

Distimik Bozuklukta Öfke, Kaygı ve Depresyon Eğilimlerinin Bilişsel Alt Yapısıyla İlgili Bir Çalışma

S. Halime ARSLAN*, Z. Nazan ALPARSLAN**, Mehmet ÜNAL***

ÖZET

Bu çalışmada distimik bozukluğu olan hastaların öfke, kaygı ve depresif eğilimlerinin bilişsel alt yapısının araştırılması amaçlanmıştır. Örneklem ÇÜTF Psikiyatri polikliniğine ilk kez başvuran ve DSM-IV'e göre distimik bozukluk tanısı konan 31 hastadan oluşmaktadır. Çalışmada Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ), Spielberger Durumluk (SKE 1) ve Sürekli Kaygı Envanteri (SKE 2), Sürekli Öfke ve Öfke İfadesi Tarzı Ölçekleri ile Düşünce Biçimleri Listesi kullanılmıştır. Sonuçlar ruhsal ya da fiziksel hastalığı olmayan 31 kişinininkiyle karşılaştırılmıştır. Sonuçta distimik hastaların, "başkalarının gözündeki kişilik değerinin düşmemesi için hata yapılmaması" ve "kişinin kendini ispatlaması" gerektiği düşünce biçimlerine daha çok katılma eğiliminde oldukları belirlenmiştir. Öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısının distimik grupla karşılaştırma grubu arasında cinsiyete göre anlamlı farklılıklar gösterdiği bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Distimi, öfke, kaygı, depresyon, bilişsel yapı

Düşünen Adam; 1998, 11 (3): 33-38

SUMMARY

The aim of the study was to investigate the thinking styles that might be underlying the dispositions of anxiety, anger and depression among the dysthymic patients. The sample consisted of 31 patients who were diagnosed as dysthymic disorder according to DSM-IV. Beck Depression Inventory, Spielberger State-Trait Anxiety Inventory, Spielberger State-Trait Anger Scale and Thinking Styles Scale were used. Results were compared to 31 control subjects without any physical and psychiatric disorder. As a result, the dysthymic patients were found to be more inclined to endorse the thinking styles that encompassed "the necessity that one should prove his/her self-worth to other" and "one should not make mistakes in order to avoid losing self-worth in the eyes of others". Among the dysthymic group, the thinking styles that might be underlying the dispositions of anxiety, anger and depression showed significant differences according to gender.

Key words: Dysthymia, anger, anxiety, depression, thinking style

GİRİŞ

Bilişsel modele göre kişinin düşünce, tutum ve davranışları erken yaşantılarına ilişkin algıları ve çıkarımları (şemalar) ile uyumlu olarak gelişir. Bu çıkarımlar kalıplaşmış, alışıl gelmiş, doğrulukları sınamaksızın, otomatik olarak yinelenen ve kişinin ayr-

dına varmak için özel bir çaba harcamadıkça ayır-dına varmadığı yapılarıdır. Bu yapılar disfonksiyonel özelliklere sahip olabilir ve kişiyi depresyona yatkın kılabilir (11).

Giderek, düşüncelerin yanısıra duyguları da bilişsel unsurlarla açıklama çabaları, duyguların oluşumun-

*Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, **ÇÜTF Biyoistatistik Anabilim Dalı, ***ÇÜTF Psikiyatri Anabilim Dalı

da uyarıcıları yorumlama, onlara anlam verme, beklenti oluşturma gibi bilişsel unsurların önemli olduğu görüşü önem kazanmaya başlamıştır (10). Otomatik düşüncelerde olduğu gibi, duyguların anlaşılmasında da kişinin olaylarla ilgili bilişsel değerlendirmelerin anlaşılması önemlidir; yani oluşacak duygu, uyarıcının geçmişte yaşanmış duygusal yaşantılarla kıyaslandığında nasıl değerlendirildiğine bağlıdır (10).

Kişinin olayları yorumlama biçimi onun duygusal tepkisini belirlemede, aynı olaya verilen farklı kişisel anlamlar, aynı olay karşısında farklı duygusal tepkiler gösterilmesini açıklamaktadır (7).

Belirgin duyguların gerisinde yatan bilişsel unsurları araştırmak amacıyla Özer'in (1994) yaptığı çalışmada öfke duygusunun temelinde, başkalarının gözündeki kişilik değerinin düşmemesi için hata yapılması gerektiği düşüncesi, depresif duygulanımın bilişsel alt yapısında ise kişinin başkalarının gözündeki değere duyarlı olması ve onlara yük olmaması gerektiği düşüncesinin olduğu izlenimi edinilmiştir (10).

Kişinin kendisini ispatlaması gerektiği, başkalarının kişinin mutluluğunu engellediği ve ilişkilerinin planlandığı gibi yürümesi gerektiğine ilişkin düşünce biçimlerinin hem kaygı, hem öfke ve hem de depresif duygulanımın bilişsel alt yapısında bulunduğu belirlenmiştir (10).

Bu çalışmada amaç;

1. Distimik bozukluğu olan bir grup hastanın öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısının incelenmesi,
2. Distimik hastaların öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısı ile karşılaştırma grubunun arasındaki farklılıkların, özellikle cinsiyete özgü olarak araştırılması,
3. Depresyon, kaygı, sürekli öfke düzeyleri ve öfke ifadesi tarzlarıyla bu bilişsel alt yapıların ilişkisini araştırmaktır.

GEREÇ ve YÖNTEM

Örneklem

Çalışmaya ÇÜTF Psikiyatri polikliniğine Ocak 1996-Haziran 1996 tarihleri arasında ilk kez baş-

vuran ve DSM-IV (1) tanı ölçütlerine göre distimik bozukluk tanısı konan 12 erkek (% 38.7), 19 kadın (% 61.3), toplam 31 hasta alınmıştır. Çalışmaya alınmada en az ilkökul çıkışlı olmak, fiziksel bir hastalığı, alkol ya da madde kullanımı öyküsü bulunmamak koşulları aranmıştır. Çalışmanın amacı açıklandıktan sonra gönüllü olarak katılmayı kabul edenler ölçekleri poliklinik koşullarında doldurmuştur.

Sonuçlar bilinen herhangi bir ruhsal ya da fiziksel hastalığı olmayan 12 erkek (% 38.7), 19 kadın (% 61.3) toplam 31 kişinin sonuçlarıyla karşılaştırılmıştır. Hasta ve karşılaştırma grubunun yaş, eğitim ve medeni durumları benzerdir. Distimik bozukluğu olan grubun yaş ortalaması 40.4±9.7, karşılaştırma grubunun 39.9±9.9'dur (t:0.2, sd:60, p>0.05). Hem distimik grubun hem de karşılaştırma grubunun % 35.5'i (n:11) ilkökul, % 48.4'ü (n:15) ortaöğrenim, % 16.1'i (n:5) yüksek okul çıkışlıdır (Kikare: 0, sd:1, p>0.05). Distimik grubun % 87.1'i (n:27) evli, % 13.0'ü (n:4) bekar, karşılaştırma grubunun ise % 83.9'u (n:26) evli, % 16.1'i (n:5) bekindir (Kikare:0.1, sd:1, p>0.05).

Kullanılan ölçekler

1. *Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)*: Depresyonda görülen duygusal, bilişsel ve motivasyonel belirtileri ölçen 21 maddelik öz bildirim ölçeğidir. Maddeler 0-3 arasında, depresyonun şiddetine göre sıralanmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması Hisli tarafından yapılmıştır (6).

2. *Spielberger Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (SKE I ve 2)*: Her biri 20'şer maddelik, durumluk ve sürekli kaygıyı ölçmek üzere geliştirilmiş bir ölçektir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması LeCompte ve Öner tarafından yapılmıştır (8).

3. *Sürekli Öfke (SL-ÖF)-Öfke İfadesi Tarzları Ölçeği*: Sürekli öfkenin yanısıra kişinin genelde öfkesini dışavurma (öfke/dışa), içte tutma (öfte/içte) ve kontrol etme (öfke/kontrol) eğilimlerini ölçmeye yönelik geliştirilmiştir. Geçerlik ve güvenilirlik çalışması Özer (1994) tarafından yapılmıştır (9).

4. *Düşünce Biçimleri Listesi*: Özer (1994) tarafından, bilişsel yaklaşım alanında klinik ve bilimsel çalışmalar yapan araştırmacı ve kuramcılarının yazıla-

rından düşünce biçimlerini araştırmak üzere 33 madde olarak oluşturulmuştur. Bu 33 maddeden, katılan ve katılmayanların bağımlı değişkenlerde istatistiksel anlamlılık düzeyine ulaşanlar bu çalışmada kullanılmıştır (10).

BULGULAR

Distimik bozukluğu olan grubun BDÖ, SKE 1 ve 2, Sürekli Öfke Ölçeği puanları karşılaştırma grubundan belirgin olarak daha yüksek, Öfke Kontrol Ölçeği puanları daha düşüktür; Öfke İçte ve Öfke Dışa Ölçeklerinin puanları ise iki grup arasında farklılık göstermemektedir (Tablo 1). Öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısıyla ilgili düşünce biçimlerine katılan ve katılmayanların oranları Tablo 2'de verilmiştir.

Distimik ve karşılaştırma grubu arasında öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısıyla ilgili maddelerden 4., 5., 9., 11 ve 12.'ye katılanlarla katılmayanların oranı iki grup arasında farklılık göstermektedir (Tablo 3). Buna göre, distimik bozukluğu olanlar, bir şeyde mükemmel olmak kişiliği yüceltir, kişi kendini ispat etmek zorundadır, aptal görünmemek için kişi görüşünün doğruluğunu savunmalıdır, geleceğini değiştirmek kişinin elinde değildir ve mükemmel olmak için çok çalışmak gerekir, maddelerine daha çok katılmaktadır.

Tablo 1. Distimik bozukluğu olan ve karşılaştırma grubunun ölçek puanları

	Distimik bozukluk grubu		Karşılaştırma grubu		t testi
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	
BDÖ	19.4	7.0	10.1	4.5	6.2****
SKE 1	43.1	10.3	37.8	9.6	2.1*
SKE 2	52.1	9.2	43.1	5.8	4.6****
Sürekli öfke	23.5	6.8	19.2	4.9	2.9***
Öfke / İçte	17.5	4.4	16.3	4.4	1.1 AD
Öfke / Dışa	15.5	4.5	14.9	3.5	0.5 AD
Öfke / Kontrol	20.6	4.8	23.3	4.8	2.2*

Sd:60, AD:p>0.05, *p<0.05, **p<0.001, ***p<0.005, ****p<0.001.

Cinsiyete göre ölçek puanları Tablo 4'de verilmiştir; buna göre erkeklerle kadınların ölçek puanları farklılık göstermemektedir. Erkeklerle kadınların düşünce tarzlarına bakıldığında ise erkeklerin % 67.7'si (n:16) insanların iyi-kötü, başarılı-başarısız vb. gibi ikiye ayrılabilceği düşünce tarzına katılırken, kadınların % 39.4'ü (n:15) bu düşünce biçimine katılmış (Kikare:4.4, sd:1, p<0.05), erkeklerin % 79.1'i (n:19) başkalarının gözünden düşmemek için hata yapmamak gerektiği düşünce biçimine katılırken kadınların % 50'si (n:19) bu düşünce biçimine katılmışlardır (Kikare:5.3, sd:1, p<0.05). Buna göre erkekler bu iki düşünce tarzına kadınlardan belirgin olarak daha çok katılmaktadırlar.

Tablo 2. Düşünce Biçimleri Listesi'ne katılan ve katılmayanların oranları

	Katılan		Katılmayan	
	n	%	n	%
1. İyiliğe iyilikle karşılık vermek gerekir.	59	95.2	3	4.8
2. Birşey mükemmel yapılmayacaksa hiç yapılmasın daha iyidir.	46	74.2	16	25.8
3. İnsanları iyi-kötü, başarılı-başarısız vb. diye ayırabiliriz.	31	50.0	31	50.0
4. Birşeyde mükemmel olmak kişiliği yüceltir.	47	75.8	15	24.2
5. Kişi kendini ispat etmek zorundadır.	41	66.1	21	33.9
6. İşlerin planlandığı gibi yürümemesine tahammül etmek çok zordur.	50	80.6	12	19.4
7. Çevredeki insanların sürekli talepleri kişinin kendi mutluluğunu engeller.	40	64.5	22	35.5
8. Başkalarının gözünden düşmemek için hata yapmamak gerekir.	38	61.3	24	38.7
9. Aptal görünmemek için kişi görüşünün doğruluğunu savunmalıdır.	46	74.2	16	25.8
10. Kişinin başkalarının gözündeki değerini yitirmesi kötüdür.	53	85.5	9	14.5
11. Geleceğini değiştirmek kişinin elinde değildir.	27	43.5	35	56.5
12. Mükemmel bir insan olmak için çok çalışmak gerekir.	43	69.4	19	30.6
13. Adım atmadan önce herşeyi tekrar tekrar düşünmek hayati önem taşır.	51	82.3	11	17.7
14. Şöhret, para, güzellik gibi özelliklere sahip kişiler başkalarından daha mutludurlar.	18	12.9	54	87.1
15. Başkalarının üzülmemesi için kişi kendi istekleri doğrultusunda hareket etmemelidir.	39	62.9	23	37.1
16. Hata yapan kişi cezayı hakeder.	45	72.6	17	27.4
17. Şansını denemek ya da risk almak insanın başını belaya sokar.	34	54.8	28	45.2
18. Kişinin başkalarının gözündeki değerini koruması herşeyden daha önemlidir.	37	59.7	25	40.3
19. İnsanların kişiliklerini değerlendirmek imkansızdır.	30	48.4	32	51.6
20. Kişi sorunlarını başkalarına yansıtıp onları mutsuz etmemelidir.	48	77.4	14	22.6

Tablo 3. Distimik ve karşılaştırma grubunun farklılık gösterdiği düşünce biçimi

	Grup 1 katılan		Grup 1 katılmayan		Grup 2 katılan		Grup 2 katılmayan		Ki kare
	n	%	n	%	n	%	n	%	
4. madde	29	93.5	2	6.5	18	58.1	13	41.9	10.6****
5. madde	27	87.1	4	12.9	14	45.2	17	54.8	12.2****
9. madde	28	90.3	3	9.7	18	58.1	13	41.9	8.4***
11. madde	18	58.1	13	41.9	9	29.0	22	71.0	5.3*
12. madde	25	80.6	6	19.4	18	58.1	13	41.9	3.8*

Sd:1, *p<0.05, **p<0.01, ***p<0.005, ****p<0.001

4. madde: Birşeyde mükemmel olmak kişiliği yüceltir, 5. madde: Kişi kendini ispat etmek zorundadır, 9. madde: Aptal görünmemek için kişi görüşünün doğruluğunu savunmalıdır, 11. madde: Geleceğini değiştirmek kişinin elinde değildir, 12. madde: Mükemmel bir insan olmak için çok çalışmak gerekir.

Tablo 4. Cinsiyete göre ölçek puanları

	Erkek		Kadın		t testi
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	
BDÖ	16.0	7.1	13.9	7.6	1.1 AD
SKE 1	39.3	9.4	41.2	10.8	0.7 AD
SKE 2	46.6	8.3	48.2	9.2	0.7 AD
Sürekli öfke	21.7	7.4	21.1	5.5	0.4 AD
Öfke/içte	16.8	5.0	17.0	4.1	0.2 AD
Öfke/dışa	16.3	4.6	14.6	3.5	1.7 AD
Öfke/kontrol	21.0	5.5	22.6	4.5	1.3 AD

Sd:60, AD:p>0.05

Grup içi karşılaştırmalar: Distimik grupta erkeklerin Öfke/Kontrol puanları distimik kadınlara göre anlamlı olarak düşük bulunmuş (18.5+/-5.1 ve 21.9+/-4.2; t:2.1, sd:29, p<0.05), diğer ölçek puanları arasında ise cinsiyete göre farklılık belirlenmemiştir. Karşılaştırma grubunun da cinsiyete göre ölçek puanları benzer bulunmuştur. Karşılaştırma grubunda cinsiyete göre düşünce biçimlerine katılan ve katılmayanların oranı benzerken, distimik erkeklerin başkalarının gözünden düşmemek için hata yapmamak gerekir düşüncesine distimik kadınlardan belirgin olarak daha yüksek oranda (% 45.8-% 26.3; Kikare: 5.1, sd:1, p<0.05), distimik kadınların ise insanların kişiliklerini değerlendirmek imkansızdır düşüncesine distimik erkeklerden daha yüksek oranda (% 16.7-% 36.8; Kikare: 4.9, sd:1, p<0.05) katıldıkları görülmüştür.

Grup arası karşılaştırmalar: Distimik erkeklerle karşılaştırma grubu erkeklerin BDÖ, SKE 1 ve 2, Sürekli Öfke ve Öfke Kontrol puanları arasında belirgin farklılık vardır (Tablo 5). Distimik ve karşılaştırma grubu kadınlara bakıldığında ise yalnızca BDÖ ve SKE 2 puanlarının farklılık gösterdiği bu-

Tablo 5. Cinsiyete göre distimik ve karşılaştırma grubunun ölçek puanları

	Distimik grup erkekler		Karşılaştırma grubu erkekler		t testi
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	
BDÖ	20.9	5.6	11.1	4.7	4.6****
SKE 1	42.8	9.5	35.8	8.1	2.0*
SKE 2	51.6	7.4	41.6	5.9	3.7****
Sürekli öfke	24.8	8.1	18.7	5.4	2.2*
Öfke/içte	18.3	5.1	15.3	4.6	1.5 AD
Öfke/dışa	16.9	4.7	15.6	4.5	0.7 AD
Öfke/kontrol	18.5	5.1	23.4	4.9	2.4*

	Distimik grup kadınlar		Karşılaştırma grubu kadınlar		t testi
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	
BDÖ	18.4	7.7	9.5	4.4	4.4****
SKE 1	43.3	11.1	39.1	10.5	1.2 AD
SKE 2	52.4	10.3	44.1	5.7	3.1***
Sürekli öfke	22.7	5.9	19.5	4.6	1.9 AD
Öfke/içte	17.1	4.0	16.9	4.3	0.1 AD
Öfke/dışa	14.6	4.3	14.5	2.6	0.05AD
Öfke/kontrol	21.9	4.2	23.3	4.8	0.9 AD

AD:p>0.05, *p<0.05, **p<0.01, ***p<0.005, ****p<0.0001

lunmuştur (Tablo 5). Distimik ve karşılaştırma grubu erkekler düşünce biçimlerine göre değerlendirildiğinde; iki grubun yalnızca, geleceğini değiştirmek kişinin elinde değildir, düşünce biçiminde farklılık gösterdiği belirlenmiştir (% 29.1-% 8.3, Kikare: 4.4, sd:1, p<0.05).

Kadınlara bakıldığında ise, distimik bozukluğu olan kadınların karşılaştırma grubu kadınlara göre, bir şeyde mükemmel olmak kişiliği yüceltir, kişi kendini ispat etmek zorundadır, aptal görünmemek için kişi görüşünün doğruluğunu savunmalıdır, mükemmel bir insan olmak için çok çalışmak gerekir ve insanların kişiliklerini değerlendirmek imkansızdır, düşünce biçimlerine daha çok katıldıkları görülmüştür (Tablo 6).

Tablo 6. Distimik ve karşılaştırma grubu kadınların farklılık gösterdiği düşünce biçimleri

	Distimik grup kadınlar				Karşılaştırma grubu kadınlar				Ki kare
	Katılan		Katılmayan		Katılan		Katılmayan		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
4. madde	17	89.5	2	10.5	9	47.4	10	52.6	7.8***
5. madde	17	89.5	2	10.5	8	42.1	11	57.9	9.5***
9. madde	18	94.7	1	5.3	10	52.6	9	47.4	8.7***
12. madde	15	78.9	4	21.1	9	47.4	10	52.6	4.1*
19. madde	14	73.7	5	26.3	7	36.8	12	63.2	5.2*

Sd:1, * $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.005$, **** $p<0.001$

4. madde: Birşeyde mükemmel olmak kişiliği yüceltir, 5. madde: Kişi kendini ispat etmek zorundadır, 9. madde: Aptal görünmemek için kişi görüşünün doğruluğunu savunmalıdır, 12. madde: Mükemmel bir insan olmak için çok çalışmak gerekir, 19. madde: İnsanların kişiliklerini değerlendirmek imkansızdır.

TARTIŞMA

Bu çalışmanın sonuçları distimik bozukluğu olan grubun "birşeyde mükemmel olmak kişiliği yüceltir", "kişi kendini ispat etmek zorundadır", "aptal görünmemek için kişi görüşünün doğruluğunu savunmalıdır", "geleceğini değiştirmek kişinin elinde değildir" ve "mükemmel bir insan olmak için çok çalışmak gerekir" düşünce biçimlerine daha çok katıldıklarını göstermektedir.

Bu düşünce biçimlerinin temelinde, hata yapma ile ilgili duyarlılık ya da tahammülsüzlük, başkalarının gözünde edinildiği varsayılan "kişilik değeri"nin korunması ve "mükemmel bir insan olma" uğruna aşırı temkinlilik ve hatalardan arınık olmak inancının yattığı ileri sürülmektedir (10). Ve bu düşünce biçimleri daha çok kaygı, depresif duygulanım, sürekli öfke ve öfke kontrol duygularıyla ilişkili bulunmuştur (10). Çalışmada da distimik grupta depresyon ve kaygı puanlarının yanısıra, sürekli öfke ve öfke kontrol puanlarının karşılaştırma grubundan farklı olduğu görülmektedir.

Cinsiyete göre bakıldığında, karşılaştırma grubunda kadınlarla erkeklerin incelenen düşünce biçimlerinde farklılık göstermediği bulunmuştur. Distimik grupta ise, erkeklerin başkalarının gözünden düşünmemek için hata yapmamak gerekir düşüncesine distimik kadınlara göre daha yüksek oranda katıldıkları belirlenmiştir. Bu düşünce biçimi, daha çok genel öfke eğiliminin temelinde yatan bir düşünce biçimidir ve hata yapma ile ilgili aşırı duyarlılık ya da tahammülsüzlükle ilişkilidir (10). Ve "başkalarının gözünde" edinildiği varsayılan "kişilik değeri"nin korunmasıyla ilgilidir.

Distimik bozukluğu olan erkeklerle karşılaştırma grubu erkekler karşılaştırıldığında ise "geleceğini değiştirmek kişinin elinde değildir" düşünce biçimine distimik bozukluk grubunun daha çok katıldığı belirlenmiştir. Bu düşünce biçiminin daha çok çevresel uyarıcılar üzerinde ne düzeyde "bireysel kontrol" sahibi olup olmamaya ilişkili olduğu, aşırı bireysel kontrol ve benbilirimcilik eğilimi olanların daha sıklıkla öfke yaşadıkları ve öfkelerini daha çok dışavurma eğilimi taşıdıkları bildirilmektedir (10). Bu bulgular distimik gruptaki erkeklerin sürekli öfke puanlarının karşılaştırma grubundan belirgin olarak daha yüksek, öfke kontrol puanlarının ise daha düşük olmasını da açıklayabilir.

Distimik kadınların ise distimik gruptaki erkeklere göre "insanların kişiliklerini değerlendirmek imkansızdır" düşünce biçimine daha çok katıldıkları görülmüştür. Özer'in çalışmasında bu düşünce biçimine daha çok nörotik grubun katıldığı dikkati çekmiştir (10). Distimik kadınlarla karşılaştırma grubu kadınların ise, "birşeyde mükemmel olmak kişiliği yüceltir", "kişi kendini ispat etmek zorundadır", "aptal görünmemek için kişi görüşünün doğruluğunu savunmalıdır", "mükemmel bir insan olmak için çok çalışmak gerekir" ve "insanların kişiliklerini değerlendirmek imkansızdır". düşünce biçimlerine katılımda farklılaştığı belirlenmiştir.

Bu düşünce biçimlerinin depresif duygulanım, kaygı ve öfke eğilimiyle ilişkili olduğu bildirilmektedir. Bu düşünce biçimlerinin temelinde varsayılan bir "kişilik değeri" ile ilgili bir bilişsel altyapı yatmaktadır. Kişi bu "kişilik değeri"ni ispat etmek gibi bir zorunluluk altına girerken, bu değeri elde etmenin "mükemmellikte" olduğunu düşünmektedir. Çalış-

malar kişinin kendine koyduğu yüksek hedeflerin ve kendine yönelik mükemmeliyetçi standartların depresif duygudurumun en önemli belirtici olduğunu göstermektedir (2,5).

Bu çalışmanın sonuçları distimik bozuklukta kaygı ve depresyon düzeylerinin yanısıra sürekli öfke ve öfke kontrol düzeylerinin de karşılaştırma grubundan farklı olduğunu göstermektedir. Son yıllardaki bulgular öfke duygusunun sürekli bir iritabilitenin sonucunda gerginliği kontrol edememenin yarattığı bir duygu olduğunu, depresyonun bir belirtisi olarak öfke ve düşmanlık duygularının sıklıkla ihmal edildiğini göstermektedir. Oysa bu duygulara, umarsızlık ya da güçsüzlük duygularına karşı bir tür tepki olarak bakılabilir. Depresif durumlarda savunma düzenekleri yetersiz kaldığında ve/veya saldırgan dürtüler yoğunlaştığında ya da yaşamın kimi alanlarında düş kırıklığı yaşandığında öfke nöbetleri ortaya çıkabilmektedir (3,4).

İlginc olan, cinsiyete göre distimik hastalarla karşılaştırma grubu karşılaştırıldığında, depresyon ve kaygı puanları her iki cinsten de distimik grupta yüksekken, sürekli öfke ve öfke kontrol puanlarının yalnızca erkeklerde farklılık göstermesidir. Bunun temelinde distimik bozukluğu olan erkeklerin, "geleceğini kontrol etmek kişinin elinde değildir" ve "başkalarının gözünden düşmemek için hata yapmamak gerekir" biçimindeki düşünce yapılarına daha çok katılmaları etken olabilir. Bu düşünce biçimleri, daha çok sürekli öfke duygusuyla birlikte (10).

Distimik kadınlar ise karşılaştırma grubundan, temelinde daha çok kişilik değerinin korunmasına ve bu uğurda mükemmel olmak gerektiğine dair bir düşüncenin yattığı kaygı ve depresif duygulanımda farklılaşmaktadır.

Özetleyecek olursak, karşılaştırma grubunda öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısında, incelenen düşünce biçimlerinde cinsiyete özgü farklılık belirlenmezken, distimik erkeklerin gerek distimik kadınlara gerekse karşılaştırma grubu erkeklerle göre bilişsel alt yapısında varsayılan kişilik değerinin korunmasına yönelik bir düşünce biçimi yatan kaygı, depresif duygulanım ve genel öfke eğiliminde farklılaştığı görülmektedir.

Distimik kadınlara bakıldığında, bu hastaların distimik erkeklerden temelinde nörotizm yatan "insanların kişiliklerini değerlendirmek imkansızdır" düşünce biçimi ile, karşılaştırma grubu kadınlardan ise temelinde kişilik değerini ispat etmek ve bu uğurda mükemmel olmak gerektiği düşünce biçimi yatan kaygı ve depresif duygulanım ile ayrıldığı görülmektedir.

Sonuç olarak, distimik bozukluğu olan erkek hastalar depresyon ve kaygının yanısıra genelde öfke eğilimi gösterirken, distimik bozukluğu olan kadınların kaygı ve depresif duygulanım eğilimi taşıdıkları belirlenmiştir. Ancak her iki cinsten de bu duyguların gerisinde yatan düşünce biçimlerinin mantığına bakıldığında, varsayılan bir "kişilik değeri"nin dikkati çeken bir bilişsel alt yapı oluşturduğu görülmüştür. Bu bulgu, belirli tanı ölçütlerine göre oluşturulmuş bir grupta, bilişsel alt yapılar benzer olsa da duyguların dışavurumunda cinsiyete özgü farklılıklar olabileceği biçiminde yorumlanabilir.

Bu çalışma, belirli tanı ölçütlerine göre oluşturulmuş bir grupta, distimik bozukluğu olanlarda, duygusal eğilimlerle düşünce biçimleri arasındaki ilişkiyi, özellikle cinsiyete göre, araştırma girişimidir. İleride, daha çok olgu içeren, farklı tanı gruplarıyla yapılacak çalışmalarda cinsiyete, tanı grubuna, yaşa vd. özgü duygu-bilişsel yapı ilişkileri ortaya konabilir.

KAYNAKLAR

1. American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. APA, 4. baskı, Washington, 1994.
2. Enns MW, Cox BJ: Personality dimensions and depression: review and commentary. *Can J Psychiatry* 42:274-84, 1997.
3. Fava M, Anderson K, Rosenbaum JF: "Anger attacks": possible variants of panic and major depressive disorders. *Am J Psychiatry* 147:867-70, 1990.
4. Fava M, Rosenbaum JF: The relationship between anger and depression. *Clinical advances in the treatment of psychiatric disorders*. 2:1-3, 1993.
5. Flett GL, Hewitt PL, Dyck DG: Self-oriented perfectionism, neuroticism and anxiety. *Person Individ Diff* 10:731-35, 1989.
6. Hisli N: Beck Depresyon Envanterinin geçerliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Derg* 22:118-22, 1988.
7. Karaca S, Aşkın R: Depresyonda bilişsel ve davranışçı yaklaşım. *Depresyon Derg* 1:21-7, 1996.
8. Öner N, LeCompte A: Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri El kitabı. Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, 2. baskı, İstanbul, 1988.
9. Özer AK: Sürekli Öfke (SL-Öfke) ve Öfke İfadesi Tarzı (Öfke/Tarz) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Derg* 31:26-35, 1994.
10. Özer AK: Öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısıyla ilgili bir çalışma. *Türk Psikoloji Derg* 31:12-25, 1994.
11. Soykan A, Soykan Ç, Doğan YB, Özsan HH: Depresyonun kognitif teorisi ve terapisi. *Psikiyatri Bülteni* 1:18-23, 1993.