

# DEPRESYON, ANKSİYETE VE BİLİNÇLİ FARKINDALIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

## Mert KUŞLUVAN

0000-0003-1180-4381

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

PSİKİYATRİ (KLİNİK PSİKOLOJİ-ERİŞKİN) ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

### DANIŞMAN

Prof. Dr. Salih Saygın EKER

0000-0003-4629-8669

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI ANABİLİM DALI

BURSA – TÜRKİYE

### TEZ ÖZETİ

Bu çalışmanın amacı; majör depresif bozukluk (MDB) tanısı almış bireyler ile herhangi bir psikiyatrik hastalığa sahip olmayan bireylerin anksiyete ve bilinçli farkındalık düzeylerini karşılaştırmak ve depresyon, anksiyete ve bilinçli farkındalık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma örneklemini, Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi Psikiyatri Polikliniği'ne başvurmuş ve majör depresyon bozukluğu tanısı almış 40 kişi (depresyon grubu) ve herhangi bir psikiyatrik hastalığı olmayan 40 kişi (kontrol grubu) olmak üzere toplamda 80 katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırmaya katılan kişilere sırasıyla "Demografik Bilgi Formu", "Beck Depresyon Ölçeği", "Beck Anksiyete Ölçeği" ve "Bilinçli Farkındalık Ölçeği" uygulanmıştır.

Araştırmanın bulgularına göre, depresyon grubu ile kontrol grubu arasında anksiyete ve bilinçli farkındalık düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır. Depresyon grubu için yapılan korelasyon analizlerine göre ise depresyon ve anksiyete düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunurken, bilinçli farkındalık düzeyleri ile hem depresyon hem de anksiyete düzeyleri arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunduğu ortaya konmuştur. Ayrıca depresyon, anksiyete ve bilinçli farkındalık düzeylerinin eğitim düzeyine göre farklılık gösterdikleri ve yaş ile anlamlı ilişkili oldukları görülmektedir.

### TEZ SONUÇLARININ UYGULAMA ALANLARI

Çalışmanın sonuçları; bilinçli farkındalık artırıcı uygulamaların depresyon hastalarındaki depresyon ve anksiyete düzeylerini azaltmada etkili olabileceğini destekler niteliktedir.

### AKADEMİK FAALİYETLER



### ANAHTAR KELİMELER

- ✓ Depresyon
- ✓ Anksiyete
- ✓ Bilinçli Farkındalık
- ✓ Majör Depresif Bozukluk
- ✓ Mindfulness

### İLETİŞİM

E-POSTA:

mkusluyan@gmail.com

### TEZ DANIŞMANI

TELEFON:

+90 (0224) 295 18 40

E-POSTA:

[saygineker@uludag.edu.tr](mailto:saygineker@uludag.edu.tr)

