

Mizah Tarzları ile Kişilik Özellikleri, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkiler

Serel Akdur
Ankara Üniversitesi

Ayşegül Durak Batıgün
Ankara Üniversitesi

Özet

Bu çalışmanın temel amacı, mizah tarzları ile kişilik özellikleri, kişilerarası ilişki tarzları ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkileri belirlemektir. Ayrıca sözkonusu bu değişkenler üzerinde, cinsiyet ve sosyoekonomik düzey (SED) gibi demografik değişkenlerin etkisini araştırmak da çalışmanın diğer bir amacıdır. Ankara'daki çeşitli devlet üniversitelerinde okumakta olan 18-26 yaş arası 427 üniversite öğrencisi örneklem grubunu oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Mizah Tarzları Ölçeği, Beş Faktör Kişilik Envanteri, Kişilerarası İlişki Tarzı Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri kullanılmıştır. Yapılan istatistik analizler sonucunda değişkenler arasında beklenen yönde ve anlamlı ilişkilerin bulunduğu; nevrozizm ve özdenetim kişilik özellikleri, kendini yıkıcı, saldırgan, katılımcı mizah tarzları ve ketleyici kişilerarası ilişki tarzının psikolojik belirtileri yordadığı saptanmıştır. Ayrıca cinsiyet ve SED değişkenlerinin diğer bazı bağımlı değişkenler üzerinde de temel etkileri olduğu bulunmuştur. Bu araştırma, özellikle kişilerarası iletişim problemleri ile başvuran ve psikolojik belirtilere de sahip olan bireylere sunulan hizmet sırasında, kişilik özelliklerinin yanı sıra kullandıkları mizah tarzlarına ilişkin farkındalık kazandırma ve yapıcı mizah becerilerini kullanabilmelerini sağlama şeklinde yapılacak olan müdahaleler için önemlidir.

Anahtar kelimeler: Mizah tarzları, beş faktör kişilik, kişilerarası ilişki tarzları, psikolojik sağlık

Abstract

The aim of the present study is to investigate the relationships between humor styles, personality styles, interpersonal relationship style and psychological health. Understanding the impact of gender and socioeconomic status on these variables is another goal of this study. The study sample is composed of 427 college students whose ages are 18-26. Humor Styles Questionnaire (HSQ), Big Five Inventory (BFI), Interpersonal Relationship Styles Inventory (IRSI), Brief Symptom Inventory (BSI) was used in the data collection phase. The result of the study have shown that all basic variables were related to each other. Neuroticism and conscientiousness personality style, self-defeating humor, affiliative humor, aggressive humor and negative interpersonal style are the predictors of psychological symptoms. Gender and socioeconomic status has main effect on dependent variables. This research can be an important study especially for clients who have psychological symptoms and apply with interpersonal communication problems. While working with these clients, helping them understand the humor they used and gain awareness about using constructive humor styles can be important in intervention.

Key words: Humor styles, big-five personality, interpersonal relationship style, psychological health

Yazışma Adresi: Arş. Gör. Serel Akdur, Ankara Üniversitesi DTCF, Psikoloji Bölümü, 06100 Sıhhiye / Ankara, Türkiye

E-posta: serelakdur@gmail.com

Yazar Notu: Bu makale ilk yazarın yüksek lisans tez çalışmasının bir bölümünü içermektedir.

Psikolojik sağlık, çok geniş ve çok çeşitli değişkenleri içeren önemli bir kavramdır. Psikolojik sağlık ile ilişkili yüzlerce kavram bulunmaktadır ve bunlardan biri de mizah tarzıdır. Literatür incelendiğinde, mizah duygusunun psikolojik sağlığa olumlu katkıları olduğu fikrinin yaygın olduğu görülmektedir. Örneğin Freud (1905) mizahı, bireyin olumsuz durumlarla karşılaştığında, olumsuz duygularından kaçınmasına yardımcı olması bakımından sağlıklı savunma mekanizmalarından biri olarak tanımlamaktadır. Mizahı stresle başa çıkmak için kullanan bireylerin kaygı ve depresyon düzeylerinin, kullanmayan bireylerden daha düşük olduğunu gösteren araştırmalar mevcuttur (örn., Abel, 2002; Kuiper, Martin ve Olinger, 1993; Nezlak ve Derks, 2001). Ancak bu araştırmaların en önemli sınırlılığı, mizahın sadece tek bir boyutuyla ele alınması ve olumlu/uyumlu bir kavram olarak değerlendirilmesidir. Bu sınırlılığı göz önünde bulunduran Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray ve Weir (2003), mizahı açıklamaya çalışan Uyuşmazlık Kuramlarını ve mizah kullanımındaki bireysel farklılıklara odaklanan *birey odaklı* ve *grup odaklı* kişilik yapılarını referans alarak, mizah duygusu modelini geliştirmişlerdir. Bu modele göre günlük hayatta kullanılan dört temel mizah tarzı bulunmaktadır: Katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkanıcı mizah.

Kullanılan mizah tarzı ile psikolojik belirtiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara bakıldığında; kendini yıkıcı mizah tarzına sahip olan bireylerin depresyon ve anksiyete düzeylerinin, katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah tarzına sahip olan bireylerden daha yüksek; yaşam doyumu düzeylerinin ise daha düşük olduğu sonucuyla karşılaşılmaktadır (Cheung ve Yue, 2013; Frewen, Brinker, Martin ve Dozios, 2008; Kuiper, Grimshaw, Leite ve Kirsh, 2004; Martin ve ark., 2003). Buradan da anlaşılacağı gibi sadece mizah kullanımı değil; kullanılan mizah tarzı da bireylerin psikolojik sağlığı ile ilişkilidir.

Bireylerin kullandıkları mizah tarzları, sahip oldukları kişilik özelliklerine göre farklılaşmaktadır. Bu alanla ilgili literatür incelendiğinde nevroz düzeyi yüksek olan bireylerin kendini yıkıcı mizah; dışadönüklük ve gelişime açıklık düzeyi yüksek olan bireylerin katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah; yumuşak başlılık ve özdenetim düzeyi düşük olan bireylerin ise saldırgan mizah kullanma eğiliminde oldukları görülmektedir (Jovanovic, 2011; Martin ve ark., 2003; Saroglou ve Scariot, 2002). Katılımcı mizah ve kendini geliştirici mizah kullanılan bireylerin daha fazla dışadönük ve gelişime açık olmaları, bu kişilik özelliklerine sahip olan bireylerin daha sosyal, aktif, yeniliklere açık olmaları ve daha fazla olumlu duygular yaşama eğiliminde olmalarıyla açıklanmaktadır. Bu bireyler, sosyal ilişkilerini geliştirmek

ve yaşadıkları olumsuz duygularla başa çıkmak için söz konusu mizah tarzlarını kullanmaktadırlar. Nevrotik bireylerin daha fazla kendini yıkıcı mizah kullanmaları ise, bu iki değişkenin ortak paydası olan olumsuz duygular yaşamak ve depresyon, anksiyete gibi psikolojik belirtiler yaşamakla ilişkilendirilmektedir (Galloway, 2010; Martin, Lastuk, Jeffery, Vernon ve Veselka, 2012).

Martin'e (2007) göre mizah sürecini psikolojik bir perspektifle ele aldığımızda karşılaştığımız en önemli bileşen sosyal bağlamdır. Bu bileşen, bireylerin diğer insanlarla birlikteyken şaka yapıp gülmelerine dikkat çekmekte ve bu noktada da kişilerarası ilişkiler devreye girmektedir. İnsan yaşamında çok büyük rolü olan kişilerarası ilişkiler, bir bireyin diğer bir bireye ya da bireylere karşı sergilediği davranışların bütünü olarak tanımlanmaktadır (Leary, 1957). En az iki kişi arasında gerçekleşen bu ilişki, bireyin diğer birey hakkındaki duygu ve düşünceleri, diğer bireyi nasıl algıladığı, diğer bireye karşı davranışları, diğer bireyin düşünce ve davranışları hakkındaki beklentileri, diğer bireyin davranışına ne tepki verdiği gibi çok sayıda bileşeni içermektedir ve psikolojik sağlık ile yakından ilişkili bir değişkendir (Heider, 1958). Bireyler kişilerarası ilişkiler kurlarken besleyici ve ketleyici olmak üzere belirli tarzlar kullanmaktadırlar. Bu tarzlar, kişilerarası ilişkilerin dinamik bir parçasıdır. Besleyici ilişkiler, dolaysız ve dürüst konuşmalardan oluşan, açık ve doğal ilişkilerdir. Ketleyici ilişkiler ise, besleyici ilişkilerin tersine, doğallıktan uzak, diğer bireylerle kurulan iletişimi geliştirme çabası içermeyen ilişkiler olarak tanımlanabilmektedir (Grenwald, 1973). Besleyici ilişki tarzı, ihtiyaçlarını karşısındakine açıkça ifade etme, karşısındakine kabullenici ve saygılı bir tarzda yaklaşma, yapıcı konuşma gibi açık ve saygılı olarak değerlendirilebilecek olumlu özelliklerle karakterizeyken; ketleyici ilişki tarzı kendini üstün görme, karşısındakini küçümseme, başkalarına sözle sataşma ya da onlarla alay etme, kolayca öfkelenebilme gibi özelliklerle açıklanmaktadır (Şahin, Durak ve Yaşak, 1994).

Tüm bu bilgilerden de anlaşılacağı gibi, mizah tarzları ile kişilik özellikleri, kişilerarası ilişki tarzları ve psikolojik sağlık yakından ilişkili görünmektedir. Yapılan literatür taramasında, bu değişkenler arasındaki ilişkilerin ayrı ayrı ele alındığı çalışmaların mevcut olduğu, ancak bunların bir arada ele alındığı herhangi bir çalışmanın bulunmadığı görülmektedir. Ayrıca mizah tarzları ülkemizde çok az çalışılmış bir konudur ve diğer ilgili değişkenler (kişilik özellikleri ve kişilerarası ilişki tarzları) ile birlikte bireylerin psikolojik sağlığını yordayıcı gücünün belirlenmesi ilgili literatüre katkı sağlayacaktır. Buradan hareketle, bu çalışmanın temel amacı mizah tarzları ile kişilik özellikleri, kişilerarası ilişki tarzları ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkileri belirlemektir. Ayrı-

ca sözkonusu bu değişkenler üzerinde, cinsiyet ve sosyoekonomik düzey (SED) gibi demografik değişkenlerin etkisini araştırmak da çalışmanın diğer bir amacıdır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır:

1. Mizah tarzları, kişilik özellikleri, kişilerarası ilişki tarzları ve psikolojik sağlık puanları üzerinde cinsiyet ve SED değişkenlerinin etkisi mevcut mudur?

2. Mizah tarzları, kişilik özellikleri, kişilerarası ilişki tarzları ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiler ne yöndedir?

3. Psikolojik sağlığı yordayan değişkenler nelerdir? Mizah tarzları, diğer değişkenlerin (cinsiyet, SED, kişilik özellikleri ve kişilerarası ilişki tarzları) etkisi kontrol edildikten sonra da psikolojik sağlığın yordayıcısı olarak denklemde yer almakta mıdır?

Yöntem

Örneklem

Araştırmanın örneklemini, Ankara Üniversitesi ($n=344$, %80.6), Hacettepe Üniversitesi ($n=50$, %11.7) ve Gazi Üniversitesi'nin ($n=33$, %7.7) çeşitli bölümlerinde lisans eğitimi görmekte olan, seçkisiz yöntemle belirlenmiş, 18-26 yaş arası ($Ort.= 21.42$, $S= 1.89$) 427 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklemin %54.3'ü ($n=232$) kadın, %45.7'si ($n=195$) erkektir. Toplam 212 (%49.6) kişinin annesi ilköğretim mezunu, 133 (%31.1) kişinin annesi lise mezunu, 82 (%19.2) kişinin annesi ise üniversite mezunudur.

Araştırma kapsamında 480 kişiden veri toplanmış ancak çok sayıda soruya yanıt vermemiş, Kişisel Bilgi Formu'nda son altı ay içerisinde psikiyatrik bir tanı aldığını belirtmiş ya da uç gruplarda puan almış olan katılımcılar araştırmaya dâhil edilmemiştir.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu. Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim gördükleri okul, psikiyatrik öykü, anne ve babaya ilişkin öğrenim durumu gibi demografik özellikleri hakkında bilgi elde etmek amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilmiş olan bir formdur.

Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ). Mizahın günlük kullanımındaki bireysel farklılıkları ölçmek amacıyla, Martin ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilmiş, 1-7 arasında Likert tipi puanlanan 32 maddelik bir ölçektir. Türkçe'ye uyarlama çalışması Yerlikaya (2003) tarafından yapılmıştır. "Katılımcı mizah", "Kendini geliştirici mizah", "Saldırgan mizah" ve "Kendini yıkıcı mizah" olmak üzere 4 alt ölçekten oluşmaktadır. Alt ölçeklerden alınan puanın yüksekliği, o mizah tarzının kullanım sıklığını göstermektedir. Ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğuna ilişkin yeterli kanıt mevcuttur (Yerlikaya, 2003).

Beş Faktör Kişilik Envanteri (BFKE). Benet-Martinez ve John (1998) tarafından geliştirilmiş, beş kişilik faktörünü ölçmeyi amaçlayan bir ölçektir. Likert tipi 1-5 arasında puanlanan 44 maddeden oluşmaktadır. "Dışadönüklük", "Yumuşakbaşlılık", "Açıklık" ve "Nevrotiklik" olmak üzere 5 alt boyutu mevcuttur. Türkçe uyarlaması Sümer, Lajunen ve Özkan (2005) tarafından gerçekleştirilmiş, geçerli ve güvenilir olduğuna ilişkin veriler elde edilmiştir.

Kişilerarası İlişki Tarzı Ölçeği (KİTÖ). Şahin, Durak ve Yasak (1994) tarafından, "Stress Management: A Positive Strategy" isimli bir video paket programının el kitabında bulunan davranışlar listesinden esinlenerek hazırlanmış, 0-3 arası Likert tipi puanlanan 31 maddelik bir ölçektir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, kişilerarası ilişkilerde olumlu bir tarzın göstergesidir. Ölçek pek çok çalışmada kullanılmış, geçerli ve güvenilir olduğuna ilişkin kanıtlar elde edilmiştir (Batıgün, Şahin ve Demirel, 2011; Şahin, Batıgün ve Koç, 2011; Şahin, Batıgün ve Pazvantoğlu, 2012).

Kısa Semptom Envanteri (KSE). Derogatis (1992) tarafından çeşitli psikolojik belirtileri taramak amacıyla geliştirilmiş, 0-4 arası Likert tipi puanlanan 53 maddelik bir ölçektir. Türkiye'ye uyarlaması Şahin ve Durak (1994) ve Şahin, Batıgün ve Uğurtaş (2002) tarafından yapılmış; yüksek güvenilirlik ve geçerlik değerleri elde edilmiştir. Faktör analizi sonucunda ölçeğin "Anksiyete", "Depresyon", "Olumsuz Benlik", "Somatizasyon" ve "Hostilite" olmak üzere beş faktörlü bir yapıdan oluştuğu belirtilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, psikolojik belirtilerin sıklığına işaret etmektedir.

İşlem

Katılımcılara araştırmanın amacı kısaca anlatılmış, ölçekler üzerindeki yönergeleri dikkatli bir biçimde okuyarak içtenlikle yanıtlamaları istenmiştir. Çalışmaya katılımın gönüllülük esasına dayandığı ve bireysel değerlendirme yapılmayacağı için kimlik bilgilerinin istenmediği belirtilmiştir. Sıra etkisini kontrol etmek amacıyla Demografik Bilgi Formu başta kalmak suretiyle, diğer ölçekler farklı sıralarda dizilerek katılımcılara verilmiştir. Çalışma için ilgili üniversitenin Etik Kurulu'ndan gerekli izin belgesi alınmıştır. Uygulama, ortalama 25-30 dakika sürmüştür.

Bulgular

Araştırma soruları doğrultusunda gerçekleştirilen istatistik analiz sonuçları 1. Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Bulgular, 2. Değişkenler Arası İlişkiler (Korelasyon Analizleri), 3. Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenler (Regresyon Analizi) başlıkları altında sıralanmaktadır.

Tablo 1. Kadın ve Erkeklerin Anlamlı Olarak Farklılaştığı Boyutlar

	Kadın n= 232		Erkek n= 195		F	p
	Ort.	S	Ort.	S		
MTÖ						
Saldırgan Mizah	22.35	7.12	26.58	7.80	35.50	.001
BFKE						
Yumuşak Başlılık	34.05	4.48	31.73	4.68	23.25	.001
Nevrotiklik	24.25	5.65	22.57	5.46	8.76	.003
KİTÖ						
Besleyici Tarz	31.32	6.88	29.34	7.19	5.19	.023
Ketleyici Tarz	11.37	5.70	14.94	6.40	37.65	.001

1. Sosyo-Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular

Çalışmanın ilk aşamasında, Mizah Tarzları Ölçeği, Beş Faktör Kişilik Envanteri, Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri'nden alınan puanların cinsiyet ve anne eğitimi gibi demografik değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmıştır. Bu amaçla katılımcıların anne eğitim düzeyi SED göstergesi olarak ele alınmış ve annesi ilköğretim mezunu olanlar "düşük SED", lise mezunu olanlar "orta SED", üniversite mezunu olanlar ise "yüksek SED" olarak sınıflandırılmıştır. Böylece her bir ölçek için ayrı ayrı, cinsiyet (2) x SED (3) olmak üzere çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) yapılmıştır. Aşağıda, MTÖ alt ölçekleri, BFKÖ alt ölçekleri, KİTÖ alt ölçekleri ve KSE alt ölçekleri için ayrı ayrı yapılan MANOVA sonuçları yer almaktadır.

MTÖ alt ölçeklerinin bağımlı değişken olarak ele alındığı analiz sonucunda, cinsiyet (Wilks' $\lambda = .92$, $F_{4-418} = 8.92$; $p < .001$, $\eta^2 = .08$) ve SED (Wilks' $\lambda = .95$, $F_{8-836} = 2.59$; $p < .01$, $\eta^2 = .02$) temel etkilerinin anlamlı olduğu, etkileşim etkisinin ise bulunmadığı (Wilks' $\lambda = .97$, $F_{8-836} = 1.70$; $p > .05$, $\eta^2 = .02$) görülmektedir. Temel etkilerin hangi alt ölçeklerde olduğunu görebilmek amacıyla Bonferroni düzeltmesi yapılarak $\alpha = .05/4 = .01$ olarak belirlenmiştir. Tek değişkenli varyans analizi sonucuna göre "Saldırgan mizah" [$F_{1-421} = 35.50$, $p < .001$, $\eta^2 = .08$] alt boyuttan erkeklerin aldıkları puanların kadınların puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu gözlenmektedir (Bkz. Tablo 1). "Saldırgan mizah" [$F_{2-421} = 7.09$, $p < .001$, $\eta^2 = .03$] alt boyutunda SED temel etkisi de gözlenmektedir. İkili karşılaştırma test sonuçları, Düşük SED grubunda bulunan bireylerin Orta SED grubunda bulunan bireylere göre bu mizah tarzını anlamlı düzeyde daha az kullandıklarını göstermektedir. Ancak yüksek SED grubu diğer iki gruptan da anlamlı farklılıklar göstermemektedir (Bkz. Tablo 2).

BFKE alt ölçeklerinin bağımlı değişken olarak ele alındığı analiz sonucunda, cinsiyet (Wilks' $\lambda = .90$, $F_{5-417} = 9.77$; $p < .001$, $\eta^2 = .10$) ve SED (Wilks' $\lambda = .89$, $F_{10-834} = 5.02$; $p < .001$, $\eta^2 = .06$) temel etkilerinin anlamlı olduğu, etkileşim etkisinin ise bulunmadığı (Wilks' $\lambda = .98$, $F_{10-834} = .73$; $p > .05$, $\eta^2 = .01$) görülmektedir. Temel etkilerin hangi alt ölçeklerde olduğunu görebilmek amacıyla Bonferroni düzeltmesi yapılarak $\alpha = .05/5 = .01$ olarak belirlenmiştir. Tek değişkenli varyans analizi sonucuna göre "Yumuşak başlılık" [$F_{1-421} = 23.25$, $p < .001$, $\eta^2 = .05$] ve "Nevrotiklik" [$F_{1-421} = 8.76$, $p < .003$, $\eta^2 = .02$] alt boyuttan kadınların aldıkları puanların erkeklerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu gözlenmektedir (Bkz. Tablo 1). "Özdenetim" [$F_{2-421} = 19.84$, $p < .001$, $\eta^2 = .08$] alt boyutunda ise SED temel etkisi de gözlenmektedir. İkili karşılaştırma test sonuçları, Düşük SED grubunda bulunan bireylerin Orta SED ve Yüksek SED grubunda bulunan bireylere göre bu alt boyuttan anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar aldığını göstermektedir. Ancak, orta ve yüksek SED grubu arasında anlamlı farklılık gözlenmemektedir (Bkz. Tablo 2).

KİTÖ alt ölçeklerinin bağımlı değişken olarak ele alındığı analiz sonucunda, cinsiyet (Wilks' $\lambda = .91$, $F_{2-421} = 21.10$; $p < .001$, $\eta^2 = .09$) ve SED (Wilks' $\lambda = .96$, $F_{5-421} = 3.90$; $p < .004$, $\eta^2 = .02$) temel etkilerinin anlamlı olduğu, etkileşim etkisinin ise bulunmadığı (Wilks' $\lambda = .99$, $F_{4-840} = .87$; $p > .05$, $\eta^2 = .00$) görülmektedir. Bu temel etkilerin hangi alt ölçekler için geçerli olduğunu görebilmek amacıyla Bonferroni düzeltmesi yapılarak $\alpha = .05/2 = .025$ olarak belirlenmiştir. Tek değişkenli varyans analizi sonucuna göre "Besleyici tarz" [$F_{1-421} = 5.19$, $p < .02$, $\eta^2 = .01$] alt boyuttan kadınların, "Ketleyici tarz" [$F_{1-421} = 37.65$, $p < .001$, $\eta^2 = .08$] alt boyuttan ise erkeklerin anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar aldıkları gözlenmektedir (Bkz. Tablo 1). SED etkisi ise yalnızca "Ketleyici tarz" [$F_{2-421} = 7.64$, $p < .001$, $\eta^2 = .04$] alt boyutunda gözlenmektedir. İkili karşılaştırma

Tablo 2. SED Değişkenine Göre Anlamli Olarak Farklılaşan Boyutlar

	Düşük SED n= 212		Orta SED n= 133		Yüksek SED n=82		F	p
	Ort.	S	Ort.	S	Ort.	S		
MTÖ								
Saldırgan Mizah	22.94 _a	7.22	25.81 _b	7.86	25.27 _{ab}	8.22	7.09	.001
BFKE								
Özdenetim	32.35 _a	5.98	29.20 _b	5.71	28.19 _b	5.71	19.84	.001
KİTÖ								
Ketleyici Tarz	11.95 _a	5.93	14.50 _b	6.63	13.31 _{ab}	6.13	7.64	.001

Not: İkili karşılaştırmalarda aynı altsimgeyi paylaşmayan ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

test sonuçları, Orta SED grubunda bulunan bireylerin Düşük SED grubunda bulunan bireylere göre bu alt boyuttan anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar aldığını göstermektedir. Ancak, yüksek SED grubu diğer iki gruptan da anlamlı farklılıklar göstermemektedir (Bkz. Tablo 2).

KSE alt ölçeklerinin bağımlı değişken olarak ele alındığı analiz sonucunda ise hem cinsiyet (Wilks' $\lambda = .97$, $F_{5-417} = 1.67$; $p > .05$, $\eta^2 = .01$) hem de SED (Wilks' $\lambda = .97$, $F_{10-834} = 1.46$; $p > .05$, $\eta^2 = .02$) değişkenlerinin herhangi bir temel etki ya da etkileşim etkileri (Wilks' $\lambda = .98$, $F_{10-834} = .82$; $p > .05$, $\eta^2 = .01$) gözlenmemiştir.

2. Değişkenler Arası İlişkiler (Korelasyon Analizleri)

KSE toplam puanı ve alt ölçekleri ile diğer tüm değişkenler arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayıları Tablo 3'de yer almaktadır.

Tablo 3'de görüldüğü gibi, BFKE ile KSE arasındaki korelasyon katsayıları .44 ($p < .001$) ile -.07 ($p > .05$), MTÖ ile KSE arasındaki korelasyon katsayıları .21 ($p < .001$) ile -.01 ($p > .05$), KİTÖ ile KSE arasındaki korelasyon katsayıları ise .38 ($p < .001$) ile -.02 ($p > .05$) arasında değişmektedir. Diğer değişkenlerin birbirleriyle ilişkileri de beklenen yönde ve anlamlıdır.

Tablo 3. KSE ile Diğer Tüm Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
BFKE						
Dışadönüklük	-.18**	-.20**	-.18**	-.21**	-.08	-.05
Özdenetim	-.18**	-.18**	-.19**	-.16**	-.11*	-.16**
Yumuşak Başlılık	-.18**	-.14**	-.19**	-.14**	-.12*	-.22**
Gelişime Açıklık	-.02	-.01	.06	-.07	-.03	.06
Nevrotiklik	.40**	.44**	.36**	.33**	.21**	.37**
MTÖ						
Katılımcı Mizah	-.17**	-.12*	-.16**	-.19**	-.18**	-.09
Kendini Geliştirici M.	-.13**	-.17**	-.15**	-.13**	-.07	.01
Saldırgan Mizah	.12*	.06	.15**	.10*	.12*	.13**
Kendini Yıkıcı M.	.21**	.19**	.20**	.20**	.20**	.16**
KİTÖ						
Besleyici Tarz	-.12*	-.09	-.14**	-.16**	-.09	-.02
Ketleyici Tarz	.36**	.24**	.38**	.30**	.35**	.36**

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

(1) KSE toplam puan, (2) Depresyon, (3) Anksiyete, (4) Olumsuz Benlik, (5) Somatizasyon, (6) Hostilite

Tablo 4. Psikolojik Belirtileri (KSE Toplam Puanı) Yordayan Değişkenler

Değişkenler (Denkleme giriş sırasına göre)	R	R ²	Uyarlanmış R ²	β	t	F değişim (sd1-sd2)	F
I. Aşama							
1. Nevrotiklik	.39	.16	.16	.33	7.72***	80.10 (1-425)	80.09***
2. Özdenetim	.41	.17	.17	-.05	-1.14	6.76 (1-424)	43.97***
II. Aşama							
3. Ketleyici T.	.50	.25	.25	.33	6.58***	45.61 (1-423)	47.60***
III. Aşama							
4. Saldırgan M.	.51	.26	.26	.16	3.10***	7.05 (1-422)	37.97***
5. Kendini Yıkıcı M.	.53	.28	.27	.15	3.40***	9.08 (1-421)	32.78***
6. Katılımcı M.	.54	.29	.28	-.10	-2.37**	5.62 (1-420)	28.55***

** $p < .01$, *** $p < .001$

3. Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenler (Regresyon Analizi)

Çalışmanın bu aşamasında psikolojik sağlığı/belirtileri (KSE toplam puanı) yordayan değişkenleri saptamak amacıyla KSE toplam puanı bağımlı değişken olarak ele alınmış ve aşamalı-hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. MANOVA analizleri sonucunda cinsiyet ve SED değişkenlerinin KSE toplam puanı üzerinde herhangi bir temel etkisi ve etkileşim etkisinin bulunmaması nedeniyle bu iki değişken regresyon denklemine alınmamıştır. Çalışmada özellikle mizah tarzlarının psikolojik sağlık üzerindeki etkisi merak edildiği için, MTÖ'nin alt boyutları denkleme son sırada girilmiştir. Böylece, birinci sırada kişilik özellikleri (dışadönüklük, özdenetim, yumuşak başlılık, gelişime açıklık, nevroitiklik), ikinci sırada kişilerarası ilişki tarzları (besleyici tarz, ketleyici tarz) ve son sırada da mizah tarzları (katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah) denkleme alınmıştır. Sonuçlar Tablo 4'de görülmektedir.

Tablo 4'te görüldüğü gibi, ilk aşamada denkleme alınan kişilik özelliklerinden nevroitikliğin tek başına toplam varyansın %16'sını açıkladığı görülmektedir. Daha sonra denkleme giren özdenetim değişkeni, nevroitiklik ile birlikte toplam varyansın %17'sini açıklamakla birlikte bağımsız katkısı bulunmamaktadır ($t = -1.14$ $p > .05$). İkinci aşamada denkleme girilen ketleyici tarz ile birlikte açıklanan varyans %25'e ulaşmaktadır. Sal-

dırgan mizahın denkleme girmesi ile birlikte açıklanan varyansın %26'ya yükseldiği görülmektedir. Hemen ardından denkleme giren Kendini yıkıcı mizah boyutunun toplam varyansa katkısı %1'dir. Son sırada denkleme giren Katılımcı mizah ile birlikte açıklanan toplam varyansın %28'e ulaştığı gözlenmektedir.

Tartışma

Araştırmanın amacı doğrultusunda gerçekleştirilen bir dizi istatistik analiz sonucunda, cinsiyet ve SED değişkenlerinin bazı bağımlı değişkenler üzerinde etkilerinin bulunduğu belirlenmiştir. Mizah Tarzları Ölçeği, Beş Faktör Kişilik Envanteri ve Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği'nin bazı alt boyutlarında cinsiyetler arası farklılıklar olduğu görülmektedir. Kadınlar daha yumuşak başlı ve nevroitik görünmekte ve kişilerarası ilişkilerinde besleyici tarzları daha fazla kullanmaktadırlar. Erkekler ise saldırgan mizah tarzını ve kişilerarası ilişkilerinde ketleyici tarzı daha fazla kullanmaktadırlar. Bu bulgular birbirleri ile oldukça tutarlıdır. Şöyle ki; saldırgan mizahı daha fazla kullanan erkeklerin kişilerarası ilişkilerde de ketleyici tarzı kullanıyor olmaları oldukça anlamlıdır. Erkekler, mizahı saldırgan bir tarzda kullanarak diğer bireylerle ilişkilerine zarar veriyor; başka bir deyişle erkeklerin kullandıkları olumsuz mizah tarzları, kişilerarası ilişkilerinde ketleyici bir tarza dönüşüyor olabilir. Yurtiçinde (Bilge ve Saltuk, 2007; Sevim, 2011; Traş, Aslan

ve Taş, 2011; Tümkaya, 2011) ve yurtdışında (Cann, Norman, Welbourne ve Calhaun, 2008; Kazarian ve Martin, 2004; Martin ve ark., 2003; Saroglou ve Scariot, 2002) yapılmış çeşitli araştırmalarda da mevcut çalışma bulgusuyla tutarlı olarak, erkeklerin, kadınlardan daha fazla saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah kullandıkları; yumuşakbaşlılık ve nevrotiklik alt boyutlarından kadınların daha yüksek puanlar aldıkları (Farmer ve ark., 2002; Lehmann, Denissen, Allemand ve Penke, 2013; Vecchione, Alessandri, Barbaranelli ve Cappara, 2012), erkeklerin daha olumsuz kişilerarası ilişki tarzlarına sahip oldukları (Göçener, 2010; Hasta ve Güler, 2013; Şahin, Batıgün ve Pazvantoğlu, 2012; Şahin, Durak ve Yasak, 1994) görülmektedir. Cinsiyetler arasında görülen bu farklılıklara ilişkin mevcut bulgu, kuşkusuz burada ölçülemeyen bazı değişkenlerin -örneğin cinsiyet rolleri- ele alındığı ilerdeki çalışmalarla daha iyi anlaşılabilir ve açıklanabilir. Bu değişkenlerle birlikte cinsiyet rollerinin de göz önünde bulundurulduğu ileride yapılacak olan çalışmalar kuşkusuz ilgili literatüre katkı sağlayacaktır.

Kişilik özellikleri, mizah tarzları ve kişilerarası ilişki tarzları SED değişkeni açısından ele alındığında da farklılaşmaktadır. Düşük SED'deki bireylerin özdenetim puanlarının orta SED ve yüksek SED'deki bireylerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Literatürde SED ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara rastlanmamakla birlikte, çalışma örneğinin üniversite öğrencilerinden oluşuyor olması bu durum ile dolaylı bir şekilde bağlantılı olabilir. Şöyle ki; hatırlanacağı gibi çalışmada SED göstergesi olarak anne eğitimi alınmıştır. Anne eğitimi azaldıkça, annelerin çocuklarının okumasına yönelik destekleri ve üniversiteye giriş için sahip olunan imkânlar da (okul ve dersane kalitesinin yüksek olması, özel ders alma imkânı vb.) azalıyor olabilir. Özdenetim; planlı, azimli, hırslı ve sorumluluk sahibi olmak ile karakterize olan ve okul başarısı ile en yüksek ilişkiye sahip olduğu düşünülen kişilik boyutu olarak tanımlanmaktadır (Digman, 1990). Düşük SED'deki bireylerin, orta ve yüksek SED'deki bireylerden daha az anne desteğine ve daha kısıtlı imkânlara sahip olmalarına rağmen, diğer bireylerle aynı başarıyı gösterip üniversiteyi kazanmaları daha azimli ve hırslı olmalarıyla, yani özdenetimlerinin yüksek olması ile ilişkili olabilir. Ayrıca düşük SED'deki bireylerin, saldırgan mizahı ve kişilerarası ilişkilerinde ketleyici tarzı orta SED'deki bireylerden daha az kullandıkları da görülmektedir. Özdenetim özelliklerine sahip olan düşük SED'deki bireyler, saldırgan mizahı da daha az kullanıyor olmaları nedeniyle, kişilerarası ilişkilerde daha olumlu bir tarz seditiyor olabilirler. Bu bireyler, kısıtlı yaşam koşulları gibi nedenlerle, kurdukları ilişkilere daha fazla değer veriyor, ilişkilerini sürdürmek adına daha duyarlı, anlayışlı ve saygılı bir tarz benimseyebilirler.

Çalışmada, özellikle mizah tarzlarının psikolojik sağlık üzerindeki etkisi merak edildiği için, regresyon analizinde MTÖ'nin alt boyutları denkleme son sırada girilmiştir. Analiz sonucunda, kişilik özellikleri ve kişilerarası ilişki tarzlarının etkileri kontrol edildikten sonra mizah tarzlarından üç tanesinin psikolojik sağlığını yordayıcısı olarak denkleme yer aldıkları gözlenmiştir. Başka bir deyişle, nevrotiklik, özdenetim, ketleyici tarz, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah ve katılımcı mizahın psikolojik belirtileri yordadığı gözlenmektedir. Ayrıca korelasyon analizleri de bu değişkenlerin psikolojik belirtiler ile beklenen yönde ve anlamlı ilişkiler içinde olduğunu göstermektedir. Daha önce yapılan çalışmalar da özdenetim düzeyinin yüksek olmasının psikolojik sağlık açısından koruyucu (Anderson ve McLaen, 1997; Bagby ve ark., 1999; Demirkol, 2013; Velting, 1999), nevrotiklik düzeyinin yüksek olmasının ise psikolojik sağlık açısından risk faktörü (Demirkol, 2013; McCrae ve Costa, 1987; Velting, 1999; Walter ve ark., 2011) olduğunu göstermektedir. Bunlara ek olarak kendini yıkıcı mizah ile ruh sağlığı (ruh sağlığının kötü olması) arasında pozitif (Düşünceli, 2011; Frewen ve ark., 2008; Hugelshofer ve ark., 2006; Yue, Hao ve Goldman, 2010) katılımcı mizah ile ruh sağlığı (ruh sağlığının kötü olması) arasında ise negatif ilişkilerin (Cheung, 2011; Erickson ve Feldstein, 2006; Yerlikaya, 2003) bulunduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Ayrıca, ketleyici ilişki tarzı ile psikolojik belirtiler arasındaki pozitif ilişki de sıklıkla vurgulanmaktadır (Bayramkaya, 2009; Şahin, Durak ve Yasak, 1994).

Regresyon bulgularına toplu olarak bakıldığında, nevrotiklik düzeyinin yüksek ve özdenetim düzeyinin düşük olması, kendini yıkıcı ve saldırgan mizahın daha fazla, katılımcı mizahı ise daha az kullanılması ve kişilerarası ilişkilerinde ketleyici bir tarzın benimsenmesi psikolojik belirtileri yordamaktadır. Bilindiği üzere, katılımcı mizah saldırgan olmayan, diğer bireyleri eğlendirmek için şakalar yapmayı içeren, hoşgörülü bir mizah tarzıdır (Martin ve ark., 2003) ve bu mizah tarzının kişilerarası ilişkilerdeki gerilimi azalttığı ve ilişkileri geliştirdiği de bilinmektedir (Yerlikaya, 2009). Kendini yıkıcı mizah ise, bireyin kendi duygularını dikkate almaksızın, sosyal ilişkilerini geliştirmek ya da gerçek duygularını gizlemek için kendini küçük düşürecek ve kendiyi alay edecek şakalar yapmasını ifade etmektedir ve özdenetim ile ilişkilidir. Özdenetim düzeyi düşük olan bireylerin buldukları sosyal ortamlarda mizahı yıkıcı/uygunsuz olarak kullandıkları vurgulanmaktadır (Vernon, Martin, Schermer ve Mackie, 2008); çok fazla kendini yıkıcı mizah kullanımının sosyal ortamlarda dışlanmaya yol açtığı belirtilmektedir (Kirsh ve Kuiper, 2003). Bu bireylerin kişilerarası ilişki tarzlarının da ketleyici olduğu düşünüldüğünde durum daha netlik kazanmaktadır. Şöyle

ki; ketleyici tarz sosyal ilişkilerin doğallıktan uzak ve uygunsuz olmasını ifade eden; uyumsuz bir ilişki tarzıdır. Bu bireyler, diğer bireylerle sosyal ilişki içerisinde bulunmak istediklerinde, sahip oldukları iletişim tarzları sebebiyle diğer insanların kendilerinden uzaklaşmasına sebep olarak, potansiyel sosyal destek açısından uzak kalmaktadırlar (Dyck ve Holtzman, 2013). Ayrıca, çalışmada kullanılan Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği'nde ketleyici tarz alt boyutuna giren maddelerin (örneğin, "Kendimi kolayca kaybedip öfkelenirim"; "Karşımdakileri istemediğim halde pohpohlarım") içeriği incelendiğinde, bunların düşük özdenetimle sahip olan bireyler için tanımlanan uyumsuz ilişki tarzlarıyla da tutarlı olduğu görülmektedir.

Özetle, katılımcı mizahın az, kendini yıkıcı mizahın fazla kullanılması ve kişilerarası ilişkilerde ketleyici tarzın benimsenmiş olması, bireylerdeki nevroitiklik ve özdenetim eksikliği gibi kişilik özellikleri ile birleştiğinde psikolojik sağlığı olumsuz etkiliyor olabilir. Kuşkusuz araştırmanın ilişki (korelatif) desende olması nedeniyle böylesi bir neden-sonuç ilişkisinin kurulması mümkün değildir. Ancak, daha sonra yapılacak olan çalışmalarda bu bulgular göz önünde bulundurularak, bu değişkenlerin de içinde bulunduğu bir model oluşturularak test edilebilir.

Çalışma sonucunda elde edilen bu bulguların ruh sağlığı alanında, psikolojik danışma ve terapi hizmetleri esnasında kullanılabileceği düşünülmektedir. Mizahın olumlu bir kişilik özelliği olduğu ve psikolojik belirtiler açısından koruyucu bir rolü olduğu yaygın görüşünün tüm mizah tarzları için geçerli olmadığı bulgusunun bu kapsamda önem kazandığı görülmektedir. Özellikle kişilerarası iletişim problemleri ile başvuran ve psikolojik belirtilere de sahip olan bireylere sunulan hizmet esnasında, kişilik özelliklerinin yanı sıra kullandıkları mizah tarzlarının da ele alınması yararlı olabilir. Başka bir deyişle, bu bireylere etkili iletişim tarzları eğitimleri vermenin yanı sıra, kullandıkları mizah tarzlarına ilişkin farkındalık kazandırma ve yapıcı mizah becerilerinin kazandırılması şeklinde yapılacak olan müdahaleler çeşitli psikolojik belirtilerin azaltılmasında etkili olabilir.

Araştırmanın bazı sınırlılıkları mevcuttur. Örneğin, çalışmanın yalnızca Ankara ilinde öğrenim gören üniversite öğrencileri ile yürütülmüş olması verilerin genellenebilirliğini azaltmaktadır. Üniversite öğrencilerinin yanı sıra toplumun farklı kesimlerini temsil eden ve daha geniş bir yaş aralığındaki bireylerin katılımı ile gerçekleştirilecek bir çalışma sonuçların genellenebilirliğine katkı sağlayacaktır. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı ise verilerin öz-bildirim türü ölçekler ile toplanmış olmasıdır ve bu ölçekler ile gerçekleştirilen araştırmaların tüm kısıtlılıklarını taşımaktadır.

Kaynaklar

- Abel, M. H. (2002). Humor, stress and coping strategies. *Humor: International Journal of Humor Research*, 15 (4), 365-381.
- Anderson, K. W. ve McLean, P. D. (1997). Conscientiousnessin depression: Tendencies, predictive utility, and longitudinal stability. *Cognitive Therapy and Research*, 21 (2), 223-238.
- Bagby, R. M., Costa, P. T., McCrae, R. R., Livesley, W. J., Kennedy, S. H., Levitan, R. D. ve diğer. (1999). Replicating the five factor model of personality in a psychiatric sample. *Personality and Individual Differences*, 27 (6), 1135-1139.
- Batıgün A. D., Şahin, N. H. ve Demirel E. K. (2011). Bedensel hastalıkları olan bireylerde stres, kendilik algısı, kişilerarası tarz ve öfke ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22 (4), 45-54.
- Bayramkaya, E. (2009). *Sosyal fobi belirtileri, yetişkin bağlanma boyutları ve kişilerarası ilişki biçimleri arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Benet-Martinez, V. ve John, O. P. (1998). Los cinco grandes across cultures and ethnic groups: Multitrait multimethod analyses of the big five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (3), 729-750.
- Bilge, F. ve Saltuk, S. (2007). Humor styles, subjective well-being, trait anger and anxiety among university students in Turkey. *World Applied Sciences Journal*, 2 (5), 464-469.
- Cann, A., Norman, M. A., Welbourne, J. L. ve Calhoun, L. G. (2008). Attachment styles, conflict styles and humor styles: Interrelationships and associations with relationship satisfaction. *European Journal of Personality*, 22 (2), 131-146.
- Cheung, C. K. ve Yue, X. D. (2013). Humor styles, optimism and their relationships with distress among undergraduates in Chinese cities. *Humor: International Journal of Humor Research*, 26 (2), 351-370.
- Cheung, C. P. P. (2011). *Sense of humor and use of humor: Implication of humor and well-being in Hong Kong*. Yayınlanmamış lisans tezi, City University of Hong Kong.
- Demirkol, M. (2013) İntihar olasılığı: Kişilik özellikleri, kontrol odağı ve ölüm algısı açısından bir değerlendirme. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Derogatis, L.R. (1992). *The Brief Symptom Inventory-BSI administration, scoring and procedures manual-II*. USA: Clinical Psychometric Research Inc.

- Digman, J. M. (1990). Personality Structure: Emergence of the five-factor model. *Annual Review Psychology*, 41, 417-440.
- Düşünceli, B. (2011). The effect of humor styles on psychopathology: Examination with structural equation model. *International Journal of Academic Research*, 3 (5), 224-231.
- Dyck, K. T. H. ve Holtzman, S. (2013). Understanding humor styles and well-being: The importance of social relationships and gender. *Personality and Individual Differences*, 55 (1), 53-48.
- Erickson, S. J. ve Feldstein, S. W. (2007). Adolescent humor and its relationship to coping, defense strategies, psychological distress, and well-being. *Child Psychiatry and Human Development*, 37 (3), 255-271.
- Farmer, A., Redman, K., Harris, T., Mahmood, A., Sadler, S., Pickering, A. ve diğer. (2002). Neuroticism, extraversion, life events and depression. The Cardiff Depression Study. *British Journal of Psychiatry*, 181 (2), 118-122.
- Freud, S. (1905). *Jokes and their relation to the unconscious*. London: Penguin Books.
- Frewen, P. A., Brinker, J., Martin R. A. ve Dozois, D. J. A. (2008). Humor styles and personality-vulnerability to depression. *Humor: International Journal of Humor Research*, 21 (2), 179-195.
- Galloway, G. (2010). Individual differences in personal humor styles: Identification of prominent patterns and their associates. *Personality and Individual Differences*, 48, 563-567.
- Göçener, D. (2010). Üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma düzeyleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiler. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Hasta, D. ve Güler, M. E. (2013). Saldırganlık: Kişilerarası ilişki tarzları ve empati açısından bir inceleme. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4 (1), 64-104.
- Heider F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. New York: Wiley.
- Hugelshofer, D. S., Kwon, P., Reff, R. C. ve Olson, M. L. (2006). Humor's role in the relation between attributional style and dysphoria. *European Journal of Personality*, 20 (4), 325-336.
- Jovanovic, V. (2011). Do humor styles matter in the personality between personality and subjective well-being? *Scandinavian Journal of Psychology*, 52 (5), 502-507.
- Kazarian S. S. ve Martin, R. A. (2004). Humor styles, personality and well-being among Lebanese university students. *European Journal of Personality*, 18 (3), 209-219.
- Kirsh, G. A. ve Kuiper, N. A. (2003). Positive and negative aspects of sense of humor: Associations with the constructs of individualism and relatedness. *Humor: International Journal of Humor Research*, 16 (1), 33-62.
- Kuiper, N. A., Grimshaw, M., Leite, C. ve Kirsh, G. (2004). Humor is not always the best medicine: Specific components of sense of humor and psychological well-being. *Humor: International Journal of Humor Research*, 17 (1/2), 135-168.
- Kuiper N. A., Martin R. A. ve Olinger L. J. (1993). Coping humor, stress and cognitive appraisals. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 25 (1), 81-96.
- Leary, T. (1957). *Interpersonal diagnosis of personality*. New York: The Ronald Press Company.
- Lehmann, R., Denissen, J. J. A., Allemand, M. ve Penke, L. (2013). Age and gender differences in motivational manifestations of the big five from age 16 to 60. *Developmental Psychology*, 49 (2), 365-383.
- Martin R. A. (2007). *The psychology of humor: An integrative approach*. San Diego, CA: Elsevier Academic Press.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J. ve Weir, K. (2003). Individual differences of 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.
- Martin, R. A., Lustik, J. M., Jeffery, J., Vernon, P. ve Veselka, L. (2012). Relationships between the Dark Triad and humor styles: A replication and extension. *Personality and Individual Differences* 52, 178-182.
- McCrae, R. R. ve Costa P. T. Jr (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52 (1), 81-90.
- Nezlek, J. B. ve Derks, P. (2001). Use of humor as a coping mechanism, psychological adjustment and social interaction. *Humor: International Journal of Humor*, 14 (4), 395-413.
- Saroglou, V. ve Scariot, C. (2002). Humor Styles Questionnaire: Personality and educational correlates in Belgian high school and college students. *European Journal of Personality*, 16 (1), 43-54.
- Sevim, B. (2011). *Roles of attachment styles on personality traits, and anger on relationship and life satisfaction: Mediator roles of humor, intimacy, and psychological problem*. Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Psikoloji Bölümü.
- Sümer, N., Lajunen, T. ve Özkan, T. (2005). Big five personality traits as the distal predictors of road accident involvement. In G. Underwood, (Ed.). *Traffic and Transport Psychology: Theory and Application* (215-227). London: Elsevier.

- Şahin, N. H., Batıgün A. D ve Koç, V. (2011). Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22 (1), 17-25.
- Şahin, N. H., Batıgün A. D. ve Pazvantoğlu, E. A. (2012). Cinsel işlevlerdeki sorunlarda kişilerarası tarz, kendilik algısı ve öfkenin rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 23 (1),18-25.
- Şahin, N. H., ve Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk Gençleri için Uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (31), 44-56.
- Şahin, N. H., Durak, A. ve Yasak, Y. (1994). Interpersonal Style, loneliness and depression. 23rd International Congress of Applied Psychology, July 17-22, Madrid, Spain.
- Şahin, N.H., Batıgün, A.D., Uğurtaş, S. (2002). Kısa Semptom Envanteri: Ergenler için kullanımı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13 (2), 21-32.
- Tıraş, Z., Arslan, C. ve Taş A. M. (2011). Öğretmen adaylarında mizah tarzları, problem çözüme ve benlik saygısının incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8 (2), 717-732.
- Tümkiye, S. (2011). Humor styles and socio-demographic variables as predictors of subjective well-being of Turkish university students. *Eğitim ve Bilim*, 36 (160), 159- 170.
- Vecchione, M., Alessandri, G., Barbaranelli, C. ve Cappara, G. (2012). Gender differences in the Big Five personality development: A longitudinal investigation from late adolescence to emerging adulthood. *Personality and Individual Differences*, 53 (6), 740-746.
- Velting, D. M. (1999). Suicidal ideation and the five-factor model of personality. *Personality and Individual Differences*, 27 (5), 943-952.
- Vernon, P.A., Martin, R.A., Schermer, J.A. ve Mackie, A. (2008). A behavioral genetic investigation of humor styles and their correlations with the Big-5 personality dimensions. *Personality and Individual Differences*, 44 (5),1116-1125.
- Walter, S., Kessler, H., Gruss, S., Bretzke, Z. J., Schreck, A., Ströbel, J. ve diğer. (2011). The influence of neuroticism and psychological symptoms on the assessment of images in three-dimensional emotion space. *GMS Psycho-Social- Medicine*, 8, 1-10.
- Yerlikaya, E. E. (2003). Mizah tarzları ölçeği (Humor styles questionnaire) uyarlama çalışması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yue, X. D., Hao, X. ve Goldman, G. L. (2010). Humor styles, dispositional optimism, and mental health among undergraduates in Hong Kong and China. *Journal of Psychology in Chinese Societies*, 11 (2), 81-96.

Summary

The Relationships Between Humor Styles, Personality Styles, Interpersonal Relationship Style and Psychological Health

Serel Akdur

Ankara University

Ayşegül Durak Batıgün

Ankara University

Humor styles is one of the important variables related to psychological health. The studies conducted to investigate the relationships between humor styles and psychological symptoms and satisfaction of life (Cheung ve Yue, 2013; Frewen, Brinker, Martin ve Dozios, 2008; Kuiper, Grimshaw, Leite ve Kirsh, 2004; Martin ve ark., 2003) have shown that the individuals who reported greater use of self-defeating humor, as compared to those reported greater use of affiliative and self-enhancing humor tended to report higher levels of depression and anxiety and lower level of satisfaction with life.

Humor styles vary with the personality traits. People who are high in neuroticism tend to use self-defeating humor, those high in extraversion and openness to experiences tend to use affiliative and self-enhancing humor and those low in agreeableness and conscientiousness tend to use aggressive humor (Jovanovic, 2011; Martin ve ark., 2003; Saroglou ve Scariot, 2002).

When we consider humor styles with psychological perspective, the most important component is social context and at this point interpersonal relationships come into play. People use nurturing and inhibited styles in interpersonal relationships. Nurturing relationship style is characterized by some positive features, such as expressing the needs in a clearer way, being respectful and acquiescent to others, which can be evaluated clear and respectful in interpersonal relationships. On the other hand, inhibited relationship style involves underestimating and undervaluing people, mocking with others and having a hot temper (Şahin, Durak ve Yasak, 1994).

As it is seen in these findings, humor styles are closely related to personality traits, interpersonal relationship styles and psychological health. In literature review, there are studies which are conducted to reveal the relation between each variable separately, however there is no study which contains all these variables together. Besides, humor styles are barely researched in our country and identify its effect on predicting psycho-

logical health with other related variables (personality traits and interpersonal relationship styles) will contribute to the literature. Thus, the purpose of this study is to investigate the relationship between personality traits, interpersonal relationship style and psychological health. Understanding the impact of gender and socio-economic status on these variables is another goal of this study.

Method

Participants

The study sample consists of 427 college students from different faculties of three state universities located in Ankara. The age range of total sample is between 18 and 26, with the mean age of 21.42 ($S= 1.89$). There were 232 (%54.3) females and 195 (%45.7) males.

Materials

Demographic Data Form (DDF). DDF was developed to gather information about the participants, including gender, age, faculty, psychiatric history and parent educational status.

Humor Styles Questionnaire (HSQ). This 7-point Likert type scale was developed by Martin et al. (2003) to measure individual differences in uses of humor in everyday life, has 32 items. The HSQ was adapted to Turkish by Yerlikaya (2003). The scale has 4 dimensions, namely Affiliative humor, Self-enhancing humor, Aggressive humor and Self-defeating humor (8 items each). Higher scores indicate greater endorsement of the particular style of humor being measured. The reliability and validity of the scale is satisfactory (Yerlikaya, 2003).

Big Five Inventory Scale (BFI). Benet-Martinez and John (1998) developed BFI, a 5-point Likert-type scale with 44 items. The scale consists of five dimensions, namely Neuroticism, Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness and Openness to experiences. It was translated into Turkish by Sümer, Lajunen and Özkan (2005), presenting satisfactory reliability and validity values.

Address for Correspondence: Res. Asst. Serel Akdur, Ankara University, Faculty of Humanities, Department of Psychology, Sıhhiye / Ankara, Turkey

E-mail: serelakdur@gmail.com

Interpersonal Relationship Styles Inventory (IRSI). The scale consists of 31 items that identify nurturing and inhibited relationship styles. Items are answered on a 4-point Likert-type scale ranging from 0 to 3. Higher scores indicate more positive relationship patterns. It is a reliable and valid scale (Şahin, Durak & Yavaşak, 1994); and has been used in many studies (Batıgün, Şahin ve Demirel, 2011; Şahin, Batıgün ve Koç, 2011; Şahin, Batıgün ve Pazvantoglu, 2012).

Brief Symptom Inventory (BSI). BSI was developed by Derogatis (1992) to scan some psychological symptoms. The scale consists of 53 items that are answered on a 5-point Likert-type scale ranging from 0-4. BSI was adapted to Turkish Culture and validity and reliability values were also satisfactory (Şahin & Durak, 1994; Şahin, Batıgün & Uğurtaş, 2002). The scale was shown to have five factors, namely Anxiety, Depression, Negative self image, Somatisation and Hostility. Higher scores indicate more frequent psychological symptoms.

Results

Demographical Variables

A Gender (2) X SES (3), MANOVA conducted with the dependent variables of humor styles, personality styles, interpersonal relationship styles and psychological symptoms, and independent variables of gender and SES (low; middle; high) revealed the following results.

Taking the Humor Styles Questionnaire subscales as the dependent variable, analyses showed that there was a main effect of both gender (Wilks' $\lambda = .92$, $F_{4,418} = 8.92$; $p < .001$, $\eta^2 = .08$) and SES (Wilks' $\lambda = .95$, $F_{8,836} = 2.59$; $p < .01$, $\eta^2 = .02$), but no significant interaction effect existed. According to Bonferroni correction ($\alpha = .05/4$) variables that have alpha values lower than .01 were considered as significant. Univariate ANOVA revealed males had significantly higher "Aggressive Humor" scores [$F_{1,421} = 35.50$, $p < .001$, $\eta^2 = .08$] than females. Similarly, SES had a main effect on Aggressive Humor. Pairwisid comparison results showed that the low SES group had significantly lower scores than the middle SES. However, there were no significant differences between the high SES group and the other SES groups.

Taking the Five Factor Personality Inventory subscales as the dependent variables, analyses showed that there was a main effect of both gender (Wilks' $\lambda = .90$, $F_{5,417} = 9.77$; $p < .001$, $\eta^2 = .10$) and SES (Wilks' $\lambda = .89$, $F_{10,834} = 5.02$; $p < .001$, $\eta^2 = .06$), but no significant interaction effect existed. According to Bonferroni correction ($\alpha = .05/5$) variables that have alpha values lower than .01 were considered as significant. Univariate ANOVA revealed females had significantly higher "Agreeableness" [$F_{1,421} = 23.25$, $p < .001$, $\eta^2 = .05$] and "Neuroticism"

[$F_{1,421} = 8.76$, $p < .003$, $\eta^2 = .02$] scores than males. SES had a main effect on the "Conscientiousness". Pairwisid comparison results showed that the low SES group had significantly higher scores than the other SES groups. However, there were no significant differences between middle and high SES groups.

Taking the Interpersonal Relationship Styles Inventory subscales as the dependent variables, analyses showed that there was a main effect of both gender (Wilks' $\lambda = .91$, $F_{2,421} = 21.10$; $p < .001$, $\eta^2 = .09$) and SES (Wilks' $\lambda = .96$, $F_{5,421} = 3.90$; $p < .004$, $\eta^2 = .02$), but no significant interaction effect existed. According to Bonferroni correction ($\alpha = .05/2$) variables that have alpha values lower than .025 were considered as significant. Univariate ANOVA revealed that females tend to use "Nurturing relationship style" [$F_{1,421} = 5.19$, $p < .02$, $\eta^2 = .01$], and males tend to use "Inhibited relationship style" [$F_{1,421} = 37.65$, $p < .001$, $\eta^2 = .08$]. SES had a main effect on the "Inhibited relationship style". Pairwisid comparison results showed that middle SES group had significantly higher scores than the lowr SES group. However, there were no significant differences between the high SES group and the other SES groups.

Taking the Brief Symptom Inventory subscales as the dependent variables, analyses showed that there were no main effect of the gender (Wilks' $\lambda = .97$, $F_{5,417} = 1.67$; $p > .05$, $\eta^2 = .01$) or SES (Wilks' $\lambda = .97$, $F_{10,834} = 1.46$; $p > .05$, $\eta^2 = .02$) variables and also no interaction effect existed (Wilks' $\lambda = .98$, $F_{10,834} = .82$; $p > .05$, $\eta^2 = .01$).

Correlational Analyses

Correlations between BSI score and its subscale scores and the other scales' scores were calculated. The correlations between BFI and BSI subscales ranged between .44 ($p < .001$) and -.07 ($p > .05$). BFI and HSQ subscales ranged between .21 ($p < .001$) and -.01 ($p > .05$), and BFI and IRSI subscales ranged between .38 ($p < .001$) and -.02 ($p > .05$). The correlations among the other variables were parallel with our expectations and significant.

Regression Analyses

The stepwise- hierarchical regression analyses were used to explore the variables which can predict the psychological health/symptoms. MANOVA results had revealed that gender or SES variables had no main effect or interaction effect on BSI scores, thus these variables weren't inserted into the equation. In this study, humor styles effect on psychological health was particularly examined, therefore, HSQ subscales were inserted into the equation in the last block. Thus, independent variables were inserted into the equation in three blocks, the first block personality traits, then came interpersonal relationship styles, and humor styles, in this sequence. In

the first phase, neuroticism was the first variable entered in the equation and explained 16% of variation. Then, conscientiousness entered in the equation and explained 17% of variation with neuroticism, however with no unique contribution ($t = -1.14$, $p > .05$). In the second phase, inhibited relationship style entered and explained 8% of variation. In the last phase, aggressive humor, self-defeating humor and affiliative humor variables entered into the equation, respectively and each variable explained 1% of variation. All these variables explained 28% of variation in psychological symptoms.

Discussion

In the present study, it is indicated that women are in tendency to be compliable and neurotic, to use nurturing style in their interpersonal relationship; while men are in tendency to use inhibited style and aggressive humor consistent with the previous research findings (Bilge & Saltuk, 2007; Cann, et al., 2008; Kazarian & Martin, 2004; Martin et al., 2003; Saroglou ve Scariot, 2002; Sevim, 2011; Traş, Aslan & Taş, 2011; Tümkaya, 2011).

Regression analyses has revealed that high neuroticism and low conscientiousness, the higher usage of aggressive and self-defeating humor, and the less usage of affiliative humor and the higher usage of inhibited relationship style predict the psychological symptoms. The previous studies showed that high conscientiousness level is protective for psychological health (Anderson & McLaen, 1997; Bagby et al., 1999; Demirkol, 2013; Velting, 1999) and high neuroticism level is a risk factor for psychological health (Demirkol, 2013; McCrae & Costa, 1987; Velting, 1999; Walter et al., 2011). Furthermore, there are studies reported positive relationship between self-defeating humor and psychological health (psycho-

logical health's being poor) (Düşünceli, 2011; Frewen et al., 2008; Hugelshofer et al., 2006; Yue, Hao & Goldman, 2010) and negative relationship between affiliative humor and psychological health (psychological health's being poor) (Cheung, 2011; Erickson & Feldstein, 2006; Yerlikaya, 2003). Also, positive relationship between inhibited relationship style and psychologic symptoms are emphasized (Bayramkaya, 2009; Şahin, Durak ve Yasak, 1994).

In conclusion, the more usage of self-defeating humor and inhibited relationship style in interpersonal relationship may affect psychological health negatively when these are combined with neuroticism and lack of conscientiousness. There is no doubt that it is not possible to make causation since the research is in correlative design. However, these findings can be tested by setting a model in which these variables take place by taking them into consideration in the future research.

These findings can be used in therapy and counseling. In this context, it is shown that general opinion regarding humor as positive personality trait and it has a protective role in psychological health is not valid for all of the humor types. This finding is seemed to gain importance. Especially, during the counseling service for individuals that apply with interpersonal communication problems and psychological symptoms, it would be useful to approach humor styles along with personality traits. In other words, along with giving out effective communication skills training to these individuals, raising their awareness regarding to their humor styles can be an effective intervention to decrease variety of psychological symptoms.

Conducting the research among the university students in Ankara and collecting the data with self-report scales are constraints of the research.