üç maddesi (3., 8. ve 9.) ters olarak kodlanmıştır. Ölçek 7’li Likert derecelendirmeyeyle 1-7 arasındaki rakamlardan birini işaretleyerek yanıtlanmaktadır. Her bir madde için 1, “Kesinlikle Katılmıyorum”; 2 “Katılmıyorum”; 3 “Bazen Katılmıyorum”; 4 “Kararsızım”; 5 “Bazen Katılıyorum”; 6 “Katılıyorum”; 7 ise “Kesinlikle Katılıyorum” anlamlarına gelmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları toplam puan .88, olumlu dışavurum .74, olumsuz dışavurum .82, dürtü şiddeti .87 olarak bulunmuştur.⁴⁵ Bu araştırma kapsamında Cronbach alfa değerleri duygusal dışavurum toplam puanı için .80, olumlu dışavurum boyutu için .68, olumsuz dışavurum boyutu için .63, dürtü şiddeti boyutu için .73 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde SPSS-25 istatistik programı kullanılmıştır. Yapılan analizlerde ilk olarak yetişkin bireylerin demografik bilgilerine ait frekans ve yüzde değerleri hesaplanmıştır. Ayrıca, katılımcıların kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumlarına yönelik tanımlayıcı istatistikler (minimum değer, maksimum değer, aritmetik ortalama ve standart sapma) hesaplanmıştır. Daha sonra, araştırma verilerinin normal dağılım varsayımını karşılayıp karşılamadığını incelemek üzere çarpıklık ve basıklık değerleri referans alınmıştır.

Araştırma amaçları kapsamında yapılan analizlerde, veri dağılımının normal olduğu ve varyansların homojenliği sağlandığı göz önünde bulundurularak parametrik analiz yöntemleri tercih edilmiştir. Bu bağlamda, katılımcıların kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumları, demografik değişkenler açısından incelenirken bağımsız gruplar t testi ve tek yönlü anova analizleri kullanılmıştır. Tek yönlü ANOVA analizinde anlamlı farklar çıktığı durumda ise post-hoc testlerinden Tukey testi ile incelenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiş, yordayıcı etkiler ise çoklu regresyon analizi ile değerlendirilmiştir. Bu analizler, araştırmanın hem ilişkisel hem de yordayıcı boyutunu kapsamlı bir şekilde ortaya koymaktadır.

45 Ahmet Akın, “The Validity and Reliability of the Turkish Version of the Berkeley Expressivity Scale”, *Procedia–Social and Behavioral Sciences* 30 (2011): 27–33.

Bulgular

Yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumlarına ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri -2.00 ile +2.00 arasında yer almaktadır. Bu kapsamda, araştırma verilerinin normal dağıldığı kabul edilmiştir.

Tablo 2: Değişkenlere Ait Normallik Analizleri

Ölçek	Boyut	Çarpıklık		Basıklık	
		İst.	St. Hata	İst.	St. Hata
Kişilik Özellikleri	Dışadönüklük	-.42	.12	-.27	.24
	Sorumluluk	-.44	.12	-.21	.24
	Yumuşak Başlılık	-.42	.12	.08	.24
	Deneyime Açıklık	-.37	.12	-.24	.24
	Nevrotiklik	-.15	.12	-.27	.24
Psikosomatik Belirtiler	Toplam	-.35	.12	-.05	.24
Duygusal Dışavurum	Toplam	-.57	.12	.57	.24
	Olumlu Dışavurum	-1.04	.12	1.01	.24
	Olumsuz Dışavurum	-.28	.12	-.13	.24
	Dürtü Şiddeti	-.77	.12	.38	.24

Not. İst. = İstatistik; St. Hata = Standart hata.

Tablo 3: Değişkenlerin Cinsiyete Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	$\bar{x}$	ss	sd	t	p
Dışadönüklük	Kadın	280	28.20	6.64	395	1.07	.27
	Erkek	117	27.44	6.21			
Sorumluluk	Kadın	280	34.29	5.70	395	.48	.64
	Erkek	117	33.97	6.27			
Yumuşak Başlılık	Kadın	280	35.13	5.20	395	.16	.88
	Erkek	117	35.04	5.07			
Deneyime Açıklık	Kadın	280	35.28	6.81	395	-.15	.88
	Erkek	117	35.39	7.28			
Nevrotiklik	Kadın	280	24.52	6.31	395	4.71	.000
	Erkek	117	21.17	6.80			
Psikosomatik Belirtiler (Toplam)	Kadın	280	28.57	5.04	395	-3.98	.000
	Erkek	117	30.74	4.79			
Duygusal Dışavurum (Toplam)	Kadın	280	83.23	11.72	395	9.12	.000
	Erkek	117	70.97	13.34			
Olumlu Dışavurum	Kadın	280	22.69	4.02	395	3.81	.000
	Erkek	117	20.96	4.42			

Olumsuz Dışavurum	Kadın	280	27.08	5.84	395	6.96	.000
	Erkek	117	22.51	6.25			
Dürtü Şiddeti	Kadın	280	33.45	5.62	395	9.00	.000
	Erkek	117	27.50	6.87			

n: örneklem sayısı, $\bar{x}$: ortalama, ss: standart sapma, sd, serbestlik derecesi, t: t-testi değeri, p: anlamlılık düzeyi.

Yetişkin bireylerin kişilik özellikleri cinsiyete göre incelendiğinde; dışadönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık ve deneyime açıklık boyutlarında cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Buna karşılık, nevrotiklik düzeyinde kadınların puanları erkeklere göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Psikosomatik belirtiler açısından erkeklerin puanları kadınlara kıyasla daha yüksektir. Duygusal dışavurum toplam puanı ile olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti alt boyutlarında ise kadın katılımcıların puanları erkeklerden anlamlı düzeyde yüksektir.

Tablo 4: Değişkenlerin Medeni Duruma Göre İncelenmesi

Boyut	Grup	n	$\bar{x}$	Ss	sd	t	p
Dışadönüklük	Evli	188	28.18	6.74	395	.58	.56
	Bekar	209	27.79	6.31			
Sorumluluk	Evli	188	35.85	5.33	395	5.56	.000
	Bekar	209	32.70	5.94			
Yumuşak Başlılık	Evli	188	36.38	4.93	395	4.79	.000
	Bekar	209	33.96	5.10			
Deneyime Açıklık	Evli	188	34.60	6.80	395	-1.92	.06
	Bekar	209	35.95	7.03			
Nevrotiklik	Evli	188	22.65	7.07	395	-2.52	.01
	Bekar	209	24.33	6.11			
Psikosomatik Belirtiler (Toplam)	Evli	188	30.02	4.91	395	3.07	.002
	Bekar	209	28.48	5.09			
Duygusal Dışavurum (Toplam)	Evli	188	79.64	12.81	395	.03	.97
	Bekar	209	79.59	13.99			
Olumlu Dışavurum	Evli	188	22.01	4.44	395	-.79	.43
	Bekar	209	22.34	4.00			
Olumsuz Dışavurum	Evli	188	26.00	5.81	395	.79	.43
	Bekar	209	25.50	6.73			
Dürtü Şiddeti	Evli	188	31.63	6.57	395	-.19	.85
	Bekar	209	31.76	6.63			

n: örneklem sayısı, $\bar{x}$: aritmetik ortalama, Ss: standart sapma, sd: serbestlik derecesi, t: t değeri, p: anlamlılık düzeyi.

Yetişkin bireylerin kişilik özellikleri medeni duruma göre incelendiğinde, dışadönüklük ve deneyime açıklık boyutlarında gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Buna karşın, evli bireylerin sorumluluk ve yumuşak başlılık puanları bekâr bireylere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Nevrotiklik boyutunda ise bekâr bireylerin puanları evlilerden anlamlı biçimde yüksektir. Psikosomatik belirtiler açısından evli bireylerin puanları daha yüksek iken duygusal dışavurum toplam puanı ve alt boyutlarında medeni duruma göre anlamlı bir fark gözlenmemiştir.

Tablo 5: Yetişkin Bireylerde Kişilik Özellikleri, Psikosomatik Belirtiler ve Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

	D	S	YB	DA	N	PB	DD	OLD	OSD	DŞ
D	1									
S	.320**	1								
YB	.322**	.355**	1							
DA	.445**	.144**	.129*	1						
N	-.269**	-.318**	-.393**	-.214**	1					
PB	.070	.206**	.220**	-.019	-.470**	1				
DD	.188**	.159**	.197**	.138**	.226**	-.141**	1			
OLD	.393**	.204**	.270**	.318**	-.110*	.037	.709**	1		
OSD	.038	.112*	.083	-.048	.242**	-.057	.779**	.336**	1	
DŞ	.094	.086	.150**	.124*	.300**	-.255**	.838**	.484**	.415**	1

D: Dışadönüklük, S: Sorumluluk, YB: Yumuşak Başlılık, DA: Deneyime Açıklık, N: Nevrotiklik, PB: Psikosomatik Belirtiler, DD: Duygusal Dışavurum, OLD: Olumlu Dışavurum, OSD: Olumsuz Dışavurum, DŞ: Dürtü Şiddeti.

Dışadönüklük kişilik özelliği ile duygusal dışavurum ve olumlu dışavurum arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Sorumluluk kişilik özelliği ile psikosomatik belirtiler, duygusal dışavurum, olumlu dışavurum ve olumsuz dışavurum boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler gözlenmiştir. Yumuşak başlılık kişilik özelliği ile psikosomatik belirtiler, duygusal dışavurum, olumlu dışavurum ve dürtü şiddeti boyutları arasında pozitif anlamlı ilişkiler vardır. Deneyime açıklık kişilik özelliği ile duygusal dışavurum, olumlu dışavurum ve dürtü şiddeti boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Nevrotiklik kişilik özelliği ile psikosomatik belirtiler ve olumlu dışavurum boyutları arasında negatif; nevrotiklik ile duygusal dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler gözlenmiştir.

Tablo 6: Yetişkin Bireylerde Kişilik Özellikleri ve Psikosomatik Belirtilerin Duygusal Dışavurum ile İlişkilerinin İncelenmesi

	B	S.H.	β	t	p
Dışadönüklük	.24	.11	.12	2.16	.03
Sorumluluk	.35	.12	.15	3.01	.003
Yumuşak Başlılık	.68	.13	.26	5.09	.000
Deneyime Açıklık	.23	.10	.12	2.34	.02
Nevrotiklik	.84	.11	.42	7.40	.000
Psikosomatik Belirtiler	-.11	.14	-.04	-.79	.43
R=.46; R ² =.21; Δ R ² =.20; F=17.67; p=.000					

B= Regresyon katsayısı, S.H.= Standart hata, β = Standartlaştırılmış regresyon katsayısı, t= t değeri, p= anlamlılık düzeyi.

Yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum arasındaki regresyon modeli anlamlı bulunmuştur. Bu sonuç, araştırmanın bağımsız değişkenlerin bir bütün olarak duygusal dışavurumu anlamlı şekilde yordadığını göstermektedir. Analiz sonuçlarına göre dışadönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve nevrotiklik, duygusal dışavurumu anlamlı şekilde yordarken; psikosomatik belirtilerin duygusal dışavurumu yordama gücünün anlamlı olmadığı görülmüştür.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurumları arasındaki ilişki değerlendirilmiştir. Kişilik özellikleri cinsiyete göre incelenmiş ve nevrotiklik alt boyutu dışındaki alt boyutlar arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Kadınların nevrotiklik kişilik özelliği puanı erkeklerin nevrotiklik kişilik özelliği puanına göre yüksek bulunmuştur. Coşkun tarafından yapılan çalışmada kadın üniversite öğrencilerinin nevrotiklik puanı erkek üniversite öğrencilerinin nevrotiklik puanına göre yüksek bulunmuştur.⁴⁶ Tatlıoğlu tarafından yapılmış olan çalışmada üniversite öğrencilerinin beş faktörlü kişilik kuramına göre kişilik özelliklerinin alt boyutları bazı değişkenlere göre incelenmiş ve sonucunda kişilik özellikleri alt boyutlarından nevrotiklik alt boyutu dışındaki diğer özelliklerin puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Nevrotiklik kişilik özelliği

46 Hüseyn Coşkun, “Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özelliklerinin, Duygusal Dışavurumlarının ve Sosyal Onay İhtiyaçlarının İncelenmesi” (yüksek lisans tezi, Kırıkkale Üniversitesi, 2021).

alt boyutunda cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kız öğrencilerin nevrotiklik kişilik özelliği alt boyutu puanı erkek öğrencilere göre yüksek bulunmuştur.⁴⁷ Bu doğrultuda araştırmadan elde edilen bu bulgunun literatür ile uyumlu olduğu sonucuna varılmaktadır. Yetişkin bireylerin kişilik özellikleri medeni duruma göre incelendiğinde; dışadönüklük ve deneyime açıklık boyutunda anlamlı sonuçlar edinilememiştir. Ancak sorumluluk ve yumuşak başlılık kişilik özelliğinde evliler lehine; nevrotiklik kişilik özelliğinde ise bekârlar lehine anlamlı sonuçlar bulunmuştur. Cennet Demir⁴⁸ ve Ümit Behrem'in⁴⁹ araştırmalarından elde edilen sonuçlar bütüncül olarak değerlendirildiğinde, bu araştırmada kişilik özelliklerinin medeni duruma göre farklılaşmalarına ilişkin edinilen sonuçların literatür ile uyumlu olduğu söylenebilir. Araştırmanın alt amaçları kapsamında, yetişkin bireylerin psikosomatik belirtileri demografik değişkenlere göre incelenmiş olup anlamlı sonuçlara varılmıştır. Buna göre erkeklerin psikosomatik belirtiler puanı kadınların puanından anlamlı düzeyde yüksektir. Psikosomatik belirtiler puanı hesaplanırken ölçek puanının yükselmesi, psikosomatik belirtiler düzeyinin düştüğünü gösterir niteliktedir, ölçek puanının düşmesi ise psikosomatik belirtiler düzeyinin yükseldiğini göstermektedir. Dolayısıyla, kadınların psikosomatik belirtilerinin erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu söylenebilir. İnce⁵⁰ tarafından yapılmış, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde incelenen psikosomatik belirtiler ile ilgili çalışmanın sonucunda da psikosomatik belirtilerin kadınlarda erkeklere oranla anlamlı bir şekilde yüksek çıktığı görülmüştür. Araştırmanın cinsiyet özelinde elde ettiği sonuçlar, literatür ile uyumludur. Psikosomatik belirtiler, medeni duruma göre incelendiğinde evlilerin psikosomatik belirtiler puanı bekârlara göre yüksek bulunmuştur. Psikosomatik belirtiler puanı hesaplaması dikkate alındığında; bekar bireylerin psikosomatik belirtilerinin evli bireylerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu söylenebilir. Bu sonuç, literatürü destekleyen bir sonuçtur. Duygusal dışavurum cinsiyete göre incelendiğinde; duygusal dışavurum toplam puanı ve tüm alt boyutlarında kadınların puanı erkeklerin puanından yüksek

47 K. Tatlılıoğlu, “Üniversite Öğrencilerinin Beş Faktör Kişilik Kuramı’na Göre Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi”, *Tarih Okulu Dergisi* 2014, sy. XVII (2013).

48 Cennet Demir, “Kişilik Özellikleri ve İş Tatmini Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Bir Uygulama” (yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, 2012).

49 Ümit Behrem, “Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Örgütsel Adalet Algısı Aracılığıyla Üretkenlik Karşıtı Davranışlar Üzerine Etkisinin İncelenmesine Yönelik Bir Araştırma” (yüksek lisans tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, 2017).

50 Gökçe İnce, “KKTC’de Yaşayan Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerde Kişilerarası İlişki Tarzlarının Psikosomatik Bozukluklarla İlişkisinin İncelenmesi” (yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, 2018).

olarak bulunmuştur. Literatür incelendiğinde de kadınların duygusal dışavurum puanlarının erkeklerin puanından yüksek olduğu görülmektedir. Kaya tarafından yapılan duygusal dışavurumların çeşitli değişkenler ile incelendiği çalışmada, duygusal dışavurum puanı ve tüm alt boyutlarında kadınların puanının erkeklerden yüksek olduğu bulunmuştur.⁵¹ Kadınların duygusal dışavurum düzeyleri erkeklere göre daha yüksektir. Literatürde duygusal dışavurumun cinsiyet değişkenine göre farklılar gösterdiği; kadın bireylerin duygularını erkek bireylere göre daha fazla dışa vurma eğiliminde oldukları görülmektedir.⁵² Yetişkin bireylerin duygusal dışavurumları medeni duruma göre incelendiğinde; toplam puan ile olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti boyutlarında gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşma bulunamamıştır. Bu sonuç, bekâr ve evli yetişkin bireylerin duygusal dışavurum düzeylerinin benzer olduğunu göstermektedir. İlgili literatür incelendiğinde, duygusal dışavurum üzerine yürütülen araştırmaların medeni durum özelinde inceleme yapmadığı belirlenmiştir. Dolayısıyla, bu araştırmada elde edilen sonuçlar, literatürde yer alan boşlukları gidermesi açısından önem arz etmektedir.

Değişkenler arasındaki korelasyonel ilişkiler incelenmiş olup kişilik özelliklerinin tamamının duygusal dışavurum ile pozitif yönlü; psikosomatik belirtiler puanının ise duygusal dışavurum ile negatif yönlü ilişkisi bulunmuştur. Kişilik özelliklerinin tamamı ve psikosomatik belirtiler ile duygusal dışavurum arasında doğru orantı vardır. Bu bağlamda, yetişkin bireylerin kişilik özellikleri ve psikosomatik belirtileri yükseldikçe duygusal dışavurumları da yükselmekte; kişilik özellikleri ve psikosomatik belirtileri düştükçe duygusal dışavurumları da düşmektedir. Ayrıca, araştırma kapsamında; yetişkin bireylerde kişilik özellikleri ile psikosomatik belirtilerin duygusal dışavurum üzerindeki etkisine yönelik kurulan bu modelin anlamlı olduğu sonucu edinilmiştir. Bu sonuca göre dışadönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve nevrotiklik kişilik özelliklerinin duygusal dışavurumu bağımsız olarak yordadığı; psikosomatik belirtilerin bağımsız olarak duygusal dışavurum üzerinde yordayıcı etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Psikosomatik belirtiler ile duygusal dışavurum arasındaki etkileşimin anlamlı olmaması, aslında duygusal dışavurum ile somatizasyon arasındaki ilişkiyi daha karmaşık hâle getirmektedir. Bu, her bireyin psikosomatik belirtileri ve duygusal deneyimleri farklı şekillerde yaşadığı anlamına

51 Çınar Kaya, “Sosyal İyi Olma ile Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkilerin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi” (yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, 2013).

52 Gross and John, “Facets of Emotional Expressivity,” 555–568.

gelir.⁵³ Psikosomatik belirtiler çoğu zaman duygusal sıkıntıların bedensel olarak dışa vurumu olsa da bireylerin kişilik özellikleri ve duygusal düzenleme stratejileri bu sürecin nasıl işlediğini belirleyebilir. Nevrotik özellikler gösteren bireyler, duygusal baskılama, kaygı ve stres gibi duygusal yükleri daha fazla somatize edebilirler. Ancak bu süreç her zaman duygusal dışavurum ile paralel gitmeyebilir, çünkü bireylerin duygusal dışavurum becerileri kişilik özelliklerine göre farklılık gösterebilir.⁵⁴

İlgili sonuçlar bir bütün olarak değerlendirildiğinde; kişilik özelliklerinin yetişkin bireylerin duygusal dışavurum düzeylerini etkilediği ama psikosomatik belirtilerin ise yetişkin bireylerin duygusal dışavurum düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı söylenebilir. Dışadönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve nevroz gibi kişilik özellikleri, yetişkin bireylerin duygularına ve davranışlarına etki edebilmektedir.⁵⁵ Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde, yetişkin bireylerde kişilik özellikleri, psikosomatik belirtiler ve duygusal dışavurum ile arasındaki ilişkiyi doğrudan değerlendiren bir çalışma bulunamamıştır. Ancak, bazı araştırmacıların yaptıkları incelemeler ile bu çalışmayı dolaylı olarak destekledikleri sonucuna ulaşılmıştır. Örneğin; Coşkun ve Aslan⁵⁶ tarafından yürütülen araştırmada, kişilik özellikleri ile duygusal dışavurum arasındaki ilişkiye yönelik bir derleme yapılmış olup kişilik özelliklerinin duygusal dışavurumu etkilediği sonucuna varılmıştır. Ayrıca, Araz ve Erkuş'un⁵⁷ araştırmasında duygusal dışavurumun yordayıcıları arasında kişilik özellikleri gösterilmiştir. Bunlara ek olarak; Gross ve John⁵⁸ tarafından yürütülen araştırma ile Leising ve diğerlerinin⁵⁹ çalışmaları, kişilik özellikleri ile duygusal dışavurum arasındaki ilişkiyi yurt dışında inceleyen çalışmalar olarak göze çarpmaktadır. Bu araştırmaların da kişilik özellikleri ile duygusal dışavurum düzeyi

53 Gross and John, "Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes," 348–362.

54 Leising, Hagemeyer, and Rentfrow, "Personality and Psychosomatic Symptoms," 214–220.

55 Naveed Saif, Irfan Ullah Khan, and Imrab Shaheen, "Investigating the Relationship between the Big Five Personality Traits Model and Selfie Posting Behavior with the Moderating Role of Culture and Marital Status among University Students," *Journal of Innovative Research in Management Sciences* 3, no. 2 (2022): 1–15.

56 Hüseyin Coşkun ve Selda Aslan, "Kişilik Özellikleri, Duygusal Dışavurum ve Sosyal Onay İhtiyacı Kavramları Üzerine Bir Derleme", *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi* 5, sy. 1 (2021): 60–77.

57 Araz ve Erkuş, "Duygu Dışavurum Tarzlarının Kavramsallaştırılması", 50–61.

58 Gross and John, "Facets of Emotional Expressivity," 555–568.

59 David Leising, Julian Müller and Carolin Hahn, "An Adjective List for Assessing Emotional Expressivity in Psychotherapy Research," *Clinical Psychology & Psychotherapy* 14, no. 5 (2007): 377–385.

arasında pozitif yönlü ilişki tespit etmesi, literatürdeki çalışmalar ile bu araştırmanın uyumunu göstermesi açısından önemlidir.

Psikosomatik belirtiler ile duygusal dışavurum arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar, bu çalışmanın bulgularıyla uyumlu sonuçlar ortaya koymaktadır. Örneğin, Şafak ve arkadaşlarının araştırmasında da psikosomatik belirtiler ile duygusal dışavurum arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır.⁶⁰ Bahsedilen araştırmada ergen bireyler örnekleminin ele alınması her iki araştırmanın ayrıştığı noktadır. Ancak iki araştırmanın ortak sonuçlarda buluşması, bu çalışmanın psikosomatik belirtiler ile duygusal dışavurum üzerine elde ettiği sonuçlarının literatürle tutarlı olduğunu göstermektedir.

Bu çalışma; yetişkin bireylerin kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurum düzeyleri arasındaki ilişkileri ortaya koyarken, cinsiyet ve medeni durum gibi demografik değişkenlerin bu ilişkiler üzerindeki etkilerini de gözler önüne sermektedir.

Sayıtlar, Sınırlılıklar

Bu araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıştır. Katılımcıların anketleri samimi ve doğru yanıtlarla doldurdukları kabul edilmiştir. Çalışma, yalnızca 18–65 yaş arası yetişkin bireyleri kapsamakta ve veriler Beş Faktör Kişilik Envanteri, Rosenberg Benlik Saygısı-Psikosomatik Belirtiler Alt Ölçeği ile Berkeley Duygusal Dışavurum Ölçeği aracılığıyla toplanan nicel verilerle yürütülmüştür.

Araştırma 397 katılımcı ile gerçekleştirilmiş, kadın katılımcıların sayısı erkeklere göre fazla ve demografik bilgiler sınırlı sayıda soru ile toplanmıştır. Bu durum, özellikle cinsiyetin kişilik, duygusal dışavurum ve psikosomatik belirtiler üzerindeki etkisini doğru şekilde değerlendirmek için bir sınırlamadır. Ayrıca, demografik bilgilerin sınırlı sayıda soru ile toplanmış olması, katılımcıların sağlık durumu, yaşam tarzı ve sosyal çevreleri gibi önemli değişkenlerin etkisini göz ardı edebilir.

60 Emre Şafak, Pınar Vural ve Fatma Çetinkaya, “Ergenlerde Algılanan Duygu Dışa Vurumu ile Psikosomatik Belirtiler Arasındaki İlişki”, *Güncel Pediatri* 13, sy. 2 (2015): 104–109.

Öneriler

Araştırmacılar için;

Gelecek çalışmalarda örneklem sayısının artırılması ve cinsiyet dağılımına dikkat edilmesi, bulguların genellenebilirliğini güçlendirecektir. Demografik bilgiler açısından daha kapsamlı veri toplanması, psikosomatik belirtiler ve diğer değişkenlerle ilişkilerin daha ayrıntılı incelenmesini sağlayabilir.

Uygulayıcılar için;

Katılımcıların kişilik özellikleri, psikosomatik belirtileri ve duygusal dışavurum düzeyleri dikkate alınarak bireylere uygun müdahale ve destek programları geliştirilebilir. Ayrıca, cinsiyet ve medeni durum gibi demografik farklılıklar da bu programların planlanmasında göz önünde bulundurulabilir. Ayrıca, gelecekteki araştırmaların stres düzeyleri, sosyal destek ve kültürel faktörler gibi unsurları çok boyutlu bir şekilde ele alması, daha kapsamlı sonuçlar elde edilmesini sağlayacaktır.

Etik Onay

Araştırmaya İstanbul Gedik Üniversitesi Etik Kurul Komisyonunun 17.01.2023 tarihli ve 2023/1 sayılı toplantısının E-56365223-050.01.04-2023.137548.25-430 numaralı onayıyla başlanmıştır.

Çıkar Çatışması Beyanı

Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve/veya finansal çıkar çatışması yoktur.

Yazarların Katkı Oranı

SIRA	AD SOYAD	ORCID	MAKALEYE KATKISI
1	Dilara Güler	0009-0007-9900-3971	1, 2, 3, 4, 5
2	Nurgül Yavuzer	00000-0002-7710-5746	1, 3, 5
*Katkı bölümüne ilgili açıklamanın karşılığına gelen rakam(lar)ı yazınız.			
1- Çalışmanın tasarlanması 2- Verilerin toplanması 3- Verilerin analizi ve yorumu 4- Yazının yazılması 5- Kritik revizyon			

Kaynakça

Adıgüzel, Binnur. “Yetişkinlerin Kişilik Özellikleri, Bağlanma Biçimleri ve Somatizasyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, 2021.

Akın, Ahmet. “The Validity and Reliability of the Turkish Version of the Berkeley Expressivity Scale.” *Procedia–Social and Behavioral Sciences* 30 (2011): 27–33.

Araz, Arzu ve Adnan Erkuş. “Duygu Dışavurum Tarzlarının Kavramsallaştırılması ve Ölçümü: Bir Envanter Geliştirme Çalışması”. *Türk Psikoloji Dergisi* 29, sy. 74 (2014): 50–61.

Behrem, Ümit. “Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Örgütsel Adalet Algısı Aracılığıyla Üretkenlik Karşıtı Davranışlar Üzerine Etkisinin İncelenmesine Yönelik Bir Araştırma”. Yüksek lisans tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, 2017.

Burger, Jerry M. *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2006.

Cervone, Daniel ve Lawrence A. Pervin. *Kişilik Psikolojisi: Kuram ve Araştırma*. İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık, 2016.

Costa, Paul T., Jr., and Robert R. McCrae. “From Catalog to Classification: Murray’s Needs and the Five-Factor Model.” *Journal of Personality and Social Psychology* 55, no. 2 (1988): 258–265.

Costa, Paul T., Jr., and Robert R. McCrae. *Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) Professional Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, 1992.

Coşkun, Hüseyin. “Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özelliklerinin, Duygusal Dışavurumlarının ve Sosyal Onay İhtiyaçlarının İncelenmesi.” Yüksek lisans tezi, Kırıkkale Üniversitesi, 2021.

Coşkun, Hüseyin ve Selda Aslan. “Kişilik Özellikleri, Duygusal Dışavurum ve Sosyal Onay İhtiyacı Kavramları Üzerine Bir Derleme”. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi* 5, sy. 1 (2021): 60–77.

Çelik, Eyüp. “Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Özelliklerinin Duygusal Dışa-

vurum Açısından İncelenmesi”. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 17, sy. 2 (2013).

Çevik, Abdülkadir ve Vesile Şentürk. “Tarihsel Süreçte Psikosomatik Tıp ve Psikosomatik Bozukluklara Genel Bir Bakış”. *Türkiye Klinikleri Psychiatry–Special Topics* 1, sy. 2 (2008): 1–11.

Çivitçi, Nilüfer ve Aysel Arıcıoğlu. “Beş Faktör Kuramına Dayalı Kişilik Özellikleri”. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 12, sy. 23 (2012): 78–96.

Davison, Gerald C., John M. Neale ve İhsan Dağ. *Anormal Psikoloji*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2004.

De Frutos, R. M. “Uncovering the Structure of Agreeableness from Self-Report Measures.” *Journal of Personality* 86, no. 4 (2018): 560–580.

Demir, Cennet. “Kişilik Özellikleri ve İş Tatmini Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Bir Uygulama”. Yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, 2012.

Doğan, Tayfun. “Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Öznel İyi Oluş”. *Doğu Üniversitesi Dergisi* 14, sy. 1 (2013): 56–64.

Eray, Şafak, Pınar Vural ve Fatma Çetinkaya. “Ergenlerde Algılanan Duygu Dışa Vurumu ile Psikosomatik Belirtiler Arasındaki İlişki”. *Güncel Pediatri* 13, sy. 2 (2015): 104–109.

Fava, Giovanni A., Johannes Guidi and Nicola Sonino. “The Psychosomatic Practice.” *Acta Dermato-Venereologica* 96 (2016): 9–13.

Fayn, Katerina, Carolyn MacCann, Nicholas Tiliopoulos, and Paul J. Silvia. “Aesthetic Emotions and Aesthetic People: Openness Predicts Sensitivity to Novelty in the Experiences of Interest and Pleasure.” *Frontiers in Psychology* 6 (2015): 1877.

Gross, James J. and Oliver P. John. “Facets of Emotional Expressivity: Three Self-Report Factors and Their Correlates.” *Personality and Individual Differences* 19, no. 4 (1995): 555–568.

Gross, James J., and Oliver P. John. “Individual Differences in Two Emotion Regu-

lation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being.” *Journal of Personality and Social Psychology* 85, no. 2 (2003): 348–362.

Güleç, Medine Yazıcı. “Psikosomatik Hastalıklarda Mizaç ve Karakter”. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 1, sy. 3 (2009): 201–214.

Horzum, Mustafa Barış, Tuncay Ayas ve Mehmet Ali Padır. “Beş Faktör Kişilik Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması”. *Sakarya University Journal of Education* 7, sy. 2 (2017): 398–408.

İnce, Gökçe. “KKTC’de Yaşayan Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerde Kişilerarası İlişki Tarzlarının Psikosomatik Bozukluklarla İlişkisinin İncelenmesi”. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, 2018.

Kaya, Çınar. “Sosyal İyi Olma ile Duygusal Dışavurum Arasındaki İlişkilerin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi0.” Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, 2013.

Khosravi, Mohammad, Mohammad Ali Besharat and Mohammad Ali Ghaffari. “The Relationship between Personality Traits and Psychosomatic Complaints in a Sample of Iranian Adults.” *Journal of Research in Medical Sciences* 24 (2019).

Kılıçaslan, A. K., S. Yıldız, O. Kurt, and M. Atmaca. “Personality Characteristics, Anxiety Sensitivity, Anxiety, and Depression Levels on Patients Diagnosed with Psychogenic Pruritus.” *Alpha Psychiatry* 23, no. 5 (2022): 243–248.

Kleinman, Arthur, Veena Das, and Margaret Lock. *Social Suffering*. Berkeley: University of California Press, 1997.

Kleinman, Arthur, Veena Das and Margaret Lock. *Social Suffering*. Berkeley: University of California Press, 1997.

Leising, Daniel, Jochen Müller and Christian Hahn. “An Adjective List for Assessing Emotional Expressivity in Psychotherapy Research.” *Clinical Psychology & Psychotherapy* 14, no. 5 (2007): 377–385.

McCrae, Robert R. and Paul T. Costa. “Updating Norman’s ‘Adequate Taxonomy’: Intelligence and Personality Dimensions in Natural Language and in Questionnaires.” *Journal of Personality and Social Psychology* 49 (1985): 710–721.

Menkü, Burak ve Behçet Coşar. “Psikosomatik Bozukluklar”. *Türkiye Klinikleri Ps-ychiatry–Special Topics* 14, sy. 4 (2021): 32–36.

Pennebaker, James W. *Opening Up: The Healing Power of Expressing Emotions*. New York: Guilford Press, 1997.

Pylypenko, Nataliia, et al. “Contemporary Approaches to Diagnosis, Psychotherapy and Neuro-Psychocorrection of Emotional Disorders in Psychosomatic Diseases.” *BRAIN: Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience* 13, no. 1 (Suppl. 1) (2022): 277–294.

Saif, Naveed, Irfan Ullah Khan, and Imrab Shaheen. “Investigating the Relationship between the Big Five Personality Traits Model and Selfie Posting Behavior with the Moderating Role of Culture and Marital Status among University Students.” *Journal of Innovative Research in Management Sciences* 3, no. 2 (2022): 1–15.

Somer, Orkun, Mehmet Korkmaz ve Aysun Tatar. “Beş Faktör Kişilik Envanterinin Geliştirilmesi: Ölçek ve Alt Ölçeklerin Oluşturulması”. *Türk Psikoloji Dergisi* 17, sy. 49 (2002): 21–33.

Sümer, Nebi ve H. Canan Sümer. “Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği.” Yayınlanmamış çalışma, 2005.

Şimşek, Erol. “Akademik Başarıyı Yordamada Psikosomatik Belirtilerin Rolü”. Bildiri, *International Conference on New Trends in Education and Their Implications*, Antalya, 2010.

Tatlıhoğlu, K. “Üniversite Öğrencilerinin Beş Faktör Kişilik Kuramı’na Göre Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi”. *Tarih Okulu Dergisi* 2014, sy. XVII (2013).

Yeni, Zehra. “Beş Faktör Kişilik Özellikleri ile Duygusal Emek Arasındaki İlişkinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma”. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi, 2015.