

Depresyon, Kişilik Tipleri ve Yüz Yüze İletişim İlişkisi Türkiye'deki Üniversite Öğrencileri Arasında Bir Alan Araştırması

Birol GÜLNAR

Selçuk Üniversitesi

İletişim Fakültesi, Radyo Televizyon ve Sinema Bölümü

Konya

bgulnar@selcuk.edu.tr

Fatma ÖZTAT

Selçuk Üniversitesi

İletişim Fakültesi, Radyo Televizyon ve Sinema Bölümü

Konya

fatma.oztat@selcuk.edu.tr

Özet

Depresyon ve kişilik tipleri ile ilgili farklı göstergeler son yıllarda iletişim alanıyla sıklıkla ilişkilendirilmektedir. Yapılan araştırmalarda; depresyon düzeyinin, yüz yüze iletişim sıklığı ile negatif ilişkili olduğu görülmektedir. Diğer yandan kişilik tiplerine göre iletişim sıklığının farklılaştığı bilinmektedir. Öğrencilerin kişilik tiplerinin ve yüz yüze iletişim kurma sıklıklarının, depresyon düzeylerini etkileyebileceği öngörülmektedir. Bu bilgilerden hareketle bu çalışma; Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin depresyon, kişilik tipleri ve yüz yüze iletişim düzeyleri arasında var olabilecek anlamlı ilişkileri ortaya koymayı amaçlamaktadır. Türkiye genelindeki yirmi altı (26) üniversiteye devam eden iki bin sekiz yüz altı (2806) öğrenciyle anket çalışması yapılmıştır. Çalışmanın Türk üniversitelerindeki bütün öğrencileri temsil edebilmesi için küme, amaçlı ve rastgele örnekleme gibi farklı örnekleme teknikleri kullanılmıştır. Veriler; depresyon, kişilik tipleri ve yüz yüze iletişim sıklığı gibi farklı alt ölçekler içeren bir anket aracılığıyla toplanmıştır. Sonuçlar incelendiğinde, Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin %18.9'unun depresyonda olduğu görülmektedir. Öğrencilerin yaklaşık beşte birinin depresyonda olması, sosyal çevreleri, ders başarıları, dünyayı algılamalı, gelecek planları gibi pek çok konuda toplumu etkileyebilecek bir zemin oluşturmaktadır. Diğer yandan üniversite öğrencilerinin orta düzeyde yüz yüze iletişim sıklığına sahip olduğu anlaşılmaktadır. Öğrenciler daha yüksek düzeyde deneyime açık ve uzlaşmacı kişilik tipine sahiptir. Öğrenciler arasında en düşük düzeyde nevrotik kişilik tipi görülmektedir. Öğrencilerin depresyon düzeyi ile nevrotik kişilik tipi arasında pozitif korelasyon bulunmaktadır. Aynı zamanda nevrotik kişilik tipi ile yüz yüze iletişim düzeyi arasında negatif ilişki vardır. Dışadönük, deneyime açık, uzlaşmacı kişilik ve titiz kişilik tipleri ile yüz yüze iletişim düzeyi pozitif korelasyon göstermektedir. Öğrencilerin yüz yüze iletişim sıklığı arttıkça depresyon düzeyleri düşmektedir.

Anahtar Kelimeler: Depresyon, kişilik tipleri, yüz yüze iletişim, Türk üniversite öğrencileri, nevrotik kişilik tipi.

The Relationship Between Depression, Personality Types and Face To Face Communication: A Field Research Among University Students' In Turkey

Abstract

Different indicators related to depression and personality types have been frequently associated with the field of communication in recent years. In some research projects; depression level appears to be negatively correlated with the frequency of face-to-face communication. On the other hand, it is known that the frequency of communication varies according to personality types. It is predicted that students' personality types and their frequency of face-to-face communication may affect their depression levels. Based on this information - this study, depression of university students in Turkey, personality types and face significant relationship that may exist between levels face communication aims to reveal. A survey was conducted with two thousand eight hundred and six (2806) students attending twenty-six (26) universities throughout Turkey. Different sampling techniques such as cluster, purposeful and random sampling were used in order to represent all students in Turkish universities. Data; it was collected through a questionnaire containing different subscales such as depression, personality types, and frequency of face-to-face communication. When the results were analyzed, 18.9% of university students in Turkey appears to be depressed. The fact that approximately one fifth of the students are depressed creates a ground that can affect the society in many issues such as their social environment, academic achievements, perception of the world, and future plans. On the other hand, it is understood that university students have a moderate frequency of face-to-face communication. Students have a higher level of openness to experience and agreeableness personality type. The lowest level of neuroticism is observed among students. There is a positive correlation between students' depression level and neuroticism. At the same time, there is a negative relationship between the neurotic personality type and the level of face-to-face communication. The openness to experience, extraversion, agreeableness and conscientiousness personality types are positively correlated with the level of face-to-face communication. As the students' frequency of face-to-face communication increases, their depression levels decrease.

Keywords: Depression, personality types, face to face communication, Turkish university students, neuroticism.

Giriş

Kişiler arası iletişimin ilk ve en temel kurgusu olan yüz yüze iletişim, karşılıklı konuşmaktan çok daha fazla anlam içermektedir. Yüz yüze iletişim sadece sözlü değil; psikolojik, duyuşsal ve sosyal etkileşim kurarak gerçekleştirilmektedir (Dohen vd., 2010). Modern hayatın yüz yüze iletişimi dönüştürmeye başlamasıyla beraber, yüz yüze iletişimle farklı pek çok sosyal olgu ilişkilendirilebilmektedir (Gülner ve Öztat, 2020). Bu olgulardan biri de psikolojik sağlıktır. Psikolojik sağlık alanında öne çıkan depresyon kavramının iletişim süreçleri ve özellikle yüz yüze iletişim ile ilişkisi farklı çalışmalara konu olmaktadır. Bireylerin depresyon durumu, onların kişiler arası ilişkileri nasıl algıladıkları ile ilişkilendirilmiştir. Depresif bireyler kişiler arası beceriler açısından zorlanmakta ve daha fazla iletişim sorunu yaşamaktadırlar (Şahin vd., 2011). Diğer yandan kişiler arası iletişim

arttıkça depresyon ve yalnızlık düzeyi azalmaktadır (Shaw ve Gant, 2004; Gülnar, 2016). Aynı zamanda bireylerin yakın çevreleriyle az ve olumsuz olarak nitelendirilen iletişim zemininin depresyonla ilişkisi bilinmektedir (Zlotnick vd., 2000). Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyini azaltmak için iletişim becerilerinin ve sosyal ilişkilerin geliştirilmesi gerektiği ifade edilmektedir (Ceyhan vd., 2009).

Çalışmalarda iletişim sıklığı ve depresyon ile ilişkilendirilen bir diğer değişken katılımcıların kişilik tipi olmuştur (Lee vd., 2008). Farklı kişilik tiplerinin iletişime açıklığı veya kişilik tiplerine göre iletişim tercihleri çeşitli araştırmalara konu edilmiştir (Levent, 2011). Kişik tipleri ile iletişim türleri arasındaki ilişki bilinmektedir (Gülnar vd., 2010; Jurado vd., 2018). Öz saygısı yüksek kişiler iletişim kurmak için internet teknolojisi haricindeki sosyal alanlara yönelmektedir (Gülnar ve Kazaz, 2016). Deneyime açık kişilik tipinin, diğer kişilik tiplerine göre, yüz yüze iletişimle daha yüksek düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur (Sacco ve Brown, 2018). Bireylerin kişiliği ile ruh sağlığı arasındaki ilişki öne çıkmaktadır. Günlük yaşamdaki sorunların aşılması süreci ve dolayısıyla buna bağlı gelişebilecek depresyonun, bireylerin kişiliğinden bağımsız düşünülmesi zordur (Sperandeo vd., 2020). Stres gibi depresyona eşlik edebilen duygular da kişilik tiplerine göre farklılaşmaktadır (Kazaz ve Gülnar, 2016; Akgun ve Ture, 2019). Savunmasız kişilik özelliklerine sahip olan bireyler diğer kişilik tiplerine göre daha fazla depresif belirtiyeye ve daha yüksek depresyon düzeyine sahiptirler (Li vd., 2020). Dışadönük kişilik tipi ile mutluluk arasında pozitif korelasyon bulunmaktadır, nevrotik ve psikotik kişilik tiplerinde ise bu durumun tam tersi bir sonuç görülmektedir (Pishva vd., 2011). Benzer çalışmalarda da nevrotik kişilik tipi ile mutsuzluk arasında ilişki bulunmuştur (Aziz vd., 2014).

İletişim sürecinin modern çağın etkisiyle büyük bir dönüşüme tabi olduğu günümüzde depresif bireylerin giderek daha çok iletişim sorunu yaşadıkları bilinmektedir. Kişilik tiplerine göre ruh sağlığı ve depresyon göstergelerinin farklılaştığı göz önüne alındığında bu alanda daha çok araştırmaya ihtiyaç duyulduğu görülmektedir. Depresyonun, kişiler arası iletişimin en temel yolu olan yüz yüze iletişimle ve kişilik tipleri ile var olabilecek ilişkisi bu açıdan önem arz etmektedir. Gençlerin, özellikle üniversite öğrencilerinin, yüz yüze iletişim kurma dinamikleri farklı pek çok etkenle şekillenebilir. Çağımızda, giderek artan sosyal medya kullanımı ve internet bağımlılığı (Balcı ve Gülnar, 2009), yalnızlaşma eğilimi (Çakır vd., 2015), iletişim korkusu (Şahin ve Gülnar, 2016) gibi etmenler üniversite öğrencilerinin yüz yüze iletişim kurma sıklıklarını etkileyebilmektedir. Bu süreçte öğrencilerin çoğunlukla alıştıkları çevreden, ailelerinden ve yakınlarından uzak bir eğitim hayatı süreçleri göz önünde bulundurulmalıdır. Yeni bir şehirde, yeni insanlarla hayatına devam etmek zorunda

kalan üniversite öğrencilerinin yüz yüze iletişim sıklıklarında; üniversite hayatının önemli dinamiklerinden olan “yakın arkadaş” faktörü öne çıkmaktadır. Bir açıdan aile ve yakın çevrenin yerini doldurabilecek bir potansiyele sahip olan yakın arkadaşların sayısının, arkadaşlara gün içinde ayrılan zamanın artmasının, öğrencilerin ruh sağlığını olumlu yönde etkileyebileceği düşünülmektedir. Öğrencilerin sahip oldukları kişilik tiplerinin ise yeni arkadaşlar edinme ve kurulacak iletişim sıklığında öne çıktığı söylenebilmektedir.

Literatür Taraması

Bu başlık altında yüz yüze iletişim ve depresyon ilişkisi kuramsal bir çerçevede ele alınmıştır. Diğer yandan çalışmanın temel konusu olan depresyon, yüz yüze iletişim ve kişilik tipleri ilişkisi yapılan çalışmalar ışığında değerlendirilmiş, değişkenler kuramsal bir çerçevede açıklanmaya çalışılmıştır.

Günümüz teknolojilerinin uygulamalarıyla yapılan iletişim çeşitlerine nazaran her zaman daha güçlü olduğu ifade edilen yüz yüze iletişim (Egan, 2017) sosyal pek çok durumla içi içedir. Günlük hayatta ihtiyaçların, fikirlerin, duyguların, yakın çevreden başlayarak aktarılmasını sağlayan yüz yüze iletişim, psikolojik sağlıkla ilişkilendirilmektedir. Psikolojik sorunlarda yüz yüze iletişim sıklığının azaldığı bilinmektedir (Grossman vd., 2019). Psikolojik sorunların arasında öne çıkan depresyon, yetişkinler arasında en sık görülen ruhsal bozukluklardan biridir (Wagner, 2014). Sağlık, fonksiyonel statüdeki değişiklikler, ekonomik ve kişisel maliyet dengelerinin bozulmasıyla başlayabilen depresyon (Andrews vd., 2011) iletişim ağlarının boyutu ve yoğunluğu ile negatif ilişkili görülmektedir (Hall vd., 2019). Kişiler arası iletişim sıklığının depresyon düzeyi ile negatif ilişkili olduğu bilinmektedir (Gülner ve Aker, 2013).

Çalışmalarda; yüz yüze iletişimin sıklığının artması, depresyon düzeyini düşüren bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Wright vd.’nin çalışmasına göre; yüz yüze iletişim sıklığının ve memnuniyetinin artması depresyon düzeyini düşürmektedir. Çalışmaya göre iletişim süreci yüz yüze gerçekleştirildiği müddetçe depresyonla negatif ilişkili olmaya devam etmektedir. Farklı platformlardan ve internet teknolojileri ile gerçekleştirilen iletişim, yüz yüze iletişimin yerini tutmamakta, yüz yüze iletişim haricindeki kanallar çoğunlukla depresyonla negatif ilişki göstermektedir (Wright vd., 2012). Diğer yandan bireylerin psikolojik koşulları ve seçtikleri iletişim araçları arasındaki ilişki dikkat çekmektedir. Depresyondaki bireylerin cep telefonu teknolojilerine yöneldikleri ve geçici bir rahatlama sağlamaya çalıştıkları bilinmektedir. Yüz yüze iletişim süreci ise depresyondaki kişilerin sorunlu iletişim döngülerini kırmaktadır (Kim vd., 2015). Duygularla yakından ilişkili olan depresyon durumunda yüz yüze iletişimin farklı bir boyutu öne çıkmaktadır. Yüz yüze

iletişim olumlu duyguların paylaşımı ile yüksek, olumsuz duyguların paylaşımı ile düşük ilişkilidir (Vermeulen vd., 2017).

Kişilik tipleri ve iletişim türleri arasındaki ilişki farklı tartışmalara konu olmaktadır (Hazar, 2013). Farklı kişilik tipleri ve iletişim düzeyleri arasında yapılan araştırmalarda, genel olarak paylaşımcı, deneyime açık, dışa dönük bireylerin yüz yüze iletişimi tercih ettikleri; içe dönük, depresif, nevrotik vb. ruhsal sorunları olan bireylerin yüz yüze iletişim sıklıklarının düşük olduğu görülmektedir. Dışa dönük bireylerin internet tabanlı iletişimden ziyade sosyal ortamlarda daha çok zaman geçirdikleri bilinmektedir (Landers ve Lounsbury, 2006). Heterojen-geliştirici kişilik tiplerinin tek düze kişilik tiplerine nazaran iletişime ve işbirliğine daha açık olduğu bilinmektedir (Sfetsos vd., 2006). Yüz yüze iletişim, öz farkındalığı yüksek kişiler için öne çıkmaktadır (Sassenberg vd., 2005). Ayrıca depresyon ve kişilik tipleri arasındaki ilişki zemini, araştırmalarda baskın alanlardan biridir (L. Flett vd., 1995). Katılımcıların farklı duyguları onların psikolojik durumlarıyla beraber değerlendirilmektedir. Melankolik kişilik tipi de bu açıdan çalışmalarda depresyonla pozitif ilişkili görünmektedir (Cloninger vd., 1998). Depresyon, suçluluk ve kişilik tipleri arasında da farklı boyutlarda ilişkiler bulunmaktadır (Akse vd., 2007). Nevrotik kişilik tipi ile psikolojik sorunlarla başedebilme arasında negatif ilişki gözlemlenmiştir (Panayiotou vd., 2014). Bu bilgiler ışığında bu çalışmada güncel iletişim araştırmalarında sıklıkla tartışılan depresyon, kişilik tipleri ve yüz yüze iletişim kavramlarının olası ilişkisi incelenecektir.

İlgili literatür taraması ışığında aşağıda yer alan araştırma sorularına yer verilmiştir:

Araştırma Sorusu 1: Katılımcıların yüz yüze iletişim sıklık düzeyleri nedir?

Araştırma Sorusu 2: Katılımcıların depresyon düzeyi nedir?

Araştırma Sorusu 3: Katılımcılar hangi kişilik tipine sahiptir?

Araştırma Sorusu 4: Katılımcıların depresyon düzeyleri, yüz yüze iletişim sıklığı düzeyleri ile sahip oldukları kişilik tipleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Yöntem

Üniversite öğrencilerinin sahip oldukları kişilik tipi, yüz yüze iletişim sıklıkları ve depresyon düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığını ortaya koymak amacıyla 22'si devlet, 4'ü de vakıf üniversitesi olmak üzere toplam 26 üniversitede, 2806 öğrenci arasında bir alan araştırması gerçekleştirilmiştir. 2806 öğrenci toplamda 28 farklı programda öğrenimlerini sürdürmektedirler.

Araştırmanın Uygulanması ve Örneklem

Çalışma, tüm Türkiye'deki üniversite öğrencilerini temsil etme amacı güttüğü için parametrik bir tasarıma sahiptir. YÖK verilerine göre, Türkiye'de 2.090.000'ni Devlet

Üniversitelerinde olmak üzere toplam 2.320.000 üniversite öğrencisi öğrenim görmektedir. Yapılan hesaplamalar neticesinde, % 95 güvenilirlik aralığında, % 3 hata payı ile bu araştırma nüfusunu temsil etmek için en az 1067 öğrencinin örnekleme alınması gerektiği bulunmuştur. Geri dönüş oranlarında sorun yaşanabileceği göz önünde bulundurularak toplam 3000 öğrencinin örnekleme dâhil edilmesi hedeflenmiştir. Kamu üniversitelerindeki ve vakıf üniversitelerindeki öğrencilerin sayısal dağılımındaki dengesizlik ve Türkiye'nin farklı coğrafi bölgelerindeki üniversite ve dolayısıyla öğrenci sayısındaki dengesiz dağılım yüzünden basit tesadüfi (rastlantılı) örnekleme tekniği kullanılmamıştır. Farklı coğrafi bölgelerde yer alan üniversite ve öğrenci ile kamu ve vakıf üniversitelerindeki öğrenci sayılarının evrendeki ağırlıklarına göre örnekleme temsil edilmesi fikrinden hareketle, örnekleme seçiminde “Küme Örnekleme” yöntemi temel yöntem olarak kullanılmıştır. Küme örnekleme tekniği içerisinde ayrıca örnekleme seçiminde amaçlı ve katmanlı teknikler de kullanılmıştır. Buna göre, yedi coğrafi bölgede yer alan üniversitelerin tespitinde, o bölgedeki üniversite sayısının evrendeki üniversite sayısına oranının belirlenmesinin yanında seçilen üniversitelerin coğrafi bölgenin – mümkün olduğunca - tamamına dağılacak biçimde ve farklı gelişmişlik düzeylerinde seçilmesi amaçlanmıştır. Coğrafi bölgelerin kendi içerisinde basit tesadüfi örnekleme alma metoduyla seçimi, farklı gelişmişlik düzeylerindeki ve farklı alt bölgelerdeki üniversitelerin seçimini garanti edemeyeceği için bölgeler içerisinde amaçlı bir biçimde bu üniversitelerin seçimi gerçekleştirilmiştir. Örnekleme seçiminde aşağıda yer alan aşamalar sırasıyla takip edilmiştir:

1. Coğrafi Bölgelerde Yapılması Gereken Anket Sayısının Hesaplanması: İlgili coğrafi bölgedeki toplam öğrenci sayısının tüm Türkiye'deki öğrenci sayısına oranı hesaplanır. Sonrasında ise toplam yapılacak anket sayısına (3000) oranlanarak o bölge için yapılacak anket sayısı hesaplanır.

2. Üniversiteler Bazında Yapılması Gereken Anket Sayısının Hesaplanması: Sonraki aşamada da o bölge için belirlenen her bir üniversitedeki öğrenci sayısının yine o bölge örnekleminde yer alan toplam öğrenci sayısına oranı bulunur. Bu oran toplam o bölge için yapılacak anket sayısına oranlanarak her bir üniversite için yapılması gereken anket sayısı belirlenmiş olur. Bu uygulamalar sonucunda, 22'si devlet, 4'ü de vakıf üniversitesi olmak üzere toplam 26 üniversitede, 2806 öğrenci ile bir alan araştırması gerçekleştirilmiştir. 2806 öğrenci toplamda 28 farklı programda öğrenimlerini sürdürmektedirler.

Tablo 1. Katılımcı Öğrencilerin Üniversitelere Göre Dağılımı

Üniversite Adı	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde
----------------	---------	-------	---------------

Selçuk	215	7.7	7.9
Marmara	202	7.2	7.4
Uludağ	150	5.3	5.5
KATÜ	147	5.2	5.4
İstanbul	138	4.9	5.1
Karabük	136	4.8	5.0
Ege	135	4.8	5.0
Adnan Menderes	133	4.7	4.9
Muğla Sıtkı Koçman	120	4.3	4.4
Cumhuriyet	116	4.1	4.3
Kocaeli	115	4.1	4.2
Gazi	113	4.0	4.1
Anadolu	113	4.0	4.1
Ondokuz Mayıs	94	3.3	3.4
Akdeniz	92	3.3	3.4
Mustafa Kemal	85	3.0	3.1
Fırat	80	2.9	2.9
Süleyman Demirel	75	2.7	2.8
Kırklareli	72	2.6	2.6
İstanbul Ticaret	72	2.6	2.6
İnönü	70	2.5	2.6
Uşak	57	2.0	2.1
Dicle	55	2.0	2.0
İstanbul Aydın	51	1.8	1.9
Mevlana	50	1.8	1.8
Bahçeşehir	40	1.4	1.5
Toplam	2726	97.1	100.0
Cevapsız	80	2.9	
Genel Toplam	2806	100.0	

Katılımcıların % 56,2'si kız, % 43,8'i de erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Tablo 1, katılımcı öğrencilerin üniversitelere göre dağılımını içermektedir. Buna göre öğrencilerin % 7.7'si Selçuk, % 7.2'si Marmara, % 5.3'ü Uludağ, % 5.2'si KATÜ, % 4.9'u İstanbul, % 4.8'i Karabük, % 4.8'i Ege, % 4.7'si Adnan Menderes, % 4.3'ü Muğla Sıtkı Koçman, % 4.1'i Cumhuriyet, % 4.0'ü Gazi, % 4.0'ü Anadolu ve daha düşük oranlarda diğer üniversitelerde öğrenimlerini sürdürmektedirler.

Tablo 2. Katılımcı Öğrencilerin Programlara Göre Dağılımı

Program Adı	Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde
Eğitim Fakültesi	503	17.9	18.7
İletişim Fakültesi	382	13.6	14.2
Mühendislik Fakültesi	240	8.6	8.9

İ.İ.B.F.	231	8.2	8.6
Sağlık Meslek Yüksek Okulu	199	7.1	7.4
Edebiyat Fakültesi	189	6.7	7.0
Tıp Fakültesi	161	5.7	6.0
Fen Fakültesi	148	5.3	5.5
Güzel Sanatlar Fakültesi	87	3.1	3.2
İlahiyat Fakültesi	78	2.8	2.9
Diş Hekimliği Fakültesi	76	2.7	2.8
Ziraat Fakültesi	65	2.3	2.4
BESYO	59	2.1	2.2
Veterinerlik	55	2.0	2.0
Sosyal Bilimler M.Y.O.	50	1.8	1.9
Teknoloji Fakültesi	49	1.7	1.8
Hukuk Fakültesi	34	1.2	1.3
Teknik Bilimler M.Y.O.	22	0.8	0.8
Ticari Bilimler Fakültesi	19	0.7	0.7
Mimarlık Fakültesi	11	0.4	0.4
Adalet Meslek Yüksek Okulu	8	0.3	0.3
Sanat ve Tasarım Fakültesi	6	0.2	0.2
Turizm Fakültesi	4	0.1	0.1
Su Ürünleri Fakültesi	4	0.1	0.1
Orman Fakültesi	1	0.0	0.0
Havacılık ve Uzay Fakültesi	1	0.0	0.0
Yabancı Diller M.Y.O.	1	0.0	0.0
Toplam	2683	95.6	100.0
Cevapsız	123	4.4	
Genel Toplam	2806	100.0	

Tablo 2 ise, araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenimlerini sürdürdükleri programların dağılımını içermektedir. Buna göre katılımcı öğrencilerin, % 18.7'si Eğitim Fakültesi'nde, % 14.2'si İletişim Fakültesi'nde, % 8.9'u Mühendislik Fakültesi'nde, % 8.6'sı İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi'nde, % 7.4'ü Sağlık Meslek Yüksek Okulu'nda, % 7.0'si Edebiyat Fakültesi'nde, % 6.0'sı Tıp Fakültesi'nde, % 5.5'i Fen Fakültesi'nde ve daha düşük oranlarda diğer programlarda öğrenimlerini sürdürmektedirler.

Ölçüm Araçları

Katılımcıların depresyon düzeyi, sahip oldukları kişilik tipleri ve yüz yüze iletişim sıklıkları arasındaki var olabilecek ilişkiyi ölçmek amacıyla üç bölümden oluşan bir ölçek kullanılmıştır.

Bu çalışmada da katılımcıların depresyon düzeylerini ölçmek için Hudson'ın (1982, aktaran Wang, 2006: 82) "Genel Memnuniyet Ölçeği" kullanılmıştır. Söz konusu ölçek klinik olmayan vakalarda sıkça kullanıldığı için bu çalışmada da tercih edilmiştir. 25 sorudan oluşan

ölçek, depresyonun duygusal, psikolojik ve bilişsel boyutlarını ölçmektedir. Yaşamlarında karşılaştıkları belirli durumları, katılımcılar beşli ölçeği kullanarak hangi sıklıkta (1= Hiçbir zaman, 5= Her zaman) yaşadıklarını belirtmişlerdir. Hudson (1982) ölçeğin güvenilirlik değerlerini .89 ile .96 arasında ölçmüştür. Wang (2006: 84) ise alfa değeri olarak .91 değerini çalışmasında rapor etmiştir. Gülnar ve Balcı da (2010: 155) ölçeğin alfa değerini .83 olarak hesaplanmışlardır. Wang (2006) ölçeğin yapı geçerliliğini yaşam doyumu ile depresyon arasındaki negatif korelasyonla ($r = -.60, p < .001$) sağlamıştır. Gülnar ve Balcı da (2010: 155) aynı yapı geçerliliğini ölçekle yaşam doyumu arasındaki negatif korelasyonla ($r = -.284, p < .001$) sağlamışlardır.

Üniversite öğrencisi katılımcıların yüz yüze iletişim sıklıkları, yakın arkadaşlarıyla olan iletişim sıklıklarına bakarak ölçülmüştür. Katılımcılara haftada kaç gün yakın arkadaşlarıyla yüz yüze iletişimde buldukları sorulmuştur. Cevaplar; 0=Hiç Bulunmuyorum'dan, 7=Haftanın Her Günü Bulunuyorum'a kadar sekiz farklı seçenek içermektedir.

Katılımcıların kişilik tiplerini ölçmek için Beş Büyük Envanter kullanılmıştır. Beş Büyük Envanter ölçeğinde; bir bireyin beş büyük kişilik tipinden hangisine ait olduğunu ölçülmektedir; deneyimlere açık, özenli, dışadönük, uzlaşmacı ve nevroitik (John ve Srivastava, 1999'dan aktaran Rollings, 2011: 22). Katılımcılar beşli ölçekte kendilerine yöneltilen maddelerden uygun olanı işaretleyeceklerdir. Ölçeğin alt boyut güvenilirlik alfa değerleri 0.75 ile 0.87 arasında değişmektedir.

Uygulanan Analizler ve İstatistiksel Testler

Öncelikle Türkiye'deki üniversite öğrencileri arasında pilot çalışma yapılmış ve soru formu üzerinde gerekli düzenlemeler gerçekleştirilmiştir. Analizler ve testler SPSS 25 programı aracılığıyla yapılmıştır. İlgili araştırma sorularını yanıtlamak için farklı analizler uygulanmıştır. Katılımcıların compute edilmiş yüz yüze iletişim sıklığı düzeylerini tespit etmek için frekans analizi ve merkezi eğilim istatistiği kullanılmıştır. Katılımcıların depresyon düzeyini belirlemek için frekans analizi uygulanmıştır. Kişilik tiplerini ölçmek için merkezi eğilim istatistiği yapılmıştır. Bunun yanı sıra, katılımcıların depresyon düzeyi, kişilik tipleri ve yüz yüze iletişim sıklığı arasında ilişki olup olmadığını ortaya koyabilmek amacıyla korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular

Bulgular başlığı kendi içerisinde dört önemli bölümü barındırmaktadır: Öncelikle katılımcıların yüz yüze iletişim sıklığı, depresyon düzeyi ve kişilik tipleri ile ilgili bulgular

paylaşmıştır. Son olarak katılımcıların depresyon, kişilik tipleri ile yüz yüze iletişim sıklığı ilişkisine yer verilmiştir.

Katılımcıların Yüz Yüze İletişim Sıklığı

Katılımcıların yakın arkadaşlarıyla haftalık yüz yüze iletişim sıklıkları ölçülmüştür. Tablo 3'e göre katılımcıların %36'sı haftanın her günü yakın arkadaşlarıyla ile yüz yüze iletişimde bulunmaktadır. Bu sonuçtan hareketle katılımcıların yaklaşık üçte birinin her gün yakın arkadaşlarıyla yüz yüze iletişimde buldukları anlaşılmaktadır. Diğer iletişim sıklığı tercihlerine bakılacak olursa; haftanın altı günü yakın arkadaşlarıyla yüz yüze iletişimde bulunanların oranı % 9,6 ve haftanın beş günü yakın arkadaşları ile yüz yüze iletişim kurabilen katılımcıların oranı % 17,4 olmuştur. Yakın arkadaşlarıyla yüz yüze iletişim kurmayanların oranı ise % 7,9 olarak görülmektedir.

Tablo 3: Katılımcıların Yakın Arkadaşları ile Haftalık Yüze Yüze İletişim Sıklığı Frekans Analizi

İletişim Sıklığı	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde
Hiç Bulunmuyorum	221	7,8	7,9
Haftada 1 Gün	118	4,1	4,6
Haftada 2 Gün	256	9,0	9,9
Haftada 3 Gün	191	6,7	7,4
Haftada 4 gün	391	13,7	15,1
Haftada 5 Gün	451	15,8	17,4
Haftada 6 Gün	247	8,7	9,6
Haftanın Her Günü	931	32,7	36,0
Toplam	2806	98,6	100
Cevapsız	40	1,4	
Genel Toplam	2846	100	

Katılımcıların yakın arkadaşlarıyla günlük görüşme sıklığı frekans analizi ile incelenmiştir. Tablo 4'te görüleceği üzere katılımcıların % 28,4'ü, 3.1 – 5 saat yakın arkadaşlarıyla yüz yüze iletişim kurmaktadır. Katılımcıların % 10.3'ü, 9 saatten fazla yakın arkadaşlarıyla yüz yüze iletişim kurmaktadır. Yakın arkadaşlarıyla hiç görüşmeyenlerin oranı ise % 7,9 olarak görülmektedir.

Tablo 4: Katılımcıların Yakın Arkadaşlarıyla Günlük Yüz Yüze İletişim Sıklığı Frekans Analizi

İletişim Sıklığı	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde
Hiç Bulunmuyorum	222	7,8	7,9
0 - 30 Dakika	101	3,5	3,6
31 Dakika - 1 Saat	266	9,3	9,5
1,1 – 3 Saat	587	20,6	20,9
3.1 – 5 Saat	798	28,0	28,4
5.1 – 7 Saat	373	13,1	13,3
7.1 – 9 Saat	169	5,9	6,0
9 Saatten Fazla	290	10,2	10,3
Toplam	2806	98,6	100,0
Cevapsız	40	1,4	
Genel Toplam	2846	100	

Katılımcıların yaklaşık olarak sahip oldukları yakın arkadaş sayısı frekans analizi ile incelenmiştir. Tablo 5'e göre öğrencilerin % 36,3'ünün 1 – 5 yakın arkadaşı bulunmaktadır. 30'dan fazla yakın arkadaşım var diyen katılımcıların oranı % 4,3 olmuştur. Hiç yakın arkadaşı olmayanların oranı ise % 8,7 olarak görülmektedir.

Tablo: 5 Katılımcıların Yaklaşık Olarak Sahip Oldukları Yakın Arkadaş Sayısı Frekans Analizi

Arkadaş Sayısı	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde
Hiç	244	8,6	8,7
1 – 5	1018	35,8	36,3
6 – 10	898	31,6	32,0
11 – 15	236	8,3	8,4
16 – 20	175	6,1	6,2
21- 25	85	3,0	3,0
26 – 30	30	1,1	1,1
30'dan fazla	120	4,2	4,3
Toplam	2806	98,6	100
Cevapsız	40	1,4	
Genel Toplam	2846	100	

Katılımcıların yüz yüze iletişim sıklığı merkezi eğilim istatistiği ile incelenmiştir. Tablo 6'ya göre, öğrencilerin yüz yüze iletişim sıklığı düzeylerinin ortalaması $\bar{x} = 3,7675$ olarak görülmektedir. Bu sonuca göre katılımcı öğrencilerin iletişim sıklığının orta düzeyde olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 6: Katılımcıların Yüze Yüze İletişim Sıklığı Merkezi Eğilim İstatistiği

	N	En Düşük	En	Ortalama	Std.
Yüz Yüze İletişim Sıklığı	2631	0,00	7,00	3,7675	1,16812

Katılımcıların Depresyon Düzeyi

Katılımcıların depresyon düzeyi frekans analizi ile incelenmiştir. Tablo 7'deki sonuçlara göre, katılımcıların % 81,1'i düşük depresyon düzeyine sahiptir. Katılımcıların % 18,9'unun ise depresyonda olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 7: Katılımcıların Depresyon Düzeyine İlişkin Frekans Analizi

Depresyon Düzeyi	Sayı	Yüzde	Geçerli Yüzde
Düşük Depresyon	2254	79,2	81,1
Yüksek Depresyon	526	18,5	18,9
Genel Toplam	2780	97,7	100,0

Katılımcıların Kişilik Tipleri

Katılımcıların sahip oldukları kişilik tipleri merkezi eğilim istatistiği ile incelenmiştir. Tablo 8'de görüleceği üzere katılımcılar en yüksek deneyime açık kişilik tipine ($\bar{x} = 3,5765$) sahiptir. Deneyime açık kişilik tipini sırasıyla uzlaşmacı ($\bar{x} = 3,5453$) ve titiz ($\bar{x} = 3,2408$) kişilik tipleri takip etmektedir. Katılımcılar arasında en az görülen kişilik tipi ise nevroitik kişilik tipi ($\bar{x} = 2,9226$) olmuştur.

Tablo 8: Katılımcıların Kişilik Tiplerine İlişkin Merkezi Eğilim İstatistiği

Kişilik Tipleri	N	En Düşük	En Yüksek	Ortalama	Std. Sapma
Deneyime Açık	2730	1,17	5,00	3,5765	,67404
Uzlaşmacı	2707	,00	5,00	3,5453	,60727
Titiz	2732	,00	5,00	3,2408	,60750
Dışa Dönük	2733	1,18	4,91	3,2245	,50386
Nevrotik	2732	,00	5,00	2,9226	,65724

Depresyon, Kişilik Tipleri ve Yüz Yüze İletişim İlişkisi

Katılımcıların depresyon düzeyi ile sahip oldukları kişilik tipleri arasında korelasyon analizi yapılmıştır. Tablo 9’da görüleceği üzere katılımcıların depresyon düzeyi ile dışa dönük, titiz, deneyime açık ve uzlaşmacı kişilik tipleri arasında negatif anlamlı ilişki bulunmaktadır. Katılımcıların dışa dönük, titiz, deneyime açık ya da uzlaşmacı olmaları depresyon düzeylerini düşürmektedir. Diğer yandan depresyon düzeyi ile nevroitik kişilik tipi arasında orta düzeyde pozitif korelasyon görülmektedir ($r = .404$, $p < .01$). Katılımcılarda nevroitik kişilik tipi arttıkça depresyon düzeyi de yükselmektedir.

Tablo 9: Depresyon Düzeyi ile Kişilik Tipleri İlişkisi Korelasyon Analizi Sonuçları

	Dışa Dönük	Titiz	Nevrotik	Deneyime Açık	Uzlaşmacı
Depresyon Düzeyi	-,249**	-,252**	,404**	-,281**	-,315**
N	2729	2728	2728	2726	2704

Not: ** $p < .01$

Katılımcıların depresyon düzeyi ve yüz yüze iletişim sıklığı ilişkisi korelasyon analizi ile incelenmiştir. Tablo 10’a göre katılımcı üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri ile yüz yüze iletişim sıklıkları arasında negatif anlamlı ilişki görülmektedir ($r = -.158$, $p < .01$).

Buradan yola çıkarak öğrencilerin yüz yüze iletişim sıklığı arttıkça depresyon düzeylerinin azaldığı anlaşılmaktadır.

Tablo 10: Depresyon Düzeyi ile Yüz Yüze İletişim Sıklığı İlişkisi Korelasyon Analizi
Sonuçları

	Yüz Yüze İletişim Sıklığı
Depresyon Düzeyi	-,158**
N	2780

Not: **p< .01

Katılımcıların yüz yüze iletişim sıklığı ile sahip oldukları kişilik tipleri ilişkisi Tablo 11’de korelasyon analizi ile ortaya konulmuştur. Tablo 11’e göre dışa dönük, titiz, deneyime açık ve uzlaşmacı kişilik tipleri ile yüz yüze iletişim sıklığı arasında pozitif anlamlı ilişki bulunmaktadır. Yüz yüze iletişim sıklığı ile nevrotik kişilik tipi arasında negatif korelasyon vardır ($r = -,065$, $p < .01$). Nevrotik kişilik tipinin artması, yüz yüze iletişim sıklığını düşürmektedir. Sonuçlar, depresyon ve kişilik tipi ilişkisinin korelasyon analizini desteklemektedir (Tablo 9). Depresyonla negatif ilişkili çıkan kişilik tipleri, yüz yüze iletişimle pozitif ilişki göstermiştir. Nevrotik kişilik tipinin depresyon düzeyi ile pozitif ilişki verirken, yüz yüze iletişim sıklığı ile negatif korelasyonda olması dikkat çekicidir.

Tablo 11: Yüz Yüze İletişim Sıklığı ile Kişilik Tipleri İlişkisi Korelasyon Analizi
Sonuçları

	Dışa Dönük	Titiz	Nevrotik	Deneyime Açık	Uzlaşmacı
Yüz Yüze İletişim	,179**	,087**	-,065**	,147**	,126**
N	2733	2732	2732	2730	2707

Not: **p< .01

Sonuç ve Tartışma

Bu çalışmada, sosyal hayatta giderek daha önemli bir sorun haline gelen depresyonun, yüz yüze iletişimle ve kişilik tipleri ile ilişkisi ortaya konulmuştur. Geniş bir katılımcı sayısına (2806) ulaşan alan araştırması Türkiye’deki üniversite öğrencileri arasında

gerçekleştirilmiştir. Buna göre; öğrencilerin % 18,5'i depresyondadır. Katılımcıların yaklaşık beşte birine denk gelen bu oran üniversite öğrencilerine yönelik ruh sağlığı araştırmalarının artırılmasına ve gerekli tedbirlerin alınmasına işaret etmektedir. Öğrencilerin %32,7'si her gün yakın arkadaşlarıyla yüz yüze iletişimde bulunmaktadır. Bu çalışmada yüz yüze iletişim ile depresyon düzeyi arasında benzer pek çok çalışmayla tutarlı olarak negatif korelasyon bulunmuştur (Wright vd., 2012; Gülnar ve Aker, 2013). Katılımcıların yaklaşık üçte birinin her gün yüz yüze iletişimde bulunması yüz yüze iletişim ile depresyonun negatif ilişkisi göz önüne alındığında düşündürücüdür. Üniversite öğrencilerinin ruh sağlıklarını koruma adına daha çok yüz yüze iletişimde bulunabilecekleri alt yapıları geliştirmek gerekmektedir. İnternet teknolojilerinin ve modern hayatın etkisiyle giderek azalan yüz yüze iletişimin (Gülnar, 2016), ailelerinden uzakta olan üniversite öğrencileri için depresyondan uzaklaşma açısından önemi gündemde tutulmalıdır.

Katılımcılar arasında en çok deneyime açık ve uzlaşmacı kişilik tipi görülürken, en az görülen kişilik tipi ise nevrotik kişilik olmuştur. Kişilik tipi ve depresyon düzeyi ilişkise bakıldığında nevrotik kişilik tipi ile depresyon düzeyi arasındaki orta düzeydeki pozitif korelasyon dikkat çekicidir. Bu sonuç konuyla ilgili diğer çalışmalarla tutarlıdır (Li vd., 2020). Dışa dönük, titiz, deneyime açık ve uzlaşmacı kişilik tipleri ile depresyon düzeyi arasında negatif ilişki bulunmaktadır. Buradan yola çıkarak katılımcı öğrencilerde nevrotik kişilik tipi arttıkça depresyon düzeyinin arttığı, diğer kişilik tiplerinde ise azaldığı anlaşılmaktadır. Dışa dönük kişilik tipi diğer kişilik tiplerine kıyasla depresyonla daha yüksek negatif ilişkili göstermektedir. Üniversite öğrencilerinin girişimlere, iletişime, yüz yüze bağlantılara daha kolay uyum sağlayabileceği dışa dönük kişilik tipinin azalması depresyon düzeyini artırmaktadır. Çalışmanın kişilik tipleri ve depresyon ilişkisine dair sonuçları benzer çalışmalarla örtüşmektedir (Akse vd., 2007; Allen vd., 2018; Valikhani vd., 2018).

Kişilik tipleri ve yüz yüze iletişim sıklığı ilişkisine bakıldığında, nevrotik kişilik tipiyle yüz yüze iletişimin negatif ilişkisi görülmektedir. Nevrotik kişilik tipi ve depresyon düzeyinin negatif korelasyonu göz önüne alındığında bu noktada çalışmanın kendi içinde tutarlı sonuçlar verdiği anlaşılmaktadır. Nevrotik kişilik, depresyon düzeyini artırırken, yüz yüze iletişim sıklığını düşürmektedir. Diğer kişilik tiplerine bakıldığında; dışa dönük, titiz, deneyime açık ve uzlaşmacı kişilik tipleri ile yüz yüze iletişim sıklığının pozitif ilişkisi bulunmaktadır. Bu durum da kişilik tiplerinin depresyonla ilişkisinin tam tersi bir yön göstererek çalışmanın tutarlılığına katkıda bulunmaktadır. Yüz yüz iletişim sıklığı ve kişilik tipleri ilişkisine dair bulgular daha önceki çalışmalarla tutarlıdır (Sfetsos vd., 2006; Jurado vd., 2018).

Bu çalışma, katılımcı öğrencilerin depresyon düzeyi ile alan araştırmasında yer alan tüm kişilik tipleri arasındaki anlamlı ilişkileri ortaya koymuştur. Bu sonuç ruh sağlığı ve kişilik tiplerine ilişkin benzer çalışmalarla örtüşmektedir (Pelechano vd., 2012; Moran vd., 2017; Furnham ve Cheng, 2019). Kişilik tiplerinin farklı özellikler içermesi (Akuta, 2019) ve bu kişilik tiplerinin psikolojik ve davranışsal süreçlerle ilişkisi bilinmesine rağmen (Strelau, 2008; Allen vd., 2018; Valikhani vd., 2018) iletişim araştırmaları alanında kişilik tipleri ve sosyal süreçlere dair yeterince araştırma bulunmamaktadır. Diğer yandan bu çalışmadaki yüz yüze iletişim ile negatif ilişkili olan depresyon düzeyi, gerçek hayata ilişkin sosyal ilişkilerin ne derece önemli olduğunun bir kez daha altını çizmektedir. Özellikle toplumun geleceğini oluşturacak üniversite gençliğinin ruh sağlığını korumak için yeni arkadaşlar edinebilecekleri ve arkadaşlık ilişkilerini sürdürebilecekleri sosyal imkanlar artırılmalıdır. Üniversite öğrencilerinin yaklaşık beşte birinin depresyonda olması ve depresyon düzeylerinin bu çalışmada kişilik tipleriyle ilişkili bulunması, öğrencilere yönelik daha sık kişilik envanterleri yapılması ve buna yönelik rehberlik hizmetleri sunulması ihtiyacını ortaya çıkarmıştır. Öğrencilerin ruh sağlığı, yüz yüze iletişim kurma düzeyleri ve kişilik tipleri ile bir bütün olarak ele alınmalı, çevresel şartlar bu yönde düzenlenmelidir.

Kaynakça

- Akgün, A. İ. ve Türe, N. (2019). The Relationship Between Personality Type and Perceived Stress Level: Evidence from Independent Public Accountants. *Business and Economics Research Journal*. 10 (4). 903-913.
- Akse, J., Hale, B., Engels, R., Raaijmakers, Q. ve Meeus, W. (2007). Akse Co-Occurrence of Depression and Delinquency in Personality Types. *European Journal of Personality*. 21 (2). 235-256.
- Allen, T. A., Carey, B. E., McBride, C., Bagby, R. M., DeYoung, C. G., ve Quilty, L. C. (2018). Big five aspects of personality interact to predict depression. *Journal of Personality*. 86 (4). 714–725.
- Andrews, G., Davies, M., ve Titov, N. (2011). Effectiveness Randomized Controlled Trial of Face to Face Versus Internet Cognitive Behaviour Therapy for Social Phobia. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*. 45. 337-340.
- Balcı, Ş. ve Gülnar, B. (2009). Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılarının Profili. *Selçuk İletişim Dergisi*. 6 (1). 5 – 22.
- Ceyhan, A. A., Ceyhan, E. ve Kurtyılmaz, Y. (2009). Investigation of University Student's Depression. *Eurasian Journal of Educational Research*. 0 (36). 75-90.
- Çakır V., Çakır V.ve Gülnar B. (2015). Communication Styles in Loneliness and Social Networks. *International Conference on the Changing World and Social Research*1. 1008-1021.
- Dohen, M., Luc Schwartz, J.ve Bailly, G. (2010). Speech and Face to Face Communication. *Speech Communication*. 52 (6). 477-480.
- Dorrance Hall, E., Meng, J. ve Reynolds, R. M. (2019). Confidant Network and Interpersonal Communication Associations with Depression in Older Adulthood. *Health Communication*. 1-10.
- Egan, J. (2017). Face-to-Face Communications is Powerful, Postdigital Communications Tool. *Natural Gas & Electricity*. 34 (2). 21-14.
- Flett, G. L. , L. Hewitt, P., S. Endler, N. ve Bagby, R. M. (1995). Conceptualization And Assessment Of Personality Factors İn Depression. *European Journal of Personality*. 9 (5). 309-350.

- Furnham, A. ve Cheng, H. (2019). The Big-Five Personality Factors, Mental Health, and Social-Demographic Indicators as Independent Predictors of Gratification Delay. *Personality and Individual Differences*.
- Cloninger, R. Bayon, C. ve MSvrakic, D. (1998). Measurement of Temperament and Character in Mood Disorders: A Model of Fundamental States as Personality Types. *Journal of Affective Disorders*. 51 (1). 21-32.
- Grossman, M. J., Woolridge, S., Lichtenstein, S, McLaughlin, D., M.Auther, D., A.Cornblatt, B. ve R.Bowie, C. (2019). Patterns and Perceptions of Face-to-Face and Digital Communication in the Clinical High Risk and Early Stages of Psychosis. *Psychiatry Research*. 1-8.
- Gülner, B., Balcı, Ş. (2010). *Yeni Medya ve Kültürleşen Toplum*. İstanbul: Literatürk Yayınları.
- Gülner, B., Balcı, Ş. ve Çakır, V. (2010). Motivations of Facebook, You Tube and Similar Web Sites Users. *Bilig - Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi*. 54. 161- 184.
- Gülner, B. ve Aker, H. (2013). The Relationship Between Depression, Interpersonal Communication and Media Using Among International Students. *WorldAcademy of Science, Engineering and Technology*. 77. 1003-1009.
- Gülner, B. (2016). Turkish University Students' Loneliness Degree and Internet Using. *The 2nd International Conference on the Changing World and Social Research (ICWSR'2016) Proceedings Book*. 136-143.
- Gülner, B. ve Kazaz, M. (2016). The Relationship Between Self Esteem as Indicator of Psychological Well Being And Internet Usage: A Survey Among Turkish University Students. *The 2nd International Conference on the Changing World and Social Research (ICWSR'2016) Proceedings Book*. 1139-1148.
- Gülner, B. ve Öztat, F. (2020). Aile İçi Yüz Yüze İletişim, İnternet ve Sosyal Medya Kullanım İlişkisi. *Kurgu*. 28 (1). 31-42
- Hazar, Ç. M. (2006). Kişilik ve İletişim Tipleri. *Selçuk İletişim*. 4 (2). 125-140.
- Hisli Şahin, N., Durak Batıgün, A. ve Koç, V. (2011). Kişilerarası Tarz, Kendilik Algısı, Öfke ve Depresyon. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 22 (1). 17-25.

- Jung-Hyun, K., Mihye, S. ve Prabu, D. (2015). Alleviating Depression Only to Become Problematic Mobile Phone Users: Can Face-to-Face Communication Be the Antidote? *Computers in Human Behavior*. 51 (A). 440-447.
- Jurado, M., Fuentes, P., Martín, B., Márquez, S., Martínez, M., ve Linares, G. (2018). Personality and the Moderating Effect of Mood on a Verbal Aggressiveness Risk Factor from Work Activities. *J Clin Med*. 7 (12). 525.
- Kazaz, M. ve Gülnar, B. (2016). The Relationship Between Stress, Personality Types and Face To Face Communication: A Survey Among Turkish University Students. *The 2nd International Conference on the Changing World and Social Research (ICWSR'2016) Proceedings Book*. 1149-1156.
- Lakuta, P. (2019). Personality Trait Interactions in Risk for and Protection Against Social Anxiety Symptoms. *The Journal of Psychology*. 153 (6). 599-614.
- Landers, R. N. ve Lounsbury, J. W. (2006). An Investigation of Big Five and Narrow Personality Traits in Relation to Internet Usage. *Computers in Human Behavior*. 22 (2). 283 – 293.
- Lee, Y. H., Lee, Y. M. ve Kim, B. S. (2008). The Relationship Between Personality Types, Communication Skills and Learning Attitudes in Premedical Students. *Korean Journal of Medical Education*. 20(3). 177-187.
- Levent, B. (2011). Sınıf Öğretmenlerinin Kişilik Özelliklerinin İletişim Becerilerine Etkisi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Li, Y., He, L., Zhuang, K., Wu, X., Sun, J., Wei, D. ve Qiu, J. (2020). Linking personality types to depressive symptoms: A prospective typology based on neuroticism, extraversion and conscientiousness. *Neuropsychologia*. 136. 1-9.
- Morána, M. C., Fínez, M. J. Ve G. Fernández-Abascal, E. (2017). On Happiness and Its Relationship to Personality Types and Traits. *Clínica y Salud*. 28. 59-63.
- Panayiotou, G. ve M. Kokkinos, C. M. ve Kapsou, M. (2014). Indirect and Direct Associations Between Personality and Psychological Distress Mediated by Dispositional Coping. *The Journal of Psychology*. 184 (5). 549-567.
- Pelechano, V., González-Leandro, P., Garcia, L. ve Moran, C. (2012). Is It Possible to Be too Happy? Happiness, Personality, and Psychopathology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 13, 18-24.
- Pishva, N., Ghalehban, M., Moradi, A. ve Hoseini, L. (2011). Personality and Happiness. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 30. 429-432.

- Raşıit, A., Şerif, M., Narina A. S. ve Rosman, Y. (2014). Personality and Happiness Among Academicians in Malaysia. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 116. 4209-4212.
- Rollings, K. H. (2011). What About Blog? Problematic Internet Use and Personality in Bloggers. Unpublished Doctoral Dissertation. The University of Texas, Arlington.
- Sacco, D. ve Brown, M. (2018). Preferences for Facially Communicated Big Five Personality Traits and Their Relation to Self-Reported Big Five Personality. *Personality and Individual Differences*. 134. 195-200.
- Sassenberg, K., Boos, M. ve Rabung, S. (1995). Attitude Change in Face-to-Face and Computer-Mediated Communication: Private Self-Awareness as Mediator and Moderator. *European Journal of Social Psychology*. 35 (3). 361-374.
- Sfetsos, P., Stamelos, I. ve Deligiannis, Ignatios. (2006). Investigating the Impact of Personality Types on Communication and Collaboration-Viability in Pair Programming – An Empirical Study. *International Conference on Extreme Programming and Agile Processes in Software Engineering*. 43-52.
- Shaw, L. H. ve Gant, L. M. (2004). In Defense of the Internet: The Relationship Between Internet Communication and Depression, Loneliness, Self-Esteem, and Perceived Social Support. *CyberPsychology & Behavior*. 5 (2). 157-171.
- Sperandeo, R., Messina, G., Iennaco, D., Sessa, F., Russo, V., Polito, R., Monda, V., Monda M., Messina, A., Mosca, L., Mosca, L., Dell'Orco, S., Moretto, E., Gigante, E., Chiacchio, A, Scognamiglio, C., Carotenuto, M. ve Maldonato, N. M. (2020). What Does Personality Mean in the Context of Mental Health? A Topic Modeling Approach Based on Abstracts Published in Pubmed Over the Last 5 Years. *Front Psychiatry*. 1-12.
- Strelau, J. (2008). *Temperament as a Regulator of Behavior: After Fifty Years of Research*. Clinton Corners. NY: Eliot Werner Publications.
- Şahin, M. ve Gülnar, B. (2016). İletişim Korkusu ve İnternet Kullanımı İlişkisi: Türkiye'deki Üniversite Öğrencileri Arasında Bir Alan Araştırması. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*. 9 (2). 5 - 26.
- Valikhani, A., Abbasi, Z., Radman, E., Goodarzi, M. A. ve Moustafa, A. A. (2018). Insecure Attachment and Subclinical Depression, Anxiety, and Stress: A Three-Dimensional Model of Personality Self-Regulation As a Mediator. *The Journal of Psychology*. 152 (8). 548-572.

- Vermeulen, A., Vandebosh, H. ve Heirman, W. (2017). Shall I call, text, post it online or just tell it face-to-face? How and why Flemish adolescents choose to share their emotions on- or offline. *Journal of Children and Media*. 12(1). 81-97.
- Zlotnick, C., Kohn, R., Ketiner, G. ve Grotta, S. A. D. (2010). The Relationship Between Quality of Interpersonal Relationships and Major Depressive Disorder: Findings from the National Comorbidity Survey. *Journal of Affective Disorders*. 59 (3). 205-215.
- Wagner, B., B. Horn, A. ve Maercker, A. (2014). Internet-Based Versus Face-to-Face Cognitive-Behavioral Intervention for Depression: A Randomized Controlled Non-Inferiority Trial. *Journal of Affective Disorders*. 152 (154). 113-121.
- Wang, Y. (2006). Internet Use Among Students and Its Implication for Cross-Cultural Adaptation. Unpublished Doctoral Dissertation. Kent State University.
- Wright, K. B., Rosenberg, J., Egbert, N., Ploeger, N. A., Bernard, D. R. ve King, S. (2012). Communication Competence, Social Support and Depression Among College Students: A Model of Facebook and Face-to-Face Support Network Influence. *Journal of Health Communication*. 18(1).41-57.