T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

TÜRKİYE CUMHURİYETİ BÜROKRAT VE SİYASİLERİNDE GÖRÜLEN DEPRESYON VE TÜKENMİŞLİK DÜZEYİNİN İNCELENMESİ

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:

Barış Selim TOPAL

İstanbul, 2018

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

TÜRKİYE CUMHURİYETİ BÜROKRAT VE SİYASİLERİNDE GÖRÜLEN DEPRESYON VE TÜKENMİŞLİK DÜZEYİNİN İNCELENMESİ

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:

Barış Selim TOPAL

Öğrenci No:

150790001

Tez Danışmanı:

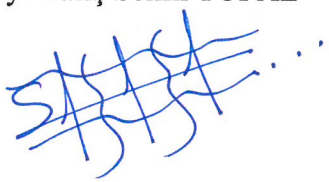
Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin EBADİ

İstanbul, 2018

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum " Türkiye Cumhuriyeti Bürokrat Ve Siyasilerinde Görülen Depresyon Ve Tükenmişlik Düzeyinin İncelenmesi" başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım. 23/05/2018

Aday: Barış Selim TOPAL



T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ,
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

23/03/2018

Enstitümüz ***Psikoloji*** Anabilim Dalı ***Klinik Psikoloji*** Programı yüksek lisans öğrencilerinden ***150790001*** numaralı ***Barış Selim TOPAL'ın*** *"Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği"*nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği ***"Türkiye Cumhuriyeti Bürokrat Ve Siyasilerinde Görülen Depresyon Ve Tükenmişlik Düzeyinin İncelenmesi"*** konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 29.05.2018 tarih ve 2018/22 sayılı toplantısında seçilen ve Taksim Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin *(c) bendi gereğince* (50) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında ***oyçokluğu/oybirliği*** ile ***Kabul/Red veya Düzeltme*** kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 4 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin EBADİ
(Beykent Üniversitesi)

ÜYE
Dr. Öğr. Üyesi Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT
(Beykent Üniversitesi)

ÜYE
Dr. Öğr. Üyesi Melek ASTAR
(FSM Üniversitesi)

Adı ve Soyadı : Barış Selim TOPAL

Danışmanı : Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin EBADİ

Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans, 2018

Alanı : Klinik Psikoloji

Anahtar Kelimeler : Siyaset Psikolojisi, Siyasilerin Psikolojisi, Bürokratların Psikolojisi, Depresyon, Tükenmişlik

ÖZ

TÜRKİYE CUMHURİYETİ BÜROKRAT VE SİYASİLERİNDE GÖRÜLEN DEPRESYON VE TÜKENMİŞLİK DÜZEYİNİN İNCELENMESİ

Bu çalışmada Türkiye Cumhuriyeti'nde görev yapan bürokrasi ve aktif siyasette bulunan kişilerin depresyon ve tükenmişlik seviyesi incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemi gönüllülük esasına göre kolayda örneklem yöntemiyle belirli plan esasında seçilmiş, Türkiye'nin yedi bölgesinden bürokrat ve siyasilerin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Her bölgeden pilot şehirler seçilmiştir. Her bölgenin nüfusuna göre katılım oranı belirlenmiştir. Katılımcılara Beck depresyon ölçeği (BDÖ), Tükenmişlik ölçeği (MTÖ), araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografik bilgi formu ve aydınlatılmış onam veri toplama araç olarak verilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim seviyesi tükenmişlik arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Depresyon ve sosyodemografik veriler arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Katılımcıların tükenmişlik ve depresyon oranı orta derecededir. Türkiye Cumhuriyeti'nde bulunan bürokrat ve siyasiler vatandaşları sağlıklı bir şekilde yönetmektedir. Bürokrat ve siyasilerin ruh sağlığı ülkeyi yönetebilecek kadar yerindedir. Türkiye Cumhuriyeti siyasası sağlıklı ruh haliyle yönetilmektedir. Türkiye Cumhuriyeti kurumları sağlıklı ruh haliyle yönetilmektedir. Türkiye Cumhuriyeti kuruluşları sağlıklı ruh haliyle idare edilmektedir.

Name and Surname : Barış Selim TOPAL

Supervisor : Asst. Prof. Hüseyin EBADİ

Degree and Date : Master, 2018

Major : Clinical Psychology

Key Words : Political Psychology, Psychology of Politicians Psychology of Bureaucrats, Depression, Burnout

ABSTRACT

INVESTIGATION OF DEPRESSION AND BURN OUT LEVELS IN BUREAUCRATS AND POLITICIANS FROM THE REPUBLIC OF TURKEY

This study aims to investigate of depression and burn out levels in actively working bureaucrats and politicians from the republic of Turkey. Data was collected from volunteers by convenience sampling method. The participants were Turkish bureaucrats and politicians from seven geographical regions. One city from each region was randomly selected and participation rate was determined with respect to regional population size. Socio-demographic questionnaire, Beck Depression Scale (BDS) and Maslach Burnout Scale (MBS) were applied to participants after gathering consent forms. A t-test and one way analyzes of variance were used for comparisons among groups. Results of this study showed that there was no statistically significant difference among gender, age, marital status, education and burnout level. There was no significant difference between depression and socio-demographic data. Participants' burnout and depression levels were moderate. Turkish bureaucrats and politicians administer their citizens in healthy way. The mental health of Turkish bureaucrats and politicians is enough to manage the country. Governmental organizations in the republic of Turkey were administered by mentally healthy bureaucrats and politicians.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

ÖZ…….....i

ABSTRACT…….……...ii

TABLOLAR LİSTESİ……...vi

KISALTMALAR...……..….....viii

SİMGELER LİSTESİ..……....ix

GİRİŞ……...1

BÖLÜM I

DEPRESYON

1.1. Depresyonun Tanımı 12

1.1.1. Depresyonun Oluş Sebepleri…….……..….13

1.1.2. Depresyona Ellis, Rehm, Selligman, Beck, Jacobson Ve Freud'un Yaklaşımı……...……...14

1.2. Depresyon Dsm 5 Tanı Kriterleri…….15

1.3. Depresyon İle İlgili Literatürdeki Teoriler…….....15

1.3.1. Psikanalitik Kurama Göre Depresyon……..…...15

1.3.2. Davranışçı Kurama Göre Depresyon…….…....16

1.3.3. Kognitif Kurama Göre Depresyon…….…....16

1.3.4. Varoluşçu Kurama Göre Depresyon…….……..17

1.4. Depresyon, Siyaset ve İnsan Doğası İlişkisi…….….....17

1.5. 15 Temmuz Günü ve Depresyon İlişkisi…….....18

1.6. Depresyonda Olan Bir Politikacının Ve Bürokratın Sağlıklı Karar Verip Veremeyeceği, Siyaset, Psikoloji, Depresyon Üçgeni ve Kuramlar……....19

BÖLÜM II

TÜKENMİŞLİK SENDROMU

2.1. Tükenmişlik Sendromu…….27

2.2. Tükenmişlik Sendromu Depresyon İlişkisi…….....28

2.3. Tükenmişliğin Nörobiyolojisi……29

2.4. Siyasilerde Ve Bürokratlarda Görülen Tükenmişlik Sendromu…...31

2.5. Tükenmişlik Sendromuna Yakalanan Bir Bürokratın ve Siyasetçinin Bir Kurumu Veya Kuruluşu İdare Edip Edemeyeceği…….31

2.6. Siyaset Psikolojisi……...……32

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Amacı…….....38

3.2. Araştırmanın Önemi…….....38

3.3. Araştırmanın Problemi…….....39

3.4. Veri Toplama Araçları…….....40

3.4.1. Sosyodemografik Bilgi Formu……41

3.4.2. Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)…….....41

3.4.3. Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ)…….....41

3.4.4. Aydınlatılmış Onam……42

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması…….43

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. TARTIŞMA……56

SONUÇ VE ÖNERİLER

SONUÇ……..…….62

ÖNERİLER……...……...…….64

KAYNAKÇA…….67

EKLER……...73

Ek–1: Sosyodemografik Bilgi Formu……...73

Ek–2: Beck Depresyon Ölçeği…..……..74

Ek–3: Maslach Tükenmişlik Ölçeği……...……..76

TABLO LİSTESİ

Tablo No **Sayfa No.**

Tablo1. Katılımcıların demografik özelliklere göre dağılımları…… 44

Tablo 2. Erkek ve Kadın parlamenter ve bürokratların depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılması…… 45

Tablo 3. Parlamenter ve bürokratların yaş gruplarına göre depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılması……. 46

Tablo 4. Parlamenter ve bürokratların sahil ve iç kesimlerdeki illerden gelme durumlarına göre depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılması…….. 47

Tablo 5. Parlamenter ve bürokratların medeni durumlarına göre depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılması……. 48

Tablo 6. Parlamenter ve bürokratların eğitim düzeylerine göre depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılması……. 49

Tablo 7. Erkek ve Kadın parlamenter ve bürokratların ‘15 Temmuz’ olayının etkilenme düzeylerinin dağılımı…… 50

Tablo 8. 35 yaş altı ile 35 yaş üstü parlamenter ve bürokratların ’15 Temmuz’ olayından etkilenme düzeylerinin dağılımı…….51

Tablo 9. Parlamenter ve bürokratların sahil ve iç kesimlerdeki illerden gelme durumlarına göre ‘15 Temmuz’ olayından etkilenme düzeylerinin dağılımı…….52

Tablo 10. Medeni durumlarına göre parlamenter ve bürokratların ‘15Temmuz’ olayından etkilenme düzeylerinin dağılımı…….53

Tablo 11. Eğitim düzeylerine göre parlamenter ve bürokratların ’15 Temmuz’ olayından etkilenme düzeylerinin dağılımı…….54

Tablo 12. Değişkenler arasındaki sıralı korelasyon katsayıları…… 55

KISALTMALAR

ABD : Amerika Birleşik Devletleri

AGİT : Avrupa Güvenlik ve İşbirliği Teşkilatı

BDÖ : Beck Depresyon Ölçeği

DSM 5 : Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

HPA : Hipotalamik - Pituiter Adrenal

MEB : Milli Eğitim Bakanlığı

MÖ : Milattan Önce

MTÖ : Maslach Tükenmişlik Ölçeği

OHAL : Olağan Üstü Hal

SAM : Sempatik Adrenal Medüller sistem

T.B.M.M : Türkiye Büyük Millet Meclisi

SİMGELER LİSTESİ

%	**:** Yüzde
p	**:** 0,01 Anlamlılık Düzeyi
p	**:** 0,05 Anlamlılık Düzeyi
p	**:** Anlamlılık Düzeyi
F	**:** Frekans
Sd	**:** Serbestlik Derecesi
T	: M.Witney
$\mathbf{X^2}$	**:** Ki- kare test istatistiği
Z	**:** Anlamlılık Değeri Karşılaştırma İstatistiği

GİRİŞ

Depresyon bozukluğu tıbbi hastalıkların ne sık görülenlerindendir (Karamustafalıoğlu, Yumrukçal 2011, 65). Depresyon tüm Dünya'da en sık görülen psikiyatrik bozukluk olmasının yanı sıra, eşlik eden ciddi komplikasyonlardan dolayı önemli bir halk sağlığı problemi olarak ifade edilmektedir (Semiz, Atik ve diğerleri 2016, 91). Dünya sağlık örgütü verilerine göre depresyon tüm dünyada dördüncü hastalık olarak karşımıza çıkmaktadır (Kara, Karakılık ve diğerleri 2016, 29). Depresyon; çökkünlük, derin üzüntü, bazen de hem üzüntülü, hem bunaltılı bir duygu durumla birlikte düşünce, konuşma, fizyoloji işlemlerinde yavaşlama, durgunlaşma ve bunların yanı sıra değersizlik, güçsüzlük, isteksizlik, karamsarlık düşünceleri ile karakterize edilmiş bir rahatsızlıktır (Adana, Uluman ve diğerleri 2015, 2). Depresyonu olan yetişkinlerde yapılan çalışmalarda %60-%70' inin major depresif bozukluk öncesi bir yıllık süre içinde bir veya daha fazla ciddi olumsuz yaşam olayı yaşadığını anlatmaktadır (Özer, Kocabıyık ve diğerleri 2002, 93). Yaşam boyu gelişme olasılığı kadınlar için %10-%25, erkekler için %5-%12 arasında olan bu hastalık gerek hasta gerekse yakın çevresi ve toplum için hayat kalitensin düştüğü bir durum yaratmaktadır (Eren 2007, 6). Depresyon günümüzde 120 milyonu etkileyen hastalıktır (Temel, Kocabıçak 2014, 182). Modern Dünya'da insanların daha mutlu ve huzurlu yaşayacaklarını düşünülürken bu veriler bu düşünceleri desteklememektedir (Ilgaz 2015, 1). Bu çalışmanın amacı Türkiye Cumhuriyeti bürokrasi ve siyasilerde görülen depresyon düzeyinin ve tükenmişlik halinin bilimsel olarak incelenerek verilerini ortaya koymaktır. Bu araştırmanın amacı, Türkiye Cumhuriyetinde 2000 ve 2017 yılları arasında bürokraside görev almış ve aktif siyasette bulunmuş kişilerin, görevde oldukları süreçte depresyon ölçeği istatistiğini ortaya koymaktır. Çalışma Türkiye Cumhuriyetinde; Karadeniz bölgesi, Ege bölgesi, Güneydoğu Anadolu bölgesi, Doğu Anadolu bölgesi, Marmara bölgesi, İç Anadolu bölgesi olmak üzere 7 ayrı bölgede depresyon oranını ve tükenmişlik sendromunu, bürokrat ve siyasileri kapsayarak boyutlarıyla birlikte ele almıştır. Her bölgenin içinde bulunan, pilot seçilen şehirlerde depresyon ölçeği istatistiği incelenmiştir. Her bölgeye dâhil olan pilot şehirlerde tükenmişlik sendromu oranı incelenmiştir. Depresyon ölçeği istatistiği, cinsiyet farkını ele alarak kadın-erkek depresyon görülme oranını ölçmüştür. Bu çalışmada yaşlara göre depresyon

oranı ölçülmüştür. Katılımcıların depresyon oranı, medeni durumlarıyla ilişkilendirilip incelenmiştir. Katılımcıların depresyon oranı, eğitim düzeyleriyle ilişkilendirilip incelenmiştir. 7 ayrı bölgede seçilen pilot şehirlerde tükenmişlik sendromu oranı incelenmiştir. Tükenmişlik oranı, cinsiyet farkını ele alarak kadın-erkek oranını ölçmüştür. Bu çalışmada yaşlara göre tükenmişlik oranı ölçülmüştür. Tükenmişlik ölçeği analizi yapılırken medeni durum göz önüne alınarak ayrı ayrı karşılaştırma yapılmıştır. Katılımcıların tükenmişlik oranı ile eğitim düzeyleri arasında ilişki kurulmuştur. Katılımcıların 15 Temmuz günü ruh hali ile depresyon ilişkisi incelenmiştir. Katılımcıların 15 Temmuz günü ruh hali ile tükenmişlik ilişkisi araştırılmıştır. Beck depresyon ölçeği kullanılırken, duygusal tükenme, duyarsızlaşma, kişisel başarı düzeyleri araştırılmıştır. Duygusal tükenme tükenmişliğin stres boyutunu ifade eder, enerji yitimi ve yorgunluk şeklinde tanımlanmaktadır. Duyarsızlaşma, tükenmişliğin kişiler arası ilişkilerdeki tarafını temsil etmektedir. Kişisel başarı bireylerin kendilerini yeteri kadar üretken, başarılı görmemesinden dolayı tükenmişlik alt boyutudur (Gündüz, Çapri ve diğerleri 2012, 39). Maslach tükenmişlik ölçeği kullanılırken duygusal tükenme değişkeninde kadın-erkek verileri farklı olarak ortaya konulmaktadır. Maslach tükenmişlik ölçeği kullanılırken duyarsızlaşma değişkenlerinde kadın-erkek verileri farklı şekilde incelenmektedir. Tükenmişlik sendromu araştırmasında kişisel başarı cinsiyete göre farklılık göstermiştir. Maslach tükenmişlik ölçeği yaşa göre incelenirken duygusal tükenme, duyarsızlaşma, kişisel başarı değişkenleri farklı şekilde ele alınmıştır. Tükenmişlik ölçeğinde medeni durum duygusal tükenme değişkeninde evli bekâr seçeneklerinde farklı şekilde incelenmektedir. Maslach tükenmişlik ölçeğinde duyarsızlaşma değişkeninde medeni durum evli bekâr seçeneklerinde farklı olarak incelenmiştir. Maslach tükenmişlik ölçeğinde kişisel başarı medeni durum alanında evli bekâr seçenekleri ayrı ayrı olarak incelenmiştir.

'Türkiye Cumhuriyeti bürokrat ve siyasilerinde görülen depresyon ve tükenmişlik düzeyinin incelenmesi' adlı çalışma Türkiye Cumhuriyetinde ilk kez yapılmaktadır. Daha önce literatüre geçmiş herhangi benzeri bir çalışma Türkiye Cumhuriyeti'nde yapılmamıştır. Farklı alanlarda yapılmış çalışmalar bulunmkatadır. Polislerde tükenmişlik sendromu ve bu sendrom üzerinde etkisi olabileceği düşünülen yaş, cinsiyet, medeni durum, unvan gibi bazı değişkenlerle araştırma

yapılmıştır. Çalışmaya Ankara'da görev yapan 312 polis dahil olmuştur (Azizoğlu, Özyer 2010, 137). Öğretmenlerin tükenmişliklerinin 'cinsiyet, yaş, mesleki kıdem, eğitim durumu, çalışılan okul türü, okulun bulunduğu bölgenin sosyo-ekonomik' durumu değişkenleri incelemiştir (Seferoğlu, Yıldız ve diğerleri 2014, 348). Bankacılık sektöründe çalışanların tükenmişlik düzeyleri İncelenmiştir (Karapınar, Gürbüz 2015, 245). Ankara ilinde sağlık bakanlığına bağlı hastanelerin yöneticilerinin tükenmişlik seviyeleri araştırılmıştır (Karsavuran 2014, 133). Tükenmişlik, yönetim ve organizasyon alanlarında yoğun bir şekilde çalışılan konudur (Ertürk, Keçecioğlu 2012, 39). İnsanlık tarihinin en büyük ve en güçlü topluluklarından birisi olan, bizimde ona mensup ve ait olma hislerini her zaman gururla taşıdığımız Türklerin hangi psikolojiyle yönetildiğini ortaya koymak temel amacımızıdır. İkinci amacımız ise; bilimler sınıflamasında henüz kendisine yer bulamamış politik psikoloji alanına katkı sağlamaktadır. Siyaset tarihi alanına göre dünden bugüne değil, bugünden düne değil, veya zamanı inceleyen çalışmadır. Psikoloji alanında katılımcılar hemen hemen normal vatandaşlardan oluşmaktadır ve normal vatandaşların psikolojik çıkarımı yapılmaktadır. Bu çalışmada ise ülkeyi yöneten ve yasama görevini yerine getiren bürokrat ve parlamenterlerin psikolojik çıkarımı yapılmaktadır. Tez topluma yönelik olduğu kadar toplumu yönetenler üzerinden yürütülmüştür. Yöneltilen sorular şahıslara münhasır bireysel olup kurumları kuruluşları da incelemiştir. Politik davranışların örgütsel açıdan, yöneticisinin isteklerini anında yerine getirme girişimi, örgütün işlerinin hızlı bir şekilde yürümesine ve bununda örgütün etkinliği verimliliğine katkı sağladığı söylenebilir. Bireysel açıdan ise örgüt içerisinde tanınma, statü, güç, pozisyon elde etme, bireysel amaç hedefleri başarma ve işini yaptırma gibi eylemlerin gerçekleşmesi de mümkün olmaktadır (Gültekin, Cindiloğlu ve diğerleri 2016, 3). Geçmişten günümüze yöneticilerin diplomatik ilişkileri, siyasi kişilikleri, eğitimleri incelenmiştir. Bu çalışma ayrıca diğer toplumlardan farkımızı ortaya çıkarmıştır. Çünkü psikolojik özellikler kültürler arasında büyük farklılıklar göstermektedir. Antropolojik olarak her milletin siyasi yönü ve yönetim tarzı o milletin karakteriyle ilişkilidir. Aynı çalışmayı İngiltere devletinde siyasi ve bürokratlara uygulandığı zaman aynı sonuçları vermeyebilir. Başka bir ülkeye çalışmada geçen testlerde var olan cinsellikle ilgili soruları uygulandığı zaman daha farklı yanıtlar alınabilir.

Ülkemizde kültür gereği çekingenlik hali mevcuttur. Bu çalışmada ilk kez siyasilere ve bürokratlara cinsellikle ilgili soru yöneltilmiştir. Bir bakıma çekingenliği arkada bırakan bir çalışma olmuştur. Örnek teşkil edebilecek araştırma vasfı taşımaktadır. Siyasal şahıslar toplumu inşa ederler, topluma yön verirler. Siyasal şahıslar gelişimlerinde bir takım ideolojik süreçlerden geçerler. Bu ideolojik süreçler hayatları boyunca devam eder. İdeolojik saplantıları beyinlerini her zaman işgal eder. Siyasal şahıslar siyaset ürettiklerinde ideolojilerini halka kabul ettirmeye çalışırlar. Bu noktada psikolojik baskı ortaya çıkmaktadır. Bunu daha iyi anlayabilmemiz için siyaset kavramını daha ayrıntılı açıklamamız gerekiyor. Daha sonra psikoloji kavramını açıklamamız gerekiyor.

'Siyaset' sözcüğü, gerek Osmanlıca da, gerek Türkçe de çok farklı anlamlara gelebiliyor. Sözcüğün birçok batı dilindeki karşılığı olan politika da tek bir kavrama verilen ad değildir. Demek oluyor ki, sözcük birçok dilde oldukça yüklü ve değişik anlamlarda kullanılabilmektedir. Örneğin, Türkiye' nin 'eğitim siyaseti' denildiği zaman, bundan, eğitim alanında hükümetlerin öngördüğü önlemler ve eğitime ilişkin tasarımlar anlaşılmaktadır. ' Tarım ürünlerinin desteklenmesi siyaseti' ifadesiyle, tarımdaki üreticilerin güçlendirilmesi veya bir biçimde bu kesimin yönlendirilmesini hedef alan girişimler kastedilmektedir. İşaret edilen anlamda ticari veya sinai bir firmanın 'yatırım', 'pazarlama' ve 'iş başında eğitim' siyasetlerinden de söz edilmektedir. Siyaset psikolojisi denildiği zaman siyasilerin şahsi psikolojisi olarak algılanmaktadır. Siyasilerin politikadaki davranışları, duygu durumları akla gelmektedir. Politik psikoloji içerisinde siyasi zihniyet, siyasi kültür, siyasi ahlak, siyasi erdem barındırmaktadır. Bunlar şahsiyetle bire bir ilişkilidir. Yukarıda belirttiğimiz gibi psikoloji kavramını da ayrıntılı bir şekilde açıklamamız gerekiyor.

Psikoloji; doğrudan veya dolaylı olarak gözlenebilen insan ve hayvan davranışlarının bilimsel niteliklerini baz alarak kendi teknikleriyle inceleyen bilim alanıdır. Bir nevi davranış bilimidir. İnsanların davranışsal özelliklerini, davranışlarının nedenlerini, duygularının boyutlarını araştırmaktadır. İnsanların bebeklikten başlayarak çocukluk dönemini, ergenlik dönemini ve gençlik yetişkinlik dönemini incelemektedir. Sosyoloji, antropoloji ve felsefe bilim dallarıyla yakından ilişkilidir. Siyaset ve diğer bilim alanlarıyla dolaylı yönden ilişkilidir. Psikoloji bilim

dalı insanların gelişimini dönemlere ayırarak her ayrı dönemin sorunlarını ayrıntıyla ele almaktadır. Günümüzde sadece diğer bilim dallarıyla ilişkisi olmasının bir önemi yoktur, önem arz eden çağımızda psikoloji hakkında bir şeyler bilmek artık ihtiyaçtır. Psikoloji ruh sağlığı alanı hayatımızın hemen her aşamasında varlığını devam ettirmektedir. Örnek; yaşama hazırlık ve eğitim biçimimiz nasıldır? Kendi anne babamızın bizi yaşama hazırlama biçimi, kendi çocuklarımızı yetiştirme biçimimizi nasıl etkilemektedir? Aynı şekilde siyasetçilerin ve bürokratların anne ve babalarının onları yetiştirme tarzları nasıldır? Siyasetçiler kendi çocuklarını ve toplumu nasıl geleceğe hazırlıyorlar? Depresyon belirtileri gösteren veya travmatik geçmişe sahip olan bir siyasetçinin toplumu sağlıklı yönetebilmesi mümkün gözükmemektedir. Tükenmişlik hissi yaşayan bürokratın devletin herhangi bir kademesinde vatandaşlara hizmet etmesi uygun değildir. Bu çalışmanın önemi burada ortaya çıkmaktadır. Hangi sağlıksız veya sağlıklı beyinler ülkeyi yönetmektedir. Birçok kez görüyoruz ki meclis sıralarında kavgalar çıkmaktadır. Birçok kez şahit oluyoruz ki ses tonları normalin üstüne çıkıyor. Devlet dairelerinde hizmet almak isteyen vatandaşlar üst düzey bürokratların şiddetiyle karşılaşıyor. Bu çalışma bütün bunların bilimsel olarak araştırmaya çalışmaktadır. Başka hiçbir ülkede siyasetçilere ve bürokratlara depresyon ve tükenmişlik testi uygulanmamıştır. Ülkemizde yeni bir bilim dalı olmaya çalışan politik psikoloji, birey ilişkilerini incelediği gibi siyasi gruplar arasındaki ilişkiyi de incelemektedir.

Politik psikoloji, büyük grupların, toplulukların ve milletlerin birbirleriyle olan ilişkilerini ele alarak, bu ilişkilerde rol oynayan psikolojik etmenleri analiz etmektedir. Politik psikoloji aynı zamanda ülkelerin, devletlerin liderlerini, liderler arasındaki ilişkilerinin psikolojik boyutunu da araştırmaktadır. Bir kişinin amirleri astları ve eş düzeydeki meslektaşları tarafından sürekli olarak saldırılara uğraması psikolojik rahatsızlığa neden olmaktadır (Yıldız, Yıldız 2009, 134). Aile bireyleri arasındaki iletişimde önem taşımaktadır. Bireyler arası olumsuz iletişimler ek stres oluşturmaktadır. Eşler arası problemler ve yetersiz sosyal destek yaşanılan problemlerin üstesinden gelmeyi zorlaştırmaktadır (Bilgici, Akdeniz ve diğerleri 2005, 101). Psikoloji çok geniş uygulama alanı olan bir bilimdir.

Gelişim psikolojisi, davranış psikolojisi, analitik yönelimli psikoloji, psikolojinin alt dallarını oluşturmaktadır. Siyaset psikolojisinin problemlere yaklaşım yöntemi eklektik seçmeci, entegratif ve analitik psikolojinin temeline dayanmaktadır. Bu açıklamadan ötürü ulusal ve uluslararası ilişkilerde davranışların yüzeyselliğine görünür problemlere bakılmaz, daha çok altta yatan sebeplere bakılır. Ülkemizde politik psikolojiyle ilgili derinlemesine bir çalışma yoktur. Sadece Türkiye' de politik psikoloji merkezi 1992' de Başbakanlık bünyesinde kurularak çalışmaya başlamış, ancak 1997' den sonra pasif konuma gelerek kapatılmıştır. Siyasetçilerin ve bürokratların karakter kimliği hiçbir zaman araştırılamamıştır. Politik olaylara psikolojik pencereden bakmak farklı bir boyut ortaya koymak Türkiye içinde daha önce vuku bulmamıştır. Psikoloji alanının olayları şahısları derinlemesine incelemesi politika kurumuna muhakkak ki yarar getirecektir. Sağlıklı kişiler tarafından yönetilmek toplumun en küçük grubu olan aileden başlayarak, okulları, işyerlerini, üniversiteleri ve bir ulusun kaderini etkileyecektir. Psikolojik bakış açısından; Türkiye Devletinde görev yapan, Türkiye coğrafyasında görev yapan siyasilerin ruh sağlını daha iyi anlayabilmemiz için tarihi incelememiz şarttır. Bunun için Psikolojik bakış açısından Türk tarihinin incelenmesinde yarar vardır. Türkiye Cumhuriyeti kuruluşundan bu zamana kadar birçok badire atlatmıştır. Geçmişten günümüze kadar iç ve dış tehditlerle parçalanmak istenmiş ülke devamlı olarak huzursuz edilmiştir.

Türklerin Anadolu' ya yerleşmeleri Selçuklu Sultanı Alp Arslan zamanında 1071' de gerçekleşmiştir. Malazgirt zaferiyle birlikte Türklere Anadolu'nun kapıları açılmıştır. Bu zaferle Anadolu toprakları Bizanslıların elinden alınmıştır. Bizanslılar için travmatik olan bir olay Türkler için özel seçilmiş bir andır (Sevim, Merçil 1995, 72). Bizanslı halk ve yöneticiler, askerler bu travmatik olayı yıllarca üzerinden atamamışlardır. Türkler bugün Malazgirt zaferinden nasıl gururla bahsediyorsa, Bizanslılarda bir o kadar acısını yaşamaktadırlar. Zaferden sonra Osmanlı devleti kuruluşuna kadar Anadolu da birçok beylik hüküm sürmüştür. Selçuklular ve Bizanslılar arasında Bizanslıların aleyhine olabilecek olaylar yaşanmıştır. Bunun sonucu olarak Anadolu Türkleşmeye başlamasının yanında Müslümanlığı da kabul etmiştir. Tarihsel süreçler Türklerde olumlu etkiler yaratarak memnuniyete yol açarken Bizanslılarda acı, hüzün kayıp duyguları oluşmuştur. Bizanslılarda beklenen yas tepkileri ortaya çıkmıştır. Yas duygularını kayıp duygularını psikolojik olarak

sindiremeyen Bizanslılar Hıristiyan dünyasını ayaklandırmışlar haçlı seferlerinin başlamasına neden olmuşlardır. Haçlı seferlerinin başlamasına psikolojik süreçlerin sebep olduğunu rahatlıkla söyleyebilmektedir. Hıristiyanların dinlerinin tehdit edilmesine bağlı olarak yaşamış oldukları duygular öfke ve kaygıdır. Bu öfke ve kaygı günümüze kadar sürmüştür. Sırplar; Yugoslavya iç savaşında iki Türk basın mensubunu tehdit ederek ' 600 yıldır Türklerin baskısından kurtulamadıklarını' söylemişlerdir (Bozkurt 2010, 57). Dünya üzerinde siyasi tarih boyunca bu duygular hep var olacaktır ve fırsat bulundukça dile getirilecektir. Türk' ün Türk ten başka dostu yoktur cümlesi aslında psikolojik bir çıkarımın dildeki yansımasıdır. Türk düşmanlığı Müslüman düşmanlığıyla özdeşleştirilmiştir. Bunun en büyük somut kanıtı Yugoslavya da Müslümanlara ve Türklere ait ne varsa temizliğini yapan Sırplarla başlamaktadır, ortodoks Hıristiyan olduğunu yeniden hatırlayan yunanlılarla devam eder. 1389'da Kosova meydan savaşında Osmanlı padişahı Yugoslavya topraklarını devlet toprakları haline getirmiştir (Özkan 2009, 42). Aradan yıllar geçmesine rağmen Sırplar bu yenilginin acısını unutmamışlar halen öfkelerini içlerinde taşımaktadırlar. Böyle travmatik tarihler süreçlerde zaman kavramı ortadan kalkar, yüzyıllar öncesine ait olan duygular şimdi olmuş gibi tekrar beyinde yer tutmaktadır. Osmanlı devleti her feth ettiği yere adalet götürmüştür. Geçmişte Bizans esareti altında adalet görmeyen Hıristiyan halk Bizans'a karşı kırgın, kızgın ve öfkelidir. Yöneticilerin psikolojinin ve davranışlarının ne denli önemli olduğunu tarihsel süreç içerisinde inceledik.

Bu çalışmanın katılımcıları 2000 ve 2017 yılları arasında bürokraside görev almış ve aktif siyasette bulunmuş Türkiye Cumhuriyetinde yaşayan erkek kadın bürokrat ve siyasilerden oluşmaktadır. Veriler Türkiye Cumhuriyeti Sınırları içerisinde 2017 yılı temmuz aralık ayları ve 2018 yılı ocak mart ayları arasında yapılmıştır. Verilerin toplanmasında araştırmacı tarafından beck depresyon ölçeği, maslach tükenmişlik ölçeği, kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Beck depresyon ölçeğinde 21 soru, maslach tükenmişlik ölçeğinde 22 soru, genel bilgi formunda 6 soru olmak üzere şahıslara toplam 49 soru yüz yüze görüşmeler ile yöneltilmiştir. Sorular mülakata dayalı olup testler bire bir uygulama ile yapılmıştır. Toplantılarda gözlem, basından yararlanarak çıkarım yoluna çalışmanın şeffaflık ve kanıtlanabilirlik açısından başvurulmamıştır. Çalışmanın soruları; eğitim seviyesi

okur yazar olmayandan doktora ve üstü mezunu olan şahıslara yöneltilmiştir. Türkiye Cumhuriyetinde Marmara bölgesinde; İstanbul, İç Anadolu bölgesinde; Ankara, Akdeniz bölgesinde; Mersin, Adana, Kahramanmaraş, Karadeniz bölgesinde; Amasya, Tokat, Ege bölgesinde; Bodrum, Milas, Güneydoğu Anadolu bölgesinde; Mardin, Diyarbakır, Doğu Anadolu Bölgesinde; Elazığ da uygulanmıştır. Çalışmaya 3 Aktif mecliste görev yapan Grup başkanvekili, 3 Aktif mecliste bulunan parti başkanı, Dışişleri Komisyon başkanvekili, Türk parlamenterler birliği genel başkanı, T.B.M.M. Başkanvekili, M.E.B. Personel genel müdürü daire başkanı, Başbakanlık personel genel müdürü, A.G.İ.T. üyesi, Belediye başkanı, Belediye teftiş kurulu başkanı, Parti kadın kolları kurucu başkanı, gençlik kolları başkanı, Ülkü ocakları eski genel başkanı aynı zamanda aktif olan bir partinin genel başkan yardımcısı, İstanbul adliye komisyon başkanı, İstihbarat bölge sorumlusu, 4 ülkenin iş konsey başkanı, A.B.D. Türk işi adamları Derneği başkanı aynı zamanda başbakan danışmanı/ yardımcısı konsolos katılmıştır.

'Türkiye Cumhuriyeti bürokrat ve siyasilerinde görülen depresyon ve tükenmişlik düzeyinin incelenmesi' adlı çalışma Türkiye Cumhuriyetinde ilk kez yapılmıştır. Türkiye de literatür de benzeri çalışmalar vardır. Fakat siyasetçilerin birebir ruh sağlığını inceleyen çalışma henüz ortaya konmamıştır. Devlet olarak politik psikoloji bilimine önem verilmemektedir. Türkiye de politik psikoloji merkezi 1992 de Başbakanlık bünyesinde kurularak çalışmaya başlamış, 1997 den sonra pasif konuma gelerek kapatılmıştır. Ülkemizde siyaset ve psikoloji alanını birleştirerek çeşitli eserler çalışmalar ortaya konmuştur. Türklerin psikolojisi adlı eserle Erol Göka Türk insanın kimliğini, Türk ulusal kimliğini, Türklerin göçebe yaşam tarzlarını, göçün psikolojisini anlatmıştır (Göka 2011, 7). Politik psikoloji adlı eserle Abdülkadir Çevik politik psikolojiyi açıklamış, psikolojik bakış açısından Türk tarihini ele almıştır. Toplumun psikolojik özelliklerini incelemiştir. Hayrettin Özer' in siyaset psikolojisi adlı eseri, Halil Çetin' in siyaset psikolojisi adlı eseri, Türker Alkan ve Doğu Ergil' in siyaset psikolojisi eseri, Ferihan Polat' ın çatışma ve uzlaşma bağlamında siyasetin psikolojisi eseri, Özden Dirilen Gümüş' ün siyaset psikolojisi eseri, Osmanlılar ve Anadolu beylikleri arasında psikolojik mücadele adlı eserini ortaya koyan Hasan Basri Karadeniz' in eserlerini sayabilmektedir. Çeviri eser olarak siyaset felsefesi tarihi Ahu Tuncel, Kurtul Gülenç' in kitaplarını

sayabilmektedir. Yurtdışında David Patrich Houghton' un siyaset psikolojisi eserini söyleyebiliriz. Tükenmişlik sendromu ile ilgili eser veren Ayşe Kaya Göktepe, Holly Phillip bu alanda araştırma yapmıştır. David Irvın Yalom depresyon terapisi adlı kitabıyla alana katkıda bulunmuştur. Dr. Erol Özemen, Dr. Kültegin Ögel bir de hazırladığı depresyon ile ilgili bilgi ve tutumlar adlı makale örnek teşkil edebilecek niteliktedir. Depresyonda bilişsel, davranışçı yaklaşımlar beck in bilişsel kuramı adlı çalışmayı bize sunan Dr. Nergiz Bozkurt' un makalesi önemlidir. Tükenmişlik ve tükenmişliği etkileyen örgütsel faktörlerin analizlerine ilişkin akademik personel üzerine bir uygulama adlı makaleyi yazan Gülay Budal ve Olca Sürvegil bu alanda örnek olarak gösterilebilir. Prof. Dr. İbrahim Balcıoğlu' nun depresyon adlı makalesi ışık tutacak niteliktedir. Yurtdışında Martin E. Kest' in yazmış olduğu depresyon isimli makale bu alana örnektir. Ülkemizde depresyon ek hastalık ek hastalık olarak depresyon Türkiye de yapılmış çalışmaların gözden geçirilmesi adlı makale Bilge Burçak ve Haluk Savaş tarafından kaleme alınmıştır. Depresyonun kliniği çalışmasını Prof. Dr. Ruhi Yavuz makale haline getirip yayınlamıştır. Anksiyete ve depresyonun noröbiyolojisi Tayfun Uzbay, depresif bozukluklarda psiko sosyal girişler Ceyda Başoğul, Kadriye Buldukoğlu, depresyonun kadınlaşması Ruhat Yaşar, major depresyonun tedavisinde ve etyolojisinde yeni umutlar, yeni ufuklar: mikrorna' lar Mehmet Akif Camkurt, depresyon serotenin preklinik çalışmlarını Dr. Şükran Atamer Şimşek makale şeklinde yayınlamışlardır. Anlaşıldığı üzere benzer konular ele alınmıştır. Siyaset Psikolojisi, depresyon, tükenmişlik sendromunu birlikte ortaya koyan çalışma ülkemizde ve diğer ülkelerde bulunmamaktadır. Siyaset kurumuna veya içinde bürokrat bulunduran kamu kurumuna herhangi bir şekilde test uygulanmamıştır. Ülkemizde yazılan kitaplar yüzeysel olup bire bir incelemede bulunmadan analiz yapılmadan verilmiş eserlerdir. Diğer ülkeleri incelediğimiz zaman siyasetçilere ve bürokratlara herhangi bir psikolojik test yapılamamıştır. Bunun yapılamamış olması güvenlikle doğrudan ilişkilidir. Bu anlamda Türkiye Cumhuriyeti diğer ülkelerin önüne geçmiştir. Siyasetçilerin ve bürokratların sıradan Türkiye Cumhuriyeti vatandaşlarının yapacağı testleri yapıp çalışmaya katılması son derece takdir edilebilecek bir davranış örneğidir. Depresyon ve tükenmişli sendromu ile ilgili birçok çalışma yapılmış olması bu alanda ileride olduğumuzu göstermez. Toplumun içinde yaşayanlar kadar toplumu yönetenlerinde ne durumda hangi

psikolojide oldukları büyük önem taşır. Fakat yukarıda da belirttiğimiz gibi güvenlik zaafı nedeniyle ve birçok kişisel bilgilerin paylaşılmasından ötürü siyasetçiler ve bürokratlar her ülkede olduğu gibi çekingenlik kaygı korku gösterebiliyorlar. Çalışmanın zorlayıcı olması siyasetçilerle iletişimin sağlanamamasıdır. Bürokrasi ve siyaset kurumu kapalı içe dönük özel oluşumlardır. Devlet kurumundaki şahıslara bu tür psikolojik çalışmalar yapabilmek için özel izinler alınması şarttır. Siyaset kurumu için her partinin işleyiş düzeni farklı olduğundan ötürü bazen izin gerekmektedir.

Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın problemlerine bağlı olarak ileri sürülen hipotezler aşağıda sıralanmıştır:

1. H1: Türkiye Cumhuriyetinde bürokrat ve siyasilerin ruh hallerinin; Devlet yönetiminde ve vatandaşlar üzerinde etkisi vardır.

2. H2: Türkiye Cumhuriyetinde bürokrat ve siyasilerin depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin; Devlet yönetiminde ve vatandaşlar üzerinde etkisi vardır.

3. H3: Türkiye Cumhuriyetinde ’15 Temmuz’ olayı bürokratların ve siyasilerin ruh sağlığını etkilemiştir.

Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı; Türkiye Cumhuriyeti Devletinin ve vatandaşlarının sağlıklı bir şekilde yönetilip yönetilmediğini ortaya koymaktır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar yedi coğrafi bölgenin pilot seçilen illerinde toplanan veriler ile sınırlıdır.

2. Araştırmada kullanılan veriler 2017-2018 yıllarında toplanan veriler ile sınırlıdır.

3. Bu araştırmada kullanılan verilen Beck Depresyon Ölçeği ve Maslach Tükenmişlik ölçeği ile toplanan veriler ile sınırlıdır.

4. Bu araştırma Türkiye Cumhuriyetinin içinde olağan üstü hal kapsamında yapılmıştır.

BÖLÜM I

DEPRESYON

1.1. Depresyonun Tanımı

Hayat olumlu ve olumsuz yönleriyle bir bütün olarak algılanmaktadır. Hayatını belli amaçlar uğrunda anlamlandırmaya çalışan bireyler varoluşunu ve ruhsal dünyasını korumak için oluşturduğu kontrol duygusunu kaybetmekten çekinmektedir. Bireyler kontrol duygularının tehdit edildiğini fark ettikleri zaman stres yaşamaktadırlar (Ayten, Sağır 2014, 5). Bu süreç içinde ilişkilerde uyum bozukluğu ortaya çıkmaktadır. Uyum bozukluğu zaman içinde düzelebilen bir durum olduğundan her hangi bir bilimsel müdahaleye açık değildir (Aslan, Sarı ve diğerleri 2012, 60). Ülkemizde bireyler ruhsal bozukluklar konusunda tam bir bilgiye sahip değildir. Kulaktan dolma söylentilerle ruh sağlığı hakkında bilgi edinmektedirler. Kitap okuma oranının düşük olması ve herkesin ruh sağlığı alanında kitap yazması insanlarda yanlış bilgilere neden olmaktadır. Çağımız gereği internetin varlığı anlık bilgiler vermesi doğru bilgiye kolayca ulaşıldığını gösterse de bir çocuğunun sağlıksız veriler olduğunu görebiliyoruz. Ülkemiz insanının ruh sağlığı alanına olumsuz yaklaştığını rahatça söyleyebiliriz. Ruhsal hastalıklar ile olumsuz düşünce tutum ve davranış gösterilmektedir. Beklenmedik olaylar karşısında, ölüm, işsizlik, ekonomik problem, eğitim problemleri ve benzeri gibi sosyal etmenlerin vuku bulmasında ruh sağlığı bozulmaktadır. Bizim insanımız kendi kendine çare aramakta çekingen oluşundan ötürü ruh sağlığı alanında profesyonel çalışan kişilere baş vurmamaktadır. Olaylar sonucunda depresyona giren bireyler antidepresan kullanımı ya çok abartılmakta ya da kullanmaktan çekinmektedir (Özmen 2003, 89). Her yaşadığımız sıkıntılı, stresli olaylar bir ruh sağlığı bozukluğuna kapı açmaktadır. Depresyon bozukluğu da bunlardan en sık görülendir. Son yıllarda toplumda çok fazla görülmektedir. İnsanlık tarihinin yaşıyla hemen hemen aynı olan depresif bozukluk Hippocrates'a (M.Ö.460-357) kadar uzanır. Dünyada en fazla görülen hastalıklardan bir tanesidir.

Düşünce, duygular, beden, sosyal ilişkiler etkilenmektedir. Bunun için depresyon ciddi göz ardı edilmemesi gereken bir hastalıktır. Depresyon üzüntü,

boşluk duyguları, bitkinlik, kaba motor hareketlerinde yavaşlama, kaygı, açık alana çıkamama eve kapanma, iştahsızlık belirtileri verir. Hayattan zevk alamama, karar verememe baş gösterir. Nedensiz olarak kendini suçlu hissetme görülür (Keck 2010, 3). Konsantrasyon kaybı söz konusudur. Odaklanamama, genel anlamda performans bozukluğu gözlemlenebilir. Depresyon bazen mevsimsel bazen ileri yaştan kaynaklanabilir. Depresyonda intihar girişimi az olsa da dikkat edilmesi gerekir. Depresyonun klinik belirtileri kognitif bozukluklar, duygulanım bozuklukları, davranış bozuklukları, fizyolojik bozukluklardır. Kognitif bozukluklar; konuşmada yavaşlama, monoton gecikmeli yanıt, bazende hiç konuşmama, kendini eleştirme, kişisel yetersizlik duyguları, umutsuzluk, karamsarlık, geleceğe ilişkin endişeler. Algıda bozukluk, dikkat ve hafızada bozukluk görülebilir. Duygulanımda çaresizlik keder görülür. Davranışta psikomotor retardasyon görülür. Fizyolojik bozuklukta ise kilo kaybı, cinsel istek kaybı görülür (Yavuz 1999, 31). Depresyonun kadınlarda etkisi biraz daha fazla hissedilir. Duygusallığa daha yatkın olan kadınlar üzüntüye, olumsuz duygulara yakındırlar. Kadınlarda kırılganlık erkeklere oranla biraz daha ön plandadır. Kadınlara biçilen annelik rolü şefkat hoşgörü sevgi gerektirir. Bir anne çocuklarına duygusal yaklaşır. Mc Grath; kadınların gösterdikleri ruhsal hastalık tepkilerinin aslında yaşadıkları sosyal yapıya gösterdikleri anlamlı haklı tepkiler olduğunu savunur (Yaşar 2007, 254).

1.1.1.Depresyonun Oluş Sebepleri

Hayatın içinden birçok neden depresyona neden olmaktadır. Yangın, sel baskınları, uzun süreli hastalıklar, aile geçimsizlik, iş yerinde yaşanılan problemler, ekonomik kaynaklı problemler depresyona yaşanmasına yol açmaktadır (Üstün, Bayar 2015, 385). Depresyonun oluş sebeplerini psikososyal, biyolojik, genetik olarak sıralayabiliriz. Depresyona giren hastalarda prefrontal kortekste ve hippokampusta atrofi nöron kaybı görülmüştür. Gaba-erjik sistem, noradrenerjik-sistem, serotoninerjik sistem, nöropeptidler depresyonla ilişkilidir (Uzbay 2004, 6). Dopamin duyguları hareketleri zevkleri düzenleyen bir kimyasaldır. Düzgün salgılanmadığı zaman depresyona sebep olur. Serotonin enerjik olmamızı sağlayan hormondur. Noradrenalin de sinir uçlarından salgılanan hormonumuzdur. Sağlıklı çalışmaması durumunda depresyona sebebiyet verir. Tiroit bezi yetmezliği ve

hipoglisemi de depresyon oluşumunda etkilidir. Androjenler , insanda beden ve duygudurm üzerinde çok çeşitli etkilere neden olmaktadır. Testis ve adrenallerden salgılanan testosteron insan bedenindeki en güçlü androjenlerdendir. Testosteronun erkeklerde ve kadınlarda cinsel aktivite, libido, sosyal davranışlar, saldırganlık, bilişsel işlevler, uyku kontrolü ve iyilik halinin düzenlenmesinde rol oynamaktadır (Kartalcı 2010, 457). Depresyon toplumsal olaylarla tetiklenebilir buna psikososyal neden denir. Ailenin kalıtımın etkisi olarak taşıdığımız özellikler içe kapanıklılık, kan gurubumuz, genetik sağlık problemleri, böbrek üstü bezlerinde problemler depresyona neden olur. Depresyonda düzelmenin öngörülerini araştıran çalışmalar genel olarak hastalığın ölçülen şiddetinin bu konuda belirleyici olduğunu göstermektedir (Akkaya, Eker ve diğerleri 2013, 123). Depresyon en yaygın ve tedavi edilebilir ruhsal bozukluktur (Dein, Kımter 2014, 740).

1.1.2. Depresyona Ellis, Rehm, Selligman, Beck, Jacobson ve Freud'un Yaklaşımı

Albert Ellis'in akılcı duygusal yaklaşımına göre mantıksız yersiz düşünceler, duygular, davranışlar depresyonun sebepleridir. Mantıksız düşünceler inançlara varsayımlara dayanmaktadır. Ellis insanların biyolojik ve kültürel olarak düşüncelerinde sapma olduğu eğiliminden bahseder. İnsanlar kendilerini rahatsız edebilecek duygularını davranışlarını kontrol edebilirler. Kendilerini kontrol edemedikleri noktada depresyon görülür.

Rehm'e göre depresyon kişinin kendine bakışı, kendi ve kendi performansını değerlendirmesindeki yetersizlikten ötürü oluşur. Depresyondaki şahıslar kendilerini olumsuz algılarlar. Rehm'e göre insanların kendilerini kontrol etmeleri gerekir. Bu kontrol şekli kendini izleme, kendini değerlendirme, kendini pekiştirme olarak adlandırılır. Bunlardan birinin yetersiz olması depresyonda etkilidir. Kendini izlemede birey olumlu olaylar yerine olumsuz olaylara yönelir. Kendini değerlendirme aşamasında kendini sınırlandırır. Dışsal faktörler olumludur, içsel faktörler olumsuzdur. Kendini Pekiştirme de ise şahıslar kendilerini olumsuz olarak pekiştirerek cezalandırma yöntemine başvururlar.

Seligman'a göre hoşnutsuzluk beklentisi, kontrolsüzlük, olaylara yanlış anlam yükleme, olayları çarpıtma depresyona sebebiyet verir. Motivasyonun bozulması kişisel yetersizlik depresyonun bozulmasında önemli aktörlerdir (Bozkurt 2003, 61). Aaron Beck depresyonun iki şekilde oluştuğunu belirtmiştir. Birincisi; insanın başarısız olması, ikincisi; diğer insanlardan karşılayamadığı sevginin ve iç doyumun olmamasıdır.

Psikolojinin babası Freud depresyonun ideallerde başarısızlık durumunda, kişinin bilinçdışından kaynaklanan bir olaydan gerçekleştiğini ifade eder. Depresyonu yas tutma olayıyla açıklar. Jacobson ise depresyonun benlik durumundan kaynaklandığını ileri sürmüştür. Anne ve babanın katı olumsuz davranışları benliği zedeler. Benliği zedelenmiş şahıslar gelecekte depresyona daha yatkındırlar.

1.2. Depresyon Dsm 5 Tanı Kriterleri

Depresyon belirtilerinin; iki hafta boyunca hemen hemen her günün büyük kısmında ortaya çıkan semptomlarının; en az beş tanesinin bulunması şarttır. Bu semptomlar depresif ruh hali, üzüntü, çökkünlük, boşluk, çaresizlik duyguları, ilgi ve zevk yitimi, uykusuzluk ve aşırı uyuma, iştah kaybı ve kilo değişimi, psikomotor retardasyon ve ajitasyon, enerji kaybı, olumsuz konsantrasyon, değersizlik, suçluluk hissi, ölüm ve intihar düşünceleri. Dokuz belirtiden en az 5 i olması durumunda depresyon tanısı koyulabilir. Çocuklarda depresyon farklı şekilde görülebilir. Tanı koymak güçtür. Sinirlilik, uyku problemi, gece kabusları, öğrenme zorluğu, dikkatsizlik, utangaçlık, hırçınlık, içe kapanma, sosyalliğin azalması görülebilir (Dsm5 2016, 10).

1.3. Depresyon İle İlgili Literatürdeki Teoriler

1.3.1.Psikanalitik Kurama Göre Depresyon

Klasik psikanalitik teoriye göre, depresyonda bir sevgi nesnesinin yitimi ve bununla ilişkili olarak şahsın beliğinde bir eksilme, boşluk oluşma terk edilme duygularıyla beraber, kendilik saygısında azalma görülür. Buna göre depresif tavır, kaybedilen nesneye karşı oluşmuş tepkilerin dürtülerin bireyin kendine çevirmesidir.

Şahıs yitirilmiş nesneyle özdeşim bağ kurar. Depresyonu, sadece sevilen nesnenin kaybı değil, diğer sevilen canlı cansız her şey tetikler. Normal yas sürecinde kişinin nesneyi kaybetmesi büyük üzüntüye sebep olur, Yas sürecince birey inkâr, öfke davranışlarına başvurabilir. Kişi geçmişte yas yaşamışsa yeni yas döneminde güçlüdür, beyin bu döneme alışkındır. Kişinin gelişim evrelerinde herhangi bir travma sıkıntı bozukluk yoksa yas dönemini sorunsuz atlatır (Annagür 2008, 7). Fakat gelişim dönemlerinde herhangi bir problem yaşamış ise yas sürecinde güçlük yaşar. Ölen kişi için kendini sorumlu tutar. Genellikle suçluluk duygusu hakimdir. Bu kişide sinire, şiddete yol açabilir. Şahsın kızgınlık duyguları üst düzeydedir. Oral, anal oedipal saplantılar ileride depresyona neden olmaktadır. Nesneye karşı sevgi nefret çatışmaları görülebilir. Şahıs başarılı olduğu zaman ödüllendirici suçluluk duygusundan uzak, benlik saygısını geliştirir. Şahıs ideallerine ulaşamadığı zaman melankoli hali etkilidir. Burada da cezalandırma duygusu ön plandadır. Benlik saygısı geriye dönüş yapar. Olumsuz geri bildirimler benlik saygınsın düştüğünü kanıtlamıştır.

1.3.2.Davranışçı Kurama Göre Depresyon

Şahıslar daha önce karşılaştığı üzüntülü acı veren olumsuz olayların kontrolünü sağlayamamışlardır. Olayların aynısıyla tekrar karşılaşmaları sonucu artık tepki göstermezler. Bireylerin vereceği tepkiler yine acıya üzüntüye sebep olacaktır. Bu durum depresyonu doğuracaktır. Bu kişiler başarılarını dışsallaştırarak, başarısızlıklarını içselleştirerek yaşamlarına devam ederler. Başarısızlıklarında kendi kendilerine yükleme yaparlar. Örneğin; depresyona yatkın olan birisi sınavda başarısız olduğu zaman o alanda yetersiz olduğunu düşünür. Sınava tekrar çalışsa da sınavı geçemeyeceğini kendine yüklemiştir.

1.3.3.Kognitif Kurama Göre Depresyon

Şahıslar çocukluk döneminde yaşadığı olumsuz olaylar sonucunda olumsuz duygular fikirler düşünceler geliştirirler. Bu dönemi geçmişte bırakan bireyler yeni olumsuz olaylarda, yaşamış olduğu eski olumsuzlukları birbirine katarak depresyonun oluşumuna yardımcı olurlar. Kendilerince, bilişsel yönlerini olumsuzluklar üzerine geliştirirler. Bilişsel çarpıtmalar ortaya çıkar; aşırı genelleme,

küçültme, felaketleştirme, kişiselleştirme, etiketleme, zihin okuma, seçici negatif odak.

1.3.4.Varoluşçu Kurama Göre Depresyon

İnsanın en temel özelliği kendini önemli hissetmesi ve anlamlı görmesidir. Eğer kendini anlamsız görmeye başlarsa değersiz hissederse depresyonun oluşumuna katkı sağlar. Her zaman geleceği düşünmesi depresyona girmesine engeldir. Şahsın devamlı bir işle ilgilenmesi onun hayata tutunduğunun göstergesidir. Bireyin aile içinde görevinin bulunması kendini önemli gerekli hissettirecektir. Toplumda bir görevinin bulunması kişiyi yine anlamlı kılacaktır. Şahsın gelecek planları; yapacağı işlerin önemini ve kendine güvenin önemini ortaya çıkarır.

1.4.Depresyon, Siyaset ve İnsan Doğası İlişkisi

İnsan doğası, bütün bireylerin zorunlu ve değişmez karakterine hitaben kullanılan bir varsayımdır. Bireylerin bu hayatta eğitim ve sosyal tecrübeyle kazandıklarına karşıt olarak insan yaşamı hakkında doğuştan geleni doğal olanı ifade eder, fakat bu insan davranışlarının değişmez ve doğuştan gelen özellikleri tarafından değil toplum tarafından biçimlendirildiğine inanan bireylerin, insan doğası düşüncesini terk ettikleri manasını taşımaz. İnsan doğası kavramı, bireyin yaşamını tek boyutlu bir halde kabul etmez. Siyasetçiler, bürokratlar, ideacılar doğuştan getirilen mizaca sahiptirler. Doğuştan tek boyutludurlar, daha sonra hayatın insanlara sunmuş olduğu tecrübeyi kazanırlar. Bu da onların çok yönlü olmasını sağlar (Heywood 2012, 47). Tecrübe biyolojik, psikolojik, sosyal yaşantıyla kazanılır. Normal doğuştan gelen karakterlerinin üzerine birde siyasi karakter eklenir. Normal karakterleriyle siyasetteki karakterleri hemen hemen uyuşur. Ülkemizdeki politika ortamı coğrafya gereği zorludur. Politika bir şahıs, grup işletme yönetim tarafından uygulanan eylem planlamasıdır. Kamu politikası ise hükümet kuruluşlarının resmi kararlarıdır. Bu kararları uygulayıcı hükümet ve bürokrasidir. Niyet düzeyindeki siyasa ise şahısların uygulanmamış düşünceleridir. Herhangi resmi bağlayıcılığı yoktur. Sivil toplum ise devlet kararları otoritesi altından yasayla yönetilen topluluktur. Sağlıklı bir siyasetçinin tavırları alacağı kararlar sivil toplum üyelerini etkilemektedir. Akıl ve mantık, hukuk birlikte ise sivil toplum olumlu yönde

etkilenmektedir. Akıl, mantık ve adalet üçgeni birlikte değilse sivil toplum olumsuz etkilenir. Bizim konumuz akıl üzerinde yoğunlaşmıştır. Depresif olmayan aklın eleştirisi yapılamaz. Depresyonda olan karakter her türlü eleştiriye açık kapı bırakır. Bir politikacıda olması gereken özellikler şunlardır; bir siyasetçi her zaman pozitif görünmek zorundadır, insan doğası gereği pozitif iletişim kurabilen varlıktır. Politikacı enerji dolu olmak zorundadır ve sinirli davranışlar ortaya koyması sakıncalıdır. Bir siyasa oluşturulurken çekingenlik en son yapacağı iştir. Beden, akıl, kalp bir olmak zorundadır. Her zaman algısı açık olmak mecburiyetindedir. Bir politikacının dikkat ve hafızası üst düzeyde olmazsa olmazıdır. Önemli kurallardan bir tanesi ise karar vermede, dirayetli, cesur, müspet davranış göstermek siyasetçinin karakteri gereği yapması gerekendir. Umutsuzluk, karamsarlık, çaresizlik siyasetçinin kişiliğine karşıt kavramlardır. Aslında uzak gibi görünen depresyon kriterleri siyasetçinin takipçisidir. Siyaset doğası gereği, sabır, kararlılık, azim, akıl, inanç, kavramlarını içinde barındırır. Depresyon ise doğası gereği mantıksızlığı, kararsızlığı, çalışmamayı içinde barındırır. Siyasetin doğası depresyonun doğasına aykırıdır. İnsanın yaratılış gayesi depresyona karşıttır. İnsanın yaşamını devam ettirebilmesi için çalışması, umudunu yitirmemesi, kararlı olması ön koşuldur. Ülkemizde siyasetin gereği olarak sinirlilik hali üst seviyededir. Politikada, istediğimiz; sivil toplumun beklentisi olan akıl davranışları kayıp haldedir. İnsan doğası gereği aklı olan bir varlıktır. Kişi siyaset içinde, makamın vermiş olduğu haz ile politikanın doğasına aykırı davranıp aklını, mantığını, karar verme yetisini saptırır. Siyasetçilerin halka davranış biçimleri depresif tavırların dışarısında olmak zorundadır. Kendi seçtiği yöneticinin, seçmene bağırması uygun değildir. Siyasetçinin kişiliği söylemi tavrı ve davranışı birbirine uyumludur. Doğal olarak siyasetçiden beklenen davranış hal ve tavır seçmenin anlayacağı dilden olmalıdır.

1.5.15 Temmuz Günü ve Depresyon İlişkisi

Tarihsel süreç içinde birçok olay meydana gelmiştir. Doğal afetler, savaşlar, büyük göçler insan hayatını olumsuz yönde etkilemiştir. Bu zaman diliminden sonra da etkilemeye devam edecektir. Ülke içindeki iç karışıklıklar, darbeler, terör eylemleri vatandaşların psikolojisini kötü yönde etkilemektedir. Ülke sınırları içerisinde olan terör eylemleri karışıklıklar ilk olarak politikacıları ve bürokratları

etkilemektedir. 15 temmuz günü politikanın psikolojinin iç içe olduğunu görmüş olduk. 15 temmuz gününden sonra politikacıların psikolojisinin olağan seyirde olmayacağı kesindir. Bu çalışma 15 temmuz dan sonra yapılmıştır. Bu çalışma 15 temmuzdan sonra yapıldığı için, politikacılar üzerinde darbe girişiminin etkilerini taşıyacaklardır. Türkiye'de askeri darbeler 27 mayıs 1960, 12 mart 1971, 12 eylül 1980, gizli darbe 1997 (postmodern darbe 12 şubat) ve 15 temmuz 2016 darbe girişimi şeklinde gerçekleşmiştir. Her on yılda bir darbe olan ülkemizde siyasetçilerin üzerinde geçmişten gelen bir baskı oluşturmaktadır. Türkiye'de ki bürokratların hareket kabiliyetleri ve karar alma kapasiteleri politikacılardan daha kısıtlı olduğu için çok fazla etkilendiklerini biliyoruz. Ülkemizde bulunan bürokratlar ast üst ilişkisine maruz kaldıklarından dolayı sorumluluk ruh haliyle davranışlarını sergilemektedir. Siyasette sorumlu tek bir politikacı tutulmaz ve cezai işlemi yoktur. Bürokratik yapıda ise görevli kişi üssüne rapor vermek zorundadır, yaptığı işlerden bireysel olarak sorumlu tutulur. Bürokratların her zaman hesap verme zorunluluğu onların depresif tavır sergilemelerine neden olacaktır. 15 temmuz gecesi Türkiye Büyük Millet Meclisinin bombalanması ve içerisinde birçok siyasetçinin bulunması dehşet verici bir durumdur. TBMM' de bulunan siyasetçilerin bu olaydan etkilenmemesi söz konusu değildir. Özellikle can tehlikede olduğu zaman ruh sağlığı ehemmiyetini koruyamaz. TBMM' de yaşanılan bu ortam depresif ortamın kendisidir. Hükümet yetkilisi ve Türkiye Cumhuriyeti bakanlarından bir tanesinin şehit olacağı düşüncesinde olması, darbenin gerçekleşeceğini düşünmesi ne denli depresif tavır sergilediğinin ortaya koyuyor. Bu ve buna benzer karamsar tavırlar, 15 temmuz gecesi ön plandadır.

1.6. Depresyonda Olan Bir Politikacının ve Bürokratın Sağlıklı Karar Verip Veremeyeceği; Siyaset, Psikoloji, Depresyon Üçgeni ve Kuramlar

Siyaset, insanın kendini tarih, toplum ve politika içerisinde var kılma mücadelesinin en etkili yöntemidir. Siyaset olmadan, siyasi düşünce olmadan insan kendini geliştiremez. Bireyler ya politika için yaşarlar yada politika sayesinde hayatlarına devam ederler. İnsan ilk önce kendini çözümler daha sonra hayatını anlamaya çalışır, sonuçta siyasi bir varlık olarak toplumda yaşamını devam ettirir. Bireyler toplumsal kuralları, yasaları, toplumun düzenini çözmeye çalışır. Buna göre

otoriteye uyum sağlar. Çıkar grupları, bir sınıfa ait olduğunu hisseden bireyler, toplumu yönetme hakimiyet duygusunda olan şahıslar gibi birçok grup siyasete yön vermeye çalışmaktadır. Politikanın bireysel yaşam alanı, iktidar hırsından ibarettir. İktidar olup gücü elinde bulundurma isteği, başkalarına istediğini yaptırabilme otoritesi, müdahale etme yetkinliğine sahip olma arzusu bireyleri siyasete teşvik eder. Siyaset yapan birey adaletli, güven verici, ahlaklı, toplumda örnek teşkil eden kişi profilindedir. Siyaset despotizm değildir. Siyasetçide despot şahıs değildir. Siyaset doğası gereği bireyden iktidara iktidardan insanlara ilişkisini kapsar. İktidar oluşumu siyasi figürlerden meydana gelir. İktidara, bürokratlarda doğası gereği hizmet eder. Siyaset iktidar birey, birey bürokrat, bürokrat siyasa yapan kişinin etkileşiminden ve iletişiminden ortaya çıkar. Siyasetçinin kullandığı dil, üslubu, davranışları insanları etkiler. Politikacı bireylerin duygularına, akıllarına, inançlarına hitap ederler. Bundan dolayı seçtikleri kelimelere özen gösterirler. Siyasetçiyle insanlar arasında uyum artarsa siyaset, uyum azalırsa despotizm güçlenir. Politika insanların, sosyal, siyasal, ekonomik ihtiyaçlarını karşılamaya çalışır. İnsanların ihtiyaçları karşılandığı sürece siyaset problem teşkil etmez. Bireylerin ihtiyaçları karşılanmadığı sürece politika çeşitli sorunlara yol açar. Siyaset bilimi araştırmalarında ilk sıralarda, insan psikolojisinin siyasetle olan ilişkisini inceler. Siyasal sistemler geliştirilirken, çağın gerekleri insanların ihtiyaçları önemli rol oynamıştır. Birey merkez alınmadan siyaset teorisi oluşturulamaz. Platon'dan başlayarak günümüze kadar ki süreç böyle ilerlemiştir. Bireyler politikayı etkiler, yönlendirir, düzenler ve uygular. Siyaset psikolojisi insan ilişkisi karşılıklı bir ilişkiden ibarettir. Siyaset psikolojisi, 'siyasal insanın' siyasette karşılaştığı sorunları ele alır. İnsan, kaderini yazmaya çalışan, oynayacağı rolleri düzenlemek isteyen başka insan ya da kurumlarla karşılaşır, siyaset psikolojisi de burada ortaya çıkarak, insanı 'siyasal insan' yapan süreci inceler. Her birey kendi yaşadığı kültür ve davranış normları doğrultusunda hareket edeceği için farklı siyasal insan figürleri siyaset sahnesinde olacaktır. Siyasetçi geçmişte hangi insan figürünü gözlemlediyse, gelecekte kendi karakterini o yönde oluşturacaktır. Siyaset psikolojisi siyasetçinin tecrübesini, statüsünü, rollerini, etkileme ve etkilenme, kültür edinme, çatışma ve uyuşma davranışlarının hepsini inceler. Siyasal insanın yol hikayesi, psikolojideki gelişim evrelerinin bütün halidir. Platon siyaset ve psikoloji ilişkisini en iyi açıklayan

filozoftur. ‘Her toplumda iktidar kimde ise güçlü o dur.’ diye belirtir. Bir toplumda gücü elinde bulunduran siyasal insan kontrolü kaybedebilir. Siyasetçi elinde fazla güç bulunması, sağlıksız aşırı kararlar vermesini sağlar. Aristonun da belirttiği gibi siyasetçi siyasal bir hayvana dönüşür. Bir siyasetçi arzularını tatmin etmek için yanlış kararlar verebilmektedir. Modern siyasetin babası olarak kabul edilen Machiavelli’ ye göre, insan doğası kötüdür, insan iyiyi kötüyü ayıramaz. Birey çaresiz ve kararsız kişiliğe sahiptir. İnsanların başında mutlaka otoriter bir lider olması gereklidir. İnsanların ve toplumun başında otorite hem insanları hem toplumu terbiye eder. İyi bir lider iyiyi kötüyü öğretir. İyi bir lider halkını yoktan var eder. Machiavelli’ ye göre lider halkını bazen tepeler, bazen okşar, bazen de kontrol altında tutar. Bodin’e göre ise ailede baba otoritesi ne ise, siyasetteki liderin gösterdiği otoritede aynı tarzdır. Hobbes’a göre insan doğası kavgayı sever. Bireyin doğası güvensizlik üzerine kurulmuştur. Hobbes’e göre insan ve siyasetçiler üç olguyu severler; rekabet, şan şeref, güven güvensizlikten kaynaklanan şüphecilik. Hobbes devletin siyasetçinin olmadığı yerde daima savaşın olacağını belirtir. Locke a göre insanın doğası barış ve özgürlüktür, siyasetçi toplumunu özgür kılar. Siyasetçinin doğuştan gelen yetenekleri vardır. Siyasetçinin iyi bir donatıma sahip olması tanrının lutfudur. Rousseau ise siyasetçiyi çatışmacı kendini üstün gören biri olarak tanımlar. Rousseau göre insan ve siyasetçi içgüdülerini kullanır. Hume, aklın tek başına yeterli olmadığını savunur. Hume açıkcası şunu belirtmektedir; siyasetçi tek başına karar veremez, bilgisi sınırlıdır, deneyimleri yetersiz kalır. Siyasetçi ve insanlar mutlaka yardım alırlar. Adam Smith, siyasetçinin başarısında en önemli etkenin psikolojik güç olduğu vurgusunu yapar. Politikacılar uyumlu, ahlaklı, çalışkan, erdemli varlıklardır. Siyasal açıdan, siyasetçi özgür karar verebiliyorsa halkta özgürdür. Politik otorite çıkar çatışmasını önler. Kendi çıkarlar doğrultusunda değil, halkın çıkarlarını gözetir. İyi bir yönetici, haksızlıklara karşı halkını korur, toplumu iç ve dış tehditlerden uzak tutar, özel işlerini devlet işlerinden ayırır. Bentham’a göre devlet adamının amacı, bireye fayda sağlamaktır. Devlet adamı bireye hizmet eder. Devlet her şeye müdahaleden kaçınır, çünkü bu mutluluğu engeller. Mill ise devlet adamı ortaya çıkan adaletsizlikleri giderir. Devlet adamı toplumun refahını arttırıyorsa toplum tarafından kabul görür. Devlet ve devleti yöneten şahıslar özgürlükçü olduğu sürece topluma fayda sağlar. Spencer tek amacın

bireyin kendini tatmin etmek olduğunu açıklar. İnsanlığa hizmet eden birçok buluşun bireyin kendini tatmin duygusundan ortaya çıktığı kanısı vardır. Spencer devleti sigorta şirketi olarak tanımlar. Siyasetçi halkını sigortalayan kişidir. Halkın isteklerini yerine getirirse onların ihtiyaçlarını karşılamış olur. Halk ve siyasal şahıslar birbirine bağımlıdır. Devlet sigorta şirketidir fakat halkta her istediğini yapmakta serbest değildir. Devlet adamı halkını özgür bırakmaz ise kölelik düzenini başlatmış olur. Kant'a göre insan diğer varlıklardan üstün hatta kendi içinde diğer insanlardan bile farklılaşır. İnsan araç değil amaçtır. İnsan araç olursa köleleşir, amaç olursa devlet içinde diğer insanlara hizmet eder. Hegel için insan evrensel aklın bir parçasıdır. Hegel insanın salt bir kimliğinin olmadığını savunmaktadır. İnsanın özgür olması toplum ve devlete bağlıdır. İnsan kötü bir varlıktır fakat özgür oldukça kötülüklerden kurtulacaktır. Kuramcılar içerisinde siyasetin ve siyaset adamının nasıl olması gerektiğinin anlatan en iyi filozof ve ekonomist Marx'tır. Marx'a göre birey homo faber bir canlıdır. İnsanı diğer canlılardan ayıran en önemli özellik emektar olmasıdır. İnsan hayvanlar gibi doğaya bağımlı değildir. İnsan çalışan bir varlıktır. İnsan çalışarak kendi varlığını yaratır. Marx gücü elinde bulunduran iktidarın işçileri kullandığını ifade eder. İktidar sömürü düzeninin bir koludur. İktidar köleleştirme sistemini kullanarak varlığını devam ettirir. Siyasal düzen içerisinde siyasetçi ve halk ayrı iki figürdür. Siyasetçi sömürü için, baskı için vardır. Siyasetçi otoriterdir. Siyasi figür emek akıl kavramlarını insanların kullanmasını istemez. Tüm siyasal ve insani teorileri incelediğimiz zaman, hepsinde bir düzen oluşturulmak istenmektedir. Düzeni oluşturan siyasetçiler düzene uyum sağlayacak olan kişiler ise insanlardır. Bu teoriler ilk başta insanın doğasını inceler, insanın doğasını keşif eder. Siyaset teorileri ve siyasal sistemler insan üzerine oluşturulur. Genellikle siyasal şahıslar siyasal sistemlere ve siyaset teorilerine uymazlar. Siyasetçi kendi isteklerini yerine getirir. Siyasetçinin kendi isteklerini yerine getirmesinde psikolojik gelişimi birinci faktördür. Siyasetçi psikolojik gelişimini mutlaka yönettiği halka yansıtır. Bütün filozoflar siyasetçinin doğasını incelerken felsefe ve psikolojiden yola çıkmışlardır (Çetin, Görüşük 2015, 17). Toplum içerisinde diğer insanlar baskın gelen, bilgi ve becerileri ile halkın üzerinde otorite kuran siyasal figüre lider denir. Her topluluğun bir lideri vardır. Ülkemizde her ilden milletvekilleri seçilmektedir. Her ilden seçilen milletvekilleri o şehrin lider yöneticisi konumundadır. Her şehirden seçilen vekiller

kitleleri arkasından sürükler. İnsanlar gerçekleştirmek istedikleri arzular ve gereksinimler için liderin arkasından giderler. İnsanlar liderlere kendi hedeflerine ulaşmak için gereksinim duyarlar. İnsanlar yalnız başlarına zayıftırlar. İnsanların istekleri bazen ideolojik bazen de genel insani ihtiyaçlardır. İnsanların liderlerin arkasından gitmesi bu iki kavrama bağlıdır. Liderlik politik ve kültüreldir. Otokratik lider sert mizaçlı otoriterdir. Korku ve tehdit unsurlarını kullanır. Yönetim programı yapılırken planlara kimseyi karıştırmaz. Demokratik katılımcı lider yasal egemenliğe göre hareket eder. Bu tip lider aklını kullanır. Bu tip lider yönetme ve emretme gücünü mantıklı bir şekilde kullanır. Diğer siyasal figürlere konuşma hakkı, düşünme hakkı tanır. Bu tip lider kalıbı cezadan çok ödüle önem verir. Karizmatik lider genelde toplum buhranlarında görülür. Buhranlı toplumlarda ümit niteliği taşır. Daha çok doğuştan var olan özelliklere sahiptir. Liderin tanrı vergisi kabul edilen yetenekleri vardır. Karizmatik liderin sahip olduğu özellikler nedeniyle insanlar ona sadık ve itaatkardırlar. İnsanları psikolojik olarak etkiler. İnsanlar üzerinde hipnoz edici bir yeteneği vardır. Bu tip lider özel yetenekleriyle çok güçlü bir şekilde kalabalık kitlelere hitap ederler. Karizmatik lidere örnek verecek olursak; Türkiye Cumhuriyeti Cumhurbaşkanı Sayın Recep Tayyip Erdoğan kanıt niteliği taşır. Sayın Cumhurbaşkanı karizmatik liderin özelliklerini bütününü üzerinde bulundurmaktadır. Tanrı vergisi yakışıklılığı, uzun boylu olması pratik düzenli cümle kurması, kendinden emin duruşu bunu kanıtlamaktadır. Sayın Cumhurbaşkanının hatipliği ve kendine olan inancı önem taşımaktadır. Bir siyasetçi için iletişim faktörleri çok önemlidir. İletişim insanların duygu ve düşüncelerini aktarma biçimidir. İletişim sayesinde siyasiler birbirlerinden ve halktan haber alıp haber verirler. Siyasal iletişim bir siyasinin insanlarla kurmuş olduğu diyalogtur. Siyasinin kurduğu bir diyalog anlaşılabilir düzeydedir. İletişimin var olmak, haberleşmek, paylaşmak, etkilenerek ve yönlendirmek, eğlenmek ve mutlu olmak gibi temel amacı vardır. Siyasal iletişim resmi olarak diplomasi, resmi olmadan insanlarla konuşma şeklindedir. Siyasal iletişim kavramı, ikinci dünya savaşı sonrasında Amerika kıtasında ortaya çıkmıştır. 1950'li yıllardan sonra Avrupa'da yaygınlık kazanmıştır. Siyasal dil halkı etkilemenin en önemli yoludur. Siyasal iletişimle kamuoyu ve kitleleri etkilersiniz. Geri dönüşüm olarak insanlarda sizinle iletişime geçer. Kimi insanlar duygusal bağ, kimi insanlar ideolojik bağ, kimi insanlar inançsal bağ kurarlar. Siyasal iletişim

özellikle seçim dönemlerinde kitlelere karşı kullanılır. Bu iletişim tarzı uluslar arası ilişkilerde de sık kullanılır. Uluslar arası ilişkilerde kullanılan iletişim biçimi diplomasidir. Siyasetçi milletiyle iletişime geçerken mutlaka hoşgörü dilinden konuşur. Siyasetçi depresif bir dil kullanmaz. Siyasetçi iletişim kurarken mutlaka konuya vakıf olur, depresif belirti olan konsantre bozukluğunu üstünde bulundurmaz. Lider kişi enerji dolu, hareketli, vücut dilini iyi kullanan bir bireydir. Siyasetçinin yüzü daima kendinden emin görüntü verir. Üzgün bir ifade siyasal iletişimde, insanlarla politikacı arasında sorun teşkil eder. Siyasal mesajların iletilmesi önemlidir. Toplumsal sorunlara ilişkin çözümler, öneriler, hedefler siyasal mesajlarla aktarılır. Siyasal iletişim aktörleri meclisler, devlet başkanları, hükümetler, siyasi partiler, sivil toplum örgütleri, ordular, yerel yönetimler, çıkar grupları, illegal silahlı örgütler, medya. Bunlardan en önemlisi medyadır. Politikacı şiddetten uzak üslubuyla iletişim kurar. Yönetici konumundaki bürokrat insanlara, karşı devletin vermiş olduğu yetki sınırı içinde yaklaşmalı. Bürokratın agresif tavır içinde olması görev sınırını aştığının göstergesidir. Hangi makamda olursa olsun, hangi mevkide olursa olsun bürokrat halkı için hizmet etmektedir. Bürokrasi iletişim dili devletin milletle kurduğu iletişim dilidir. Bürokrat şahsın halkı aşağı görmesi, halka bağırması, insanlara karşı görevini yapmaması ruh sağlığının yerinde olmadığının en büyük göstergesidir. Ülkemizde en çok karşılaştığımız gerçek, makamının büyüklüğüne kapılıp milleti azarlamasıdır. Haddi olmayan bürokratın sınırı da olmaz. Bürokratın sınırı devlet hizmetidir. Bürokrasinin tavrı içe kapanık değil, kuralları açıklayıcıdır. Bürokrat hükümetin değil devletin adamıdır. Bürokratın devlete karşı sorumlulukları vardır. Bürokrasinin işleyişi siyasetten farklıdır. Siyasal iletişimi bürokrasi kullanmaz. Siyasetçi kendi insiyatifinde karar alır, bürokrat yasalar çerçevesinde karar alır. Bürokratın şahsi davranma şansı yoktur. Bürokratın vücut dili yoktur. Bürokratların hepsi üniversite mezunudur. Siyasetçilerde üniversite mezunu olma şartı yoktur. Bürokrasi keyfi karar veremez. Bireylerin güvenliğini sağlamakla yükümlüdür. Bürokratın ödüllendirme cezalandırma yetkisi yoktur. Sağlıklı ilişkilerin oluşması için sağlıklı bireylerin, sağlıklı siyasal şahıslar olması gerekir. Sağlıklı kararlar sağlıklı kişiler tarafından alınır. Depresyonda olan bir siyasinin sağlıklı karar alması olanaklı değildir. Lider baskısı altında olan siyasi figürün çekingenlik göstermesi doğaldır. Bürokraside görevde bulunan memurun

üstüne hesap verme sorumluluğu onu sıkıntıya götürecektir. Depresyon halinde iken beynin baskı halinde olduğu bir gerçektir. Baskı altındaki beynin karar verme mekanizması sağlıklı işlemez. Sağlıklı bir beden, sağlıklı bir ruh sağlığı, doğru kararlar alınmasını sağlar. Depresyonda iken işine odaklanamayan yönetici olağan kararları alamaz. Depresyon halinde işinden zevk alma alt düzeydedir. Duygu durumu bozuk olan siyasal şahsın kararlarının düzgün olması beklenemez. Siyasetçi iletişim kurmakta zorlanır. Siyaset yapan kişide öfke, üzgün olma hali, kaygı varsa yönetimde söz sahibi olamaz. Politikacı aklını salt bir şekilde kullanma, siyasa yaparken baskı altında olmama özelliklerini üzerinde taşır. Politikacıların büyük bir bölümü akademik kariyeri olan insanlardan oluşur.

Türkiye Cumhuriyeti işgale karşı milli mücadeleyle kurulmuş köklü bir devlettir. Türkiye devleti gelenekleri görenekleri olan, Türk töresine bağlı bir devlettir. Anadolu işgal edilirken Mustafa Kemal Atatürk'ün büyük baskı altında kararlar vermesi dahi olduğunun kanıtıdır. Günümüzde ve geçmişte liderler baskı altında olabilir. Ülkeyi yöneten yöneticiler depresyonda olabilirler fakat karar alma merci kurtuluş savaşında olduğu gibi sağlıklı çalışır. Siyasetçiler gün içerisinde büyük ölçekli veya küçük minimal düzeyde kararlar alırlar. Siyasetçiler aldıkları kararlardan sorumlu olmasalar da strese girerler. Beynin sağlıklı çalışmasıyla sağlıksız çalışması arasında büyük fark vardır. Olumlu düşünceyle hareket eden politikacı olumlu işler yapar. Olumsuz fikirlerle alınan kararlarda yanlış durumlar ortaya çıkarır. Duygu kontrolünü yapamayan politikacı karar mekanizmasının kontrolünü hiç yapamaz. Sağlıksız bireylerin aldığı kararlar siyasi düzensizlik, kararsızlık, istikrarsızlık, iktisadi gerileme nedenidir. Siyasi otorite sağlıklı karar almak için halk tarafından seçilir. İyi yönetim anlayışı ancak sağlam beyinlerde vuku bulur. İnsanların karar alma organı beyindir. Beyin bilinçli yönüyle hareket eder. Beyindeki hormonların salgılanması veya stres hormonu salgılanması bireyin karmaşa içinde kalmasının nedenidir. Noradrenalin, serotonin, dopamin üçlü hormon sistemi dengesinin bozulması sevgi azim isteğini yok eder. Testosteron azlığı erkeklerde strese, gerilime neden olur. Büyük sorumluluk altında kalan bürokratlar elbette kararlarında çekingen olacaktır. Sağlıklı karar verme, iyi ruh hali ve hormonların dengeli salgılanmasından geçer. Ruh hali, davranışı yönetir. Bilinç ruh halinden etkilenir, davranış bilinçten etkilenir. Davranış bilinçle birlikte kararları

yönetir. Sağlıklı karar vermek bireyin kendi elindedir. Güçlü bir yönetme bilinç kapasitesine sahip yönetici ruh sağlığı halinden bile etkilenmez. Bulunduğu makamı mantıklı bir şekilde yönetir. İnsanların fiziksel sağlıkları da önemlidir. Fiziksel olarak bir hastalığa sahip olan kişiler psikolojik olarakta bunalıma girerler. Fiziksel rahatsızlıklar depresyona veya diğer ruh sağlığı bozukluklarına sebebiyet verir. Bu durum bürokrat ve siyasilerin psikolojisinden kaynaklanan bir olay değildir. Bürokrat veya siyasilerin genlerinden gelen hastalıklar olabilir. Bir siyasinin böbrek üstü bezlerinde rahatsızlık bulunabilir. Siyasetçinin olumlu psikolojisi çeşitli hastalıklardan dolayı çöküntü ruh haline dönüşebilir. Fiziksel hastalıklardan ötürü bulunduğu görevi yerine getiremez. Siyaset, psikoloji, depresyon üçgeninin dışında seyreden fiziksel olaylarda zamansız yöneticiyi etkiler. Her ne şekilde siyasetçi etkilenirse etkilensin sonucunda mutlaka psikolojik olarak yıpranır. Depresyonda olan lider, kurum yöneten birey, politikacı, bürokrat, yerel yönetimde bulunan yönetici sağlıklı karar verebilmesi fiziksel, biyolojik, psikolojik etkenlere bağlıdır. Bürokratın veya siyasetçinin sağlıklı karar verebilmesi aile yaşantısına da bağlıdır. İyi bir yönetici iyi bir siyasetçi olabilmek için iyi bir aile babası veya aile içinde hoşgörülü bir anne olmak yeterlidir.

Aile toplumun en küçük yapı taşıdır. Kendi ailesini yönetebilen toplumu rahatlıkla yönetir. Kendi aile içinde çocuklarına hoşgörü ve anlayışla yaklaşan bir siyasetçi, toplumun bireylerine de aynı yaklaşımı gösterir. Aile içi tutumu olumsuz olan siyasetçi aynı tutumu topluma gösterirse siyasi kariyeri uzun sürmez. Toplumu yönetmek toplumun en küçük yapı taşı olan aile yönetiminden geçer. Sağlıklı siyasetçiler sağlıklı ailelerde yetişir. Sağlıklı bürokratlar bilinçli ailelerde yetişir. Sağlıklı ailede yetişen bürokrat ve siyasilerinde sağlıklı kararlar alması beklenir. Bilinç aile davranışlarından etkilenir. Davranış kalıpları aile içerisinde oluşur ve gelişir. Olumlu mizaç, olumsuz mizaç ebeveyn davranışlarının çocukta yansımış halidir.

BÖLÜM II

TÜKENMİŞLİK SENDROMU

2.1. Tükenmişlik Sendromu

Tükenmişlik sendromu olarak adlandırılan rahatsızlık ilk olarak karşımıza 1970'li yıllarda karşımıza çıkmaktadır. Tükenmişlik, hem birey hem de örgütler açısından iş yaşamını önemli ölçüde tehditeden bir problem olarak ortaya çıkmaktadır (Arı, Bal 2008, 131). Yoğun çalışma ortamı, yoğun iş temposunda tükenmişlik sendromuyla daha çok karşılaşırız. Bireylerde başarısız olma, yıpranma, fiziksel gücün azalması tatmin edilemeyen istekler sonucu ortaya çıkmaktadır. Tükenmişlik sendromu duygusal tükenme ile doğrudan ilişki içerisindedir. Tükenmişlik psikolojik bir rahatsızlık olduğundan hastalık olarak adlandırılmaz. Depresyon ve tükenmişlik birbirine benzer. Tükenmişlik ilk olarak 1974 yılında Herbert Freudenberger tarafından açıklanmıştır. Freudenberger tükenmişliği; 'başarısız olma, yıpranma, enerji ve gücün azalması veya tatmin edilemeyen istekler sonucunda bireyin iç kaynaklarında meydana gelen tükenme durumu' şeklinde tanımlamaktadır (Ardıç, Polatçı 2008, 70). Critsina maslach tükenmişlik ölçeği geliştirmiştir. Bu sendrom aniden kendini gösteren bir rahatsızlık değildir. Rahatsızlık yavaş yavaş seyir eder. Tükenmişlik belirtileri kişiden kişiye farklılık gösterir. Tükenmişlik fiziksel olarak yorgunluk, bitkinlik, baş ağrısı, uyuşukluk, uyku bozukluğu belirtileri verir. Engellenmişlik hissi, sinirlilik, huzursuzluk, tedirginlik, sabırsızlık, düşmanlık duygusu, ümitsizlik psikolojik belirtilerdir. Tükenmişlik sendromu daha çok iş ortamında görülür. Tükenmişlik iş stresi ile karıştırılamaz. Tükenmişlik; dinamik bir süreç olarak, duygusal faktörleri olduğu kadar bilişsel ve yapısal süreçleri de içeren değişimlere yol açmaktadır. Bireyin bir mesleğe girmesinde en önemli motivasyonu idealizmi ise ve bu idealizmi, meslekteki çoşkuyu kaybetmişse, bu durumda tükenmişlik yaş dinamikleriyle birlikte yaşanan bir süreçte ortaya çıkabileceği bilinmektedir (Çam, Engin 2017, 501). Tükenmişliğin kaynakları kişisel olmaktan çok durumsaldır (Başol, Altay 2009, 195). Tükenmişlik sendromunun duygusal belirtileri; motivasyon eksikliği, kişisel güvende azalma, değersizlik hissi, aşırı şüphecilik, kaygı, huzursuzluk, kendini toplumdan ayrı bir yerde görme, hızlı bir şekilde öfkelenme, tatmin olmama, konsantre eksikliği, çaresiz

düşünceler, zihin karmaşıklığı, bilişsel yetersizlikler. Tükenmişlik sendromunun davranışsal belirtileri; beklenmedik tepkiler, eleştirilmeme duygusunun ön planda olması, sinirlilik hali, sabırsızlanma, katı kuralcılık, alınganlık, vaktini boşa harcama, suçlama durumları, inkar etme, ikili ilişkilerde ve toplumsal ilişkilerde başarısızlık olarak sıralanabilir. Tükenmişlik sendromunda mide problemleri, nefes darlığı görülür. Tükenmişlik sendromunda iş yükü etkilidir. İş yükü sınırlı bir zamanda yapılması gereken iş miktarıdır. İş yüküne sahip olan kişiler sorun çözme, iş yapabilme yeteneği, seçim yapabilme yeteneği özelliklerini üzerinde taşıyacaktır. İş yükünü üzerinde taşıyamayan bireylerde sorumluluk yetisi yerini stres yetisine bırakmaktadır (Budak 2005, 9-108). İşi gereği insanlarla yoğun ilişkiler yaşayan görevliler hatasız işlerini tamamlamak zorundadır. Görevlerini yerine getirmeyen kişilerde yetersizlik duygusu ön plana çıkmaktadır. Yetersizlik duygusu işleri yetiştiremeyeceği sürekli yanlışlar yapacağı düşüncelerini yanında beraber getirmektedir. Aile ortamında anne ve babaya düşen görevler vardır. Anne çocuklarına karşı ve eşine karşı görevlerini sorumluluklarını yerine getiremezse mutlaka olumsuz düşüncelere kapılacaktır. Kendisinin yetersiz olduğunu tükendiğini düşünecektir. Kültürüne göre aile ve işi olan baba aileye bakmakla yükümlüdür. Ailenin diğer fertleri olan çocuklar derslerine çalışmak zorundadır. Aldığı görevleri bireyler yerine getirmekte yükümlüdür. Görevler yasa değil, fakat yapılması gereken sorumluluklarıdır.

2.2. Tükenmişlik Sendromu Depresyon İlişkisi

Tükenmişlik sendromu ve depresyon arasında sıkı bir bağ vardır. Her iki ruh sağlığı bozukluğunda tanı kriterlerine baktığımız zaman birbirilerini tamamlamaktadır. Tükenmişlik sendromu davranışsal, fiziksel ve ruhsal olarak bireyi etkilemekte, depresyonda üç faktörü etkileyici unsurları içinde barındırmaktadır. Tükenmişlik sendromu ve depresyonun birbirine bağlar ve önemli unsur bireydeki gelecek hakkındaki olumsuzluklardır. Bireydeki yorgunluk hali, bitkin olma hali her iki bozuklukta da kendine yer bulmaktadır. Bitkinlik, çok çeşitli şekilde vücutta kendine yer bulur. Bir kadın yeteri kadar uykusunu almasına rağmen kendini yorgun hisseder. Bir diğer kadın güne enerji depolanmış olarak başlayabilir, fakat gün içinde enerjimsim düştüğünü fark eder. Bir başka kadın ise hem duygusal olarak hem de

fiziksel olarak bitkin haldedir. Tükenmenin bitkin olma halinin bir çok yüzü vardır, hem psikolojik açıdan, hem fiziksel açıdan, hem davranışsal açıdan. Bitkinlik, yorulma hissi, tükenme hali bizim gelecekti iş planımızı nasıl etkiliyor, gelecek düşüncemizi nasıl dizayn ediyor, buna dikkat etmemiz şarttır. Tükenmişlik hali, depresif tavırdan kaynaklanan halsizlik enerjimizi kısıtlar. Bu kısıtlama beraberinde odaklanmamayı getirir (Phillips 2015, 212-215). Depresyonda hayata karşı zevk alamama duygusu ön plandadır. Tükenmişlik sendromunda hayata karşı mücadeleden vazgeçme söz konusudur. Her iki bozukluğun ortak noktası bireylerin kendine olan güvenin sarsılmasıdır. Zihin karışıklığı, olumsuz yersiz düşünceler, intihar düşünceleri tükenmişliğin depresyonun kriterleridir. Depresyonda olan bir hastanın sonunda tükenmişlik sendromunu yaşamaması olağan dışıdır. Depresyon fazla iş yükü, daha uzun çalışma saatlerine sahip olan ve riskli işlerde çalışanlarda görülür. Profesyonel olmayan bir yönetim anlayışı altında çalışan işçilerde tükenmişlik sendromu belirtileri gözlemlenir. İş ortamında arkadaşça olmayan, rekabete dayalı ilişkiler, mola vermeye uygun ortamların olmaması, yönetici kadronun gerçekçi olmayan beklentileri, iş ortamını güvensiz oluşu, yöneticilerin çalışanlara eşit davranmaması, çalışanların karar verme veya insiyatif kullanma yetkilerinin olmaması, her şeyi kusursuz yapma isteği, aşırı gelişmiş görev duygusu hem depresyonda hem de tükenmişlik görülür.

2.3. Tükenmişliğin Nörobiyolojisi

Tükenmişlik çalışma ortamı kaynaklı psikomatik sendromdur. Temel semptomları enerji kaybı, motivasyon eksikliği, negativist tutumdur. En çok görüldüğü meslekler sağlık çalışanları, eğitimci, bankacılar, emniyet güçleri. İşyerlerinde kronik stresin tükenmişliğe neden olduğu kanıtlanmıştır. Stresle ilgili diğer hastalık ve bozukluklarda görüldüğü üzere hipotalamus pituiter, adrenal bez HPA işlevlerinde olumsuz değişiklikler olduğu gözlemlenir. Strese bağlı tükenmişlikte sempatik adrenal medüller sistemde SAM duyarlıdır. Kalp damar sistemi, solunum sistemi ve bağışıklık sistemi stresten fazlasıyla etkilenmektedir (Sertöz 2008, 318-328). Tükenmişlik sendromu üç evreden oluşur. Birinci evrede; kişi kendini enerjik, aktif ve işe karşı hevesli hisseder. Yeniliklere açık ve kolay adaptasyon sağlar. İkinci evrede; birey zorluklarla başa çıkamaz. Birey karşılaştığı

problemleri tolere edemez duruma gelir. Birey daha sinirlidir. Bu noktadan sonra bireyin bağışıklığı etkilenir. Kişi stres hormonu olarak bilinen kortizol hormonunu tüketmeye başlamıştır. Tükenmişlik sendromu ikinci evresinde hormonal artış gözlemlenir. Adapte davranışta bozulmalar gözlemlenir. Üçüncü evrede birey artık tükenmişliği yaşamaktadır. Bitkinlik hali gözle görülecek boyuttadır. Bireyin iş yaşantısını etkiler. Hasta evliyse evliliği etkilenir. Adrenal yorgunlukla, tükenmişlik sendromu karıştırılamaz. Tükenmişlik sendromu, böbrek üstü bezi hormonların yapımında azalma ile ortaya çıkar. Tükenmişlik sendromunda şeker metabolizma bozulacağından kilo alma, kilo verme kas zayıflığı, diyabet görülür. Nörobiyolojik etkenlerin uyarı ile uykusuzluk ön plana çıkar. Kadınlarda östrojen azlığı ruh halini kötüleştirir. Kadınlarda östrojen seviyesinin azlığı enerji ve motivasyon eksikliğine neden olur. Kadınlar menopoza girerken östrojen seviyesi düşer. Kadınlarda böbrek üstü bezleri seks hormonların üretimini yavaşlatır. Kadınlarda tükenmişlik hissine neden olur. Boynun altındaki kelebek şeklinde küçük bir bez olan tiroit; kalp beyin, karaciğer, böbrekleri olmak üzere bedendeki bir çok organın işlevinde etkilidir. Tiroit bozuklukların görülmesinden sonra enerji yitimi, bitkinlik hali üst seviyededir. Kalp hastalıkları, kalp enfeksiyonları, akciğer hastalıkları, doğuştan kalp bozuklukları, kalp aritmisi, karaciğer hastalıkları halsizlik yapar. Bu bozukluklara bağlı olarak tükenmişlik hissi görülebilir. Kronik yorgunluk sendromu tükenmişlik sendromuna yakındır. Bir türlü geçmeyen virüsler bakteriler nörobiyolojik bozulmalara neden olur. Yorgunluğa neden olan, bitkinlik hissi yaratan her bozukluk tükenmişliğe sebep olur. Çeşitli hastalıklardan dolayı işini yapamayacak seviyeye gelen bireyler, ağrılarınıda bahane ederek işlevlerini kaybederler. Tükenmişliğin nörobiyolojisi hormon ve çeşitli hastalıklarla ilgilidir. Tükenmişliğin fiziki nedenleri psikolojiye etki eder. Davranışta, duygulanımda tükenmişliğin izlerine mutlaka rastlanır. Tükenmişlikte kişisel başarıda azalma görülür. Diğer insanlara karşı duyarsızlaşma vardır. Tükenmişlik sendromuna yakalanan birey kendini dahi düşünmekte güçlük yaşar. Birey sadece işine ve çevresine karşı işlevsiz değildir.

2.4. Siyasilerde ve Bürokratlarda Görülen Tükenmişlik Sendromu

İş yapma ve yapabilme yeteneği beyin olayıdır. Beyin her ne kadar biyolojik kimyasal fiziksel işlevlerle yaşamını sürdürse de, psikolojik etken en önemlisidir. İş yapabilme yeteneği psikolojik etkenlere bağlıdır. Siyasiler işleri gereği yoğun tempo altında çalışmaktadır. Siyasiler bu yoğun tempo içerisinde kendi ailesiyle ilgilenemez. Politikacıların mesai saatleri yirmi dört saat bir gündür, boş zamanları yoktur. Bireyler devamlı başarılı olmak zorundadır. Bireylerin sorumlulukları normal devlet memurundan çok daha fazladır. Bir siyasinin kendini iyi hissetmediği zaman partisini bırakıp gitme lüksü yoktur. Bu lüks olsa bile bazı çevrelerce iyi karşılanmaz. Türkiye Cumhuriyeti Dış İşleri Bakanını incelediğimiz zaman hemen hemen her dakikası doludur. Şahıs bütün ülkelerle diplomatik ilişkide bulunur. Ülkeye dış politikaya yön verir. Meclisteki vekiller yasaları düzenler ve yasaların çıkmasını sağlarlar. Yoğun tempoda çalışan siyasiler kilo kaybına uğrar. Politikacıların enerjilerinde düşüş yaşanması doğaldır. Siyasete ilk başlayan kişiyle, yirmi yıllık politikacının isteği aynı olmaz. Siyasetin getirmiş olduğu insan sağlığını bozucu etkenler siyasetçilerin hemen hepsinde gözlemlenir. Bunlar yüksek tansiyon, kas gerilmeleri, artık bu dünyada yapacağı görevlerin kalmadığı duygusu, mide hastalıkları, uyku ve yeme bozukluğudur.

Siyasiler güçlü karakterde olan bireylerdir. Bireyler siyasi hayatın sonlarına yaklaştıkça incinmeye açık hale gelir. Şahıslarda özgüvende azalma, ümitsizlik duyguları hakim olur. Sonlarına yaklaşılmış siyasi hayatlarda tükenmişlik görülür.

2.5. Tükenmişlik Sendromuna Yakalanan Bir Bürokratın ve Siyasetçinin Bir Kurumu Veya Kuruluşu İdare Edip Edemeyeceği

Bir devlet kurumu yasalarla, belirli kurallarla ve kişisel olmayan kararlarla yönetilir. Devlet kurumunun sağlıklı kararlar verebilmesi için sağlıklı bireylerin doğru konumlarda olması gerekir. Siyasetçinin bir partiyi meclisi yönetebilmesi için fiziki ve psikolojik olarak kendini iyi hissetmesi mecburidir. Ülkemizde kuruluşlar belirli bir disiplin içerisinde yönetilir. Yöneticinin işini tam eksiksiz yapması onun görevidir. Yüksek sesle konuşan, kızgınlıkla hareket eden bir bürokratın o kurumu yönetmesi düşünülemez. Bireyin idari vasıfları aynı zamanda karakteridir. İdarecilik,

sabır, özveri, güven, enerji isteyen bir iştir. İdare edebilme yeteneği herkesi kontrol etme kabiliyeti değildir. Sinirli bireylerin aldığı kararlarda sonuçta öfke doğuracaktır. Tükenmişlik sendromuna yakalanan bürokrat hem üst baskısı altında hem psikolojik baskı altında ülkenin herhangi bir kurumunu idare edemez. Bürokratın vereceği karar kendi kararı değil baskının kararı olacaktır. Tükenmişlik sendromunu yaşayan bir bireyin kuruluşların başında durması normal olmayacaktır. Ruh sağlığı yerinde olan bir yöneticinin, ruh sağlığı yerinde olmayan bir yöneticinin verdiği kararın yaptığı işin aynı olması beklenir bir durum değildir.

2.6. Siyaset Psikolojisi

Siyaset psikolojisi, çeşitli kuramları, yaklaşımları, nicel ve nitel araştırma yöntemleri kapsayan, uzun bir geçmişe ve geniş çalışma alanına sahip bir disiplindir. Psikoloji ve siyaset bilimi disiplinlerinden kesişimin den doğan bu bilim dalı siyasal davranış ve tutumları hem kitlesel ölçmekte hem de bireysel analiz düzeyinde incelemektedir. Siyaset Psikolojisi, en genel anlamda psikoloji bilimini kişilik, psikopatoloji, sosyal psikoloji, gelişim psikolojisi, bilişsel psikoloji ve gruplar arası ilişkiler üzerine teori ve araştırmalarla elde edilmiş bilgilerinin siyasi çalışmalar alanına uygulanmasıdır. Siyasi tutum ve davranış psikolojik süreçlerle daha iyi anlaşılmaktadır (Arslantürk 2017, 1). Siyaset psikolojisi, siyasal davranışın psikolojik nedenlerini ve sonuçlarını inceleyen bilim dalıdır. Ülkemizde henüz siyaset psikolojisi bilim olarak tanıtılmamıştır. Bireyin davranışı siyasal olduğu kadar doğuştan gelen kendi davranışı da olabilir. Bu iki ayrımın incelenmesi gereklidir. Siyaset psikolojisinin temeli felsefe, psikoloji, siyaset bilimi üzerinedir. Siyaset bilimi sosyoloji antropoloji yönetim biliminden yararlanır. Siyaset psikolojisi alanı ile uğraşan kişilere siyaset psikologu unvanı verilmez. Amerika Birleşik Devletlerinde bu unvan kullanılır. Türkiye Cumhuriyetinde siyaset psikolojisi henüz tanımlanmamıştır. Siyaset psikolojisi siyasayla ilgilenmez, siyasayı yapan ve uygulayan bireylerle ilgilenir. Siyaset psikolojisi, psikolojik kavramları ve siyaset kavramlarını kullanır. Belirli siyasal davranışların nedenlerini psikoloji biliminden yararlanarak analiz eder ve tespitte bulunur.

Devlet başkanları ve siyasi figüranlar bir politikayı uygularken hangi psikolojiyle karar verirler, bunun araştırmasını siyaset psikolojisi yapar. Liderler bir

millet adına karar verirken psikolojilerinin düzgün olması, millet adına yarar sağlar. Travmatik bir geçmişe sahip bir lider gelecekte devletini savaşa felakete götürebilir, hatta ülkesinde iç savaş çıkartır. Siyasilerin kişilikleri, inançları, tutumları, zihinsel süreçleri, motivasyonları, kültürel yaşantıları, sosyal etkileşimleri ülke yönetimindeyken, karar alma mekanizmasını etkiler. Bu davranışları neyi niçin yaptıklarını siyaset psikolojisi alanıyla anlamamız mümkündür. Siyasal gücün en önemli tezahürü, toplumun diğer bütün bireyleri, kurumları ve kurallarının üzerinde en güçlü etki ve yetkiyle donatılması yönetim ve bunlarla ilgili kanunlara sahip olan devletle ortaya çıkmaktadır (Gevırth 2011, 349). Bireyi analiz etmek için iki özellik çok önemlidir; birincisi insanların dünyasını anlamaya çalışırsınız, ikincisi duygularını tatmin edici kararların altında hangi psikolojik süreçler yatıyor bunu öğrenmeniz gerekir. Anlama ve tatmin etme duygularından siyasetçinin karakterini çözmeniz doğaldır. Siyasetçinin iç ve dış dünyası farklıdır. Karşınızdaki siyasetçinin öfke davranışını görebilirsiniz. Bu öfkeyi neden sergilediğini anlayamazsınız. Bunun için psikoloji bilimi siyasetle iç içe geçmiştir. Bir şahısla tanışırken mesleğine ilişkin bir bilgimiz yoktur. Bir siyasetçiyle tanışırken siyasal şahıs kavramı beynimizde öncelikli yer tutacaktır. Siyasal şahısların göz önünde olması onlar için dezavantajdır. 'Siyasal varlık mükemmel ve kusursuz olur' anlayışı ülkemizde yaygın bir düşüncedir. Siyasetçi hata yapar çünkü insandır. Siyasal şahsında aile yaşantısı özel hayatı vardır. Kişiliğin siyasal davranış üzerindeki etkisi, siyasal davranış açısından önemlidir. Siyasetçilerin psikolojisi psikoanalitik yaklaşımlarla açıklığa kavuşur. Psikoanalitik yaklaşımla siyasetçilerin geçirmiş olduğu çocukluk ergenlik ve gençlik dönemlerini rahatlıkla analiz edebilir. Her siyasetçinin güç ihtiyacı vardır. Başkaları üzerinde nüfuz kurmak istemektedir. Siyasi herkesi kontrol etmek istemektedir. Siyasi konumlarına göre sahip oldukları gücü sonuna kadar kullanmaktan çekinmeyebilirler. Siyaset psikolojisi şahısları incelemektedir, siyaset sosyolojisi toplumları incelemektedir. Kişilik ve siyaset birbirinden farklı olsa da, birbirini tamamlayan kavramlardır. Siyasi liderlerin siyasal gerekçeyle işlemiş oldukları zulümlerin arkasında kişilik bozuklukları ortaya çıkabilir.

Erikson ve Freud psikanalize önemli katkılarda bulunmuştur. Siyaset ve siyasal liderlere büyük ilgi duyan erikson, kişilik ve kimlik gelişimi üzerinde çok önemli çalışmalar yapmıştır. Egonun çocukluk devresinden sonra bile büyümeye

devam ettiğini ve toplumun kişilik üzerinde önemli katkısı olduğunu savunmuştur. Erikson, Mahatma Gandhi (1969) ve Martin Luther (1958) ile ilgili çalışmalarda bulunmuştur (Özler 2014, 17). Filozoflar ve psikologlar siyasal şahısları incelerken psikoanalitik yaklaşımını kullanırlar. Analiz sırasında psikobiyografiden yararlanırlar. Psikobiyografiler genellikle, liderin çocukluktan yetişkinliğe kadar olan kişisel, sosyal, siyasal yönünü inceler. Yüksek kalitedeki çalışmalara en iyi örnek Woodrow Wilson ilgili incelemedir. Siyasette kişilik üzerine yapılan analitik çalışmalar psikopatoloji üzerinde odaklanmakta ve derinlemesine incelenmektedir. Genellikle siyaset yapan kişilerin paranoya, saldırganlık, narsisizm duyguları içerisinde olduğu kanıtlanmıştır. Joseph Stalin ve Adolf Hitler bunun en açık örnekleridir. Hitler döneminde Almanya'nın saldırganlık politikası izlemesi aslında hitlerin karakterindeki saldırganlığı devlete yansıtmaktaydı. Adolf sadece saldırganlığını devlete yansıtması o dönemde yeni nesil alman gençliği de nasibini almıştır. Bu gün alman gençliğinin cami kundaklaması Adolf'un eseridir. Bir bireyin çocukluktan gençliğe kadar yaşamış olduğu hayat bir milletin kaderini etkilemiştir. Otoriteryen kişilik sendromunda, yabancı düşmanlığı, iç görü yoksunluğu, kalıp yargılar, katı düşünme tarzı, belirsizliğe karşı tahammülsüzlük, yıkıcılık, kabullenmeme, idealizm, tutuculuk, sinirlilik gözlemlenir. Bu tip şahıslar güç ve sertliğe önem verir.

Teorisyenler etnosentrizmi, faşizmi siyasal muhafazakârlıkla yakından ilişkili olarak açıklarlar. Teorisyenlerin en büyük hatası budur. Faşizm, etnosentrizm liderin şahsi yaptığı işler sonucu ülke politikasında kendine yer bulur. Siyasal muhafazakarlık kültürle ilişkilidir. Siyasiler ego tatminiyle uğraşan varlıklardır. ABD'li hayalet diplomat Henry Kissinger, bir profösör olarak tarihin kişisel olmayan güçler tarafından yönetildiğini fakat kişiliklerin ön plana çıktığını belirtir. Harold Lasswell 1930 yılında ilk kez politika ve psikoloji ilişkilendirmiştir. Bireylerin içsel yaşantılarının politik hayata yansıdığını belirtir. Psikopatolojilerin lider davranışıyla ilişkisini ilk kez ortaya koymuştur. Alexandır George liderlerin taktileri ve hedefleri olduğunun bunun için riskler aldıklarını araştırmıştır. Fred Greenstein kişilik özellikleri güçlü olan siyasetçiler ayakta kalır ve diğerlerini yok eder analizinde bulunmuştur. James David Barber siyasetçinin kişiliğinin ailede, dini kurumlarda, okullarda küçüklükten şekillendiğini belirtir. Lloyd Etheredge içe kapanık liderlerin

iyi kötü, doğru yanlış gibi kesin bloklar olduğunu belirtir. Dışa dönük liderlerin ise dikta, inatçı, baskın karakterler olduğunu ileri sürer. Margaret Hermann içgüdülerin siyasette politika yarattığı kanısındadır. Dean Keith Simonton başarılı bir siyasetçide bulunması gereken özellikleri belirtir. Beceri, karizma, odaklanma, yaratıcılık, yenilikçilik bir liderde bulunur. Thomas Preston politika yapma sürecine katılım, hoşgörü, liderlik etme güdüsü, bilgiyi yönetmek, çatışmaları çözmek gibi özelliklerin üzerinde durur.

Siyasetçi yönlendirici politika üreten liderdir, bürokrat idareci liderdir. Siyasetçi aktif bağımsızdır, bürokrat aktif bağımlıdır. Siyasetçi yoruma açık uzlaşmacıdır, bürokrat devletin yasalarını ve görevlerini yerine getirir. Politikacı dönüştürücü yenilikçidir, bürokrat dönüştüremez yenlilik yapamaz. Siyasetçi fırsatçıdır, bürokrat ketumdur. Siyasetçi güce ihtiyaç duyar, bürokrat gücün emrindedir. Bürokrasinin psikolojisi emir alma üzerine kurulmuştur. Siyasetçinin ruh sağlığı bozuk olabilir, kişilik bozukluğu olabilir, bunu siyasaya yansıtır. Bürokratın şahsi kararı yoktur. Bürokrat yapması gerekeni yapar.

Psikologlar insanların davranışlarını duygularını incelerken mutlaka mesleklerini de incelerler. İnsan davranışlarına yaptığı meslekler katkıda bulunur. Kişilik siyasetçinin kararlarını nasıl etkilerse, politikada siyasetçinin kişiliğini etkileyebilmektedir. Tükenmişlik sendromu siyasetçinin üzerindeyse politikası da tükenmişlik üzerine olur.

Narsist şahıslar kendileriyle aşırı ilgilenirler diğer insanların gereksinimleri ve deneyimleriyle empati kuramazlar, diğer insanları anlayamazlar. Narsisizm çocuklukta yaşanan, ihmal ve ilgisizlikten kaynaklanan yetersizlik ve aşağılık duygularının aşırı düzeyde telafi edilmemesinden kaynaklanır. Bencil anne baba çocuğu ihmal eder, çocuğun psikolojik ihtiyaçlarına cevap vermez. Değersiz olan çocuk büyüdüğünde öfkesini ve bencilliğini bütün insanlara yansıtır. Çocukluk döneminde dışlanmışlık hissini, büyüdüğünde başkalarının fikirlerini dışlayarak tatmin eder. Siyasilerin saldırganlık şiddet davranışlarını göstermesi doğal değildir. Saldırganlık davranışı çocuklukta yaşanılan kalıntıların eseridir. Normal bir süreç geçiren bireyler depresif paranoya olmazlar. Siyasi tavırlar anlık ortaya çıkmaz. Siyasi tavırlar üzerinde geçmişi taşır. Siyasiler egolarını yönettikleri sürece kendini

ve milletini yönetir. Siyasetçi inandığı davayı sonuna kadar savunur. Politikacı bilinçlerde karışıklık yaratmaz. Politikacının zihni karışık olursa üreteceği siyasada karışık olur. Politikacı varsayımlar üzerinden hareket etmez. Bürokratın düşüncesi önemli değildir. Bürokrasinin üreteceği siyasa yoktur. Bu yüzden bürokratlar siyasetçilerden bu konuda daha rahattır. Siyasi figürlerin bir çoğu kendine bir idol seçer. Hangi ideolojiyi benimsemiş ise o ideolojide lider olmuş şahısları kendilerine örnek alırlar.

Siyasilerin siyasal hayatları dışındaki hayatları gayet normaldir. Ailelerine karşı sorumluluklarını yerine getirirler. Hiçbir aktif siyasetçinin geçim sıkıntısı yoktur. Normal hayat şartlarında ekonomiden kaynaklı psikolojilerinin bozulması beklenemez. Siyasilerin Meclis bütçesinden faydalandığını ve normal günlük hayatlarında bile bu imkânı kullandığını biliyoruz. Siyasetçiler çevrelerine sevecen görünürler. Politikacının kafasında kalıp yargılar vardır fakat bunu insanlara belli etmezler. Politikacıların iki tür davranışı vardır. Birincisi siyasi davranış doğal olan, ikincisi insanlara yaklaşımı doğal olmayan. Ailesinden şiddet gören siyasetçinin politikada şiddet göstermemesi beklenemez. Kişilik çalışmalarının önemli sonuçlar vermesi için pisko tarih ve pisko biyografi alanlarının kullanılması gerekir. Freud'a göre; bütün insanlar id ego ve süper ego ile doğar. Freud'a göre id bizim içimizdeki çocuktur. Bu çocuk sadece zevklerine anlık hazlara odaklanır. Siyasetçide politikada id dönemini yeniden yaşar. Politikacı sadece kendi isteklerine odaklanır. Politikacılar tatmin prensiplerini her zaman uygular. (Houngton 2015, 102-103).

İnsan sonraki yıllarda büyür ve gelişir. Dünya ile daha fazla etkileşime girer. Bu dönem gerçeklik prensibi olarak adlandırılır. Ego diğer insanların ihtiyaçlarına daha fazla önem verir. Egonun görevi id'in ihtiyacını karşılamakla birlikte, süper ego ve id arasındaki dengeyi kurmaktır. Süper ego ise ahlakı temsil eder. Süper ego doğru yanlış ayrımını yapar. Politikacılar süper egoyu fazla kullanmazlar. Freud egonun en güçlü enstrüman olduğunu kanıtlar. İd çok güçlü bir hale gelirse, düşüncesiz davranışlar insanların hayatını ve kararlarını yönlendirecektir. Süper ego çok güçlü olursa, katı kişilik yapısı karşımıza çıkar. Ego'nun görevi psikolojik çatışmaları yaratabilen id ve süper egoyu dizginlemektir. İd bir nevi omuzdaki şeytan görevi yapar. Süper ego ise diğer omuzdaki melek görevi yapar. Kararlarımızı

alırken id'in istediğini yapabiliriz veya süper ego'nun istediğini yapabiliriz. Her ikisinde de alınan kararlar ölçüsüz olacaktır. Bunun için ego ortak bir karar almamıza yardımcı olur. İd siyasette diktatör yaratır. Süper ego politikada muhafazakâr kısmın oluşumunda etkilidir. Ego ise ideal olanı yaratır. İd'in istekleri patolojiktir. Kişiyi de patolojik hale getirir. İd'in oluşumunda tercih yoktur, istekler vardır. Liderler psikolojik süreçten geçerken ego ya mutlak ihtiyaç duyarlar. Liderlerin karar alma mekanizması ego altında gerçekleşir. Liderlerin davranışlarını, duygularını yöneten içgüdü var olma mücadelesidir. Var olmak sosyolojik bir olgu olduğu kadar, psikolojik olgunun ta kendisidir. Çocukluk yıllarında yaşamalarına rağmen aile içinde var olamayan şahıslar ileride siyasette çok etkin hale gelirler. Siyasetçilerin siyasetten sonra hayatları yoktur. Siyasetçi tamda bu zaman diliminde tükenmişliği yaşar.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1.Araştırmanın Amacı

Yapılan çalışmanın amacı ülkemizdeki bürokrat ve siyasilerde oluşabilecek veya oluşan depresyon halini ve tükenmişlik halini bilimsel testler ile inceleyip analiz etmektir. Araştırma sadece 2000 ve 2017 arasında aktif görevde bulunmuş kişileri kapsar. Çalışma ülke sınırları içerisinde 7 ayrı bölgede yapılmıştır. Çalışma yapılırken objektif tarafsız olmasına dikkat edilmiştir. 7 bölgede bulunan aktif bürokrat ve siyasilerin depresif tavırlarının öğrenilmesi amaç edinilmiştir. Bu kişilerin depresif tavır yanında tükenmişliğe yakalanıp yakalanmadığı incelenmiştir. Tükenmişlik ile ilgili çıkarımda bulunurken cinsiyet göz ardı edilmemiştir. Bürokrat ve siyasilerde kadın erkek kotası yoktur. Tükenmişlik sendromu araştırılırken yaş kotasına önem verilmiştir. Tükenmişlik ölçeği analizinde medeni durum karşılaştırmaları yapılmıştır. Eğitim düzeyleri incelenmiştir. Siyasi ve bürokratların 15 Temmuz günü ruh hali incelenmiştir. Bunun yapılmasının amacı çalışma darbe girişiminden sonra uygulanmıştır. Siyasi ve bürokratların psikolojisinin bu olaydan etkilenmemesi imkansızdır. Beck depresyon ölçeği kullanılırken duyarsızlaşma, duygusal tükenme , kişisel başarı seviyeleri araştırmaya dahil edilmiştir. Maslach tükenmişlik ölçeği kullanılırken duygusal ölçümde cinsiyet verileri ayrı bir şekilde nitelendirilmiştir. Maslach tükenmişlik ölçeğinde yaş kotasına göre duygusal tükenme duyarsızlaşma kişisel başarı değişkenleri farklı şekilde analize tabi olmuştur. Araştırmanın amacı ülkeyi yöneten bir grup insanın davranışlarının normal olup olmadığıdır. Bireylerin ruh hallerinin ülkeyi yönetebilecek kapasitelerinin olup olmadığının sorgulanmasıdır. Bireylerin ruh halleri analiz edilirken sosyodemografileri ele alınmıştır. Bireylerin psikolojilerini bazen aile hayatları bazen eğitim seviyeleri bazen medeni durumları belirler.

3.2. Araştırmanın Önemi

Bu çalışma psikotarih, siyaset psikolojisi, psikobiyografi alanına ışık tutacaktır. Bu çalışma bilim tarihi açısından önemlidir. Türkiye devletinde ilk defa

aktif siyasetçi ve bürokratlara birebir görüşme yöntemi ile test uygulanmıştır. Türkiye Cumhuriyetinde buna benzer gerçekleştirilmiş çalışma yoktur. Türkiye'deki aktif olarak görev yapan bürokrasinin depresyon durumu tükenmişlik hali araştırılmıştır. Ülkemizde vatandaşların depresyon düzeylerini rahatlıkla ölçebiliyoruz. Bu araştırmada vatandaşların veya başka meslek gruplarının yerine Ülkeye yön veren yöneticilerin depresyon seviyeleri ölçülmüştür. Araştırma tarih açısından darbe girişimi sonrası yapılmıştır. Bir yöneticinin psikolojisi ele alındığı gibi aynı zamanda ülke yönetiminin de hangi ruh sağlığı ile yönetildiği ortaya konmuştur. Türk tarihi açısından yöneticilerin ruh sağlığı devletlerin yönünü belirlemiştir. Araştırmanın 2000 -2017 yılları arasında güncel olarak yapılması bilim açısından ayrı bir öneme sahiptir. Bu çalışma TBMM'de ve aktif makamlarda yapılmıştır. Bu çalışma ile birlikte geçmişteki siyasetçilerin psikolojisi ile bu günün siyasetçilerinin duyguları davranışları karşılaştırılabilir. Türkiye Cumhuriyetinin geçmiş onyedi yılına ışık tutacak bir psikotarih siyaset psikolojisi çalışmasıdır. Bu çalışma siyasetçilerin ve bürokratların davranışlarının nedenlerini de istatistik olarak vermiştir. Çalışma hem aktif siyasetçilerin hem de görevde bulunan bürokratların tükenmişlik halini bilimsel yöntemle açığa çıkartmıştır. Çalışma gözle yolu ile yapılmamıştır. Bilimsel veri toplama araçlarıyla şeffaflık ve kanıtlanabilirlik sağlanmıştır. Ülkemizde yapılan birebir gözlem yoluna başvurularak uygulanan testler sırasında siyasetçilerin davranışları duyguları da testlerin geçerliliği açısından bize yardımcı olmuştur. Ülkemizde tabu olan cinsellik ile ilgili ilk kez sorular sorulmuştur. Cinsellikle ilgili sorular sorulması örnek teşkil edebilecek araştırma vasfıdır.

3.3.Araştırmanın Problemi

Araştırma Türkiye Cumhuriyeti olağan üstü hal koşullarında yapılmıştır. Olağan üstü hal durumlarında devlet tamamen kendi içine kapanıktır. Siyasiler ve bürokratlar kendilerine özgü kişisel bilgileri paylaşmazlar. Bu şartlarda araştırmanın yapılması zordur. Araştırma TBMM'de, Bakanlıklarda, İl ve ilçe belediyelerinde, Kamu kurum ve kuruluşlarında yapılmıştır. Her kurumdan izin almak tabi ki olanaksızdır. Türkiye de olağan üstü hal olduğu için, kurumlar ve şahıslar çekingenlik göstermektedir. Bu araştırma Türkiye'nin yedi bölgesine uygulanmış bir

çalışmadır. Türkiye Cumhuriyetinde devlet prensipleri ön planda yer alır. OHAL çerçevesinde makamlara güvenlik açısından oldukça zordur. Türkiye de ki bürokrat ve siyasilerin kişisel bilgilerinin alınması devlet gizliliğine aykırıdır. Bu araştırmanın gerçekleştirilmesi büyük bir başarıdır. Güvenlik için adres TBMM, il ve ilçe belediyeleri olarak merkez adresler gösterilmiştir. Bu kurala uymayan kendine güvenen bürokrat ve siyasiler kendi resmi ikamet adreslerini yazmışlardır. Araştırma yapılırken konu ile ilgili kaynak sıkıntısı yaşanmıştır.

Ülkemize siyaset psikolojisi alanında makale azdır. Daha önce birebir uygulamalı bir çalışma yapılmamıştır. Siyasetçi ve bürokratların konuyu anlayabilmesi ve tereddütte kalmaması için aydınlatılmış onam formu verilmiştir. Bir diğer problem ise vekillerin şehirlere göre dağılımıdır. Marmara bölgesi ve Karadeniz bölgesi vekil olarak kapasitenin büyük çoğunluğunu oluşturmaktadır. Çalışma devam ederken kişilerin günlük psikolojisi; sinirlilik durumu, neşeli olma hali, kızgın olması testleri uygularken önemli etkenler arasındadır. Parti teşkilatları ve bazı kurumlar yazılı izin beyanında bulunmuşlardır. Bürokratik yapı yazılı izin beyanı dışında, sözlü emirle hareket etmiştir. Bir kurumun başında bulunan bürokrat kuruma zarar geleceği düşüncesiyle testleri yapmayı kabul etmemiştir. Güvenlik gerekçe gösterilerek bazı vekiller çalışmaya katılmamıştır. Parti başkanlarına testler uygulanırken bilgilerinin paylaşılmayacağına dair noter onaylı belge sunulmuştur. Bu belgeye göre hiçbir birey şahısların bilgilerini paylaşamaz.

3.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak anketler kullanılmıştır (Kaya, Özhan 2012, 118). Bilgiler elde edilirken şahıslarla direk temas kurulmuş herhangi bir iletişim aracı kullanılmamıştır. Çalışmanın sağlığı ve geçerliliği açısından testler bire bir uygulanmıştır. Toplantılarda gözlem, medyadan çıkarımlar yapılmamıştır. Çalışma kanıtlanabilirlik ve şeffaflık açısından bilimde uluslararası geçerliliği olan ölçeklerle yapılmıştır. Katılımcılara Sosyodemografik bilgi formu, Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ), Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ) verilmiştir. Ölçeklerin yanı sıra içerisinde çalışmayla ilgili genel bilgilendirme bulunan ve güvenlik açısından tatmin edici aydıntılmış onam formu verilmiştir. Aydınlatılmış onamda formunda isim,

imza, görev, adres, telefon numarası ve ek olarak şahsa bağlı genel görüş bilgileri yer alır.

3.4.1.Sosyodemografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından Ek-1'de sunulmuş olan kişisel bilgi formu 6 sorudan oluşmaktadır. Bu formda katılımcının yaşı, cinsiyeti, eğitim durumu, yaşamını geçirdiği yerleşim yeri, medeni durumu, '15 Temmuz' günü ruh halinin nasıl olduğunu içeren sorular bulunmaktadır.

3.4.2. Beck Depresyon Ölçeği

Beck depresyon ölçeği depresyon düzeyini ölçekmektedir. Beck depresyon ölçeğinde zaman sınırlaması yoktur. Beck depresyon ölçeği 21 sorudan oluşmaktadır: 1.Duygu Durumu 2.Kötümserlik 3.Başarısızlık Duyumu 4.Suçluluk Duygusu 5.Cezalandırılma Durumu 6.Doyumsuzluk 7.Kendinden Nefret Etme 8.Kendini Suçlama 9.Kendini Cezalandırma Arzusu 10.Ağlama Nöbetleri 11.Sinirlilik 12.Sosyal İçedönüklülük 13.Kararsızlık 14.Bedensel İmge 15.Çalışabilirliğin Ketlenmesi 16.Uyku Bozuklukları 17.Yorgunluk 18.İştahın Azalması 19.Kilo Kaybı 20.Somatik Yakınmalar 21.Cinsel Dürtü Kaybı. Depresyonun minimal, hafif, orta, şiddetli seviyelerini ölçmekte ve belirlemektedir.

3.4.3. Maslach Tükenmişlik Ölçeği

Maslach Tükenmişlik Ölçeği, Masclah ve Jackson (1981) tarafından geliştirilmiştir. Maslach adıyla literatüre 'maslach tükenmişlik ölçeği' olarak geçmiştir. Maslach Tükenmişlik Ölçeği, 22 madde ve üç alt ölçekten oluşmaktadır. Bu alt ölçeklerden duygusal tükenme 9 maddeden, duyarsızlaşma 5 maddeden ve kişisel başarı 8 maddeden oluşmaktadır. (Çapri 2006, 67).

Maslach Tükenmişlik Ölçek, insanlara doğrudan hizmet vermeyi amaçlayan mesleklerdeki kişilerde tükenmişliği ölçmek için oluşturulmuştur (Baysal 1995, 92). Duygusal tükenme ve duyarsızlaşma ile ilgili sorular olumsuz, kişisel başarı ile ilgili ifadeler ise olumlu cümlelerden oluşmaktadır (Ersoy, Utku 2005, 47).

Duygusal Alt boyutu 1,2,3,6,8,13,16,20' maddeler; duyarsızlaşmayı 5,10,11,15,21,22' maddeler, kişisel başarıyı 4,7,9,12,14,17,18,19' maddeler ifade etmektedir. Duygusal tükenme alt boyutunda 30 ve üzeri puanlar tükenmişlik olarak kabul edilmekte, elde edilen puanlar 19-29 arasında değişiyor ise orta, 8-18 arasında ise düşük düzeyde kabul edilmiştir. Duyarsızlaşma, alt boyutunda 23 ve üzeri puanlar tükenmişlik olarak kabul edilmekte, elde edilen puanlar 15-22 arasında değişiyor ise orta, 6-14 arasında ise düşük düzeyde kabul edilmiştir. Kişisel başarı alt boyutunda ise 30 ve üzeri puanlar yüksek tükenmişlik olarak kabul edilmekte, elde edilen puanlar 19-29 arasında değişiyor ise orta, 8-18 arasında ise düşük düzeyde kabul edilmiştir (Oruç 2007, 48).

3.4.4.Aydınlatılmış Onam

Araştırmacı tarafından katılımcılara anket sorularının tamamen bilimsel amaçla düzenlendiğini ve yöneltildiğini belirtmek amacıyla aydınlatılmış onam verilmiştir. Aydınlatılmış onam formunda katılımcıların isimleri, görevi, telefon numarası, adresleri yer almaktadır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Yaş istatistiği yapılırken 35 yaş altı ve 35 yaş ve üstü olarak hesaplanmıştır. Yaşanılan bölgeler; sahil kesimleri ve iç kesimler olmak üzere incelenmiştir. Katılımcıların eğitim düzeyleri lise ve altı –lisans ve üstü olarak incelenmiştir.

4.1. Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması

Siyasetçi ve bürokratların cinsiyetlerine ve yaşlarına göre inceleme yapılmıştır. Politikacı ve bürokratların medeni durumları ve eğitim düzeyleri yüzde olarak hesaplanmıştır. Siyasetçi ve bürokratlara 15 Temmuz günü ruh hallerinin ne yönde etkilendiği sorulmuştur. Katılımcılara beck depresyon ölçeği yöneltilmiştir. Katılımcılara maslach tükenmişlik ölçeği yöneltilmiştir. Depresyon analizinde duygusal tükenme duyarsızlaşma kişisel başarı analizleri yapılmıştır. Beck depresyon ölçeğinde kadın erkek oranları karşılaştırılmıştır. Beck depresyon ölçeğinde medeni durum ölçekpuanı araştırması yapılmıştır. Depresyon ölçeği puanı eğitim düzeyleri incelenmiştir. Maslach tükenmişlik ölçeğinde duygusal tükenme duyarsızlaşma kişisel başarı ölçeği puan araştırması yapılmıştır. Maslach tükenmişlik ölçeğinde yaş kriterleri, medeni durum ve eğitim düzeyleri ele alınmıştır.

Tablo 1. Katılımcıların demografik özelliklere göre dağılımları.

Değişkenler	Grup	F	%
Cinsiyet	Kadın	14	26,9
	Erkek	38	73,1
	Toplam	**52**	**100,0**
Yaş	35 yaş altı	17	32,7
	35 yaş ve üstü	35	67,3
	Toplam	**52**	**100,0**
Coğrafi Bölge	Sahiller	44	84,6
	İç Kesim	8	15,4
	Toplam	**52**	**100,0**
Medeni Durum	Evli	38	73,1
	Bekar	14	26,9
	Toplam	**52**	**100,0**
Eğitim Düzeyi	Lise ve altı	28	53,8
	Lisans ve üstü	24	46,2
	Toplam	**52**	**100,0**

Bu çalışmada yer alan toplam 52 katılımcının % 26,9' kadın ve % 73,1'i erkektir. Katılımcıların % 32,7'si 35 yaş altında ve % 67,3 35 yaş üstü grupta yer almaktadır. Yine katılımcıların % 84,6'sı Ege, Akdeniz ve Karadeniz sahillerinde yer alan sahilleri ve %15,44'iç kesimlerde yer alan illerdendir. Katılımcıların %73,1'i evli ve %26,9'u bekardır. Yine, % 53,8'i lise ve altı seviyede ve % 46,2'si lisans ve daha üstü seviyede eğitimlidir (Tablo 1).

Tablo 2. Erkek ve kadın parlamenter ve bürokratların depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılması.

Değişken	t		Z	P
	Erkek	**Kadın**		
Beck Depresyon puanı	6,0 (0-17,25)	13,0 (6,5-33,25)	-1,734	,083
Duygusal Tükenmişlik	5,0 (3,0-8,0)	4,5 (3,0-9,5)	-,146	,884
Duyarsızlaşma puanı	12,0 (8,0-18,25)	12,5 (9,75-17,0)	-,538	,590
Kişisel Başarı	23,5 (18,0-26,0)	20,5 (18,0-22,25)	-2,181	,029*

*p<0.05**.** **p<0.01**.**

Depresyon değeri kadınlarda matematiksel olarak daha büyük olsada, erkek ve kadınlar arasında anlamlı farklılık yoktur. Tükenmişlik ölçeği duygusal tükenmişlik ve duyarsızlaşma alt boyutlarında cinsiyete bağlı farklılaşma görülmemektedir. Sadece Kişisel başarı bakımından erkek ve kadınlar arasında anlamlı farklılık vardır (Tablo 2).

Tablo 3. Parlamenter ve bürokratların yaş gruplarına göre depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılması.

Değişken	t		z	P
	35 yaş Altı	**35 Yaş ve Yukarısı**		
Beck Depresyon puanı	13,0 (7,0-29,5)	6,0 (0-15,0)	-2,454	**,014****
Duygusal Tükenmişlik	7,0 (3,5-9,5)	4,0 (3,0-8,0)	-1,302	,193
Duyarsızlaşma	16,0 (11,0-19,5)	11,0 (8,0-15,0)	-2,076	**,038***
Kişisel Başarı	21,0 (18,0-26,5)	22,0 (18,0-26,0)	-,373	,709

*p<0.05**.** **p<0.01**.**

Depresyon değeri 35 yaş altı katılımcılarda 35 yaş ve yukarısı gruptan anlamlı düzeyde daha büyüktür (p<0.01). Tükenmişlik ölçeği duygusal tükenmişlik ve kişisel başarı alt boyutlarında yaşa bağlı farklılaşma görülmemektedir. Sadece duyarsızlaşma alt boyutu bakımından iki yaş grubu arasında 35 yaş ve yukarısı grubun lehine anlamlı farklılık vardır (Tablo 3).

Tablo 4. Parlamenter ve bürokratların sahil ve iç kesimlerdeki illerden gelme durumlarına göre depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılması.

Değişken	t		Z	p
	Sahil Bölgeleri	**İç Kesimler**		
Beck Depresyon puanı	10,0 (4,0-19,5)	3,0 (0-24,0)	-1,327	,184
Duygusal Tükenmişlik	5,0 (3,0-8,75)	3,5 (3,0-5,0)	-1,052	,293
Duyarsızlaşma	12,5 (9,25-17,75)	10,0 (6,5-11,75)	-1,655	,098
Kişisel Başarı	21,5 (18,0-24,0)	26,0 (25,25-26,75)	-2,528	**,011****

*p<0.05**.** **p<0.01**.**

Depresyon değeri ile tükenmişlik ölçeği duygusal tükenmişlik ve duyarsızlaşma alt boyutlarında sahil ve iç kesimlerden olmaya bağlı farklılaşma görülmemektedir. Sadece kişisel başarı alt boyutu bakımından iki grup arasında iç kesimlerden olanların lehine anlamlı farklılık vardır (Tablo 4).

Tablo 5. Parlamenter ve bürokratların medeni durumlarına göre depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılması.

Değişken	t		Z	P
	Evli	**Bekar**		
Beck Depresyon puanı	9,5 (2,5-17,25)	7,0 (0-27,25)	-,135	,893
Duygusal Tükenmişlik	5,0 (3,0-8,0)	4,5 (3,0-9,25)	-,355	,723
Duyarsızlaşma	12,0 (9,75,-17,25)	11,0 (8,0-17,5)	-,549	,583
Kişisel Başarı	22,0 (18,0-26,0)	23,0 (17,5-26,25)	-,114	,909

Depresyon ve tükenmişlik ölçeği alt boyutlarında farklılaşmanın olmadığını göstermektedir (Tablo 5).

Tablo 6. Parlementer ve bürokratların eğitim düzeylerine göre depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılması.

Değişken	t		Z	P
	Lise ve Altı	**Lisans ve Üstü**		
Beck Depresyon puanı	13,5 (4,0-55,75)	5,5 (0-9,75)	-2,577	**,010****
Duygusal Tükenmişlik	7,0 (3,25-10,5)	4,0 (3,0-5,75)	-2,376	**,017***
Duyarsızlaşma	12,5 (8,25-24,0)	12,0 (10,0-14,75)	-1,115	,265
Kişisel Başarı	20,0 (18,0-23,0)	25,0 (22,0-26,0)	-3,197	**,001****

Eğitim seviyesi düşük katılımcılarda depresyon ve tükenmişlik düzeyi yüksek iken kişisel başarı düşmektedir. Eğitim seviyesi yüksek katılımcılarda ise, tam tersi depresyon ve tükenmişlik düzeyi düşük iken kişisel başarı artmaktadır (Tablo 6).

Tablo 7. Erkek ve kadın parlamenter ve bürokratların '15 Temmuz' olayından etkilenme düzeylerinin dağılımı.

Cinsiyet	"15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?"					X^2	sd	P
	Çok kötü	Kötü	Biraz	Etkilemedi	Toplam			
Kadın	11 **(%78,57)**	1 **(%7,14)**	0 **(%0,00)**	2 **(%14,29)**	14 **(%100,0)**	14,770	3	,002**
Erkek	8 **(%21,05)**	13 **(%34,21)**	2 **(%5,26)**	15 **(%39,47)**	38 **(%100,0)**			
Toplam	19 **(%36,54)**	14 **(%26,92)**	2 **(%3,85)**	17 **(%32,69)**	52 **(%100,0)**			

**p<0,01

"15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?" sorusuna kadınların % 78,57'si ve erkeklerin % 21,05'i "çok kötü" olarak nitelerken kadınların % 7,14'ü ve erkeklerin % 34,21'i "kötü" şeklinde tanımlamıştır. Aynı soruya kadınların % 14,29'u ve erkeklerin % 39,47'si "etkilenmedik" yanıtını vermiştir. Cinsiyet gözetmeksizin "15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?" sorusuna verilen kötü ve çok kötü seçeneği % 63,46 gibi yüksek bir orana ulaşmaktadır. Erkek ve kadınlar arasında "15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?" sorusuna verilen yanıtların oranları anlamlı düzeyde (p>0.01) farklıdır. Erkek ve kadın katılımcıların "15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?" sorusuna ilişkin algıları farklılaşmaktadır (Tablo 7).

Tablo 8. 35 yaş altı ile 35 yaş ve üstü parlamenter ve bürokratların ”15 Temmuz” olayından etkilenme düzeylerinin dağılımı.

Değişken	“15 Temmuz” olayı sizi nasıl etkiledi?”					X^2	sd	P
	Çok kötü	Kötü	Biraz	Etkilemedi	Toplam			
35 Yaş Altı	10 (%58,82)	5 (%29,41)	0 (%0,00)	2 (% 11,76)	17 (% 100,0)	7,846	3	,049*
35 Yaş Üstü	9 (%25,71)	9 (%25,71)	2 (%5,71)	15 (% 42,86)	35 (%100,0)			
Toplam	19 (% 36,54)	14 (%26,92)	2 (%3,85)	17 (% 32,69)	52 (%100,0)			

*p<0.05

“15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?” sorusuna 35 yaş altı katılımcıların % 58,82’si ve 35 yaş üstü katılımcıların % 25,71’i “çok kötü” olarak nitelerken 35 yaş altı grubun % 29,41’i. ve 35 yaş üstü grubun % 25,71 “kötü” şeklinde tanımlamıştır. Aynı soruya 35 yaş altı katılımcıların % 14,29’u ve 35 yaş üstü katılımcıların % 39,47’si “Etkilenmedik” yanıtını vermiştir. Katılımcıların 35 yaş altı ve üstü grupları arasında “15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?” sorusuna verilen yanıtların oranları anlamlı düzeyde (p>0.05) farklıdır. “15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?” sorusuna ilişkin 35 yaş altı ve üstü grupların algıları farklılaşmaktadır (Tablo 8).

Tablo 9. Parlamenter ve bürokratların sahil ve iç kesimlerdeki illerden gelme durumlarına göre ”15 Temmuz” olayından etkilenme düzeylerinin dağılımı.

Değişken	"15 Temmuz" olayı sizi nasıl etkiledi?"					X^2	sd	P
	Çok kötü	Kötü	Biraz	etkilemedi	Toplam			
Sahiller Bölgeleri	19 (%43,18)	12 (%27,27)	1 (%,27)	12 (%27,27)	44 (%100,0)	7,878	3	,049*
İç Kesimler	0 (% 0,00)	2 (% 5,00)	1 (%12,50)	5 (%62,50)	8 (% 100,0)			
Toplam	1 (% 36,54)	14 (% 6,92)	2 (%3,85)	17 (%32,6)	52 (% 100,0)			

**p<0.001

“15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?” sorusuna sahil bölgesinden olan katılımcıların % 43,18’i “çok kötü” olarak tanımlarken iç kesimlerdeki illerden gelenlerin katılımcıların hiç biri “çok kötü” nitelemesinde bulunmamıştır. Sahil bölgesi ilerden gelenlerin % 27,7’si ve iç kesimlerden gelenlerin % 5’i “kötü” şeklinde tanımlamıştır. Aynı soruya sahil kesimlerdeki illerden gelenlerin katılımcıların % 27,27’si ve iç kesimlerden gelenlerin % 62,50’si “etkilenmedik” yanıtını vermiştir. Sahil ve iç kesimlerden gelen gruplar arasında “15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?” sorusuna verilen yanıtların oranları anlamlı düzeyde ($p<0.05$) farklıdır. “15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?” sorusuna ilişkin sahil ve iç kesimlerdeki illerden olan katılımcı grupların algıları farklılaşmaktadır (Tablo 9).

Tablo 10. Medeni durumlarına göre parlamenter ve bürokratların ”15 Temmuz” olayından etkilenme düzeylerinin dağılımı.

Değişken	"15 Temmuz" olayı sizi nasıl etkiledi?"					X^2	Sd	P
	Çok kötü	Kötü	Biraz	Etkilemedi	Toplam			
Evli	11 (%28,95)	12 (%31,58)	2 (%5,26)	13 (% 34,21)	38 (%100,0)	4,199	3	,241
Bekar	8 (%57,14)	2 (%14,29)	0 (%0,00)	4 (% 28,57)	14 (% 00,0)			
Toplam	19 (% 36,54)	14 (%26,92)	2 (%3,85)	17 (% 32,69)	52 (%100,0)			

"15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?" sorusuna evli katılımcıların % 28,95'i ve bekar olanların % 57,14'ü "çok kötü" olarak tanımlarken evli katılımcıların % 31,58'i ve bekar katılımcıların % 14,29'u "kötü" şeklinde tanımlamıştır. Aynı soruya evli katılımcıların % 34,21'i ve bekar katılımcıların % 28,57'si "etkilenmedik" yanıtını vermiştir. Evli ve bekar gruplar arasında "15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?" sorusuna verilen yanıtların oranları anlamlı düzeyde ($p>0.05$) farklılaşmamaktadır. "15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?" sorusuna ilişkin evli ve bekar grupların algıları farklılaşmaktadır (Tablo 10).

Tablo 11. Eğitim düzeylerine göre parlamenter ve bürokratların ”15 Temmuz” olayından etkilenme düzeylerinin dağılımı.

Değişken	"15 Temmuz" olayı sizi nasıl etkiledi?"					X^2	sd	P
	Çok kötü	Kötü	Biraz	Etkilemedi	Toplam			
Lise ve Altı	13 (%46,43)	5 (%7,86)	0 (%,00)	10 (%35,71)	28 (%00,0)	5,979	3	,113
Lisans ve Üstü	6 (% 5,00)	9 (%7,50)	2 (%8,33)	7 (% 9,17)	24 (%00,0)			
Toplam	19 (%36,54)	14 (%6,92)	2 (% ,85)	17 (%32,69)	52 (%00,0)			

"15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?" sorusuna lise ve altı düzeyde eğitimli katılımcıların % 46,43'ü ve lisans ve üstü seviyede eğitimlilerin % 5'i "çok kötü" olarak tanımlarken lise ve altı düzeyde eğitimli katılımcıların % 7,86'sı ve lisans ve üstü seviyede eğitimlilerin % 7,50'si "kötü" şeklinde tanımlamıştır. Aynı soruya lise ve altı düzeyde eğitimli katılımcıların % 35,71'i ve lisans ve üstü seviyede eğitimlilerin katılımcıların % 9,17'si "etkilenmedik" yanıtını vermiştir. Lise ve altı düzeyde eğitimli katılımcıların ve lisans ve üstü seviyede eğitimlilerin gruplar arasında "15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?" sorusuna verilen yanıtların oranları anlamlı düzeyde ($p>0.05$) farklılaşmamaktadır. "15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?" sorusuna ilişkin lise ve altı ile lisans ve üstü seviyede eğitimlilerin grupların algıları farklılaşmamaktadır (Tablo 11).

Tablo 12. Değişkenler arasındaki sıralı korelasyon katsayıları.

Değişkenler	Depresyon Düzeyi	Duygusal Tükenmişlik	Duyarsızlaşma	Kişisel Başarı	15 Temmuz
Depresyon Düzeyi	1,000				
Duygusal Tükenmişlik	,661**	1,000			
Duyarsızlaşma	,594**	,645**	1,000		
Kişisel Başarı	-,231	-,295*	-,409**	1,000	
Yaş	-,344*	-,182	-,291*	,052	-.295*
Coğrafi Bölge	-,186	-,147	-,232	,354*	-,358**
Medeni Durum	-,019	-,050	-,077	,016	,189
Eğitim	-,361**	-,333*	-,156	,448**	-,149

*p<0.05. **p<0.01.

Katılımcıların "15 Temmuz" olayına ilişkin tepki düzeyleri, cinsiyet ile (r=.447, p<0.01), yaş ile (r=.295, p<0.01) ve coğrafi bölge ile (r=-.358, p<0.01) anlamlı düzeyde ilişki göstermiştir. Depresyon düzeyi ise, duygusal tükenmişlik ile (r=.661, p<0.01), duyarsızlaşma (r=.594, p<0.01), yaş ile (r=-,344, p<0.01), eğitim düzeyi ile (r=.361, p<0.01) anlamlı seviyede ilişkilidir. Duygusal tükenmişlik, duyarsızlaşma ile (r=.645, p<0.01) ve eğitim düzeyi ile (r=-,333, p<0.01) seviyesinde anlamlı düzeyde ilişkilidir. Duyarsızlaşma alt boyutu, kişisel başarı ile (r=-,409, p<0.01) ve yaş ile (r=-,291, p<0.01) anlamlı seviyede ilişkilidir. Kişisel başarı alt boyutu, cinsiyet ile (r=,305, p<0.01), coğrafi bölge ile (r=,354, p<0.05) ve eğitim ile (r= ,448, p<0.01) anlamlı seviyede ilişkilidir (Tablo 12).

BÖLÜM V

TARTIŞMA

5.1.Tartışma

Siyaset yaşamın her aşamasında etkisini gösteren bir faaliyettir. Psikoloji hayatın içinde bireylerin kararlarını etkileyen hal, davranış, duygu durumudur. Türkiye Cumhuriyeti vatandaşları siyasetin dışında olsalar da, siyasi politikalardan en fazla etkilenen taraf olmuştur. Siyasetçilerin ekonomi garantisi devlettir. Vatandaşların ekonomi garantisi yoktur. Yönetimlerin kendilerini ayakta tutmak için aldığı kararlar, vatandaşı felakete sürüklemiş ve mağdur etmiştir. Devlet ve devlet adamları her zaman hata yaparlar. Türkiye Cumhuriyeti vatandaşları hata yapamazlar. Ülkemizde seçilmiş ve seçim yapan kişiler arasında güvenlik, ekonomik fark vardır. Araştırmanın yapılma amaçları arasında; siyasilerin ve bürokratların halini gözler önüne sermektir. Siyasetçiler ve devlet adamlarının ruh sağlığı kötü olur fakat ülkeyi yönetmeye devam ederler. Vatandaşların ruh sağlığı kötü olduğu zaman kendi işlerinden kovulma tehdidiyle karşı karşıya kalırlar. Siyasetçinin bağırma hakkı vardır.

Konuyu seçerken dokunulmamış, dokunulmaya çekinilen bireylere test yapılmasına öncelik verilmiştir. Bu konuya ilgi normal vatandaşlara uygulanan testlerin, normal vatandaşların seçtiği normal bireylere uygulanmasından kaynaklıdır. Tükenmiş olan siyasetçi, tükenmiş siyasa üretir. Tükenmişlik yaşayan siyasetçi toplumunda tükenmişlik sendromu yaşamasına neden olur. Toplum sağlıklı bir şekilde karar verir, oy çoğunluğu ile siyasetçiyi hükümet ve vekillik makamına taşır. Sağlıklı seçim yapan insanların sağlıksız bireyler tarafından yönetilmesi müspet değildir. Türkiye Cumhuriyetinde 1983 – 2017 yılları arasında 87 parti faaliye göstermiştir. 2017 yılında mecliste bulunan parti sayısı 6 dır. Mecliste kadınların oranı %13,91, erkeklerin oranı %86,09 dur (tbmm.gov.tr 2018, 1). TBMM' de bulunan milletvekillerinden sadece seçilmiş olmaları ülkeye yönetmeye yeterli kriter değildir. Millet vekilerinin seçilmiş olmaları demokrasinin resmiyete dönüşmesidir. Milletvekillerinin ve bürokratların ruh sağlığının yerinde olması sağlık kriteridir. Aktif siyasette bulunan siyasetçiler karar aldıkları için aktif siyasette bulunan kişilere

test yapılmıştır. Ölçekteki sorular en fazla hükümet yetkililerine yöneltilmiştir. Test ikinci sayısal üstünlüğü ana muhalefet partisine sağlamıştır. Diğer siyasi partilerde üçüncü kategoride yer almışlardır. Ölçekler tamamen erkek bürokratlara uygulanmıştır.

Anadolu konumu nedeniyle tarih boyunca istilalara neden olmuştur. Anadolu birçok medeniyete ev sahipliği yapmıştır. Bu toprakların yönetilmesi oldukça zor bir iştir. Anadoluyu yöneten siyasetçilerin çoğu suikaste ve siyaset oyunlarına kurban gitmiştir. Siyasetçilerimiz ve bürokratlarımız tarih bilincinde olan şahıslardır. Anadoluyu yönetmenin verdiği ağırlık bireylerde ruhsal çöküntüye, yorgunluğa, bitkinliğe, devamlı tehdit düşüncelerinin hafızaya yerleşmesine sebebiyet verir. Türkiye Cumhuriyeti; Selçuklu devleti ve Osmanlı devleti yıkılmasından sonra bu topraklarda kurulmuş son devlettir. Türkiye Cumhuriyetinde siyaset yapan kişiler güçlü olmak zorundadır. Türkiye Cumhuriyeti tükenmişliği, güçsüzlüğü, yorgunluğu kaldırmaz. Türkiye Cumhuriyetini yöneten bürokrat ve siyasetçiler; ruh sağlığı kolay kırılma yaşamayan dirençli ve dirayetli, her zaman üst akıla sahip seçkin kişilerden oluşmak zorundadır. Bu özellikleri bulundurmayan kişiler vatandaşlara hizmet veremez, vatandaşları sağlıklı bir şekilde yönetemez. Türkiye Cumhuriyetinde yapılan çalışma seçim dönemlerinde kullanılabilir, vatandaşları aydınlatıcı özelliği vardır. Vatandaşlar tercihlerini yaparken biraz daha dikkatli davranırlar. Vatandaşlar psikoloji alanında bilgiye sahip değildir. Gözlemlenebilen siyasetçilerin sinirlilik hali, ses tonundaki ayarsızlık, yüz mimikleri vatandaşlara yardımcı olabilecek belirtilerdir. Tükenmişlik yaşayan siyasetçiler vatandaşların haklarını koruyamaz. Tükenmişlik hali politika yapmaya engeldir. Politikacı devamlı üretmek zorundadır, üretim yapamayan insanlar politika hayatlarının sonlarına gelmiştir. Bürokratların emeklilik yaşı 65 tir. Siyasetçilerin emeklilik hakkı yoktur. Siyasetçi ve bürokratların hayatlarının sonlarına kadar çalışması devamlı siyasa üretmesi mümkün gözükmemektedir. Çalışma 60 yaş üstü siyasetçilerin ve bürokratların depresyon ve tükenmişlik halini özellikle ölçmüş yaş kotasını 80 yaş olarak belirlemiştir. Genç insan üreten, hareket kabiliyeti olarak daha fazla hıza sahiptir. İleri yaşlar için aynı özelliği söylemek biraz daha zordur. Genç siyasetçiler tecrübe sahibi değillerdir. İleri yaşta olan siyasetçiler tecrübeli ve daha temkinlidir. Siyasette genç, orta yaş ve ileri yaşların ayrı ayrı avantajları - dezavantajları vardır. Ülkemizde seçilme yaşı 18 e

indirilmiştir, çalışma yapılırken bu kritere dikkat edilmiştir. Yöneticilerin eğitim seviyelerine göre depresyon veya tükenmişlik sendromuna yakalanması söz konusu değildir. Çalışmada akademik olarak önemlidir. Türkiye Cumhuriyeti bu çalışmayla kendi yöneticilerini hoşgörüyle sorgulamıştır. Bu büyük erdem örneği teşkil etmektedir. Siyasetçilerin ve bürokratların güvenlerini ortaya koyar. Dünyanın her yerinde demokrasiden bahsedilebilir fakat hiçbir hükümet otorite biçimi kendisinin ruhsal ölçümüne izin vermez. Türkiye Cumhuriyeti yöneticileri tabuları yıkmıştır. Çalışma ekonomik yardım alınmadan yapılmıştır. Çalışmaya Türkiye'nin 7 bölgesinden katılım olması önemlidir. Araştırma mecliste bulunan bütün aktif partilere yer vermiştir. Araştırma yapılırken hiçbir kuruma hiçbir partiye ayrıcalıklı davranılmamıştır. Test soruları cevaplanırken herhangi bir müdahalede bulunulmamış zaman sınırlaması konulmamıştır. Testlerin geçerliliği açısından ve şeffaflık açısından zaman sınırlaması konulmaması olumlu etki yaratmıştır. Bütün akademik çalışmalar şeffaflık ilkesine uyar. Bireylere testler yöneltilirken anlamadıkları sorularda açıklamalar yapılmıştır. Hiçbir kuruma ve kuruluşa ısrarcı tavırla test uygulanmamıştır. Israrcı tavırla test uygulanmaması test güvenirliği ve geçerliliği ve çalışmanın sonuçları açısından istatistik doğruluğun önemi içindir. Aktif siyasette olmayan kişiler ülke yönetiminde söz sahibi olmadıkları için araştırmaya dâhil edilmemiştir.

Ülkemizde ve diğer ülkelerde politikacıların psikolojik olarak ruh sağlıklarının bilimsel yöntemlerle ortaya koyulmaması doğru değildir. Her ülke kendi yöneticilerinin psikolojik analizini yapabilme kapasitesindedir. Siyasetçiler kendileri ve ülke yönetimi açısından bu analize karşı çıkmamalıdır. Bireyler kendilerinin ruh sağlığını anlayamazlar, siyasetçiler politika içerisinde yoğun çalıştıkları için ruh sağlıklarının bozukluğunu anlamaları mümkün olmaz. Devlet bürokratının ruh sağlığının denetlenmesine karşı çıkar. Devletin bu tutumu yanlıştır. Akıl sağlığı yerinde olan, iş yapabilmek için dinç olan insanlar vatandaşları sağlıklı yönetebilir. Politikacılar ve bürokratlar görünüş davranış olarak ruh sağlığı yerinde görünebilir. Politikacıların ve yöneticilerin ruh sağlığı incelendiği zaman birçoğunun hizmet edebilecek kapasitede olmadığını görüyoruz. Bürokratların devlet yönetimine katkısı önemlidir. Bürokratların devleti sağlıklı yönetmesi, devlet yönetimine katkıda bulunmasından daha önemlidir. Sağlıklı yönetilmeyen kurum yanlış kararlarla zaten

yönetilmiyordur. Bürokrat liyakat sistemine göre seçilir. Bürokraside makamı kaldırmayacak kişilere görev verilirse, şahıs makamı yönetemez tükenmişliğe yakalanır. Kendi makamını yönetemeyen bürokratın halkı yönetmesi beklenen bir durum değildir.

Türkiye'nin yönetimi kolay değildir. Türkiye Cumhuriyeti içerisinde farklı etnik unsurları barındırır. Her bölgenin, her şehrin kendine özel kültürü vardır. Bürokratın ve yöneticilerin şehrin içinden olması insanlar için avantajdır. Kendi kültürünü ve bölgesini bilen yönetici halkında ne isteyeceğini bilir. Yerel yönetimler milletle bire bir muhatap olan yönetici grubudur. Parti il ve ilçe teşkilatları insanlarla yüz yüze iletişime geçen siyasetin alt koludur. Milletvekilleri illerden seçilen temsilcilerdir. Bakanlar ise ülke yönetiminde aktiftirler. Müsteşar ve müdürler Bürokrasiyi oluşturur. Her bir siyasetçinin ve bürokratın ayrı görevleri vardır. Politika insanları ve devletleri yönetme sanatıdır. Bürokratların ve siyasetçilerin bilgili olması devleti nasıl yöneteceğini bilmesi önem arz eder. Bürokratın davranışı bütün kurumu etkiler. Kurumda çalışan insanların davranışı bütün insanları etkiler. Siyasetçilerin davranışı ülke yönetimini etkiler. Ülke yönetiminin etkilenmesi, bireylerin etkilenmesine sebebiyet verir. Yöneticilerin davranışları sadece davranıştan ibaret değildir, şahısların yapmış oldukları eylemler bütün bireyleri etkiler. Bir yöneticinin psikolojisinin anormal olması, toplumu yakından ilgilendirir.

Proje, Türkiye Cumhuriyeti bürokrasi ve siyasilerde görülen depresyon seviyesinde ve tükenmişlik halinin bilimsel olarak incelenerek verileri açıklamıştır. Her bölgeden pilot iller seçilmiştir. Pilot bölgenin antropolojik, sosyolojik etkenlerine dikkat edilmemiştir. Araştırma sırasında etnik unsurlar göz önüne alınmamıştır. Bürokratlar ve siyasiler görev başındayken testler uygulanmıştır. Bürokrat ve siyasilerin görev başındayken testin uygulanması bire bir yerinde gözlemi de sağlamıştır. Aydınlatışmış onamda, bir karışıklık durumu önlenebilmesi için çalışmanın tamamen bilimsel amaçlarla düzenlendiği vurgulanmıştır. Bireylerin üzüntü, sıkıntı durumları, gelecek hakkındaki görüşleri alınmıştır. Testte yöneltilen soruların bürokrasi ve siyasette bulunan şahıslara başarı durumları, yaptıkları işten tatmin olup olmadıkları ve bu tatminden mutluluk duyu duymadıkları çıkarımı yapmaları sağlanmıştır. Siyasetçiler bürokratların suç ve ceza kavramıyla ilgili ne

hissettikleri soruları yöneltilmiştir. Siyasetçi ve bürokratlar kendini başkalarıyla ilgili kıyaslama düşüncelerinin olup olmadığı araştırılmıştır. Bürokrat ve siyasilere depresyon durumlarının, intihar düşüncesinin tetiklediği sorusu yöneltilmiştir. Bireylerin içinde bulunduğu yaşadıkları durumlar karşısında sabır ve kontrol yetenekleri ölçülmüştür. Bürokrat ve siyasetçilere karar alırken ne denli sorumluluk yüklendiği, kararı kolay mı zor mu aldıkları sorusuna cevap aranmıştır. Siyasete başlarken kendilerini genç hisseden politikacıların, şimdi kendilerini nasıl hissettikleri sorusunun cevabı bulunmuştur. Siyasetçilerin bulunduğu ortam dolayısıyla çalışma koşulları eskisi kadar olumlumu araştırılmıştır. Siyasetçilerin ve bürokratların uyku düzenleri, iştahları araştırılmıştır. Politikacılara ve bürokratlara kilo alıp almadığı sorulup yanıtı alınmıştır. Politikacıların ve bürokratların sağlıklarıyla ilgili endişeleri olup olmadığı belirlenmiştir. Politikacılara çalışma tempolarının değişime uğradığına ve bundan şikâyetçi olup olmadıklarına ilişkin sorular yönetilip cevaplar alınmıştır. Teste yöneltilen sorularla amaç siyasetçilerin ve bürokratların depresyon oranını belirlerken, eskisi kadar azimli olup olmadığını da kanıtlamak hedeflenmiştir. Siyasetçi ve bürokratların yöneltilen sorulara olumlu cevap vermesi ülkeyi sağlıklı yönettiklerinin göstergesi olur. Siyasetçi ve bürokratların yöneltilen soruları olumsuz cevaplaması ülkeyi sağlıksız yönettiklerinin kanıtı olur. Türkiye Cumhuriyeti Bürokrat ve siyasilerinde görülen depresyon oranları bu sorularla bağlantılıdır. Bürokrat ve siyasilere korku ortamında, kaygı ortamında soru yöneltilmemiştir.

Siyasetçi ve Bürokratlara yeni güne başlarken yeni iş ortamına nasıl hazırlandıkları sorulmuş ve analizi yapılmıştır. Politikacılara empati yapabilme yeteneklerinin varlığına ilişkin soru yöneltilmiştir. Politikacılara insanlarla uğraşmanın zorluk dereceleri sorulmuştur. Politikacılar ve devleti yönetenler insanlar için uygun çözüm yoları aradıklarını belirtmişlerdir. Yöneticilere insan hayatına ne gibi katkıda bulunup bulunmadığı sorusu yöneltilmiştir ve analizi yapılmıştır. Yönetici sınıfı güç unsurunu elinde barındırır. Yöneticiler bazen de siyasi liderler tarafından kısıtlanır. Politikacılar yoğun tempoda çalışmaya maruz bırakılırlar. Politikacılar için insanlara ne olduğu insanların ne durumda olduğu önem teşkil eder. Bürokrat ve politikacılar insan ilişkilerine dikkat eder. Bürokrat ve siyasetçiler için başarı vazgeçilmez kriterdir. Siyasetçi ve bürokrat duygusal sorunlara soğukkanlı

yaklaşır. Bürokrat ve siyasetçi işinin bittiğini düşünmez. Siyasetçi siyasa üretemez konuma geldiği zaman işten yıldığını hisseder. Siyasetçinin hissetmiş olduğu yılgınlık tükenmişliğe yakalandığının kanıtıdır. Siyasetçi hisseden ve hissetmesini bilen kişidir. Politikacı yorulmayan ve yorulmasını bilmeyen bireylerdir. Siyasetçi insanları anlayabilen, siyasayı sorgulayabilen, eleştiriye katlanabilen ve eleştiriye açık olan kişidir. Bürokrat insanları anlamak zorunda değildir. Bürokrat bürokrasinin işleyişini sağlamakla yükümlüdür. Bürokrat devletin işleyişini yürütmekle mükelleftir. Bürokratik yapı eleştiriye açıktır, eleştiri yapamaz. Türkiye Cumhuriyeti bürokrat ve siyasilerin ruh halleri genel olarak depresif durumdadır. Türkiye' de Devlet otorite olduğu kadar devleti yönetenlerde kendini otorite görmektedir. Devlet yerine kendini otorite görmek büyük sorumluluk içerir. Yasa yerine kendini kural koyucu görmek kontrolün kaybedildiğinin bir işaretidir. Tükenmişliği ve depresyonu yaşayan yönetici sınıfın kontrolü kaybettiğini şahsi hareket etmesinden anlayabiliriz. Tükenmişliği yaşayan siyasetçinin kararlar alması anormaldir. Tükenmişliği yaşayan bireyler toplumun en küçük yapı birimi aileyi yönetemez. Tükenmişlik durumunda ülkeyi yönetmesi hiç beklenmez. Sağlıklı kararların tükenmiş beyinlerde alınması şansa bırakılmayacak kadar ciddi bir iştir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Türkiye Cumhuriyetin' deki siyasi ve bürokratlarının tükenmişlik hali ve depresyon düzeyleri ilişkisinin incelendiği araştırmanın bu bölümünde, araştırmanın sonuçları ve sonuçlar çerçevesinde önerilerde bulunulmuştur.

Sonuç

Çalışmanın hedefi Türkiye Cumhuriyeti'nin ve vatandaşlarının sağlıklı yönetilip yönetilmediğidir. Araştırmanın amacı ise Türkiye Cumhuriyeti bürokrasi ve siyasilerinde görülen depresyon düzeyinin ve tükenmişlik halinin bilimsel olarak incelenmesidir. İnceleme beck depresyon ölçeği ve maslach tükenmişlik ölçeği ile yapılmıştır. Çalışma Türkiye Cumhuriyeti'nde 2000 ve 2017 yılları arasında bürokraside görev almış ve aktif siyasette bulunmuş kişilerin katılımıyla yapılmıştır. Bu çalışmanın popülâsyonu Türkiye Cumhuriyeti'nde yaşayan 18–80 yaş arasında Türkçe konuşan cinsiyetleri erkek ve kadın olan kişilere uygulanmıştır. Verilerin Kolmogorov – Smirnov testine göre normal dağılım göstermediği belirlenmiştir. Bu sebeple non-parametrik istatistiksel analizleri yapılmıştır.

- Katılımcıların '15 Temmuz' olayına ilişkin tepki düzeyleri, cinsiyet, yaş ve coğrafi bölge ile anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Depresyon düzeyi ise, duygusal tükenmişlik ile duyarsızlaşma, yaş, eğitim düzeyi ile anlamlı seviyede ilişkilidir. Duygusal tükenmişlik duyarsızlaşma ile ve eğitim düzeyi seviyesinde anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Duyarsızlaşma alt boyutu, kişisel başarı ile yaş ile anlamlı seviyede ilişkili bulunmuştur. Kişisel başarı alt boyutu, cinsiyet ile, coğrafi bölge ile ve eğitim ile anlamlı seviyede ilişkili bulunmuştur.
- Lise ve altı ile lisans ve üstü düzeyde eğitimli katılımcılar arasında ""15 Temmuz" olayından etkilenme değeri ile tükenmişlik ölçeği duyarsızlaşma alt boyutu bakımından bir farklılık bulunmamaktadır. İki grup arasında depresyon ile tükenmişlik ölçeği duygusal tükenmişlik ve kişisel başarı alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Eğitim seviyesi düşük katılımcılarda depresyon ve tükenmişlik düzeyi yüksek iken kişisel başarı düşmektedir. Eğitim seviyesi yüksek katılımcılarda ise, tam tersi depresyon ve tükenmişlik düzeyi düşük iken kişisel başarı artmaktadır.

- Evli ve bekar katılımcılarda depresyon ve tükenmişlik alt boyutlarında farklılaşmanın olmadığı sonucuna varılmıştır.
- Sahil bölgesinden olan katılımcıların ’15 Temmuz’ olayından etkilenme değeri iç kesimlerden gelen gruptan anlamlı düzeyde daha büyüktür. Depresyon değeri ile tükenmişlik ölçeği duygusal tükenmişlik ve duyarsızlaşma alt boyutlarında sahil iç kesimlerden olmaya bağlı farklılaşma görülmemektedir. Sadece kişisel başarı alt boyutu bakımında iki grup arasında iç kesimlerden olanların lehine anlamlı farklılık vardır.
- Tükenmişlik ölçeği duygusal tükenmişlik ve kişisel başarı alt boyutlarında yaşa bağlı farklılaşma görülmemektedir. Sadece duyarsızlaşma alt boyutu bakımından iki yaş grubu arasında 35 yaş ve yukarı grubun lehine anlamlı farklılık vardır.
- 35 yaş altı katılımcıların ’15 Temmuz’ olayından etkilenme değeri 35 yaş ve yukarı gruptan anlamlı düzeyde daha büyüktür. Depresyon değeri 35 yaş altı katılımcılarda, 35 yaş ve yukarısı gruptan anlamlı düzeyde daha büyüktür.
- Tükenmişlik ölçeği duygusal tükenmişlik ve duyarsızlaşma alt boyutlarında cinsiyete bağlı farklılaşma görülmektedir. Sadece kişisel başarı bakımından erkek ve kadınlar arasında anlamlı farklılık vardır.
- Depresyon oranı kadınlarda matematiksel olarak daha büyük olsa da, erkek ve kadınlar arasında anlamlı farklılık yoktur.
- Erkek katılımcıların ’15 Temmuz’ olayından etkilenme değeri kadınlardan anlamlı düzeyde daha küçüktür.
- Lise ve altı düzeyde eğitimli katılımcıların ve lisans üstü seviyede eğitimcilerin gruplar arasında ’15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?’ sorusuna verilen yanıtların oranları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.
- ’15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?’ sorusuna lise ve altı düzeyde eğitimli katılımcıların lisans ve üstü seviyede ki katılımcılardan daha fazla etkilendiği sonucuna varılmıştır.
- Evli ve bekar gruplar arasında ‘ 15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?’ sorusuna verilen yanıtların oranları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.
- ‘15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?’ sorusuna bekar katılımcılar evli katılımcılara göre daha fazla etkilendikleri sonucuna varılmıştır.

- Sahil ve iç kesimlerden gelen gruplar arasında ’15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?’ sorusuna verilen yanıtların oranları anlamlı düzeyde farklıdır.
- ’15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?’ sorusuna sahil bölgesinden olan katılımcılar iç kesim bölgesinden daha fazla etkilendikleri sonucuna varılmıştır.
- ’15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?’ sorusuna 35 yaş altı grup daha fazla etkilendiği sonucuna varılmıştır.
- Katılımcıların 35 yaş altı ve üstü grupları arasında ’15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?’ sorusuna verilen yanıtların oranları anlamlı düzeyde farklı olduğu sonucuna varılmıştır.
- Erkek ve kadınlar arasında ’15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?’ sorusuna verilen yanıtların oranları anlamlı düzeyde farklı olduğu sonucuna varılmıştır.
- ’15 Temmuz olayı sizi nasıl etkiledi?’ sorusuna kadınların daha fazla etkilendiği sonucuna varılmıştır. Erkeklerin kadınlara oranla daha az etkilendiği sonucuna varılmıştır.
- Türkiye Cumhuriyetinin ve vatandaşlarının sağlıklı yönetilmesi medeni duruma göre farklılık göstermediği sonucuna varılmıştır.
- Türkiye Cumhuriyeti ve vatandaşları 35 yaş ve üstü kişiler tarafından sağlıklı yönetilmektedir.
- Türkiye Cumhuriyeti ve vatandaşlarını eğitimli bireyler daha iyi yönetmektedir.
- Türkiye Cumhuriyeti ve vatandaşlarının sağlıklı yönetilmesi cinsiyete göre farklılık göstermediği sonucuna varılmıştır.

Öneriler

Türkiye Cumhuriyetinde yapılan bu araştırma bürokrat ve siyasilere yöneliktir. Türkiye devletini yönetenlere yapılan çalışma kişisel izinlerle ve resmi izinlerle gerçekleştirilmiştir. Araştırma koruma altına alınmış kimse mağdur edilmemiştir. Araştırma yapılırken hiçbir birey, kuruluş, kurum kötülenmemiştir. Çalışma sadece bilimsel amaçlarla yapılmıştır. Test soruları çalışmanın amacına uygun olarak seçilmiştir. Beck depresyon ölçeği ve Maslach tükenmişlik ölçeği çalışmanın yapısına uygundur. Hiçbir bölge gölgede bırakılmamış, her pilot seçilen

illerden en az 1 politikacıya test uygulanmıştır. Çalışma Türkiye genelinde yapılmıştır. Bilimsel olarak ülkemizi ileriye götürecek çalışmalar maddi olarak desteklenmelidir. Şahısların bireysel çalışmaları kısıtlıdır. Araştırmanın izinlerini almak, bireysel olarak görüşme sağlamak ciddi derecede zorluklar içermektedir. Dokunulması ve ulaşılması zor bireylere test uygulamak Türkiye ortamında imkasızı başarmaktır. Şahıslar yoğun tempoda çalışmaktadır, uygun zamanı bulmak önemlidir. Beck depresyon testi ve Maslach tükenmişlik ölçeği uygulanması ortama yirmi beş dakika sürmektedir. Siyasiler ve bürokratlar bilimsel çalışmalarda hem çekingenlik göstermekte hem de soruların içeriğini çok fazla sorgulamaktadırlar. Araştırmanın sonuçlarının siyasi ve bürokratın geleceğe etkilemesi düşüncesi beyinlerinde yer tutmaktadır. Araştırma yapılırken partilerin birçok il ve ilçe teşkilatından ret cevabı alınmıştır. Siyasi partilerin çekingenlik ve kaygı görünümü dikkat çekicidir. Ülkemiz çağdaş uygarlık seviyesindedir. Çağdaş uygarlık seviyesinde olan bir ülkenin parti yönetimleri bilimsel çalışmalara katkıda bulunurlar. Diğer ülkelerde ve diğer devletlerde psikolojik araştırmalar siyaset dışında her alanda yapılıyor. Devletimizde yapılan öncü niteliğindeki bu çalışma örnek teşkil etmektedir. Türkiye'de uygulanan araştırma bir şahsın psikolojisini veya bir partinin toplu olarak ruh halini ölçmemiştir. Türkiye'de aktif görevde bulunan bürokrasi ve siyasetçilerin ruh hallerinin tamamını istatistiksel verilere dayandırmıştır. Araştırmanın şeffaflığı bu yöntemden geçmektedir. Herhangi bir parti savunulmamıştır. Her şahsa, kuruluşa, kuruma eşit mesafede yaklaşılmıştır. Devletimiz içerisinde yapılan çalışma başarı, azim, inanç ve cesaret örneğidir. Araştırma kuruluşları, istatistik kurumları, sağlık kuruluşları bu tür çalışmalara kendileri için tehlike içerdiğinden soğuk bakmaktadır. Türkiye eğitim sistemi içerisinde yapılan bir üniversite tarafından desteklenen araştırma ilk niteliğindedir. Devletler gelecekleri açısından bu tür çalışmalara destek vermelidirler. Öğrencilerin her fırsatta önünün kesildiği bir ülke ortamında bu tip çalışmalar bir fırsattır. Özgür devlet anlayışı, gençliğin önünü açan anlayış bu çalışmada kendini gösterme fırsatı bulmuştur. Beck depresyon ölçeğini ve maslach tükenmişlik ölçeğinin uygulayan kişilerinde mutlaka psikolojilerinin iyi yönde olması gerekir. Testler uygulanırken müdahale edilmemesi veya şahısların yönlendirilmemesi gerekir. Test uygulanırken test yapılacak kişinin zamanının uygun olması gereklidir. Testi yapacak kişi test

sorularına hâkim olmalıdır. Testi yapacak kişi anlaşılmayan soruları test yapılan kişileri açıklamak zorundadır. Proje koruma altına alınmıştır. Projenin her türlü içerik, yayın, maliyet, inceleme, geliştirme, istatistiksel parasal hakkı araştırmacıya aittir. Projenizi güven altına alın. Proje araştırma ve geliştirme niteliği taşımaktadır. Projeyle birlikte TBMM'de bulunan dört büyük partiye test uygulanmıştır. Projenin daha önce Türkiye' de yapılmamış olması araştırmacı açısından zorluk çıkarmamıştır. Araştırma yapılırken iletişim diline dikkat edilmesi çok önemlidir. Araştırma yapılırken iletişim sırasındaki hal ve hareketler makamın önemine göre değişiklik göstermektedir. Araştırma birçok resmi kurumda, partide, TBMM' de uygulandığı için kıyafete dikkat edilmesi kuraldır. Siyasiler bu devlet için çalışmaktadır ve çalışmaya devam edecektir. Siyasilerin vatandaşlara davranışları sert değil hoşgörülü olmalıdır. Vatandaşların istekleri geri çevrilirken bile hoşgörü çerçevesinde olmalıdır. Ölçekleri uygularken sayısı az da olsa ret cevabının söyleniş tarzı üsluba aykırı şekildedir. Politikacı milletin oylarıyla makama getirilen kişidir. Milletin oyları makama getirilen kişiler milleti geri çeviremez. Medya basında, gençlere destek verilmesini ifade eden kişilerin, kendi makamlarında gençleri kabul etmemesi yalancılığın bir nevi kanıtıdır. Gençlerin bilimsel alanda destek görmemesi geleceğe ilişkin soru işaretlerini oluşturacaktır. Türkiye siyasetçilerinin ve siyasetinin bugünün araştırılması geleceğe ışık tutması ele geçirilmez bir fırsattır. Siyasi kararlar kendini yirmi yıl sonra gösterir. Geçmişte ki siyasetçilerin tavırlarını bugün incelediğimizde ne kadar anormal olduğunu görürüz. Bugüne ve yarına ışık tutan bilimsel çalışmaların yapılması ülkemiz açısından önemlidir. Türkiye içinde depresyon testleri üretilmelidir. Makamlarda ki kişiler üzerinde araştırma yapılırken mutlaka güvenlik önlemleri alınmalıdır.

KAYNAKÇA

Adana, F., Uluman, Ö., Arslantaş, H. & Ergin, F. (2015). <<İlköğretim Öğrencilerinde Depresif Belirti Sıklığı ve ilişkili Faktörler.>> Psikiyatri Hemşireliği Dergisi, 6(1), 2.

Akkaya, C., Eker, S., Sarandöl, A. & Cangür, S., Kırlı, S. (2013). <<Major Depresif Bozuklukta Düzelmenin Öngörücüleri. >> Nöropsikiyatri Arşivi, 50, 123.

Amerikan Psikiyatri Birliği. (2014). <<DSM 5 tanı ölçütleri başvuru el kitabı.(E.Köroğlu, Çev). >> Ankara: Hekimler Yayın Birliği, 10.

Annagür, B. (2008). <<Depresyon Hastlarında Dürtü Kontrol Bozuklukları Sıklığı. >> Türkiye Cumhuriyeti Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilimdalı, 7.

Ardıç, K., Polatçı, S. (2008). <<Tükenmişlik Sendromu Akademisyenler Üzerinde Bir Uygulama. >> Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 10(2), 70.

Arı, G., Bal, E. (2008). <<Tükenmişlik Kavramı: Birey ve Örgütler Açısından Önemi. >> Yönetim ve Ekonomi Dergisi, 15(1), 131.

Arslantürk, G. (2017). <<Siyaset Psikolojisi Açısından Türk Devletlerini Karşılaştırılması. >> Uluslar arası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 10(52), 1.

Aslan, A., Sarı, B., Kuruoğlu, A. (2012). <<Depresif Duygudurumdan Major Depresyona Klinik Spektrum. >> Klinik Psikiyatri, 15, 60.

Ayten, A., Sağır, Z. (2014). <<Dindarlık, Dini Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi: Suriyeli Sığınmacılar Üzerine Bir Araştırma. >> 47, 5.

Azizoğlu, Ö., Özyer, K. (2010). <<Polislerde Tükenmişlik Sendromu Üzerine Bir Ampirik Çalışma. >> Andolu: Turizm Araştırmaları Dergisi, 21(1), 137.

Başol, G., Altay, M. (2009). <<Eğitim Yönetici ve Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. >> Educational Administration: Theory and Practise 15(58), 195.

Baysal, A. (1995). <<Lise ve Dengi Okul Öğretmenlerinde Meslekte Tükenmişliğe Etki Eden Faktörler. >> Türkiye Cumhuriyeti Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı , Doktora Tezi. 92.

Bilgici, A., Akdeniz, O., Güz, H. & Ulusoy, H. (2005). <<Fibromiyalji Sendromunda Depresyon ve Sosyal Uyumun Rolü. >> Türk Fizyoloji Tıp Dergisi, 51(3), 101.

Bozkurt, G. (2010). <<Tito Sonrası Dönemde Eski Yugoslavya Bölgesindeki Türkler ve Müslümanlar. >> Türk Dünyası İncelemeleri Dergisi, 51(95), 57.

Bozkurt, N. (2003). <<Depresyonda Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımlar: Beck' in Bilişsel Kuramı. >> Ege Eğitim Dergisi, 2, 59–64.

Budak, G., Sürgevil, O. (2005). <<Tükenmişlik ve Tükenmişliği Etkileyen Örgütsel Faktörlerin Analizine İlişkin Akademik Personel Üzerinde Bir Uygulama. >> D.E.Ü.İİ. B.F. Dergisi, 20(2), 9–108.

Çam, o., Engin, E. (2017). <<Hemşirelerde Tükenmişlik. >> Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 10(51), 501.

Çapri, B. (2006). <<Tükenmişlik Ölçeğinin Türkçe Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. >> Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2(1), 67.

Çetin, H., Görüşük, L. (2015). <<Siyaset Psikolojisi.>> (1.Basım). Ankara: Orion Kitabevi. 17.

Dein, S., Kımter, N. (2014). <<Din, Maneviyat ve Depresyon: Tetkik ve Tedavi için Öneriler. >> Ekev Akademi Dergisi, 58, 740.

Eren, T., (2007). <<Postpartum Depresyon Prevalansı ve Sosyodemografik Risk Faktörleri. >> Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı Haydar Paşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi, 6.

Ersoy, A., Utku, B. (2005). <<Konaklama İşletmeleri Muhasebe Müdürleri Tükenmişlik Sendromu -I. >> Muhasebe ve Finansman Dergisi 27, 47.

Ertürk, E., Keçecioğlu, T. (2012). <<Çalışılanların İş Doyumları ile Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkiler: Öğretmenler Üzerine Örnek Bir Uygulama.>> Ege Akademik Bakış, 12(1), 39.

Gevırth, A. (2011). <<Siyaset Felsefesi.>> Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 52(1), 349.

Göka, E. (2011). <<Türklerin Psikolojisi. >> Timaş Yayınları. İstanbul, 4, 7

Gültekin, Z., Cindiloğlu, M., Polatcı, S. (2016). <<'Güvenirsek Tükenmezmiyiz?' Politik Davranış, Örgütsel Güven ve Tükenmişlik İlişkisi Üzerine Bir Araştırma.>> Örgütsel Davranış Araştırmalar Dergisi, 1(1), 3.

Gündüz, B., Çapri, B., Gökçakan, Z. (2012). <<Üniversite Öğrencilerinin Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi.>> Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi, 19, 39.

Heywood, A. (2012). <<Siyasetin Temel Kavramları.>> (1.Basım). Ankara: Adres Yayınları. 47.

Houghton, D. (2015). <<Siyaset Psikolojisi; Durumlar, Bireyler, Olaylar.>> (1.Basım). İstanbul: Bilge Kültür Sanat Yayıncılık. 102-103.

Ilgaz, A., (2015). <<Depresyon ve Dindarlık İlişkisi.>> Türkiye Cumhuriyeti Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı Din Psikolojisi Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi. 1.

Kara, İ., Karakılık, O., Baltacı, D. (2016). <<Association Between Depression and Suicidal Attempt and Levels of Vitamin B12 and Cholesterol.>> Prusias Medical Journal, 1(1), 29.

Karamustafalıoğlu, O., Yumrukçal, H. (2011). <<Depresyon ve Anksiyete Bozuklukları.>> Şişli Etfal Hastanesi Tıp Bülteni, 45(2), 65.

Karapınar, M., Gürbüz, H. (2015). <<Bankacılık Sektöründe Çalışanların Tükenmişlik Düzeylerinin Maslach ve Kopenhag Kriterlerine Göre Ölçülmesi ve karşılaştırılması.>> Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İİBF Dergisi, 10(2), 245.

Karsavuran, S. (2014). <<Sağlık Sektöründe Tükenmişlik: Ankara'daki Sağlık Bakanlığı Hastaneleri Yöneticilerinin Tükenmişlik Düzeyleri.>> Haccettepe Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 32(2), 133.

Kartalcı, Ş., (2010). <<Testosteron ve Depresyon.>> Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 2(4), 457.

Kaya, U., Özhan, K. (2012). <<Duygusal Emek ve Tükenmişlik İlişkisi: Turist Rehberleri Üzerine Bir Araştırma.>> Çalışma İlişkileri Dergisi, 3(2), 118.

Keck, M. (2010). <<Depresyon.>> Lundbeck (Schweiz) AG, Cherstrasse 4, 8152 Glattbrugg /2H, 3.

Oruç, S. (2007). <<Özel Eğitim Alanında Çalışan Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi.>> Türkiye Cumhuriyeti Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İlköğretim Anabilimdalı, Yüksek Lisans Tezi. 48.

Özer, D., Kocabıyık, A., Girgin, V. & Demiraslan, P. (2002). <<Ergenlerde Depresyon: Epidemiyoloji, Klinik Görünüm, Komorbidite, Seyir, Komplikasyonlar. >> Düşünen Adam, 15(2), 93.

Özkan, A. (2009). <<Osmanlı Tarihi. >> Boyut Yayıncılık. İstanbul, 42.

Özler, H. (2014). <<Siyaset Psikolojisi. >> (1.Basım). Bursa: Ekin Yayınevi. 17.

Özmen, E., Ögel, K., Boratav, C., Sağduyu, A., Aker, T. Ve Tamar, D. (2003). <<Depresyon İle İlgili Bilgi Ve Tutumlar: İstanbul Örneği. >> Türk Psikiyatri Dergisi, 14(2), 89–100.

Phillips, H. (2016). <<Tükenmişlik Sendromu.>> (1.Basım). İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık. 212-215.

Seferoğlu, S., Yıldız, H., Yücel, Ü. (2014). <<Öğretmenlerde Tükenmişlik: Tükenmişliğin Göstergeleri ve Bu Göstergelerin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi.>> Eğitim ve Bilim, 39(174), 348.

Semiz, M., Atik, S., Erdem, M. (2016). <<Major Depresyon Hastalarında Travmatik Yaşantılar Sonrası Emdr uygulamasının Tedavisi.>> Dusunen Adam The Journal of Psyhiatry and Neurological Sciences, 26, 91.

Sertöz, Ö., Binbay, T. Ve Mete, H. (2008). <<Tükenmişliğin Nörobiyolojisi: Hipotalamus-Pituiter-Adrenal Ekseni ve Diğer Bulgular.>> Türk Psikiyatri Dergisi, 19(3), 318–328.

Sevim, A., Merçil, E. (1995). <<Selçuklu Devletleri Tarihi, Siyaset, Teşkilat ve Kültür. >> Türk Tarih Kurumu Basım Evi, Ankara, 72.

Temel, Y., Kocabıyık, E. (2014). <<Depresyonda Cerrahi Tedavi. >> Türk Nörolojisi Dergisi, 24(2), 182.

Türkiye Büyük Millet Meclisi. Türkiye Büyük Millet Meclisi Milletvekilleri Dağılımı.26.03.2018
https://www.tbmm.gov.tr./develop/owa/milletvekillerimiz.sd.dağılım 26.03.2018

Uzbay, T. (2004). <<Anksiyete Ve Depresyonun Nörobiyolojisi.>> Gata Tıp Fakültesi, Klinik Psikiyatri, 4: 3–11.

Üstün, A., Bayar, A. (2005). <<Üniversite Öğrencilerinin Depresyon, Anksiyete ve Stres Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi.>> Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 4(1), 385.

Yaşar, R. (2007). <<Depresyonun Kadınlaşması.>> Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 17(2), 251–281.

Yavuz, R. (1999). <<Depresyonun Kliniği.>> (1.Basım). İstanbul: İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Yayınları. 31.

Yıldız, S., Yıldız, S., (2009). <<Bullyıng ve Depresyon Arasındaki İlişki: Kars İlindeki Sağlık Çalışanlarında Bir Araştırma.>> İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 15, 134.

EKLER

EK–1: Sosyodemografik Veri Formu

A.GENEL BİLGİ FORMU

1. Cinsiyetiniz Kadın ….. Erkek…..

2. Yaşınız? (……..)

3. Şuanda yaşadığınız şehir (.....)

4. Medeni haliniz (……)

5. Eğitim durumunuz

Okur- yazar değil İlkokul mezunu Ortaokul mezunu Lise mezunu

Yüksekokul mezunu Üniversite mezunu Yüksek Lisans mezunu Doktora ve üstü mezunu

6. 15 Temmuz günü ruh halinizi ne yönde etkiledi?

a- çok kötü b- kötü c- Biraz d- etkilemedi

EK–2: Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)

BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ

1- 0. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum.
1. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.
2. Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.
3. O kadar üzüntülü ve sıkıntılıyım ki artık dayanamıyorum.

2- 0. Gelecek hakkında mutsuz ve karamsar değilim.
1. Gelecek hakkında karamsarım.
2. Gelecekten beklediğim hiçbir şey yok.
3. Geleceğim hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.

3- 0. Kendimi başarısız bir insan olarak görmüyorum.
1. Çevremdeki birçok kişiden daha çok başarısızlıklarım olmuş gibi hissediyorum.
2. Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.
3. Kendimi tümüyle başarısız biri olarak görüyorum.

4- 0. Birçok şeyden eskisi kadar zevk alıyorum.
1. Eskiden olduğu gibi her şeyden hoşlanmıyorum.
2. Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.
3. Her şeyden sıkılıyorum.

5- 0. Kendimi herhangi bir şekilde suçlu hissetmiyorum.
1. Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.
2. Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.
3. Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.

6- 0. Cezanladırıldığımı düşünmüyoum.
1. Cezalandırılabileceğimi hissediyorum.
2. Cezalandırılmayı bekliyorum.
3. Cezalandırıldığımı hissediyorum.

7- 0. Kendimden memnunum.
1. Kendi kendimden pek memnun değilim.
2. Kendime çok kızıyorum.
3. Kendimden nefret ediyorum.

8- 0. Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.
1. Zayıf yanların veya hatalarım için kendi kendimi eleştiririm.
2. Hatalarımdan dolayı ve her zaman kendimi kabahatli bulurum.
3. Her aksilik karşısında kendimi hatalı bulurum.

9- 0. Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.
1. Zaman zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm olur. Fakat yapmıyorum.
2. Kendimi öldürmek isterdim.
3. Fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm.

10- 0. Her zamankinden fazla içimden ağlamak gelmiyor.
1. Zaman zaman içinden ağlamak geliyor.
2. Çoğu zaman ağlıyorum.
3. Eskiden ağlayabilirdim şimdi istesem de ağlayamıyorum.

11- 0. Şimdi her zaman olduğumdan daha sinirli değilim.
1. Eskisine kıyasla daha kolay kızıyor ya da sinirleniyorum.
2. Şimdi hep sinirliyim.
3. Bir zamanlar beni sinirlendiren şeyler şimdi hiç sinirlendirmiyor.

12- 0. Başkaları ile görüşmek, konuşmak isteğimi kaybetmedim.
1. Başkaları ile eskiden daha az konuşmak, görüşmek istiyorum.
2. Başkaları ile konuşma ve görüşme isteğimi kaybettim.
3. Hiç kimseyle konuşmak görüşmek istemiyorum.

13- 0. Eskiden olduğu gibi kolay karar verebiliyorum.
1. Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.
2. Karar verirken eskisine kıyasla çok güçlük çekiyorum.
3. Artık hiç karar veremiyorum.

14- 0. Aynada kendime baktığımda değişiklik görmüyorum.
1. Daha yaşlanmış ve çirkinleşmişim gibi geliyor.
2. Görünüşümün çok değiştiğini ve çirkinleştiğimi hissediyorum.
3. Kendimi çok çirkin buluyorum.

15- 0. Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.
1. Bir şeyler yapabilmek için gayret göstermem gerekiyor.
2. Herhangi bir şeyi yapabilmek için kendimi çok zorlamam gerekiyor.
3. Hiçbir şey yapamıyorum.

16- 0. Her zamanki gibi iyi uyuyabiliyorum.
1. Eskiden olduğu gibi iyi uyuyamıyorum.
2. Her zamankinden 1-2 saat daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.
3. Her zamankinden çok daha erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum.

17- 0. Her zamankinden daha çabuk yorulmuyorum.
1. Her zamankinden daha çabuk yoruluyorum.
2. Yaptığım her şey beni yoruyor.
3. Kendimi hemen hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun hissediyorum.

18- 0. İştahım her zamanki gibi.
1. İştahım her zamanki kadar iyi değil.
2. İştahım çok azaldı.
3. Artık hiç iştahım yok.

19- 0. Son zamanlarda kilo vermedim.
1. İki kilodan fazla kilo verdim.
2. Dört kilodan fazla kilo verdim.
3. Altı kilodan fazla kilo vermeye çalışıyorum.

20- 0. Sağlığım beni fazla endişelendirmiyor.
1. Ağrı, sancı, mide bozukluğu veya kabızlık gibi rahatsızlıklar beni endişelendirmiyor.
2. Sağlığım beni endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zorlaşıyor.
3. Sağlığım hakkında o kadar endişeliyim ki başka hiçbir şey düşünemiyorum.

21- 0. Son zamanlarda cinsel konulara olan ilgimde bir değişme fark etmedim.
1. Cinsel konularla eskisinden daha az ilgiliyim.
2. Cinsel konularla şimdi çok daha az ilgiliyim.
3. Cinsel konular olan ilgimi tamamen kaybettim.

EK–3: Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ)

		1.Hiçbir zaman	2.Çok nadir	3. Bazen	4. Çoğu zaman	5. Her zaman
1.	İşimden soğuduğumu hissediyorum					
2.	İş dönüşü kendimi ruhen tükenmiş hissediyorum.					
3.	Sabah kalktığımda bu işi bir gün daha kaldıramayacağımı hissediyorum.					
4.	İşim gereği karşılaştığım insanların ne hissettiğini hemen anlarım.					
5.	İşim gereği karşılaştığım bazı kimselere sanki insan değillermiş gibi davrandığımı fark ediyorum.					
6.	Bütün gün insanlarla uğraşmak benim için gerçekten çok yıpratıcı					
7.	İşim gereği karşılaştığım insanların sorunlarına en uygun çözüm yollarını bulurum.					
8.	Yaptığım işten yıldığımı hissediyorum.					
9.	Yaptığım iş sayesinde insanların yaşamına katkıda bulunduğuma inanıyorum.					
10.	Bu işte çalışmaya başladığımdan beri insanlara karşı sertleştim.					
11.	Bu işin beni giderek katılaştırmasından korkuyorum.					
12.	Çok şeyler yapabilecek güçteyim.					
13.	İşimin beni kısıtladığını biliyorum					
14.	İşimde çok fazla çalıştığımı hissediyorum.					
15.	İnsanlara ne olduğu umurumda değil.					
16.	Doğrudan doğruya insanlarla çalışmak bende çok fazla stres yaratıyor.					
17.	İnsanlarla aramda rahat bir hava yaratıyorum.					
18.	İnsanlarla yakın bir çalışmadan sonra kendimi canlanmış hissediyorum.					

19.	Bu işte birçok kayda değer başarı elde ettim.					
20.	Yolun sonuna geldiğimi hissediyorum.					
21.	İşimdeki duygusal sorunlara soğukkanlılıkla yaklaşırım.					
22.	İşim gereği karşılaştığım insanların bazı problemlerini sanki ben yaratmışım gibi davrandıklarını hissediyorum.					

ÖZGEÇMİŞ

Barış Selim Topal 27 Eylül 1990 yılında Samsun' da doğdu. Lise öğrenimini Bodrum Lisesinde tamamladı. Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde Yakındoğu Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümünü bitirdi. Eskişehir ili Anadolu Üniversitesi'nde Tarih bölümünde eğitim gördü. İstanbul ili, Şişli ilçesinde kendine ait ruh sağlığı kliniğinde 3 yıldır hizmet vermektedir. Kumar bağımlılığı, madde bağımlılığı, kadına yönelik şiddete karşı, engelli vatandaşların cinsel tacize uğramaması, lgbtyle ilgili çalışmalarda bulunmuştur. İngilizce, Rusça, Arapça, Osmanlıca bilmektedir.

Barış Selim TOPAL