

**KARADENİZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ \* SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI**

137585

**ÜSTÜN YETENEKLİ ÇOCUKLARDA MÜKEMMELİYETÇİLİK, SINAV KAYGISI,  
BENLİK SAYGISI, KONTROL ODAĞI, ÖZ YETERLİK VE PROBLEM ÇÖZME  
BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**T.C. YÜKSEKÖĞRETİM KURULU  
DOKÜMANTASYON MERKEZİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

137585

**Özlem MISIRLI TAŞDEMİR**

**EKİM – 2003**

**TRABZON**

**KARADENİZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ \* SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI**

**ÜSTÜN YETENEKLİ ÇOCUKLARDA MÜKEMMELİYETÇİLİK, SINAV KAYGISI,  
BENLİK SAYGISI, KONTROL ODAĞI, ÖZ YETERLİK VE PROBLEM ÇÖZME  
BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**Özlem MISIRLI TAŞDEMİR**

**Karadeniz Teknik Üniversitesi – Sosyal Bilimler Enstitüsü’nce**  
**Bilim Uzmanı (Rehberlik ve Psikolojik Danışma)**  
**Unvanı Verilmesi İçin Kabul Edilen Tez’ dir**

**Tezin Enstitüye Verildiği Tarih : 15.10.2003**

**Tezin Sözlü Savunma Tarihi : 21.11.2003**

**Tezin Danışmanı**

**: Doç. Dr. Yaşar ÖZBAY**

**Jüri Üyesi**

**: Yrd. Doç. Dr. Enver SARI**

**Jüri Üyesi**

**: Dr. Hikmet YAZICI**

**Enstitü Müdürü**

**: Prof. Dr. M. Alaaddin YALÇINKAYA**

**Ekim – 2003**

**TRABZON**

## 0. SUNUŞ

### 00. Önsöz

Üstün yetenekli bireyler sahip oldukları olağandışı bilişsel yetenekleri ve gelişimleri nedeniyle çeşitli problemlerle karşı karşıya kalmaktadırlar. Yaşıtlarından erken gelişim, uyum problemleri, yalnızlık, aile ve akran baskısı, benlik kavramı karmaşası, mesleki kararsızlık ve mükemmeliyetçilik gibi sosyal ve duygusal problemlerle karşı karşıya kalan üstün yetenekli öğrenciler yeteneklerini doğru yönde kullanmakta ve hatta yeteneklerinin farkına varmakta zorluklar yaşamaktadırlar. Standatlarını karşılayamamaları endişe yaşamalarına neden olabilmektedir. Bu endişelerden bir tanesi de sınav kaygısı olarak değerlendirilmektedir.

Bu çalışma ile üstün yetenekli öğrencilerin sınav kaygısı, mükemmeliyetçilik düzeyleri, benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik inançları ve problem çözme becerilerinin ilişkilerini incelemiştir. Araştırma üstün yetenekli öğrencilerin yeteneklerini doğru yönde kullanmalarını, mükemmeliyetçiliğin olumsuz etkilerinin ortadan kaldırılması ve bu özelliklerini başarıya ulaşmada bir aracı olarak kullanabilme becerilerinin kazandırılmasında danışmanlar, eğitimciler ve aileler tarafından destek ve yardımın sağlanması gerekliliğine yön vermesi açısından önem taşımaktadır.

Lisans ve yüksek lisans programı süresince yaptığım çalışmalarda bilgisini, desteğini ve yardımını esirgemeyen saygıdeğer hocam Doç. Dr. Yaşar ÖZBAY'a sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum. Ayrıca eğitimim ve çalışmalarım süresince kazandırdıklarından dolayı Dr. Mehmet OKUTAN, Dr. Hikmet YAZICI, Öğr. Gör. Mehmet PALANCI, Öğr. Gör. Mustafa ŞAHİN'e, yardımlarından ve desteğinden dolayı arkadaşım Arş. Gör. İlhan KARATAŞ'a, verilerin toplanmasında yardımlarını esirgemeyen öğrencilerime, uygulamalarda emeği geçen Fen lisesi öğrencileri ve öğretmenlerine, varolmalarıyla her zaman bana huzur ve destek veren eşime ve aileme teşekkür ederim.

Trabzon, Ekim 2003

Özlem MISIRLI TAŞDEMİR

## 01. İçindekiler

Sayfa Nr.

0. SUNUŞ .....	III
00. ÖNSÖZ .....	III
01. İçindekiler .....	IV
02. Özet .....	VIII
03. Summary .....	IX
04. Tablolar Listesi .....	X
06. Kısaltmalar Listesi .....	XI
<b>GİRİŞ</b> .....	1-5

### **BİRİNCİ BÖLÜM**

1. ARAŞTIRMA İLE İLGİLİ BİLGİLER .....	6-9
10. Araştırmanın Amacı .....	6
11. Denenceler .....	6
12. Araştırmanın Önemi .....	7
13. Araştırmanın Varsayımları .....	8
14. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	9
15. Araştırmada Kullanılan Anahtar Kelimeler .....	9

### **İKİNCİ BÖLÜM**

#### 2. ARAŞTIRMA İLE İLGİLİ YAYINLAR

20. Üstün Yeteneklilik .....	10-64
200. Üstün Yetenekliliğın Belirlenmesi .....	13
201. Üstün Yetenekli Bireylerin Özellikleri .....	13
2010. Fiziksel Özellikler .....	13



2011. Eğitimsel ve Mesleki Özellikleri .....	13
2012. Sosyal ve Duygusal Özellikleri .....	14
2013. Ahlaki Özellikleri .....	16
21. Sınav Kaygısı .....	16
210. Sınav Kaygısının Boyutları .....	17
2100. Duyuşsallık Boyutu .....	18
2101. Bilişsel Sınav Kaygısı (Kuruntu) .....	18
22. Mükemmeliyetçilik .....	20
220. Uyumlu/Uyumsuz Mükemmeliyetçilik Ayırımı .....	23
221. Tek Boyutlu Bakış Açısından Mükemmeliyetçilik .....	28
222. Çok Boyutlu Bakış Açısından Mükemmeliyetçilik .....	31
2220. Hewitt ve Flett (1991)' in Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği .....	31
2221. Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate (1990)' in Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği .....	34
2222. Çok Boyutlu İki Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Karşılaştırılması .....	36
223. Mükemmeliyetçilik ve Ebeveyn Tutumları .....	37
224. Mükemmeliyetçilik ve Psikolojik Semptomlar .....	40
225. Mükemmeliyetçilik ve Üstün Yeteneklilik .....	45
226. Mükemmeliyetçilik ve Sınav Kaygısı, Benlik Saygısı, Kontrol Odağı, Öz-Yeterlilik ve Problem Çözme Becerileri İlişkileri .....	52
2260. Mükemmeliyetçilik ve Sınav Kaygısı .....	52
2261. Mükemmeliyetçilik ve Benlik Saygısı .....	55
2262. Mükemmeliyetçilik ve Kontrol Odağı .....	58
2263. Mükemmeliyetçilik ve Öz-Yeterlilik .....	59
2264. Mükemmeliyetçilik ve Problem Çözme Becerileri .....	60
227. Mükemmeliyetçilik ve Terapötik Uyum .....	62

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ .....	65-75
30. Araştırmanın Grubu .....	65
31. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları .....	66
310. Bilgi Toplama Formu .....	67

311.Sınav Kaygısı Envanteri (STE).....	67
312.Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (ÇBMÖ)	
3120.Faktör Analizi .....	68
3121.Güvenirlilik Çalışması .....	71
313. Rotter İç Dış Kontrol Odağı Ölçeği (RİDKOÖ).....	72
314.Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri – Benlik Saygısı Alt Ölçeği (RBSE) .....	73
315. Öz-Yeterlilik İnançlarını Değerlendirme Ölçeği .....	73
316. Problem Çözme Envanteri (PÇE) .....	74
32. Araştırmanın İşlem Yolu .....	74
33. Araştırmada Kullanılan Veri Analiz Teknikleri .....	75

## **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**

4. ARAŞTIRMANIN BULGULARI .....	76-89
40. Araştırmanın Deskriptif Bulguları .....	76
41. Duyuşsallık Puanlarını Yordayıcı Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları .....	77
42. Kuruntu Puanlarını Yordayıcı Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları .....	79
43. Cinsiyet Farklılıklarına İlişkin Bulgular .....	81
44. Duyuşsallık ve Kuruntu Üzerinde Mükemmeliyetçilik Düzeylerine Dayalı Farklılıklara İlişkin Bulgular .....	83
45. Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Üzerinde Anne-Baba Eğitim Seviyesine Dayalı Farklılıklara İlişkin Bulgular .....	84
46. Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Üzerinde Kardeş Sayısı, Doğum Sırası ve Ebeveyn Tutumlarına Dayalı Farklılıklara İlişkin Bulgular .....	86
47. Mükemmeliyetçilik, Sınav Kaygısı, Benlik Saygısı, Kontrol Odağı, Öz-Yeterlilik ve Problem Çözme Becerileri Faktörlerinin Arasındaki Korelasyonlar .....	87

## **BEŞİNCİ BÖLÜM**

5. TARTIŞMA VE ÖNERİLER .....	90-102
50. Ölçek Adaptasyonu .....	90
51. Araştırma Denencelerine İlişkin Yorumlar .....	91

52. Öneriler ..... 100

YARARLANILAN KAYNAKLAR .....102-125

EKLER

ÖZGEÇMİŞ



## 02. Özet

Bu araştırmada üstün yetenekli öğrencilerde sınav kaygısını yordamada kullanılabilecek değişkenler üzerinde çalışılmıştır. Araştırmanın temel amacı sınav kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi belirlemeye yöneliktir. Araştırma grubunu Erzincan, Kayseri, Ordu, Samsun, Trabzon ve Zonguldak Fen liseleri ikinci ve üçüncü sınıfta öğrenim görmekte olan 162'si kız, 327'si erkek olmak üzere toplam 489 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalamaları 17.01'dir.

Araştırmada korelasyonel ve nedensel karşılaştırma yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın verileri Sınav Kaygısı Envanteri (Öner, 1986), Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Özbay & Mısırlı-Taşdemir, 2003), Rotter İç Dış Kontrol Odağı Ölçeği (Dağ, 1991), Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nin benlik saygısı alt ölçeği (Çuhadaroğlu), Öz-Yeterlilik İnançlarını Değerlendirme Ölçeği, Problem Çözme Becerileri Envanteri (Şahin, Şahin ve Heppner, 1993) ve farklı değişkenlerin toplanmasına yönelik bilgi formu ile toplanmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde Çok Yönlü Regresyon Analizi, varyans analizi, t testi ve Pearson momentler Çarpımı Korelasyon teknikleri kullanılmış ve tüm veriler .05 düzeyinde test edilmiştir.

Araştırmanın bulguları üstün yetenekli öğrencilerde sınav kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasında bir ilişkinin olduğunu ortaya koymuştur. Üstün yetenekli öğrencilerde sınav kaygısının mükemmeliyetçilik tutumlarından yordanmasında sonuçlar duyusallık boyutu için problem çözme becerilerinden aceleci ve kaçınan yaklaşım, kontrol odağı, öz-yeterlilik inançları, ve hatalara aşırı ilgi ve davranışlardan şüphe mükemmeliyetçilik boyutları için istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kuruntu boyutu için ise problem çözme becerilerinden aceleci, kaçınan, kendine güvenli ve planlı yaklaşım, benlik saygısı, dışsal kontrol odağı, düşük öz-yeterlilik inançları ve hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, ailesel eleştiri ve kişisel standartlar mükemmeliyetçilik boyutları için istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Sonuçlar üstün yetenekli öğrenciler açısından tartışılmıştır.

### **03. Summary**

The aim of the study is to investigate a predictive model for test anxiety on gifted high school students. For this purpose the relationship between test anxiety and perfectionism were mainly searched, and self-esteem, locus of control, self-efficacy, and problem solving skills were added to the model as well, for the understanding of test taking behaviors of gifted students. The participants of the study are from Erzincan, Kayseri, Ordu, Samsun, Trabzon and Zonguldak Science Lycées, and the total student participated in the study were 489, 162 females and 327 males with mean age of 17.01.

Correlational and causal-comparative models were used in this study, with mean dependent measure of test anxiety and independent measures of perfectionism, self-esteem, locus of control, self-efficacy, and problem solving skills, gender and age. The instruments used in the study were Test Anxiety Inventory, Multidimensional Perfectionism Scale, Locus of Control, Rosenberg Self-Esteem Scale, Self-Efficacy Scale, and Problem Solving Skills Inventory. Multidimensional Perfectionism Scale has been adapted and validated as a part of the study. Data analysis of the study was conducted with Multiple Hierarchic Regression Analysis, ANOVA, t-test, and correlation, and all Hypotheses were tested at  $\alpha=.05$  significance level.

Results of the study revealed significant relationship between test anxiety and perfectionism. In the regression model, rushing and avoidant type of problem solving, external locus of control, lower level of self-efficacy, and preoccupation with mistakes, and doubtfulness an behaviors type perfectionism were found to have predictive value for emotionality type of test anxiety. For the worry aspect of the test anxiety, rushing, self-confident, planned, lower self-esteem, and self-efficacy, external locus of control and preoccupation with mistakes, parental criticism, and personal standards, type of perfectionism found to be the significant predictors.

#### 04. Tablolar Listesi

<u>Tablo Nr.</u>	<u>Tablo Adı</u>	<u>Sayfa Nr.</u>
1	Araştırma Grubunun Sosyo-Demografik Özellikleri.....	66
2	Faktör Yükleri, Madde-Toplam Korelasyonları ve Güvenirlik Katsayıları .....	70
3	Faktörler Arasındaki Korelasyon Katsayıları .....	71
4	Genel ve Alt Ölçeklere İlişkin Ortalama, Standart Sapma ve Güvenirlik Katsayıları.....	72
5	Farklı Değişkenlerle İlgili Deskriptif Bulguları.....	76
6	Duyuşsallık Üzerinde Çok Yönlü Regresyon Analizi .....	78
7	Kuruntu Üzerinde Çok Yönlü Regresyon Analizi .....	80
8	Kullanılan Ölçme Araçları ve Alt Ölçekler İçin Cinsiyet Farklılıkları .....	82
9	Mükemmeliyetçilik Düzeylerine İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar .....	84
10	Duyuşsallık ve Kuruntu Puanları Üzerinde Mükemmeliyetçilik Düzeylerine Dayalı Farklılıklar .....	84
11	Anne-Babanın Eğitim Düzeyine İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar .....	85
12	Mükemmeliyetçilik Puanları Üzerinde Anne-Baba Eğitim Düzeyine Dayalı Farklılıklar .....	85
13	Kardeş Sayısı, Ebeveyn Tutumları ve Doğum Sırasına İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar .....	86
14	Mükemmeliyetçilik Puanları Üzerinde Kardeş Sayısı, Doğum Sırası ve Ebeveyn Tutumlarına Dayalı Farklılıklar .....	87
15	Tüm Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar .....	89

## 06. Kısaltmalar Listesi

CİN	Cinsiyet
ACEYAK	Aceleci Yaklaşım
DÜŞYAK	Düşünen Yaklaşım
KAÇYAK	Kaçıngan Yaklaşım
DEĞYAK	Değerlendirici Yaklaşım
KGÜYAK	Kendine Güvenli Yaklaşım
PLANYAK	Planlı Yaklaşım
HATİLGİ	Hatalara Aşırı İlgi
BEKLEN	Aile Beklentileri
ELEŞTRİ	Ailesel Eleştiri
STANDT	Kişisel Standartlar
ÖYETER	Öz-Yeterlilik
KODAĞI	Kontrol Odağı
BSAYGI	Benlik Saygısı

## GİRİŞ

Üstün veya özel yetenekli çocukların yeteneklerini geliştirerek kapasitelerini en üst düzeyde kullanmalarını sağlamak ülkelerin gelişiminde büyük önem taşımaktadır. Dünyada, özellikle Amerika ve birçok Avrupa ülkesinde üstün ve özel yetenekli çocuklara yönelik çalışmalar ve eğitim programları ülkemize göre biraz daha eskiye dayanmaktadır. Üstün veya özel yetenekli çocukları araştırma merkezleri, okulları, üstün veya özel yetenekli çocuğu bulunduğu tespit edilen ailelere yönelik eğitim ve yardım merkezleri bulunmaktadır.

Türkiye’de üstün yetenekli çocukların eğitimi ile ilgili çalışmalar 1960 öncesinde gündeme gelmiştir. Daha çok bireysel nitelikte olan bu çalışmaların ardından 1960’lı yıllarda özel üst sınıfların açılmasıyla üstün veya özel yetenekli öğrencilerin eğitimi daha kapsamlı bir şekilde ele alınmıştır. Ancak yapılan çalışmalar süreklilik göstermemiş ve çeşitli pilot uygulamalarla geçirilmiştir. Okul öncesi, ilköğretim ve ortaöğretim çağındaki üstün veya özel yetenekli öğrenciler için ülkemizde pek fazla bir şey yapıldığı söylenemez. Ortaöğretimde ise Fen Liseleri ve Anadolu Güzel Sanatlar Liseleri gibi üstün veya özel yetenekli öğrencilerin devam edebileceği okul türleri bulunmaktadır. Son yıllarda üstün beyin gücünü geliştirme ve yararlanma amacıyla Milli Eğitim Bakanlığı, Özel Eğitim ve Rehberlik Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü’ne bağlı olarak çeşitli illerimizde Bilim ve Sanat Merkezleri projesi pilot uygulamalarla üstün veya özel yetenekli çocukların; yeteneklerinin farkında olmalarını sağlamak, mevcut yetenekleri doğrultusunda kendilerini geliştirmeleri, kendileri ile ilgili olumlu benlik saygısı geliştirmeleri, yaratıcılıklarını en üst düzeyde kullanma becerisi edinmelerini sağlamak amacıyla çalışmalarına başlamıştır.

Üstün yeteneklilik; “zihinsel yaratıcılık, özel akademik ve liderlik alanlarında ve görsel sanatlarda normal okul şartlarında sunulmayan özel hizmet ve imkanları gerektirecek düzeyde ileri performans kapasitesi gösterme” olarak tanımlanabilir (RENZULLI, 1986, s.20). Diğer özel eğitim alanlarında olduğu gibi normalden önemli düzeyde farklılaşan bu bireyler için de özel olarak düzenlenmiş programların geliştirilmesi gerekmektedir. Bu konudaki eksikliklerin giderilmesi için de öncelikli olarak üstün yeteneklilerin



özelliklerinin, güçlü ve zayıf yönlerinin belirlenmesine yönelik çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

“Üstün yeteneklilik” sınıflandırması sahip olunan fiziksel, duygusal, sosyal, bilişsel ve psikolojik yüklemelerle ilgili üstün yetenekli çocuklar ve onların normal akran grupları arasında ayırım yapılması gerekliliğini ortaya koymuştur. Bir çok toplumda olduğu gibi ülkemizde de üstün yetenekli çocukların tanımlanması, belirlenmesi, özellikleri ve ihtiyaçlarını ortaya koyarak yeteneklerini geliştirme ve kullanmaya yönelik programların geliştirilmesi yeni yeni ele alınmaya başlanılan önemli bir konudur. Bununla birlikte üstün yetenekliliğin tanımlanmasına ilişkin belirsizlikler ve anlaşmazlıklar hala varlığını sürdürmektedir.

Yapılan araştırmalar üstün yeteneklilerin yaşlarına göre farklı özellikler ortaya koyduklarını göstermiştir. Üstünlük derecesinin hangi alanlarda olduğu ya da olması gerektiği, üstünlüğün nasıl ölçüleceği, üstünlük derecesinin ne olması gerektiği ve karşılaştırma grubu olarak alınan normal çocuklar grubunun hangi özelliklere sahip olacakları konularında belirsizlikler sürmesine rağmen, günümüzde yapılan programlar üstün yeteneklileri ilgilendiren kişisel stres, sosyal uyum problemleri, yalnızlık, benlik kavramı karmaşası, mesleki seçim zorluğu, akran baskısı ve mükemmeliyetçilik gibi alanlar üzerinde durmaktadır (ÖZBAY-PALANCI, 2000, s. 3).

Ülkemizde üniversiteye öğrenci alımı ile ilgili olarak yapılan Öğrenci Seçme Sınavı'nın öğrencilerin gelecek ve özellikle mesleki yaşamlarını belirlemede tek koşul olduğu görülmektedir. Bu nedenle yılda bir kez yapılan sınava hazırlanma ve sınava giriş öğrenciler ve paralelinde aileleri için zorlu bir süreci oluşturmaktadır. Beklentiler, amaçlar ve hayallerin yerine getirip getirilmeyeceği bu zorlu ve öğrenciler için önemli duygusal ve psikolojik yükler taşıyan sınava hazırlanma sürecine bağlı olmaktadır. Sınavın taşıdığı önem derecesinin yanı sıra öğrencilerin sınava yükledikleri ve sınavı algılayışları, test almaya ilişkin davranışları sınavdaki başarılarında belirleyici etmenler olabilmektedir. Emeklerinin karşılığını belirleyici nitelikte olan Öğrenci Seçme Sınavı'nın öğrenciler üzerindeki bu büyük baskısı sınav kaygısına neden olabilmektedir. Üniversiteye giriş için sınavın bu denli önemli olması üstün yetenekli öğrencilerin kendilerinden bekledikleri ve diğerlerinin onlardan bekledikleri yüksek standartları gerçekleştirme, şüphe ve hatalara ilgi

gibi mükemmeliyetçiliğin özellikleri ile birleştiğinde öğrencilerde test almaya ilişkin olumsuz tutum ve duyguların gelişimini ortaya çıkarabilmektedir.

Mükemmeliyetçilik çeşitli psikolojik problemlerle ilişkili bulunan bir kişilik özelliği olarak ele alınmaktadır (BURNS, 1980, s.34; FROST ve diğ., 1990, s.451; HEWITT-FLETT, 1991, s.462; HEWITT-FLETT, 1993, s.60; PACHT, 1984, s.487). Bununla birlikte mükemmeliyetçilik üstün yeteneklilerin en önemli özelliği olarak görülmeye devam etmektedir (SILVERMAN, 1995, s.2). Eğitim alanında çalışan bir çok eğitimci ve araştırmacı (ADDERHOLT-ELLIOT, 1987, s.57; KLINE-SHORT, 1991, s.120; PARKER-ADKINS, 1994, s.304; PARKER, 1997, s.547; SILVERMAN, 1995, s.2; WEBB, 1994, s.76) mükemmeliyetçilik ile üstün yetenekliliği ilişkilendirmiştir. LoCicero ve Ashby (2000) son yıllarda yapılan çalışmalarda üstün yeteneklilerin genellikle uyumsuzluk, düşük benlik saygısı, mesleki kararsızlık, depresyon, cesaretsizlik ve umutsuzluk gibi duygusal karmaşalar yaşayan mükemmeliyetçi bir grup olarak değerlendirildiklerini belirtmişlerdir.

Mükemmeliyetçilik ilk tanımlamaları ve ölçümleri tek boyutlu ve patolojik bir kişilik özelliği olarak kavramsallaştırılmakla birlikte (BURNS, 1980, s.34; PATCH, 1984, s.487) son yıllarda yapılan araştırmalarda (FROST ve diğ., 1990, s.451; HEWITT-FLETT, 1991, s.462) mükemmeliyetçilik çok boyutlu fakat problemlili ve istenilmez olmayan bir özellik olarak ele alınmaya başlanmıştır. Üstün yetenekli çocukları içeren bir çok çalışma ise üstün yetenekli öğrencilerde mükemmeliyetçiliğin bir özellik olup olmadığı, hangi şekillerde – sağlıklı ya da sağlıklı- bulunduğu, üstün yeteneklilerin mükemmeliyetçilikleri ile normal akranlarının mükemmeliyetçiliklerini karşılaştırma ve üstün yeteneklilerin mükemmeliyetçiliğin hangi boyutlarını taşıdıkları ile ilgili olarak belirlemeler yapmaya yöneliktir.

Mükemmeliyetçiliğin karmaşık doğası üstün yeteneklilerde mükemmeliyetçilik tutumlarının sağlıklı ve sağlıklı boyutları ile birlikte ele alınmasını beraberinde getirmiştir. Mükemmeliyetçiliğin üstün yeteneklilerde sağlıklı ve sağlıklı boyutlarına dönük olarak yapılan çalışmalar ulaşılması imkansız, cezalandırıcı standartlar ve üstün yetenekli bireyler içerisindeki üstünlük seviyesi arasındaki ayrımı ortaya koymuştur. Yapılan çalışmaların bir çoğunda sağlıklı mükemmeliyetçilik üstünlük çabası ile eşit olarak

görülmüştür (PARKER, 1997, s.547; PARKER-ADKINS, 1995, s.304; PARKER-MILLS, 1996, s.195; PARKER-STUMPF, 1995, s.376).

Üstün yetenekli çocuklarda sağlıklı mükemmeliyetçilik olarak nitelendirilen başarıyı motive edici mükemmeliyetçilik çabaları gösteren bireylerin özellikleri olarak düzenli, bağımlı ve sosyal olarak beceriye sahip olma, sorumluluk, amaç ve başarı donanımlı olma, yordayıcı ve uyumlu olma bildirilmişken; düşmanlık ve aşırı derecede yarışmacı olma çabaları içerisindeki sağlıklı mükemmeliyetçiler olarak nitelendirilen çocukların özellikleri olarak sosyal olarak izole olma, savunmacı, endişeli-kaygılı-, mutsuz ve ulaşamaz olma olarak bildirilmiştir (PARKER, 1997, s.549).

Yapılan araştırmalar mükemmeliyetçiliğin bazı üstün yetenekli bireyler için problem olduğunu, diğerleri tarafından kabul edilmek amacıyla mükemmel olma zorunluluğu hissedildiğinde tehdit yaşayacaklarını bildirmişlerdir. Aşırı derecede yüksek kişisel ve sosyal standartlar, düşük amaç memnuniyeti, beklentileri karşılama ihtiyacı, performansın niteliği ile ilgili şüphe duygusu gibi alt boyutları içine alan mükemmeliyetçilik bu alt boyutlarının desteğiyle birlikte üstün yetenekli bireylerin sınav ya da değerlendirilme kaygısı yaşamalarına neden olabilmektedir. Üstün yetenekli bireylerle yapılan çalışmalarda belirlenen mükemmeliyetçilik sınıflamalarına dayalı olarak daha çok sağlıklı ya da uyumsuz mükemmeliyetçilik olarak değerlendirilen negatif mükemmeliyetçiliğin öğrencilerin kapasitelerinin altında başarı elde etmelerine ve kişisel ve sosyal standartları karşılayamama, üstünlüğünü yitirme, eleştirilme gibi endişeleri ile birlikte yüksek düzeyde sınav kaygısını yaşamalarına yol gösterici olduğunu söyleyebiliriz. Bununla birlikte üstün yeteneklilerin mükemmeliyetçilikleri sağlıklı ya da uyumlu mükemmeliyetçilik olarak değerlendirildiğinde mükemmeliyetçilikleri onları başarı için güdüleyici ve amaçlarına ulaşmalarına yardımcı bir rol oynayabilmektedir.

Az olmakla birlikte yapılan diğer çalışmalarda akademik olarak üstün yetenekli olan çocukların yüksek sınav kaygısına sahip oldukları belirlenmiştir (BOXTTELL-MOSKS, 1992, s.172; ÖZBAY, 2002, s. 5; MOR ve diğ., 1995, s.210).

Bu çalışma üstün yetenekli öğrencilerin test alma davranışı üzerinde kişisel standartlar, ailesel beklentiler ve eleştiri, hatalara ve davranışlara ilişkin tutumların önemli bir rol oynayabileceği görüşüne dayanmaktadır. Araştırmada aracı değişkenler olarak benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik ve problem çözme becerilerinin ele alınma gerekçesi,

bu özelliklerin mükemmeliyetçilik tutumları ile olan ilişkisidir. Yapılan araştırmalar düşük benlik saygısı (ASHBY-RICE, 1990, s.199; RICE-DELLWO, 2002, s.190; STUMPF-PARKER, 2000, s.850; HOGE-REZZULLI, 1993, s.450), kontrol odağı (FLETT-HEWITT, 1998, s.255; SUDDARTH-SLANEY, 2001, s.160), düşük öz-yeterlilik inançları (LOCICERO-ASHBY, 2000, s.183; DUNKLEY ve diğ., 2000, s.340) ve problem çözme becerileri (DUNKLEY ve diğ., 2000, s.340; HEWITT ve diğ., 1996, s.100) ile sağlıklı mükemmeliyetçilik tutumları arasında bir ilişkinin var olduğunu göstermektedir. Uyumsuz mükemmeliyetçilik tutumları ile bu değişkenler arasındaki negatif ilişkinin yanı sıra sağlıklı mükemmeliyetçiliğin yüksek benlik saygısı (HOGE-REZZULLI, 1993, s.452; STUMPF-PARKER, 2000, s.842), içsel kontrol odağı (KARNES-D'ILLO, 1991, s.930; PERISAMY ve diğ., 1990, s.1) ve yüksek öz-yeterlilik inançları (ASHBY-RICE, 2002, s.200) ile ilişkisini gösteren araştırmalar da bulunmaktadır.

Bu etkileşimler ve ülkemizde üstün yeteneklilik literatüründeki eksiklikler değerlendirildiğinde konu seçiminde mükemmeliyetçiliğin sınav kaygısını yordayıcı rolü üzerinde benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik inançları ve problem çözme becerilerinin belirleyiciliğini ortaya koymanın üstün yetenekli öğrencilerin sahip oldukları özellikler, karşılaştıkları güçlükler, kendilerini olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilen faktörlerin belirlenmesi ve üstün yeteneklilerin özellik ve ihtiyaçlarına uygun, yeteneklerini geliştirebilecekleri eğitim programlarının oluşturulmasına katkı sağlayacağı düşüncesi etkili olmuştur.

## BİRİNCİ BÖLÜM

### 1. ARAŞTIRMA İLE İLGİLİ BİLGİLER

#### 10. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, Fen lisesi örnekleminde mükemmeliyetçiliğin yanı sıra çeşitli değişkenlerin (benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik ve problem çözme becerileri)sınav kaygısını yordayıcılıklarını araştırmaktır.

Şu alt amaçlar araştırılacaktır:

1. 14-19 yaşları arasındaki Türk ergenler için ÇBMÖ (MPS–Multidimensional Perfectionism Scale – Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği)' nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yapmak.
2. Üstün yetenekli öğrencilerde mükemmeliyetçilik ve sınav kaygısı arasındaki ilişkiyi belirlemek.
3. Benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik ve problem çözme becerilerinin mükemmeliyetçilik üzerindeki etkileşimlerini incelemek.
4. Üstün yetenekli öğrencilerde kardeş sayısı, doğum sırası ve ebeveyn tutumlarının mükemmeliyetçilik boyutları (düzeyleri) ile ilişkisini incelemek.

#### 11. Denenceler

1. Mükemmeliyetçilik ve diğer değişkenlerin (benlik saygısı, kontrol odağı ve problem çözme becerileri) etkileşimi üstün yetenekli öğrencilerde sınav kaygısını yordayıcıdır.
2. Ele alınan değişkenlerden sınav kaygısı, mükemmeliyetçilik ve kontrol odağı üzerinde cinsiyet farklılıkları vardır. Kızlar erkeklere oranla daha fazla sınav kaygısı yaşarlar, daha fazla mükemmeliyetçidirler ve daha çok dışsal odaklıdırlar.

3. Sınav kaygısının duyusallık ve kuruntu puanları üzerinde mükemmeliyetçilik düzeylerine göre farklılıklar vardır. Mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek olanlar daha fazla sınav kaygısının duyusallık ve kuruntu belirtilerini yaşamaktadırlar.
4. Mükemmeliyetçilik puanları üzerinde anne-baba eğitim düzeyine dayalı farklılıklar vardır. Okur-yazar eğitim düzeyine sahip anne-babaların çocukları üniversite ve üstü eğitime sahip anne-babaların çocuklarına oranla daha çok mükemmeliyetçidirler.
5. İlk doğan ergenler diğerlerine göre daha yüksek düzeyde mükemmeliyetçidirler.
6. Üstün yetenekli ergenlerde mükemmeliyetçilik ve sınav kaygısı arasında bir ilişki vardır.

## 12. Araştırmanın Önemi

Bir çok psikolojik problemle ilişkili olduğu bulunan bir kişilik özelliği olan mükemmeliyetçilik üstün yetenekli çocuk ve ergenlerin ortak bir özelliği olarak görülmektedir. İnsan gelişiminin sağlıklı bir parçası olduğu düşünülen mükemmeliyetçilik, aynı zamanda yıkıcı bir özellik olarak da karşımıza çıkabilmektedir. Pozitif formu olarak değerlendirilen sağlıklı-normal mükemmeliyetçilik büyük başarıya yol gösteren enerjiyi güdüleyici bir rol oynayabilmektedir. Bununla birlikte mükemmeliyetçilik, hayale zarar veren, canlılığı, yaratıcılığı körelten ve bireyin yeteneklerini kullanmasına engel olan, başarısızlık korkusunu güçlendiren bir güç olarak da etkisini gösterebilmektedir.

Bu açıdan değerlendirdiğimizde mükemmeliyetçilik, üstün yeteneklilerde daha sıklıkla görülen ve üstün yeteneklilerde başarıyı, yaratıcılığı destekleyici bir özellik mi yoksa engelleyici bir özellik mi olduğu sorusu ile karşı karşıya gelmekteyiz. Literatürde üstün zekalı ve üstün yetenekli öğrenciler mükemmeliyetçi bireyler olarak görülüyorken, ülkemizde üstün yetenekli öğrenciler ile ilgili yapılan araştırmalarda öğrencilerin mükemmeliyetçilik özellikleri ele alınmamıştır. Bu nedenle ülkemizdeki üstün yetenekli öğrencilerin mükemmeliyetçilikleri ve mükemmeliyetçiliklerinin başarıyı güdüleyici ya da engelleyici bir özellik olarak değerlendirilerek ele alınması gerekliliği ile ilgili belirsizlikler söz konusudur.

Özellikle ülkemizde üniversiteye giriş sınavına hazırlanma sürecinde sınav kaygısının elde edilen başarı ve sonuç açısından önemli bir konu olduğu düşünülmektedir.

Öğrencilerin ilk ve ortaöğretim düzeyinde yapmış oldukları birikimleri Öğrenci Seçme Sınavı (ÖSS) ile değerlendirme sistemi aile ve sosyal çevreden gelen beklentilerle birlikte öğrencilerdeki sınava ilişkin kaygıları ve tutumları etkileyebilmektedir. Öğrencilerin kendilerine, yeteneklerine ilişkin beklentileri ailesel ve sosyal beklentilerle birleşerek test alma davranışları üzerinde önemli bir etkiye sahip olabildiği gibi; öğrencilerin mükemmeliyetçi düşünceleri, yüksek performans talepleri ile azalan benlik saygıları da sınav kaygısı düzeyleri üzerinde belirleyici olabilmektedir.

Mükemmeliyetçiliğin üstün yetenekli öğrencilerin en çok gözden kaçan kişilik özelliklerinden olduğuna inanılmaktadır. Mükemmeliyetçiliğin iki farklı doğası –başarı için pozitif güç olma ve yıkıcı bir güç olma- dikkate alındığında üstün yetenekli öğrencilerde mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu tanımlamasının yapılmasının ve mükemmeliyetçiliğin psikolojik uyumsuzlukların gelişimindeki rolünün incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Üstün yetenekli öğrencilerde mükemmeliyetçilik boyutlarının, test almaya ilişkin tutumlarının farkındalığı ile psikolojik danışmanlar ve onların yönlendirmesi ile aileler ve eğitimcilerin üstün yetenekli öğrencilere mükemmeliyetçiliklerini değerlendirmeleri, anlamaları, ihtiyaçlarını belirlemeleri ve mükemmeliyetçiliklerinin desteklediği psikolojik problemlerle mücadelede yardımcı olacak programlara yol gösterilebilir.

### **13. Araştırmanın Varsayımları**

1. Fen lisesi öğrencilerinden oluşan araştırma grubunun üstün yeteneklilik özelliklerini sergiledikleri varsayılmaktadır.
2. Araştırmada kullanılan ölçme araçları istenilen bilgileri elde etmeye ve ölçmeye elverişlidir. Ölçme araçlarını cevaplandıran öğrencilerin objektif düşüncelerini ortaya koydukları varsayılmaktadır.
3. Altı farklı fen lisesinden öğrencilerin tesadüfi ve yansız olarak belirlendiği varsayılmaktadır.



#### 14. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma sonuçlarının genellenebilirliği Erzincan, Kayseri, Ordu, Samsun, Trabzon ve Zonguldak Fen Lisesi ikinci ve üçüncü sınıflarda öğrenim gören ve tesadüfi olarak seçilen 489 öğrenci ile sınırlı tutulmuştur.

#### 15. Araştırmada Kullanılan Terimler

**Üstün Yeteneklilik (Giftedness):** Zihinsel, yaratıcılık, özel akademik ve liderlik yetenekleri alanlarında ve görsel sanatlarda normal okul şartlarında sunulmayan özel hizmet ve imkanları gerektirecek düzeyde ileri performans kapasitesi gösterme durumudur (REZZULLI, 1986).

**Mükemmeliyetçilik (Perfectionism):** Mükemmelin altında seyreden her şeyi kabul edilemez olarak görme eğilimidir (MERRIAM-WEBSTER'S Collegiate Dictionary, 1993, s.893).

**Sınav Kaygısı (Test Anxiety):** Bireyin değerlendirildiğini hissettiği durumlarda istenilmeyen endişe ve hassasiyet yaşamasını içerir (DUSEK, 1980).

**Benlik Saygısı (Self-Esteem):** Bireyin kendi kendini değerlendirerek kendini değerli, yeterli ve başarılı bulması anlamına gelmektedir (KILIÇÇI, 1989, s.32).

**Kontrol Odağı (Locus of Control):** Pekiştiricilerin bireyin içindeki ya da dışındaki güçlerin (şans ve kader) kontrolünde olduğuna dair sahip olunan genel beklenti ya da inançlardır (ROTTER, 1966, s.5).

**Problem Çözme Becerileri (Problem Solving Skills):** Problem çözme becerileri bireyin problem çözme sürecinde önemli davranışlara, inançlara ve becerilere sahip olmasıdır. Problem çözme bireye günlük problemler ve onların duygusal etkilerinin en iyi şekilde üstesinden gelme fırsatı verme ile psikolojik stresi azaltabilen, en aza indirebilen ya da önleyebilen önemli bir başa çıkma stratejisidir (D'ZURILLA & NEZU, 1990, s. 157).

**Öz-Yeterlilik İnançları (Self-Efficacy):** Bireyin belirli davranışları yerine getirmeye yönelik gerekli becerilere sahip olduğu inançlarıdır (BANDURA, 1986, s. 191).



## İKİNCİ BÖLÜM

### 2. ARAŞTIRMA İLE İLGİLİ YAYINLAR

#### 20. Üstün Yeteneklilik

“Üstün Yeteneklilik” sınıflandırması bilişsel, duyuşsal, sosyal ve fiziksel yüklemelerle ilgili üstün yetenekli bireyler ve normal akran gruplarını ayırmayı beraberinde getirmektedir. Özel yetenekleri olan çocukların akran gruplarına göre bazı üstün özellikleri bulunmaktadır. Bunun ötesinde üstün yetenekliliğin nasıl tanımlanması gerektiğine ilişkin çok az bir uzlaşma söz konusudur (GALLAGHER, 1985, s.112; MAKER, 1986, s.200). Bu uzlaşmazlıklar; üstün yeteneklilerin üstünlüğünün ne şekilde olduğu, genel zeka, içgörü, yaratıcılık, özel yetenekler ve akademik konularda başarı ya da çalışma çizgisi, ahlaki yargı ve bu faktörlerin hepsinde üstün olup olmadıkları, üstün yetenekliliğin hangi çeşidinin önemli olduğu, üstün yetenekliliğin nasıl ölçüleceği, üstün yetenekli olduğu düşünülenlerin üstünlük derecesinin ne olması gerektiği ve karşılaştırma grubunu kimlerin oluşturması gerektiği, grubun standartlarının ne olması gerektiği şeklindeki sorularla ilgili görüşlerden kaynaklanmaktadır.

Üstün yetenekliliğin terminolojisinde karışıklıklar bulunmaktadır. “Gifted” kelimesinin yanı sıra üstün yetenekli bireyleri tanımlamak için kullanılan bir çok kelime vardır: yetenekli (talented), yaratıcı (creative), anlayışlı (insightful), dahi (genius), erken gelişmiş (precocious) gibi. Erken gelişmişlik (precocity), olağanüstü erken gelişimi ifade eder. Birçok üstün yetenekli çocuk dil, müzik, matematiksel beceri gibi özel gelişim alanlarında erken gelişim gösterir ve bütün üstün yetenekli çocukların zihinsel gelişim düzeyi üstün yetenekli olmayan çocukların gelişimini aşmaktadır. İçgörü (insight), uygun bilgiyi uygun olmayan bilgidен ayırma, uygun bilgileri birleştirerek yeni ve kullanışlı yollar keşfetme ya da yeni ve yaratıcı bir şekilde eski ve yeni bilgiyi birleştirme olarak tanımlanır. Dahi (genius), bazı alanlarda özel bir yetenek ve kabiliyet gösterme durumu için kullanılır. Çoğunlukla aşırı derecede yüksek zihinsel güçler (aşırı derecede yüksek IQ ve yaratıcılık) için kullanılır. Yaratıcılık (creativity), yeni ve kullanışlı bilgileri açıklamak ve

düşünülmemiş fakat önemli sorular sorma için kullanılır. Yetenek (talent), özel beceri, yetenek ve başarıları göstermek için kullanılır (HALLAHAN-KAUFMANN, 1991, s.397). Üstün yeteneklilik (giftedness) ise, bilişsel üstünlük, yaratıcılık ve motivasyonu, yaşatlarının olgunluğundan bağımsız olma için özel değeri olan bir şeyleri oluşturma olasılığını ya da hepsinin birleşimini ifade etmektedir (REZZULLI ve diğ., 1981, s.12).

Üstün yetenekliliğin geleneksel tanımı bireysel olarak uygulanan zeka testleri, genellikle Stanford-Binet ya da WISC-R, ile ölçülen genel zekaya dayanmaktadır. Çocuklar Binet ya da WISC-R'dan belli bir seviyenin üstüne çıktıklarında üstün yetenekli oldukları düşünülür. Bununla birlikte, son zamanlarda üstün yetenekliliğin tanımı için tek kriter (çok önemli olsa bile) olarak IQ'nun kullanılmasına ilişkin büyük bir memnuniyetsizlik söz konusudur (HALLAHAN-KAUFMANN, 1991, s.398).

Genel olarak kullanılan zeka testleri tümdengelimli düşünme yeteneğini ve 'doğru' ve 'yanlış' olarak puanlandırılan tek bir cevaba ulaşmayı değerlendirirken, yaratıcılık testleri bir çok farklı cevabı desteklemektedir. Sternberg ve Davidson (1983), içgörü becerilerinin zihinsel üstün yetenekliliği tanımlamada öncelikli özellikler olabileceğine inanmaktadırlar. Horowitz ve O'Brien (1985)'e göre ise üstün yeteneklilik belirli alanlarda (matematik, yazım, görsel sanatlar, kişilerarası beceriler, müzik) performans ile açıklanmasına rağmen, bazı performansları yerine getirme genel zeka olabilmektedir.

Sternberg (1985, 1990)'in üçlü zeka kuramı bilişsel süreç yaklaşımını vurgulamaktadır (ÖZBAY, 2001, s.110). Sternberg'in çıkış noktasının çoğunlukla bireyin daha çok veya daha az zekice davranmalarını etkileyen bilişsel süreçler oluşturmaktadır. Sternberg (1986) zihinsel üstün yetenekliliğin üç boyutunu tanımlamıştır: bireyin içsel dünyası ile ilişkili metakomponentleri içeren zihinsel süreç üstünlüğü, soyut düşünme, bilgi işlem ve yapılması gerekeni belirleme; özel durumlar ve görevlerde bilişsel süreci uygulamada bireyin yaşantı düzeyi ile bilişin ilişkili olduğu deneysel boyut olan bilgiyi otomatik süreçlendirme ve görelî yeniliklerin üstesinden gelmede üstünlük, yeni düşünceler formüle etme, ilişkisiz durumları birleştirme; zihinsel işlev sürecini uygulamada üstünlük içeren durumsal boyut, değişen çevre özelliklerine uyum gösterebilme ve içinde bulunduğu ortamı maksimum faydalı hale getirmek için şekillendirme (REIS, 1989, s.401).

Bugün bazı araştırmacılar tek bir genel zekadan ziyade çoklu zekaya ilişkin bulgular elde etmişlerdir (GARDNER-HATCH, 1989, s.6). Onlara göre zekanın yedi farklı çeşidi

birbirinden bağımsızdır ve yetişkin ve çocuklar farklı zeka çeşitlerinde farklı güçlü ve zayıf profiller gösterebilirler. Gardner (1999) zekayı kişinin belli bir kültürel dokuda ürünler ortaya koyabilme, karşılaştığı probleme etkili ve verimli çözümler üretebilme ve çözülmesi gerekli yeni ve karmaşık problemleri keşfetme yeteneği olarak tanımlar. Bu nedenle Gardner'e göre yedi farklı türde zeka vardır:

**Sözel (dil):** Bu türdeki zeka, bir insanın kendi dilinin gramer yapısına, sözcük dizinine ve vurgusuna hakim olması ve kavramları anlamlarına uygun olarak ustalıkla kullanabilmesinin yanı sıra ana dilinden farklı bir dilde de düşünce ve duygularını etkili bir şekilde ifade etme kabiliyetine sahip olmasıdır. **Mantıksal-Matematiksel Zeka:** Olayların oluşumu ve işleyişi hakkında sebep-sonuç ilişkisi kurarak etkili bir şekilde mantık yürütebilme kapasitesidir. Mantık kurallarına, neden-sonuç ilişkilerine, varsayım oluşturmaya ve sorgulamaya ve bunlara benzer soyut işlemlere hassasiyet ve duyarlılık söz konusudur. **Görsel-Uzaysal Zeka:** Çevrenin objektif olarak gözlenmesi, algılanması, değerlendirilmesi ve bunlara bağlı olarak dış dünyadan edinilen izlenimleri grafiksel olarak sergileme becerilerini kapsamaktadır. **Müziksel-Ritmik Zeka:** Bir bireyin müziksel olarak düşünmesi, müzik formlarını algılaması, ayırt etmesi ve ifade etmesinin yanı sıra belli bir olayın oluşumunu ve işleyişini müziksel bir dille düşünmesi, yorumlaması ve ifade etmesidir. **Bedensel-Kinestetik:** Bireyin duyu ve düşüncelerini vücudu ile ifade edebilme ve nesnelere becerikli bir şekilde kullanarak yeni yapılar üretme kapasitesidir. **Sosyal Zeka:** Bireyin çevresindeki insanların duygularını, isteklerini ve ihtiyaçlarını algılama, ayırt etme ve karşılama kapasitesidir. **İçsel Zeka:** Kişinin kendisini tanıması ve kendisi hakkında sahip olduğu bu bilgi ve anlayış ile çevresinde uyumlu davranışlar sergilemesi yeteneğidir. Gardner (1999) son olarak sekizinci bir zeka türünden bahsetmektedir. **Doğacı Zeka:** Bireyin doğaya, doğa olaylarına ve doğal kaynaklara karşı aşırı duyarlılık göstermesi, onları belli özelliklerine bağlı olarak sınıflandırma ve diğerlerinden ayırt etme kabiliyetidir (SABAN, 2001, s.4).

Renzulli ve arkadaşları (1981) üstün yetenekli çocukların: (1) yüksek yetenek (yüksek zekayı içeren), (2) yüksek yaratıcılık (yüksek fikirler oluşturma ve bu fikirleri problemlerinin çözümü için kullanabilme yeteneği), (3) yüksek görev sorumluluğu (Yüksek motivasyon düzeyi ve projenin sonunu görme becerisi) potansiyellerine sahip olmaları gerektiği görüşünü desteklemişlerdir. Çoklu kriter tanımlamasında kullanılan bu üç özellik –yüksek yetenek, yüksek yaratıcılık, yüksek görev sorumluluğu- bir çok alanda

gerçek üstün yeteneklilik performansı için gerekli görülmektedir. Üstün yeteneklilik birey bu üç özelliği özel bir çaba ile performans için uyguladığında bu üç özelliğin birleşimi olarak tanımlanır (HALLAHAN-KAUFMANN, 1991, s.405).

## **200. Üstün Yetenekliliğin Belirlenmesi**

Renzulli ve arkadaşları (1981)'e göre test puanlarındaki davranış ve başarı, öğretmen değerlendirmesi, geçmiş akademik performans, aile değerlendirmesi, öz-değerlendirme sadece test puanlarına dayalı olan geleneksel prosedürden daha avantajlıdır. Bu avantajlar azınlık grubundaki öğrencileri tanımlamada daha etkilidir. Renzulli ve Delcourt (1986) üstün yeteneklileri tanımlamada dört kriter bildirmişlerdir: (1) test puanları, (2) özel alanlarda (matematik gibi) akademik ileri olma, (3) özel alanlarda yaratıcı üretkenlik, öğretmen değerlendirmesi ve öğrenci ilgisi ile değerlendirilen ürünler verme ve ileri aktivitelerde gönüllülük, (4) uzun dönemli yaratıcı üretkenlik (performanstan sonra üstün yetenekli bireyleri tanımlamada kullanılabilir son kriter).

## **201. Üstün Yeteneklilerin Özellikleri**

### **2010. Fiziksel Özellikleri**

Üstün yeteneklilerle ilgili erken gelişimden bahsedilmesine rağmen, fiziksel olarak zayıf, beceriksiz, ilgileri dar, duygusal olarak kararlı ve erken gerileyen gibi çelişkili özelliklerinden de bahsedilmektedir. Terman (1926)'ın çalışması üstün yetenekli çocukları uzun, sağlıklı, güçlü, çok enerjik ve diğer çocuklardan daha sağlıklı olan bir grup olarak göstermiştir. Terman ve Oden (1958) Terman'ın ilk çalışmasındaki özellikleri sürdürmüşlerdir. Bir çok üstün yetenekli çocuk atletik becerilerde başarılı ve çeşitli sporlarda üstün yarışmacılar olarak görülmektedirler. Hansen ve Hoover (1993) da üstün yetenekli çocukların yaşlılarına oranla fiziksel olarak daha gelişkin bir yapıya sahip olduklarını, daha erken konuştuklarını, yürümeyi daha erken öğrendiklerini ve genel olarak sağlık durumlarının daha iyi olduğunu belirtmişlerdir (HALLAHAN-KAUFMANN, 1991, s.405).

### **2011. Eğitimsel ve Mesleki Özellikleri**

Üstün yetenekli çocuklar akademik başarıda yaşlılarının çok ilerisinde olma eğilimindedirler. Bir çoğu okumayı kolayca öğrenir; okumayı okula gitmeden önce aileleri

ile ya da kendiliğinden öğrendikleri düşünülür. Gallenger (1985) ise bir çok üstün yetenekle çocuğun okuldan sıkıldığını ve okula düşman olduğunu belirtmiştir. Üstün performansları nedeniyle üstün yetenekli çocukların bir çoğu sınıf arkadaşlarından küçüktür (HALLAHAN-KAUFMANN, 1991, s.405).

Üstün yetenekli çocuklar yüksek yeteneğe sahip oldukları alanları geliştirmede derin bir içsel motivasyona sahiptirler ve enerji düzeyleri hemen hemen maniklik seviyesindedir (WINNER, 2000, s.165). Üstün yeteneğe sahip oldukları alanlara çok kuvvetli ilgi duyarlar ve dış dünya ile ilişkisini kaybederek dikkatli bir şekilde bu alanda çalışmaya odaklanırlar. Verilen alanda kolayca öğrenme becerisi ile obsesif ilgiyi birleştirerek sosyal ve duygusal olarak engellenmedikçe bu birleşme başarıya yol gösterici olur (WINNER, 2000, s.166).

Üstün yetenekli bireylerin ortalama zihinsel yetenek, yaratıcılık ve motivasyondan daha fazla istedikleri mesleğe girme eğilimleri şaşırtıcı değildir. Bir çoğu yetişkinlikte yüksek oranda akranları arasında kendilerini ayırırlar ve uzmanlık ve yöneticilik dereceleri alırlar. Eğitimsel ve mesleki olarak kazançlı durumdadırlar (GALLENGHER, 1985, s.207; TERMAN, 1926, s.86).

Üstün yetenekli bireyler için yapılan bu tanımlamaların yanı sıra okulda çalışmaktan sıkılma, bilgi ve anlayışı garip olma, meraklılık gibi bazı özellikleri nedeniyle öğretmenleri tarafından benimsenmeyen ya da okul yönetiminin fark edilemeyen üstün yetenekliler de bulunmaktadır. Okul yönetiminin üstün yetenekli bir çocuğun ihtiyaçlarından haberdar olmaması ve üstün yetenekliler için eğitim programlarının değiştirilmemesinden dolayı bir çok üstün yetenekli çocuğun yetenekleri harcanmaktadır (HALLAHAN-KAUFMANN, 1991, s.407).

## **2012. Sosyal ve Duygusal Özellikleri**

Üstün yetenekli çocuklar genellikle mutlu olma eğilimindedirler ve akranları arasında sevilirler. Bir çoğu okullarında sosyal liderlerdir. Normal çocuklardan daha az psikotik ve nevrotik hastalıklara eğilimlidirler, duygusal olarak kararlı ve kendine yeter düzeydedirler (HALLAHAN-KAUFMANN, 1991, s.407). Geniş ve çeşitli ilgileri vardır ve kendilerini pozitif terimlerle tanımlamaktadırlar (COLEMAN-FULTZ, 1985, s.8; JANOS-ROBINSON, 1985, s.39).

Üstün yetenekliler alanında ilk çalışan araştırmacılardan biri olan Hollingworth (1942) yüksek IQ (180 IQ) lu çocukların sosyal ve duygusal problemlere sahip olduklarını iddia etmiştir. Çalışmanın sonuçları bu çocukların akranlarından oldukça izole olduklarını ve yetişkinlere çok iyi uyum sağlayamadıklarını göstermiştir.

Coleman (1985)'a göre üstün yetenekli öğrenciler akran gruplarından 'farklı hissettiklerini' belirtirler ve genellikle akranları tarafından tuhaf, sosyal çevreden izole, ukala, fiziksel olarak nazik görünümlü vb. olarak tanımlanmaktadır. Üstün yetenekli öğrencilerin bu stereotipik algılanması duygusal zorluk yaşamalarına ve akranlarından sosyal olarak izole olmalarına neden olur (HALLAHAN-KAUFMANN, 1991, s.415).

Sanatsal alanlarda üstün yetenekli olan bireylerin zihinsel hastalıklara eğilimli oldukları görüşü paylaşılmaktadır. Bazı büyük sanatçılar, müzisyenler ve bilim adamları psikoz ya da zihinsel kararsızlık dönemleri geçirmişlerdir, fakat duygusal stresleri nedeniyle değil duygusal streslerine rağmen başarılarını gerçekleştirmişlerdir (HALLAHAN-KAUFMANN, 1991, s.415). Csikszentmihalyi ve arkadaşları (1993) ise görsel sanatlar, müzik ve atletizm alanlarındaki üstün yetenekli ergenlerin akademik alanlarda üstün yetenekli olan akranlarından daha fazla zorluklara sahip olduklarını desteklemiştir. Bu ergenler sosyal ve duygusal olarak tipik olmayan özellikler göstermektedirler. Csikszentmihalyi ve arkadaşları (1993) e göre üstün yetenekli ergenler içe dönük olma eğilimindedirler, akranlarından daha fazla yalnız zaman geçirirler, zengin iç dünyaları nedeniyle sadece yalnız değildirler aynı zamanda yeteneklerini geliştirmek için yalnızlığı gerekli görürler.

Özbay ve Palancı (2000), üstün yeteneklilerin kişilerarası ilişkilerde uyumsuzluk yaşama, yalnızlığı tercih etme, yaşadıkları her şeyde yoğun duyarlılık ve tepkisellik, kendilerine ilişkin karmaşık duygu ve düşüncelere sahip olma, düşük benlik saygısı, mükemmeliyetçilik, duygusal yoğunluk ve duyarlılık, yüksek düzeyde duygusal farkındalık, duygu ve düşüncelerinin farkında olma gibi sosyal ve duygusal özelliklere sahip olarak görüldüklerini belirtmişlerdir.

Genel olarak üstün yetenekli çocukların sosyal ve duygusal özellikleri; kendine karşı yoğun eleştirel yaklaşım, kendisi hakkında daha fazla bilgiye sahip olma, sosyal destek ve geribildirime daha fazla gereksinim duyma, farklı espri anlayışı, oyun ilgilerinde farklılaşma, zihinsel ve karmaşık oyunları tercih etme, kuralları değiştirme ve yeni oyunlar



yaratma, kendi zihinsel kapasitelerinde veya yaşça daha büyük çocukları oyun arkadaşı olarak seçme, serbest zaman etkinliklerinde farklılaşma (okul sonrasında normal çocuklar gibi oyun oynamayı değil resim yapma, müzik, matematik problemleri çözme, okuma ve yazma için isteklilik) yaşitlarının ilgi alanının dışında kalabilen ve yaşitlarının yetenek düzeyinin üzerinde etkinliklere yönelme, okuma alışkanlıkları açısından daha üst kitapları tercih etme (HALLAHAN-KAUFMANN, 1991, s.418).

### **2013. Ahlaki Özellikleri**

Doğruluk, onur, merhamet ve adalet gibi ahlaki davranışların en parlak ve en iyi olanlarda zeka ile birlikte olması beklenir. Üstün yetenekli bireyler normal bireylerden daha çabuk ve daha şüpheli bir şekilde doğruyu görebilirler ve doğruyu görmeleri için doğruyu yapmaları gerekir (HALLAHAN-KAUFMANN, 1991, s.419).

Bir çok çalışma üstün yeteneklilerin ahlaki davranışta ahlaki ve etik konularla ilgili normal bireylerden üstün olduklarını göstermiştir (GALLAGHER, 1985, s.87). Üstün yetenekliler erken yaşlarda iyi ve kötü, doğru ve yanlış, adaletli ve adaletsiz gibi kavramlarla ilgili olma eğilimindedirler (GALBRAITH, 1985, s.15; TERMAN, 1926, s.86). Özellikle sosyal problemler ve onların çözümüyle ilişkilidirler. Üstün yetenekliliğin tanımlamalarından birisi de ahlaki olarak üstün yetenekli olarak tanımlanan bireyleri içermektedir.

### **21. Sınav Kaygısı**

Sınav kaygısı bireyin değerlendirildiğini hissettiği durumlarda istenilmeyen kuruntu ve duyusallık yaşantısını içerir (DUSEK, 1980, s.98). Yapılan testlerin ve sınavların akademik başarıyı değerlendirmesi en iyi örnektir. Ball (1995)'a göre sınav kaygısının etkileri kaygının seviyesi, görevin zorluğu ve öğrencinin yapabilirliğini içeren birçok değişken ile azaltılabilir. Düşük düzeyde sınav kaygısı öğrenciyi motive edebilir ve öğrencinin çabasını cesaretlendirme ile performansını artırabilir. Zıt olarak, öğrencinin iyi bir performans ihtiyacı zihinsel ilerlemeyi engelleyebilir. Bu durum özellikle başarı değerlendirmesinde öğrenme görevi istenildiğinde ortaya çıkmaktadır .

Sınav kaygısı belirli bir duruma özgü bir kişilik boyutu olarak düşünülmektedir (SARASON-SARASON, 1990, s.476; SPIELBERGER ve diğ., 1976, s.319;

SPIELBERGER-VAGG, 1995, s.9). Spielberger ve Vagg (1995)'ın tranksaksiyonel süreç modeline göre, hem eğilim hem de durum faktörleri test alma sürecinden korkmayı ve sonuç anksiyetesini meydana getirmektedir. Korku algıları test sürecinde dinamik olarak değişir, bir soruyu cevaplandıramama kuruntu bilişlerini artırması nedeniyle negatif geri bildirim sebepleri olabilmektedir. Spielberger ve Vagg (1995) yüksek düzeyde sınav kaygısı yaşayan öğrencilerin düşük düzeyde sınav kaygısı yaşayan öğrencilere göre sınavları daha fazla tehlikeli ve korkutucu olarak algıladıklarını ve test aldıklarında sınav kaygısının çok yüksek düzeylerini yaşayabildiklerini belirtmişlerdir. Diğer bir deyişle sınav kaygısı, farklı seviyelerinde test alma ve diğer değerlendirici durumlar süresince bireysel farklılıklarla ilişkilidir.

Roseman ve arkadaşları (1990) sınav kaygısını “(a) durumun bireyin güdülleri ya da amaçları ile tutarsızlığına karar verilir, (b) durum sonuçları belirsiz düşünülür, (c) kişisel gücün ya da durumun sonuçlarının üstesinden gelmek için başa çıkma potansiyelinin düşük olduğu düşünülür” şeklinde değerlendirilmesini önermektedirler.

Sınav kaygısı ile ilgili yapılan çalışmalar genel olarak yapıyı uygun ölçme yöntemleri, akademik ve standardize edilmiş sınav performansı üzerinde sınav kaygısının etkisi ve sınav kaygısının odağını açıklama üzerinde odaklanmıştır (CASSADY-JOHNSON, 2001, s.273). İlk çalışma sınav kaygısını tek boyutlu ölçekle değerlendirebilecek tek bir davranış olarak tanımlamıştır (SARASON-SARASON, 1990, s.477). Bununla birlikte sınav kaygısını tek boyutlu olarak ölçmeye çalışan ilk çalışmalarda bile sınav kaygısının en az iki boyutunu algılama söz konusudur. Sarason (1961) değerlendirici durumlarda karşı karşıya kaldığımız engelleyici kaygıların ‘artan psikolojik aktivite’ ve ‘kendini-reddedici düşünceler’in bir birleşimi olduğunu önermektedir (s.201). 1970’lerden beri anksiyetenin iki boyuttan oluştuğu (duyuşsallık ve kuruntu) görüşü genel olarak kabul edilmektedir (ZOHAR, 1998, s.335).

## **210. Sınav Kaygısının Boyutları**

Sınav kaygısı duyuşsallık ve kuruntu olmak üzere iki boyutta ele alınmaktadır.



### **2100. Duyuşsallık Boyutu**

Sınav kaygısının duyuşsallık boyutunun yüksek seviyeleri değerlendirici durumlar süresince yaşanan fizyolojik tepkileri içerir. Fizyolojik tepkiler (a) hızlı kalp atışları, artan cilt tepkileri, (b) baş dönmesi, (c) mide bulantısı, (d) panik, sinirlilik, gerginlik (DEFFENBACHER, 1980, s.223; HEMBREE, 1988, s.48). Bununla birlikte duyuşsallık bireyin artan otonom sistemindeki uyarılmaların kişisel farkındalığıdır (SCHWARZER, 1984, s.207). Duyuşsallık sınav kaygısının farklı bir boyutu olmasına rağmen, birey yüksek düzeyde kuruntu yaşadığında yüksek duyuşsallığın azalan performansla ilişkili olduğunu gösteren bulgular bulunmaktadır (SCHWARZER, 1984, s.207).

### **2101. Bilişsel Sınav Kaygısı (Kuruntu)**

Bilişsel sınav kaygısı değerlendirici durumlara bireylerin tepkilerinden ya da değerlendirici görevler öncesinde, değerlendirici görevler süresince ya da sonrasında değerlendirici durumlarla ilgili içsel diyalogdan meydana gelir. Yüksek düzeyde bilişsel sınav kaygısına sahip bireylerde ortak bir şekilde var olan düşünceler (a) akranları ile kendi performansını karşılaştırma, (b) başarısızlığın sonuçlarını düşünme, (c) performansta düşük düzeyde yeterlilik, (d) değerlendirme üzerinde aşırı kuruntu, (e) ebeveynleri için üzüntüye sebep olma, (f) test için hazır olmadığını hissetme, (g) öz-değer kaybı (DEFFENBACHER, 1980, s.225; HEMBREE, 1988, s.48). Sınav kaygısı taşıyan öğrencilerle yapılan bir araştırmada öğrencilerin %80'i düşük öz-değer ve aileleri için üzüntüye sebep olma düşüncelerini bildirmişlerdir (DEPREEUW, 1984, s.227). Sınav kaygısının bilişsel unsuru çoğunlukla performansta azalma ile ilişkili bulunmuştur (HEMBREE, 1988, s.48).

Sınav kaygısının yapısına ilişkin bir çok analiz duyuşsallık ve bilişsel sınav kaygısı olmak üzere iki faktör göstermiştir. Bununla birlikte performans üzerinde sınav kaygısının etkilerini anlamak için yapılan bir çok çalışma diğer faktörlerden bahsetmiştir. Sınav kaygısı yapısını yeniden yapılandırmaya çalışan bu araştırmaların öncelikli odağı bilişsel boyut olmuştur. Faktör analizini kullanan bu araştırmacılar bilişsel unsurun (a) başarısızlık korkusu ve kuruntu (b) başa çıkmaya ilişkin kuruntu, başarısızlığı sezinleme, öz-kayı, düşüncelerden kaçma ve ilgisiz düşünceler ya da (c) testle ilgisiz düşünme ve kuruntu dan meydana geldiğini önermişlerdir (CASSADY-JOHNSON, 2001, s.3).

Cassady ve Johnson (2001)'in araştırma bulguları performans yetersizliklerinin odağı olan bilişsel unsur üzerine odaklanan sınav kaygısı modellerine destek sağlamıştır. Öğrenciler sınav kaygısı envanteri ve ders sınavlarındaki performans düzeylerine göre düşük, orta ve yüksek düzeylerde bilişsel sınav kaygısına sahip olarak sınıflandırılmışlardır. Yüksek düzeyde sınav kaygısına sahip öğrenciler düşük düzeyde sınav kaygısına sahip öğrencilere göre daha az performans göstermişlerdir. Elde edilen bu sonuçlar sınav kaygısının yüksek seviyelerinde karşı karşıya kaldıkları performans eksikliklerinin bilişsel açıklamalarını desteklemiştir. Özellikle öğrenciler sınavlara hazırlanma, test alma ya da her ikisinde de bilişsel müdahale yaşayabilirler.

Sosyal öğrenme teorisi (BANDURA, 1989, s.729) de sınav kaygısı ve akademik performanstaki eksiklikleri açıklamak için başvurulan bir teoridir. Sosyal öğrenme teorisi özellikle akademik güveni anlama ile ilişkili birey faaliyetlerinin uygulamasından (insanlar nasıl kendi düşüncelerini, motivasyonlarını ve davranışlarını etkilemektedir) bahsetmektedir (SMITH ve diğ., 1990, s.319). Bu teoriye göre performans ve anksiyete amaçla ilgili mekanizmalarda motivasyon ve beceriler için sonuç beklentileri ve öz-yeterlilik işlevleridir (BANDURA, 1989, s.730).

Sınav kaygısının additive modeli ise sınav kaygısının etkisinin iki faktörün –bireylerin trait sınav kaygısı ve durum-özel değişkenler– birleşmiş fonksiyonu olduğunu iddia etmektedir (ZOHAR, 1998, s.336). Böylece yüksek sınav kaygısına sahip bireyler sadece durumsal (state) sınav kaygısı faktörü harekete geçtiğinde ciddi performans azalmaları yaşayacaklardır. Ortak durumsal faktörler özel görevler için düşük öz-yeterlilik, sınavı yüksek düzeyde kuruntu oluşturacak olarak algılama, sınav için olması gerekenin altında hazırlanmanın farkındalığını içermektedir (SCHWARZER-JERUSALEM, 1992, s.25; ZOHAR, 1998, s.336).

Feather ve Volkmer (1988)'in araştırma sonuçları dışsal kontrol odağı ve sınav kaygısının pozitif olarak ilişkili olduğu göstermiştir. Yüksek düzeyde sınav kaygısı taşıyan bireyler düşük düzeyde sınav kaygısı taşıyan bireylerle karşılaştırıldıklarında düşük çaba, yüksek zaman baskısı ve düşük düzeyde geri bildirim içeren ders yapısı için yüksek istenirlik düzeyleri verme eğilimindedirler. Sınav kaygısı üzerinde cinsiyet farklılıklarına ilişkin yapılan araştırmaların sonuçları ise bayanların erkeklere göre daha yüksek

seviyelerde sınav kaygısı yaşadıklarını göstermiştir (CASSADY-JOHNSON, 2001, s.275; HEMBREE, 1988, s.48).

## 22. Mükemmeliyetçilik

Mükemmeliyetçiliğin bir çok psikolojik ve fiziksel bozukluklarla ilişkili bir kişilik değişkeni olduğu bulunmuştur (BURNS, 1980, s.34; PACHT, 1984, s.387; FROST ve diğ., 1990, s.475; HEWITT-FLETT, 1991, s.1369; HEWITT-FLETT, 1993, s.63). Bununla birlikte, son zamanlara kadar yapı üzerindeki çalışmaların yapının açık bir şekilde tanımlanması ve ölçülmesinin eksikliği ile sınırlandırıldığı görülmektedir. Son zamanlarda mükemmeliyetçilik kişisel ve sosyal unsurlar içeren çok boyutlu bir yapı olarak kabul edilmektedir. Mükemmeliyetçiliğin son kavramsallaştırmaları yapının çok boyutlu doğasını vurgulamış ve bu boyutları ölçmek için ölçme araçları sağlamıştır (FROST ve diğ., 1990, s.478; HEWITT-FLETT, 1991, s.1371).

Mükemmeliyetçilik kavramı sürekli olarak araştırmacıların incelediği bir kavram olmuştur (ADLER, 1956; HOLLENDER, 1965; HORNEY, 1950; MISSILDINE, 1963; PACHT, 1984). Sadece bazı araştırmacılar mükemmeliyetçiliği tanımlama (BURNS,1980, s.34) ya da bir kişilik değişkeni olarak nasıl geliştiğini açıklama (HAMACHEK, 1978, s.28; HOLLENDER, 1965, s.95) yoluna gitmiştir. Araştırmalar mükemmeliyetçi eğilimlerin genellikle bireysel üretkenliği ve öz-memnuniyeti azalttığını (ADDERHOLT-ELLIOTT, 1984, s.57; BURNS, 1980, s.34) ve kişiler arası ilişkilerin gelişimini engelleyebildiğini göstermiştir.

Mükemmeliyetçilik çalışmaları psikoanalitik teorinin temellerine dayanmaktadır. Freud (1959) mükemmeliyetçiliği yüksek başarı için katı istekler belirleyen abartılmış süperegounun bir fonksiyonu olarak kabul etmektedir. Benzer şekilde bir çok teori mükemmeliyetçiliğin etiolojisini açıklamaya çalışmıştır: psikodinamik teori (HORNEY, 1950, s.150; SOROTZKIN, 1985, s.567); öğrenme teorisi (HAMACHEK, 1978, s.29); transaksyonel analiz teorisi (JAMES-JONGEWARD, 1971, s.280) ve bilişsel-davranışçı teori (BECK ve diğ., 1979, s.45; ELLIS, 1989, s.200).

Birçok kişilik teorisyeni mükemmeliyetçiliğin bazı boyutlarını birey için gerekli ve sağlıklı olarak görmektedir. Örneğin, Adler (1956), 'mükemmeliyetçilik çabasının olmaksızın yaşamın düşünülemediği bir çaba, yaşamın bir parçası olan doğuştan gelen bir

duygu'olduğunu iddia eder (s. 104). Adler'in görüşü mükemmellik çabasının diğerleri için sosyal bir ilgiyi ve bireyin yeteneklerinin en üst düzeye çıkarılmasını içerdiğinde sağlıklı olduğunu göstermektedir. Sadece diğerlerine hakim olma ihtiyacı ile birleştiğinde negatif çağrışımlar kazanmaktadır. Bu görüş diğerlerine bağlı kalmaya odaklananlar ve potansiyellerini en üst düzeye çıkarma eğiliminde olanlar arasında ayırım yapma ihtiyacını vurgulayan Spence ve Helmreich (1983) tarafından ileri sürülmüştür. Adler'in üstünlük çabası en son Maslow tarafından ele alınan Maslow'un kendini gerçekleştirme (self-actualization) görüşünü destekleyicidir. Maslow tarafından 'yeteneklerini, becerilerini, potansiyellerini kendi çıkarına işletme ve tamamen kullanma' olarak tanımlanmıştır (s. 150). Maslow'un formülasyonuna göre kendini gerçekleştirmeye doğru üstünlük çabası nevrozun varlığından ziyade nevrozun olmamasıdır.

Bilişsel davranışçı terapi literatüründe mükemmeliyetçilikle ilgili belirli bilişsel biçimler ve bir çok özellik gösterilmiştir (BARROW-MOORE, 1983, s.613; BECK ve diğ., 1979, s.45 ; BURNS, 1980, s.34; ELLIS, 1989, s.200; HAMACHEK, 1978 , s.28; PACTH, 1984, s.387). Meydana gelen en bilişsel çarpıklık mükemmeliyetçi düşünmenin özelliğidir: ikiye bölünme, aşırı genelleştirme, olumsuzlukları abartma, olumları azaltma, önemsememe ve büyütme, duygusal uslamama, ahlaklılık, etiketleme ve kişiselleştirme. Bu işlevsel olmayan düşünceler performansa ulaşmalarında kendine zarar verici davranışları kabul etmelerine neden olur.

Flett ve arkadaşları (1998), mükemmeliyetçi bilişlerin çeşitli durumlarda performansa engel olan bilişsel karmaşaların özel bir çeşidini yansıtabileceğini desteklemiştir. Aynı zamanda bulgular mükemmelliğin ideal standartları karşılama ile ilgili endişe duymanın mükemmeliyetçi bilişleri ortaya çıkardığını ve mükemmeliyetçilerin kişisel ve sosyal standartlarla bilişsel olarak meşgul olduklarını desteklemiştir. Gerçek özellikleri ve ideal standartları arasında zıtlık olan mükemmeliyetçiler sıklıkla mükemmeliyetçi bilişlerin etkisinde kalmaktadırlar.

Mükemmeliyetçiliğin tam bir tanımı olmamasına rağmen, literatürde birçok önemli özelliği tanımlanmıştır. Bunlar arasında en çok göze çarpan özellik, performans üzerinde aşırı derecede yüksek kişisel standartlar oluşturmaktır (FROST ve diğ., 1990, s. 480). Yapı ile ilgili yazılan yazılarda kavramın merkezi olarak aşırı derecede yüksek kişisel standartlar vurgulanmıştır (BURNS, 1980, s.34; HAMACHEK, 1978, s.28; HOLLENDER, 1965,

s.100; PACT, 1984, s.389). Mükemmeliyetçiliğin tanımlaması ile ilgili en önemli problem yüksek düzeyde başarılı ve yetenekli bireylerden mükemmeliyetçi insanların ayrılmasıdır. Yüksek standartlar için çaba göstermenin patolojik olup olmadığı belirgin değildir. Zıt olarak bazı bulgular yaşamın pozitif bir yönünü yansıttığını göstermiştir (BLATT ve diğ., 1976, s.285).

Mükemmeliyetçilik literatüründe aşırı derecede eleştirel eğilimlerin bir çoğu tanımlanmıştır. Bunlardan ilki performanstaki hatalara aşırı ilgi seviyesidir. Hamachek'in normal ve nevrotik mükemmeliyetçiliği (1978) arasındaki en önemli ayırımı, normal mükemmeliyetçiler performanstaki küçük hataları kabul etmede geniş serbestliğe sahiplerken, hala performansların başarılı kabul ederler. Nevrotik mükemmeliyetçiler aşırı derecede hataları ile ilgilidirler, en küçük hataları bile standartlarını karşılayamadıklarını algılama ile sonuçlanır. Hamachek'e göre hatalara aşırı ilgi mükemmeliyetçilerin başarı ihtiyacından ziyade başarısızlık korkusu ile amaçları için çaba göstermelerine yol gösterir. Burns (1980) ve Pacht (1984) de mükemmeliyetçiliğin tanımlamasında hatalardan korkmanın önemini vurgulamıştır. Burns (1980) mükemmeliyetçiliği Beck (1976)'in tanımladığı depresiflerin ikili düşünce biçiminin parçası olarak tanımlanmıştır. Performans mükemmel ya da kusursuz olmalıdır. Her küçük kusur başarısızlığı oluşturur.

Mükemmeliyetçilik literatüründeki ikinci ve ilişkili değerlendirme eğilimi performansın niteliğinden şüphe etme duygusudur (BURNS,1980, s.35; HAMACHEK, 1978, s.28). Bu duygu özel, belirgin hataların kabulü ya da değerlendirilmesine sahip değildir, fakat bir işin memnun bir şekilde tamamlanmaması duygusudur. Hatalara aşırı dikkat ve işin niteliğinden şüphe etme eğiliminin yanı sıra, birçok yazar mükemmeliyetçi ebeveynlerinin beklentileri ve değerlendirmelerine önemli düzeyde değer atfeden bireyler olarak tanımlanmıştır. Alana katkı sağlayanlardan her biri (BURNS, 1980, s.34; PACT, 1984, s.387; HAMACHEK, 1978, s.28; HOLLENDER, 1965, s.95) mükemmeliyetçiliğin temeli olarak bu ailesel ilişkiyi tanımlamıştır. Mükemmeliyetçiliğin şartlı sevgi ve onay verilen çevrelerde yetiştiklerini test etmişlerdir. Sevgi ve onay için yüksek düzeyde mükemmellikte performans göstermek zorundadırlar. Her başarısızlık ve hata sevginin kaybı ve ebeveynleri tarafından reddedilme riskidir. Mükemmeliyetçi ebeveynlerinin karşılayamadıkları standartlar oluşturduklarını ve ebeveynsel sevgi ve onayın potansiyel kaybı anlamına gelir. Bu fikirler mükemmeliyetçiliğin merkezi ve bütünleştirici unsurlarıdır. Mükemmeliyetçileri nitelemede kullanan son özellik dakiklik, temizlik ve



düzeni aşırı derecede vurgulamadır. Hollender (1965) mükemmeliyetçiliği ‘her şey için bir yer vardır ve her şey yerinde olmalıdır’ ‘düzenliliği aşırı vurgulama ile titiz ve telaşçı’ olma eğilimi olarak tanımlanmaktadır.

Slaney ve arkadaşları (1999) mükemmeliyetçiliğin sözlük tanımlamalarını göstermişler ve mükemmelliğin ‘davranışın aşırı standartları’ olduğunu vurgulamışlar ve mükemmeliyetçiliğin DSM-IV’de şaşırtıcı olmayan bir şekilde birçok kişilik bozukluğu ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. İnceledikleri tanımlar (a) davranış ve performans için aşırı derecede yüksek standartlara sahip olma mükemmeliyetçilik tanımının merkezidir, (b) bazı standartlara sahip olma problemdir fakat patolojik değildir, iddialarını beraberinde getirmiştir.

## 220. Uyumlu / Uyumsuz Mükemmeliyetçilik Ayrımı

Mükemmeliyetçiliğin insan gelişiminin önemli ve sağlıklı bir parçası mı ya da yıkıcı bir özelliği mi olduğu sorusu mükemmeliyetçilik literatüründe tartışılan önemli bir sorudur. Hamachek (1978) normal ve nevrotik mükemmeliyetçiliği birbirinden ayırmıştır. Hamachek (1978) mükemmeliyetçiliğin davranma biçimi ve davranış hakkında düşünme biçimi olduğunu belirtmekte ve mükemmeliyetçiliğin bireyin yaşamında pozitif bir etkisi olduğu görüşüne katılmaktadır. Hamachek normalden nevrotikliğe doğru mükemmeliyetçi davranışların sürekliliğini önermektedir (SCHULER, 2000, s.185). Hamachek (1978) başarılarından memnunluk yaşamayan ve negatif kendilik düşüncelerine sahip nevrotik mükemmeliyetçiler ile normal mükemmeliyetçileri ayırmıştır (ABLARD-PARKER, 1997, s.655). Nevrotik mükemmeliyetçileri ‘yaptıkları işleri asla yeterince iyi görmedikleri için memnuniyet hissetmeyenler’ olarak tanımlarken, normal mükemmeliyetçileri ‘çaba sarfederek çalışmaktan gerçek memnuniyet duygusu çıkaran’, ‘kendisi için yüksek standartlar belirleyen fakat durum için kabul edilenden daha azı için özgür hisseden bireyler’ olarak tanımlamıştır (s.27). ‘Normal mükemmeliyetçilerin benlik saygılarını artırma, becerilerinden memnun olma ve bir işi iyi yaptıklarını kabul etme’ eğiliminde olduklarını belirtmiştir (PARKER-ADKINS, 1995, s. 17). Normal mükemmeliyetçiler kabul edilen durumlar için daha az kusursuz olmada rahatlık hissederler ve dikkat sarfettikleri çalışmalarındaki çabalarından gerçek bir memnuniyet duygusu hissederler (ASHBY-RICE, 2002, s. 200). Diğer yandan nevrotik mükemmeliyetçiler yüksek standartlar oluştururlar, fakat hata yapma için çok az serbestlikleri vardır. Bu nedenle

hiçbir şeyi tamamiyle yeterli ve yeterince iyi yaptıklarını hissetmezler. Nevrotik mükemmeliyetçiler asla yeterince iyi şeyler yaptıklarını göremedikleri için memnuniyet hissetmezler (s.27). Bu ayırım bireyin kendi davranışının aşırı derecede eleştirel değerlendirme eğilimlerine eşlik eden yüksek düzeyde performans standartlarını içerir. Mükemmeliyetçilikle ilgili psikolojik problemler aşırı yüksek standartlar oluşturmadan ziyade eleştiri değerlendirme eğilimleri ile daha yakın bir şekilde ilişkilidir ( FROST ve diğ., 1990, s.562).

Mükemmeliyetçi davranış uyum ya da başarı için pozitif bir faktör olarak tanımlanmasına rağmen (HAMACHEK, 1978, s.30), mükemmeliyetçilik yayılmış bir nevrotik biçim olarak görülmüştür (HEWITT-DYCK, 1986, s.138; PACT, 1984, s.342). Mükemmeliyetçilik alkolizm, anoreksia, depresyon ve kişilik bozuklukları gibi ciddi psikopatolojik bozukluklar kadar (BURNS, 1980, s.34; PACT, 1978, s.342) başarısızlık, suç, kararsızlık, utanç, düşük benlik saygısını içeren çeşitli negatif sonuçlarla da ilişkilendirilmiştir (HAMACHEK, 1978, s.30; HOLLENDER, 1965, s.102; PACT, 1984, s.342). Bu uyum bozukluklarının mükemmeliyetçilerin gerçekçi olmayan standartlar oluşturma, bu standartlara ulaşmaya çalışma, seçici dikkat, başarısızlığı aşırı genelleme, zorlu kendilik değerlendirmeleri, sadece toplam başarı ve toplam başarısızlık ile ya hep ya hiç tarzı düşünme ile ilişkili eğilimlerden meydana geldiğine inanılır (BURNS, 1980, s.34; HAMACHEK, 1978, s.30; HOLLENDER, 1965, s.102; PACT, 1984, s.342). Bu özelliklerin ise ideal benlik şemasında var olan bilişsel işlemlerden meydana geldiğine inanılır (HEWITT-GENEST, 1990, s.805).

Benzer şekilde Rice ve arkadaşları (1998), mükemmeliyetçiliğin uyumlu ve uyumsuz olarak iki faktörlü kavramsallaştırılmasını desteklemişlerdir. Uyumlu mükemmeliyetçiler, yüksek kişisel standartlara, temizlik ve düzen ihtiyacına ve erteleme isteksizliğine sahip olarak tanımlanmışlardır. Uyumsuz mükemmeliyetçiler ise hatalara aşırı dikkat, davranışlardan şüphe, erteleme eğilimi, gergin ve endişeli hissetme ve çocukları için gerçekçi olmayan beklentileri olan yüksek düzeyde eleştirel ebeveynlere sahip olmaları ile tanımlanmıştır.

Slaney ve arkadaşları (1996), mükemmeliyetçiliğin uyumsuz boyutları kadar uyumlu olan boyutlarını da içeren (Almost Perfect Scale) çok boyutlu bir ölçek geliştirmişlerdir. Bu ölçeği kullanan araştırmacılar mükemmeliyetçiliğin uyumlu formunun

kavramsallaştırılmasını desteklemişlerdir. Örneğin, Rice ve arkadaşları (1998), uyumlu olmayan (maladaptive) mükemmeliyetçiliğin depresyonla ilişkili olduğunu, uyumlu (adaptive) mükemmeliyetçiliğin depresyonla ilişkili olmadığını bulmuşlardır. Ashby ve Rice (1999), uyumlu olmayan mükemmeliyetçiler düşük benlik saygısı ile ilişkiliyken, uyumlu mükemmeliyetçilerin önemli ölçüde yüksek benlik saygısı ile ilişkili olduklarını bulmuşlardır. Uyumlu ve uyumsuz grupları tanımlamak için APR-S'yi kullanan araştırmaların büyük bir kısmı uyumlu mükemmeliyetçilerin, uyumlu olmayan mükemmeliyetçilerden daha düşük içsellik (interiority) (ASHBY-KOTTMAN, 1996, s.237), yüksek genel ve sosyal öz-yeterlilik (ASHBY ve diğ., 1998, s.4) ve yüksek içsel kontrol odağına (PERISEMY ve diğ., 1990, s.1) sahip olduklarını bulmuşlardır.

Dunkley ve Blankstein (2000) kendini eleştirici mükemmeliyetçilik, stres, başa çıkma ve uyum ile ilgili olarak yaptıkları araştırmalarında kendini eleştirici mükemmeliyetçilik uyumsuz başa çıkma ile ilişkilendirmişlerdir. Bu sonuçlar kendini eleştirici mükemmeliyetçilerin problem veya durumları değiştirmek için daha az katılımcı, problem yönelimli davrandıkları ve stresli durumlara duygusal tepkiler, kendini suçlama, hayal kurma tepkileri ve elindeki işten ziyade başka bir işle meşgul olma ile karşılık verme eğiliminde olduklarını desteklemiştir. Araştırmanın sonuçları kendini eleştirici mükemmeliyetçilik ve uyma arasındaki ilişkinin uyumsuz başa çıkma ile açıklanabileceğini belirtmiştir. Ayrıca bulgular stresli durumlardaki uyumsuz başa çıkmanın stres ve uyumsuz mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi açıklayan aracı bir mekanizma olarak benlik saygısından (RICE ve diğ., 1998, s.309) daha önemli olduğunu belirtmektedir.

Mükemmeliyetçilerin özelliklerini araştıran son girişimcilerden birisi de Parker ve arkadaşlarıdır (GREENSPON, 2000, s.119). Parker ve arkadaşları. (PARKER, 1997, s.549; PARKER-MILLS, 1996, s.196; PARKER-STUMPF, 1995, s.375) sağlıklı ve sağlıklı olmayan mükemmeliyetçilik arasındaki ayrımı desteklemişlerdir. Sağlıklı mükemmeliyetçilik üstünlük çabası ile eşit olarak görülürken, sağlıklı olmayan mükemmeliyetçilik hatalara aşırı dikkat etme eğilimi ile ilişkilendirilmiştir. Parker (2000), çalışmasında Amerikan çocukları arasında mükemmeliyetçilik çabalarının kişisel ve akademik uyumsuzlukla ilişkili olmaktan ziyade sağlıklı başarı ihtiyaçlarını güdülemesinin mümkün olduğunu göstermiştir.



Rice ve Mirzadeh (2000) mükemmeliyetçiliğin çeşitleri arasındaki farklılıkları ve mükemmeliyetçiliğin bağlanma, akademik bütünleşme ve depresyonla ilişkili olup olmadığını incelemiştir. Parker (1997)'in 6. sınıflarla yaptığı çalışmaya benzer olarak, bu çalışmaya katılan üniversite öğrencileri uyumlu, uyumsuz mükemmeliyetçiler ve mükemmeliyetçi olmayanlar gruplarına ayrılmışlardır. Her iki çalışmada da uyumlu (Parker'e göre sağlıklı) mükemmeliyetçilerin düzenlilik tercihleri ve yüksek kişisel standartlara sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Aynı şekilde uyumsuz (sağlıksız) mükemmeliyetçiler grubu da yüksek kişisel standartlar ve düzenlilik tercihleri ile tanımlanmışlardır. Bununla birlikte, uyumsuz mükemmeliyetçiler aynı zamanda hata yapmaya aşırı ilgileri, öz-şüphecilik ile tanımlanmışlar ve ailelerinin aşırı derecede eleştirici olduklarını ve kendileri ile ilgili yüksek beklentilere sahip olduklarını bildirmişlerdir. Uyumlu olmayan mükemmeliyetçiler güvenli olmayan ilişkiler bildirirken, uyumlu mükemmeliyetçiler ebeveynlerine güvenli bağlanmalar bildirmişlerdir.

Araştırmanın bulguları uyumsuz mükemmeliyetçilerin uyumlu mükemmeliyetçilere göre daha çok depresif oldukları ve daha az akademik olarak bütünleşmiş oldukları açıklamıştır. Uyumsuz mükemmeliyetçilerin yüksek kişisel standartlara sahip olmalarına rağmen üniversitede zayıf akademik ve duygusal belirtiler gösterdikleri görülmüştür. Bu sonuçlar uyumlu mükemmeliyetçiliğin gözle görülür duygusal ve depresyonik zararlar olmaksızın akademik uyum ve bütünleşmeyi kolaylaştırıcı bir rol oynadığını desteklemektedir. Sonuç olarak araştırmanın bulguları uyumlu mükemmeliyetçilerin iyi akademik bütünleşme ve çok az duygusal strese sahip oldukları ve uyumlu mükemmeliyetçiliğin ebeveynleri ile güvenli bağlanma ilişkilerine sahip öğrencilerde ortaya çıkabileceğini ortaya koymuştur.

Rice ve Dellwo (2002) mükemmeliyetçilik ve çeşit uyum belirtilerini yordayabilen benlik gelişimini inceledikleri araştırmalarının sonucunda iki mükemmeliyetçilik grubu ve bir mükemmeliyetçi olmayanlar grubu ortaya çıkmıştır. Çalışmada özellikle uyumlu mükemmeliyetçiler hata yapmayla ilgili aşırı kaygılar oluşturma, ebeveynlerin yüksek beklentileri (düşük eleştiri), davranışlardan şüphe ile yüksek standartlar ve düzen puanları ile ayrılmışlardır. Bu tanımlayıcı birleşim uyumlu mükemmeliyetçilerin yüksek beklentiler taşıdıklarını fakat, bu beklentileri karşılamak için aşırı düzeyde endişelenmediklerini göstermektedir. Uyumsuz mükemmeliyetçiler uyumlu mükemmeliyetçilerle benzer olmalarına rağmen her iki grubun bildirdiği kişisel mükemmeliyetçi puanları

mükemmeliyetçi olmayanlardan yüksektir ve her iki grup yüksek ailesel beklentiler algıladıklarını onaylamışlardır. Uyumsuz grup diğer gruplardan daha çok ailesel eleştiri, öz-şüphe ve hatalara aşırı ilgi bildirmişlerdir.

Ashby ve Huffman (1999) çok boyutlu mükemmeliyetçilik ve dindarlık arasındaki ilişkiyi incelemek için 242 üniversite öğrencisine dini yönelim envanterini ve çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeğini uygulamışlardır. Araştırmanın bulguları mükemmeliyetçilik ve dindarlık düzeyi arasındaki önemli ilişkiyi desteklemiştir. Daha dindar bireylerin daha az dindar olanlardan daha yüksek seviyelerde uyumlu mükemmeliyetçiliğe sahip oldukları (yüksek kişisel standartlar), yüksek düzeyde uyumsuz mükemmeliyetçilik (zıtlık, erteleme ve anksiyete) bildirmediikleri bulunmuştur. Dini yönelim ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi destekleyen araştırmanın bulguları içsel dindarlığın uyumlu mükemmeliyetçilik alt ölçekleri standartlar ve düzen ile pozitif olarak, uyumsuz alt ölçekleri yakınlık ve erteleme ile negatif olarak ilişkili olduğunu göstermiştir. Dışsal dindarlık ve mükemmeliyetçilik arasındaki anlamlı tek ilişki uyumsuz kişilerarası ilişkiler alt ölçeği ile pozitif ilişkili olarak ortaya çıkmıştır. Araştırma dindarlığın uyumlu mükemmeliyetçilikle ilişkili, uyumsuz mükemmeliyetçilikle önemli düzeyde ilişkili olmadığını desteklemiştir.

Kawamura ve arkadaşları (2001)'nin mükemmeliyetçilik ve anksiyetenin çeşitli özellikleri arasında ilişkiyi inceledikleri araştırma bulguları mükemmeliyetçiliğin uyumlu ve uyumsuz boyutlarının ayrımı için destek sağlamış ve uyumu bozucu mükemmeliyetçilik ve depresyon arasındaki ilişkinin uyumlu mükemmeliyetçilik ve depresyon arasındaki ilişkiden daha geniş düzeyde olduğunu göstermiştir.

LoCicero ve Ashby (2000), Almost Perfect Scale-R ölçme aracını kullandıkları çalışmalarında üç grup tanımlamışlardır: uyumsuz mükemmeliyetçiler, yüksek standartlar ve zıtlık alt ölçeklerinden yüksek puan almışlardır; uyumlu mükemmeliyetçiler yüksek standartlardan yüksek fakat, zıtlık alt ölçeğinden düşük puan almışlardır; mükemmeliyetçi olmayanlar yüksek standartlar alt ölçeğinden düşük puan almışlardır. Öz-yeterlilik ölçeğini kullanan LoCicero ve Ashby (2000) uyumlu mükemmeliyetçilerin öz-yeterlilik ölçeğinin genel ve sosyal alt ölçeklerinden, mükemmeliyetçi olmayanlar ve uyumsuz mükemmeliyetçilerden yüksek puan aldıklarını bulmuşlardır.

Frost ve arkadaşları. (1990)'nin ölçeğini kullanan Rice ve Mirzadeh (2000) ve Rice ve Lapsley (2001) benzer iki mükemmeliyetçilik grubunu (uyumlu ve uyumsuz

mükemmeliyetçiler) ve bir mükemmeliyetçi olmayan grubu ortaya koymuşlardır. Bu araştırmaların her biri sağlıklı ve uyumlu mükemmeliyetçilerin sahip oldukları uyum avantajlarını (sorumluluk ve akademik etkileşim) ve uyumsuz mükemmeliyetçilerin sahip oldukları dezavantajları (klinik depresyon) bulmuşlardır.

Rice ve Slaney (2000) yaptıkları çalışmalarında mükemmeliyetçiliğin diğer ölçümleri (PARKER, 1997, s.548) ile bulunan mükemmeliyetçiler ve mükemmeliyetçi olmayanların üç grup çözümlenmesini yinelemişlerdir. Uyumsuz ve uyumlu mükemmeliyetçiler yüksek standartlar ve düzen alt ölçeklerinden aldıkları yüksek puanları ile mükemmeliyetçi olmayanlardan ayrılmışlardır. Ayrıca, uyumsuz mükemmeliyetçiler zıtlık alt ölçeğinden aldıkları yüksek puanlar ile uyumlu mükemmeliyetçilerden ayrılmışlardır. Gruplar arasında benlik saygısı ve durumluluk anksiyetesi açısından önemli farklılıklar meydana gelmiştir. Uyumlu mükemmeliyetçiler uyumsuz mükemmeliyetçilerden daha yüksek düzeyde pozitif uyum puanları ve problemlili uyum ölçümlerinin hepsinden daha düşük puanlar almışlardır (benlik saygısı ve anksiyete üzerinde anlamlı farklılıklar açıklanmasına rağmen). Mükemmeliyetçi olmayanların benlik saygısı puanları uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilerin puanları arasında orta düzeydedir.

Sonuç olarak Rice ve arkadaşları (1998, 2000), gibi Dunkley ve Blankstein (2000), Slaney ve arkadaşları (1996)'ın yetişkinlerle yaptıkları araştırmalarında Orange (1997), Parker ve arkadaşları (PARKER, 1997; PARKER-ADKINS, 1995; PARKER VE MILLS, 1996; PARKER VE STUMPF, 1995), Schuler (1998, 1999), Silverman (1998) ve diğerlerinin üstün yetenekli çocuk ve ergenlerle son yıllarda yapmış oldukları çalışmaların mükemmeliyetçileri normal ve nevrotik olarak tanımlayan Hamachek (1978)'in çalışmasına dayandığı ve elde edilen sonuçların mükemmeliyetçiliğin bu ayrımını desteklediği görülmektedir.

## **221. Tek Boyutlu Bakış Açısından Mükemmeliyetçilik**

Mükemmeliyetçiliğin ilk kavramsallaştırmaları yapının tek boyutlu olduğunu desteklemiştir (STOBAR-JOORMANN, 2001, s.55). Önceki bir çok araştırma mükemmeliyetçilik yapısını tek boyutlu bilişsel bir açıdan görme eğilimi ile sınırlandırılmıştır (BURNS,1980, s.35). Zıt olarak son bakış açıları mükemmeliyetçiliğin doğasında çok boyutlu olduğunu vurgulamaktadırlar (FROST ve diğ., 1990, s.480; HEWITT-FLETT, 1991a). Farklı bakış açılarının yanı sıra mükemmeliyetçiliğin bütün

kavramsallaştırmaları mükemmeliyetçilerin aşırı derecede yüksek standartlara sahip olduklarını vurgulamışlardır.

Mükemmeliyetçiliği tek boyutlu olarak ele almaya paralel olarak yapı ile ilgili araştırmalarda kullanılan ölçme araçlarının da oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Burns'ün Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Burns Perfectionism Scale) (BURNS, 1980) kullanılan ilk ölçme aracıdır (PARKER-ADKINS, 1995, s.15). Burns (1980), mükemmeliyetçiliği Fonksiyonel Olmayan Davranışlar Ölçeği (Dysfunctional Attitude Scale) (WEISSMAN-BECK, 1978)'nin bir parçası olarak tanımlamıştır ve 'üretkenlik ve başarı ile ilgili kendilik değerini ölçen ve imkansız amaçlara doğru kompulsif ve azalmayan mükemmeliyetçi çabayı ölçmek için bir ölçek geliştirmiştir (s.34). Bu on maddelik ölçme aracı kendine yönelik davranışlara odaklanan tek boyutlu bir ölçektir. Mükemmeliyetçiliğin değerlendirilmesine yönelik ilk çabadır fakat orta düzeyde (.78) içsel güvenilirliği olması ve tek boyutlu olması ölçeği sınırlandırmaktadır (HEWITT, MITTELSTAEDT-WOLLERT, 1989, s.137).

Pacht (1984) ve Burns (1980) birçok kişilik teorisyeni (ADLER, 1956; MASLOW, 1970) mükemmeliyetçiliğin insan gelişiminin önemli ve sağlıklı bir parçası olduğunu düşünürken, mükemmeliyetçiliği yıkıcı bir özellik olarak görmüşlerdir (SCHULER, 2000, s.186). Mükemmeliyetçiliğe negatif bir bakış açısından bakan Pacht (1984) 'mükemmeliyetçiliğin birçok psikolojik problem ile ilişkili olduğunu ve varolmayan mükemmeliyetçilik bireyleri karmaşada tuttuğu için sürekli bir çaba göstermenin söz konusu olduğunu' iddia etmektedir (s. 386). Pacht (1984) mükemmeliyetçiliğin aşırı derecede ve yaygın bir zayıflatıcı problem olduğunu iddia etmiştir. Mükemmeliyetçiliğe daha çok negatif bir bakış açısından bakan Burns (1980) ise mükemmeliyetçileri 'kendilik değerini tamamıyla başarı ve verimlilik terimleriyle ölçen ve imkansız amaçlara doğru zorlayıcı ve ısrarcı bir şekilde çaba gösteren bireyler' olarak tanımlar (PARKER-ADKINS, 1995, s. 19). Burns (1980) mükemmeliyetçiliği tek boyutlu olarak tanımlamaktadır. Yüksek standartları karşılama çabası sağlıklı üstünlük çabası anlamında değildir. Mükemmeliyetçiler kendi değerlerini tamamen başarı ve verimlilik terimleriyle ölçen, imkansız amaçlar karşısında devamlı ve zorlayıcı olarak gerginliğe sebep olan ve ulaşmanın imkansız olduğu yüksek standartlara sahip bireylerdir. Bu bireyler sadece kendilerine zarar verebilen üstün olma için çabalamaktadırlar (SIEGLE-SCHULER, 2000, s. 42).

Pacht (1984) mükemmeliyetçiliğin insanları karmaşada tutan ulaşılmazlığın doğal olarak yıkıcı meşguliyeti olduğunu ve uyumsuzluk oluşturduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde Burns (1980), mükemmeliyetçiliği ulaşılmaz amaçların kompulsif meşguliyeti olarak tanımlamıştır. Hamachek (1978), mükemmeliyetçiliğin iki çeşidini tanımlamıştır. Normal mükemmeliyetçiler zor olan bir şeylerle meşgul olmaktan memnuniyet duyarlar, nevrotik mükemmeliyetçiler asla başarılarının yeterli düzeyde olduğunu hissedemedikleri için çabalarının sonucunda memnuniyet yaşamazlar. Hamachek'in görüşüne göre normal mükemmeliyetçilik başarı ve kendini gerçekleştirmenin bir unsuru olduğu için patolojik değildir. Horney temel anksiyetenin 'düşmanca bir dünyada yayılmış yalnız ve beceriksiz olma duygusu'(1937, s.89) olduğunu belirtmiştir. Bu durum mükemmel olmayan gerçek benliği kabul etme becerisine bir tepki olan, Horney'in 'ün arayışı' dediği mükemmeliyetçi çabaları artırmaktadır. Ün arayışı doyumsuz, karmaşık ve kompulsif olduğu için sağlıklı mükemmeliyetçilik çabalarından ayrılabilir. Mükemmeliyetçiliğin bazı boyutlarının birey için sağlıklı ve önemli olduğunu düşünen Adler (1956), mükemmeliyetçilik çabasının olmaksızın yaşamın olanaksız olduğu bir çaba, dürtü, yaşamın bir parçası olan doğuştan gelen bir duygu olduğunu iddia etmektedir (s. 104). Adler'in görüşüne göre mükemmellik çabası bireyin potansiyelini en üst düzeye çıkarma ve diğerlerine sosyal ilgiyi içerdiğinde sağlıklıdır; sadece diğerlerinden üstün olma ihtiyacını içerdiğinde negatif çağrışımlar kazanmaktadır (Parker, 2000, s. 179) .

Murray'a göre (1938) ise, 'başarı ihtiyacı' zor bir şeylere ulaşma, zorlukların üstesinden gelme, yüksek bir standarda ulaşma ve diğerlerinden üstün olma, diğerlerine rakip olma, başarılı yetenek denemesi ile benlik saygısını artırmadır (PARKER-ADKINS, 1995, s. 19).

Yapılan çalışmalar mükemmeliyetçiliği depresyon (BLATT, 1995, s.1007; HEWITT-DYCK, 1986, s.457; HEWITT-FLETT,1991a, s.100), anorexia nervoza (LASK-BRYANT-WAUGH, 1992, s.290), bulimia ( JOINER ve diğ., 1997, s.148; VOHS ve diğ., 1999, s.697), obsessif-kompulsif kişilik bozukluğu (RASMUSSEN-EISEN, 1992, s.750), migren (BREWERTON-GEORGE, 1993, s.78), panik bozukluğu (STRAUB, 1987, s.440), post-travmatik stres bozukluğu (KAWAMURA ve diğ., 2001, s.299), anksiyete (HEWITT-FLETT, 1991b, s.459; KAWAMURA ve diğ., 2001, s.299) ve intihar (HEWITT ve diğ., 1992, s.189) ile ilişkilendirmişlerdir. Farklı fizyolojik, psikolojik ve psikopatolojik problemlerle ilişkili bir kişilik özelliği olarak ele alınan mükemmeliyetçilik son yıllarda



çok boyutlu bir kavram olarak ele alınmaya başlanmıştır (FROST ve diğ., 1990, s.480; HEWITT VE FLETT, 1991a, s.99; HEWITT ve FLETT, 1993, s.60).

## **222. Çok Boyutlu Bakış Açısından Mükemmeliyetçilik**

Sürekli olarak araştırmacıların incelediği bir kavram olan mükemmeliyetçiliği sadece bazı araştırmacılar tanımlama (BURNS, 1980, s.37) ya da bir kişilik değişkeni olarak nasıl değiştiğini açıklama (HAMACHEK, 1978, s.30) yoluna gitmişlerdir. Kişisel standartlar ve hata yapmaya aşırı odaklanma eğilimi üzerinde yoğunlaşan ilk tanımlama ve ölçekler yapının boyutluluğunu anlamak için yeterli değildir. Mükemmeliyetçiliği özellik olarak algılama yapmayı ölçmeyi planlama deneyimleri üzerinde çok güçlü bir etki yapmıştır (BURNS, 1980, s.34; FROST ve diğ., 1990, s.120; HEWITT-FLETT, 1991b, s.458). Son araştırmalarda mükemmeliyetçiliğin kişisel ve sosyal boyutlara sahip çok boyutlu bir yapı olduğunu gösterilmiştir (FROST ve diğ., 1990, s.120; HEWITT-FLETT, 1991b, s.460).

Yapılan araştırmalar mükemmeliyetçi eğilimlere sahip bireylerin zor kişiler arası ilişkilere sahip olduklarını desteklemiştir (BURNS, 1983, s.34; HORNEY, 1950, s.23). Mükemmeliyetçilik kavramının son tanımlamaları mükemmeliyetçilik yapısının kişiler arası unsurlara sahip olduğunu gösteren araştırmalarla geliştirilmiştir (FLETT ve diğ., 2001, s.300). Son yıllarda mükemmeliyetçiliği ölçmek için her ikisi de aynı adı taşıyan (Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği- Multidimensional Perfectionism Scale) çok boyutlu iki ölçek geliştirilmiştir. Hewitt ve Flett (1989, 1991a, 1991b) ve Frost ve arkadaşları (1990) tarafından geliştirilen ölçekler biraz farklı kavramsallaştırmalara dayanmalarına rağmen mükemmeliyetçiliğin incelenmesi ve araştırılmasına önemli katkılarda bulunmuşlardır.

Slaney ve Johnson (1992) ise varolan ölçeklerden daha az negatif eğilimli ve danışma için daha uygun olduğunu düşündükleri bir ölçek geliştirmişlerdir. Almost Perfect Scale (APS) olarak adlandırdıkları ölçek yüksek kişisel standartlar, düzenlilik, ilişki problemleri, anksiyete ve ertelemenin ölçümlerini içermektedir (SLANEY ve diğ., 2001, s.140) .

## **2220. Hewitt ve Flett (1991)'in Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği**

Hewitt ve Flett (1990, 1991a, 1991b) mükemmeliyetçiliği üçe ayırmışlardır; diğerlerine yönelik, kendine yönelik ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik. Hewitt ve Flett

(1991b)'e göre 'öz'mükemmeliyetçi yapının temel unsuru olmasına rağmen, mükemmeliyetçiliğin uyum bozukluklarında önemli olan kişilerarası boyutları da vardır.

Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, bireyin kendisine ilişkin mükemmeliyetçi davranışların içerir. Bu nedenle, kendine yönelik mükemmeliyetçilik bireyin kendisi için yüksek standartlar belirlemesi, kendi davranışını sıkı bir şekilde değerlendirmesi ve davranışını uygun bulmaması gibi davranışları içerir. Kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin en önemli özellikleri, aşırı derecede yüksek standartlar, mükemmel olma için güçlü bir motivasyon, gerçek benlik ve ideal benlik arasındaki zıtlık (HEWITT-GENEST, 1990, s.805), eksiklikler üzerine odaklanma ve kişisel standartları genelleştirmedi (HEWITT-FLETT, 1991b, s.458).

Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik, diğerlerinin yapabilirliklerine ilişkin inançlar ve beklentileri içerir. Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçinin önemli diğerleri için gerçekçi olmayan standartlara sahip olduğuna, diğer insanların mükemmel olması üzerinde önemli bir yeri olduğuna ve sıkı bir şekilde diğerlerinin performanslarını değerlendirdiğine inanılır. Bu davranış kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile benzerdir, fakat davranış dışarıya yönlendirilmiştir.

Kendine yönelik mükemmeliyetçilik kendini eleştirme ve kendini cezalandırmayı meydana getiriyorken, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik diğerlerini suçlama, güven eksikliği, diğerlerine karşı düşmanlık duygularına yol açar. Ayrıca bu boyut ahlaki hor görme, yalnızlık, evlilik ve aile gibi kişilerarası problemlerle ilişkili olabilir (BURNS, 1983, s.34; HOLLENDER, 1965, s.98). Pozitif bir açıdan diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik liderlik yeteneği ve diğerlerinin motivasyonunu güçlendirme gibi istenebilir davranışlarla da ilişkili olabilir.

Üçüncü mükemmeliyetçilik boyutu sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik, önemli diğerleri tarafından verilen standartlara ve beklentilere ulaşma ihtiyacını algılamayı içerir. Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiler önemli diğerlerinin kendileri için gerçekçi olmayan standartlara sahip olduğu, sıkı bir şekilde değerlendirildikleri ve mükemmel olmaları için baskı yaptıkları inancı ya da algılamasını gerektirir. Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik çeşitli negatif sonuçlara sebep olabilir. Önemli diğerleri tarafından yüklenen standartlar aşırı ve kontrol edilemez olarak algılandığı için öfke, anksiyete ve depresyon gibi duygusal durumlar ve başarısızlık yaşantıları ortaya çıkabilir. Yüksek



düzyeyde sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiler diğerlerinin beklentilerini karşılıama ile ilgili oldukları için, negatif değerlendirilmekten çok fazla korkarlar (HEWITT-FLETT, 1991a, s.99; 1991b, s. 459).

Hewitt ve Flett (1991b) yapının çok boyutluluğunu incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını yapmışlardır. Normal ve klinik örneklemlerde gerçekleştirilen çalışmanın bulguları ölçeğin alt ölçeklerinin geçerliliği için destek sağlamıştır. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik suç, öz-memnuniyetsizlik, öfke ile ilişkili bulunmuştur. Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik duygu ölçümleri ile ilişkili bulunmazken, diğerlerini suçlama eğilimi, otoriterlik ve üstün olma gibi diğerlerine yönelik konular ile yüksek düzeyde ilişkili bulunmuştur. Diğerlerine ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik bir çok kişilik bozukluğu ile ilişkili bulunmuştur. Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik histrionik, narsisistik ve anti-sosyal kişilik bozukluğu ile ilişkili bulunmuşken, sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik şizoid, kaçınan, pasif agresif, şizotipal ve sınır kişilik bozuklukları ile ilişkili bulunmuştur.

Kendini eleştirme üç mükemmeliyetçilik boyutu ile ilişkili bulunmuştur (HEWITT-FLETT, 1991b, s.459). Kendini eleştirme mükemmeliyetçiliğin bütün çeşitlerinde meydana gelebilir fakat sebepleri farklı kaynaklardandır (kendi başarısızlıkları, diğerlerinin başarısızlıkları ve diğerleri tarafından eleştirilme). Motivasyon düzeyi ve çeşidi de mükemmeliyetçiliğin çeşitli boyutları ile ilişkili bulunmuştur. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, sadece bireyin kendisi için yüksek standartlara sahip olması değil, aynı zamanda içsel mükemmel olma ihtiyacı, kompulsif mükemmellik çabası ve kendini geliştirmeyi içerir. Zıt olarak sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik kendilik motivasyonu ile ilişkilidir. Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik motivasyonel bir unsura sahiptir, fakat doğası kişisel değil kişilerarasıdır. Son olarak sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik içsel motivasyonla ilişkili olarak değerlendirilmiştir.

Hewitt ve Flett (1991b) mükemmeliyetçi kişilik biçiminin kişisel ve sosyal unsurları ile çok boyutlu bir yapı olduğunu ve bu boyutların çeşitli uyumsuzluklarla ilişkili olduğunu göstermek amacıyla yaptıkları çalışmanın sonucunda üç mükemmeliyetçilik boyutunun – kendine yönelik, diğerlerine yönelik, sosyal düzene yönelik- yeterli düzeyde geçerlik ve güvenilirliğe sahip olduğunu ve bu boyutların ciddi kişilik bozuklukları ve psikopatolojik semptomlarla ilişkili olduğunu göstermişlerdir.

## 2221. Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate (1990)'in Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Frost ve arkadaşları (1990) mükemmeliyetçiliği aşırı derecede eleştirel kendilik değerlendirmeleriyle ilgili ve aşırı derecede yüksek standartlar oluşturma eğilimi olarak tanımlamışlardır.

Frost ve arkadaşları (1990), mükemmeliyetçilikle ilgili teorilere dayanan çok boyutlu bir ölçek geliştirmişler ve dört farklı çalışma ile mükemmeliyetçiliğin doğası ile ilgili hipotezleri test etmişlerdir. Geliştirdikleri ölçeklerinin en önemli boyutu hata yapmaya aşırı dikkat etmedir . Mükemmeliyetçilik tanımları performansla ilgili aşırı derecede Yüksek Standartlar oluşturmayı vurgulamasına rağmen, araştırmanın bulguları Hatalara Aşırı Dikkat boyutunun kavramın merkezinde olduğunu ve mükemmeliyetçiliğin diğer ölçeklerindeki gibi en önemli unsur olduğunu göstermiştir. Diğer beş boyut yüksek kişisel standartlara sahip olma, yüksek ailesel beklentiler ve ailesel eleştiri algılama, davranışlardan şüphe etme, düzen ve temizlik olarak tanımlanmıştır. Hatalara aşırı dikkat boyutu psikopatoloji semptomları ile yakın bir şekilde ilişkili bulunmuştur. Yüksek Kişisel Standartlar ve Düzen boyutları ise birçok pozitif kişilik özellikleri ile ilişkilendirilmiştir. Diğer mükemmeliyetçilik boyutları (ailesel beklentiler, ailesel eleştiri ve davranışlardan şüphe) toplam mükemmeliyetçilik ölçümü ve diğer mükemmeliyetçilik ölçekleri ile ilişkilidir. Sadece Düzen alt ölçeği toplam mükemmeliyetçilik ve diğer alt ölçekler ile düşük düzeyde ilişkili bulunmuştur. Düzen alt ölçeğinin mükemmeliyetçiliğin temel unsuru olmadığı görülmüştür.

Çalışmanın bulguları mükemmeliyetçilik boyutlarının birçoğunun depresyon, stresle ilişkiliyken yüksek kişisel standartlar oluşturma boyutunun sağlıklı yaşantılarla ilişkili olduğunu göstermiştir. Kişisel Standartlar alt ölçeği Hamachek (1978) tarafından tanımlanan normal mükemmeliyetçilik ya da pozitif başarı çabası ile pozitif olarak, erteleme sıklığı ile negatif olarak ilişkili bulunmuştur. Depresyon ve stresin yanı sıra bazı mükemmeliyetçilik alt ölçekleri ve toplam puanlar erteleme sıklığı ve obsesif-kompulsif bozukluk ile ilişkili bulunmuştur.

Aynı zamanda FMPS diğer önemli mükemmeliyetçilik ölçekleri Burns Mükemmeliyetçilik Ölçeği (1980), IBT'nin Öz-Değerlendirme alt ölçeği ve EDI'nin Mükemmeliyetçilik Ölçeği ile ilişkili bulunmuştur (Akt: FROST ve diğ., 1990, s. 565).

Frost ve arkadaşları (1990), mükemmeliyetçiliği birçok psikopatoloji semptomlarıyla ilişkili bulmuşlardır. Bulgular yüksek düzeyde mükemmeliyetçi bireylerin düşük düzeyde mükemmeliyetçi bireylerden daha sıklıkla ve daha geniş düzeyde psikopatolojinin semptomlarını yaşadıklarını ve mükemmeliyetçiliğin tek boyutlu değil çok boyutlu bir yapıda olduğunu da göstermiştir. Ayrıca, Hatalara İlgili ve Davranışlardan Şüpheli alt ölçekleri Kısa Belirti Tarama Ölçeği ile önemli ilişkiler göstermiştir.

Frost ve arkadaşları (1990) tarafından geliştirilen FMPS hatalara aşırı dikkat, kişisel standartlar, ailesel beklentiler, ailesel eleştiri, davranışlardan şüpheli ve düzen alt ölçeklerinin puanları kadar toplam mükemmeliyetçilik puanlarından oluşan 35 maddelik, 5'li likert tipi ölçektir. Geçerlik ve güvenilirlik işlemleri Smith koleji bayan öğrencileri üzerinde yapılan ölçeğin toplam içsel güvenilirliğinin .90 olduğu, alt ölçeklerinin güvenilirliklerinin .77 ile .93 arasında değiştiği belirtilmiştir. Ölçeğin mevcut 6 faktörü toplam varyansın %54'ünü açıklamaktadır.

Frost ve Henderson (1991)'nin 40 bayan atletten oluşan örneklemelerinde ve Frost (1997)'nin üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmalarda mükemmeliyetçiliğin derin düşünme eğilimi olduğu desteklenmiştir. Mükemmeliyetçilik yapısı başarı motivasyonu ile ilgili literatüre uygun olarak bilişsel bir unsura sahiptir. Mükemmeliyetçilik kişisel önem amaçlarının kuvvetli meşguliyetini içeren başarı temelli bir yapı olarak kabul edilmektedir (HEWITT-FLETT, 1993, s.60). Mükemmeliyetçi standartlarla ilgili sürekli düşünme gerçek benlik ve mükemmeliyetçi olmayan ideal benlik arasındaki olası zıtlıkları aydınlatılabildiği ve kendine odaklanan dikkat ve yüksek seviyelerde kendini yansıtmaya yol gösterebildiği için aşırı mükemmeliyetçi düşünme eğilimi depresif eğilimlerle ilişkili olabilir. Ek olarak mükemmeliyetçi düşünme eğilimi 'ya hep ya hiç' tarzı düşünme gibi bilişsel eğilimleri ilerletebilir (BURNS, 1980, s.34).

Frost ve arkadaşları (1997), yüksek ve düşük düzeydeki hata yapmaya aşırı ilgi gösterenlerin hatalarının doğasını incelemek amacıyla Frost ve arkadaşları (1990)'nin geliştirdikleri Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Multidimensional Perfectionism Scale)'ni uygulamışlardır. Çalışma sonuçları yüksek düzeyde hata yapmaya aşırı dikkat edenlerin düşük düzeyde hata yapmaya dikkat edenlerden daha yüksek düzeyde hatalarını algılamakta olduklarını göstermiştir. Yüksek düzeyde hatalara dikkat eden mükemmeliyetçi bireylerin hata yapmanın yanlış olduğuna inandıkları, eleştirilebilir

olduklarına inandıkları, daha çok negatif tepki gösterdikleri ve hatalarından endişe duyduklarını bulmuşlardır. Yüksek ve düşük düzeyde hatalara dikkat edenlerin arasında hatalara kişisel tepkiler, hataların ciddiyetini algılama, diğer insanların hataları ile ilgilerine aşırı dikkat ve hatalar üzerine düşünme alanlarında farklılık gösterdikleri bulunmuştur.

Stöber ve Joormann (2001) mükemmeliyetçilik ve ertelemenin endişe ile ilişkili olup olmadığını ve hangi mükemmeliyetçilik boyutunun en güçlü ilişkiyi gösterdiğini incelemek amacıyla Frost ve arkadaşları (1990) tarafından geliştirilen Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'ni uygulamışlardır. Sonuçlar erteleme ve mükemmeliyetçilik özellikle de mükemmeliyetçi hatalara aşırı ilgi ve şüphe boyutları arasında önemli ilişkiler olduğunu, üzüntü (endişe) miktarının ailesel beklentiler ve ailesel eleştiri alt ölçekleriyle ilişkili olduğunu göstermiştir. Üzüntü, erteleme ve mükemmeliyetçilikle ilişkili bulunmuştur.

#### **2222. Çok Boyutlu İki Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Karşılaştırılması**

Frost ve arkadaşları (1993) kendi mükemmeliyetçilik ölçekleri ve Hewitt ve Flett (1991) tarafından geliştirilen MPS arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Toplam puanın Hewitt ve Flett'in kendine yönelik ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ölçümleriyle ilişkili olduğu bulunmuştur. İki ölçeğin faktör analizi başlıca iki faktör vermiştir: (a) uyumsuz değerlendirici kaygılar (b) pozitif başarı çabası. FMPS'nin sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliği ve FMPS'nin hatalara aşırı dikkat boyutu psikopatoloji ile daha çok ilişkili bulunmuştur. Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik Frost'un üç alt ölçeğiyle daha çok ilişkili bulunmuştur: hatalara aşırı dikkat, yüksek ailesel beklentiler ve ailesel eleştiri. Bu bulgular mükemmeliyetçiliğin psikolojik rahatsızlıklar kadar uyumlu davranışlarla da bağlantılı kompleks bir yapı olduğunu gösteren Hamachek (1978)'in mükemmeliyetçilerin uyumlu ve uyumsuz boyutlarının ayrımı ile tutarlıdır.

Bu iki MPS arasındaki fark Hewitt ve arkadaşları (1991)'nin geliştirdikleri yapının kişiler arası doğasını vurgularken, Frost ve arkadaşları (1990)'nin ölçme aracı çok güçlü bir kişisel odağa sahip olmasıdır. Bu çalışmada üstün yetenekli çocuklar ve ergenlerle ilgili araştırma literatürü tutarlı olduğu düşünüldüğü için Frost ve arkadaşları (1990) tarafından geliştirilen çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği kullanılmıştır (PARKER-ADKINS, 1995, s. 19).

### 223. Mükemmeliyetçilik ve Ebeveyn Tutumları

Mükemmeliyetçiliğin gelişimi ile ilgili teorilerdeki en önemli konu mükemmeliyetçiliğin oluşumu ve ailesel taleplerdir (FROST, LAHART-ROSENBLATE, 1991, s.472). Missildine (1963), mükemmeliyetçi ailelerin çocuklarının davranışlarını onaylamaktan ziyade, en iyisini yapmaları için onları zorladıklarını ifade etmiştir. Böylece çocuk asla memnuniyet duygusu hissetmemekte, davranışı ailelerinin onayı için asla yeterince iyi olmamaktadır. Mükemmeliyetçiliğin sınırlı ailesel kabul ve 'ısrarcı ailesel istekler'e dayandığına inanır. Mükemmeliyetçi ailelerin sadece kendi başarısızlıklarını küçümsemekle kalmayıp aynı zamanda çocuklarının çabalarını kabul etme ve ödüllendirmeyi de zor bulduklarını belirtmiştir (FROST ve arkadaşları, 1991, s. 472). Hamachek (1978) nevrotik mükemmeliyetçiliğin sevgilerinin daima çocuğun performansına bağlı olduğu ailelerin uygunsuz ve tutarsız onaylamaları ile çocukluk deneyimlerinden meydana geldiğini bildirmiştir. Ailelerin onaylamama, tutarsız onaylama ya da şartlı onaylamasının çocuklarındaki mükemmeliyetçiliğe yol gösterici olarak görmektedir. Çocuk eleştiriden kaçınmak ve ailesel istekleri karşılamak için kusursuz olmaya devam etmelidir. Hollender (1980), ailesel onayı kazanıncaya kadar mükemmeliyetçilerin çaba göstermeye devam ettiğini desteklemiştir. Burns (1980), mükemmeliyetçi ailelerin üstün performansı ödüllendirmek için sevgi ve onaylamayı kullandıklarını belirtmiştir. Çocuk hata yapıp başarısız olduğunda mükemmeliyetçi ebeveyn anksiyete ve memnuniyetsizlik yaşar. Çocuk bunu reddedilme olarak algılar ve kaçınmak için mükemmel olma çabalarına devam eder. Ebeveynlerin sevgi ve onayını almak için hatadan kaçınır ve mükemmel performansın gerekliliğini hisseder (BLATT, 1995, s. 1010).

Bu görüşlerle tutarlı olarak Barrow ve Moore (1983) mükemmeliyetçi düşüncenin gelişimi için dört koşul yapılandırmışlardır. Birincisi, mükemmeliyetçiliğin aileler aşırı derecede eleştirici ve talep edici olduğunda meydana gelmesidir. İkincisinin de eleştiri direkt değildir, fakat ailelerin beklentileri ve performansın standartları açıklanmıştır. Üçüncü koşul, standartların olmamasıdır. Dördüncü koşul, mükemmeliyetçi tutum ve davranışlara model olan mükemmeliyetçi ailelerin davranışlarıdır. Barrow ve Moore (1983)'a göre mükemmeliyetçi aileler tarafından çocuğa yerleştirilen aşırı ailesel istekler ve mükemmeliyetçi modellerin birleşimi mükemmeliyetçiliğin gelişimi için uygun bir ortam sağlar. Mükemmeliyetçi aileler aşırı derecede eleştirici, talepkar ve genellikle çok az



destekleyicidirler (BARROW-MOORE, 1983, s.613; BURNS, 1980, s.34; HAMACHEK, 1978, s.28).

Frost ve arkadaşları (1991) mükemmeliyetçilik ve ailesel istekler arasındaki incelemek için yaptıkları çalışmalarında iki çalışma gerçekleştirmişlerdir. Analiz sonuçlarında üniversite öğrencisi bayanlar ve onların ebeveynlerinin mükemmeliyetçilik puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Anneler ve kızlarının mükemmeliyetçilik puanları arasındaki anlamlı ilişkiyi gösteren bulgular, mükemmeliyetçi annelere sahip bayanların kendilerini daha çok mükemmeliyetçi değerlendirdiklerini desteklemiştir. Bununla birlikte babalar ve kızlarının mükemmeliyetçilik puanları arasında ilişki bulunmamıştır. Çalışmanın sonuçları ailesel mükemmeliyetçiliğin (özellikle annelerdeki mükemmeliyetçiliğin) çocuklardaki mükemmeliyetçilikle (özellikle kızlar) ilişkili olduğunu desteklemiştir. Ancak örneklem grubu tamamen bayanlardan oluştuğu için sonuçlar her iki cinsiyete genellenememektedir.

Frost ve arkadaşları (1991), annelerin mükemmeliyetçiliğinin kızlarının mükemmeliyetçiliği ile ilişkili olduğunu bulmuşlarken, Parker ve Raffield (1996) ailelerin mükemmeliyetçiliği ve çocuklarının mükemmeliyetçiliği arasında çok az bir ilişki bulmuşlardır.

Rice ve Mirzadeh (2000) uyumlu mükemmeliyetçilerin bildirdikleri bağlanma zincirlerinin yüksek düzeyde güvenli ve nitelikli olduğunu ve güvenli bağlanmanın uyumsuz mükemmeliyetçilikten ziyade uyumlu mükemmeliyetçiliğin çok daha iyi bir yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Araştırmanın bulguları uyumsuz mükemmeliyetçiliğin gelişiminin kompleks, ebeveyn-çocuk bağlanma matriksinde ortaya çıkabileceğini göstermiştir. Çalışmanın bulguları anneli bağlanmanın etkilerinin babaya bağlanmadan daha güçlü görülmesine rağmen, her iki ebeveyne güvenli bağlanma algılamalarının uyumlu mükemmeliyetçi olma olasılığını artırdığını göstermektedir. Uyumsuz mükemmeliyetçilik çocuklarından çok fazlasını bekleyen, çocuklarını eleştiren, bazı isteklerini karşılamaya çalışan çocukları için tutarsız heveslilik ve çok az duygusal destek sağlayan ailelere tepki olarak gelişebilmektedir.

Ablard ve Parker (1997) çocuklardaki mükemmeliyetçilik çeşitlerinin gelişimi üzerinde ebeveynlerin çocukları için belirledikleri amaçlarının etkisini incelemiştir. Araştırmanın bulguları üstün yetenekli çocukların daha çok öğrenme yönelimli (öğrenmeden zevk alma

ve araştırma için teşvik) amaca sahip aileleri olduğunu ve performans yönelimli amaca sahip aile çocuklarının işlevsel olmayan (uyumsuz) mükemmeliyetçi olma olasılıklarını göstermiştir. Ablard ve Parker, ailelerin kendi mükemmeliyetçilik ihtiyaçlarının çocukları için belirledikleri başarı amaçları ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Araştırmanın sonuçları performans amacını kabul etmiş aile çocuklarının, öğrenme amacını kabul etmiş aile çocuklarına göre daha yüksek düzeyde sağlıklı olmayan mükemmeliyetçilik eğilimi gösterdiklerini ortaya koymuştur. Performans amaçlı ailelerin çocukları baskı altına alınmış hissetme, yüksek düzeyde ailesel beklentiler ve ailesel eleştiri gibi inançlar, erteleme, başarısızlık (ADDERHOLT-ELLIOTT, 1989, s.20) hatalara aşırı dikkat etme ve davranışlardan şüphe etme eğilimi gibi performans anksiyetesi için risk faktörü oluşturabilen özelliklere sahiptir (HEWITT-FLETT, 1991, 458; HEWITT ve diğ., 1992, s.182). Öğrenme amaçlı aileler ise çocuklarına düşük ailesel beklentiler ve düşük kişisel standartlar aktarıcı, kişisel gelişim ve anlamaya bağlı ılımlı performans beklentileri oluştururlar.

Flett ve arkadaşları (1995), öğrencilerin mükemmeliyetçilik puanları ve ebeveynsel otorite tarzları (serbestliğe imkan vermeyen, izin verici, yetkili) arasındaki ilişkiye odaklanmıştır. Flett ve arkadaşları (1995) erkek öğrencilerin sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik puanlarını (diğerlerinin gerçekçi olmayan standartlar oluşturma eğilimini görmeyi yansıtır), anne ve babalarının otoriterlik (cezalandırıcı, aşırı kontrol edici ve kısıtlayıcı) seviyeleri ile ilişkili bulmuşlardır.

Rice ve Dellwo (2002)'nin mükemmeliyetçilik ve benlik gelişimini inceledikleri araştırma sonuçları uyumu bozucu mükemmeliyetçiler için kendilik gelişiminin (self-development) problemlili olduğu, uyumlu mükemmeliyetçiler ve mükemmeliyetçi olmayanların ise benlik gelişimlerini daha iyi tamamlanmış olduğu görülmüştür. Mükemmeliyetçilerin her iki grubu mükemmeliyetçi olmayanlardan daha yüksek ihtiyaçlar belirtmişlerdir. Özellikle her iki mükemmeliyetçi grubu kendilerinden yüksek beklentilere sahip olan ebeveynler tanımlarken, uyumlu mükemmeliyetçiler uyumsuz mükemmeliyetçilerin tanımladığı ebeveynlerden daha düşük düzeyde eleştirici olan ebeveynler tanımlamışlardır. Ebeveynlerden gelen amaçlar ve idealler ile istenilmeden içselleştirilmiş ebeveynler ve kendilik imajı ile sonuçlanmaktadır.



Parker (1997), üstün yetenekli 6. sınıftaki çocuklarda çocukların ve ebeveynlerinin mükemmeliyetçilik puanları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Parker anne ve babaların toplam puanlarının çocuklarının puanlarındaki varyansın %21 ile %11 (arasında değişen değerler)'ini açıkladıklarını bulmuştur. Annelerin puanları kızlarının puanlarındaki varyansı oğullarınınkinden daha büyük bir kısmını açıklarken (%29'a karşı % 20), babaların puanlarının oğullarındaki varyansın %15'ini fakat kızlarındaki varyansın %'5 ini açıkladıkları gözlenmiştir.

#### **224. Mükemmeliyetçilik ve Psikolojik Semptomlar**

Depresyonda incinebilir bir faktör olarak mükemmeliyetçiliğin rolünü inceleyen Hewitt ve arkadaşları (1996), sadece kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin zaman içinde depresif semptomları yordamada başarı stresi ile etkileşim halinde olduğu fakat sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliğin sadece temel etki olarak depresif semptomları yordadığını bulmuşlardır. Bulgular sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliğin depresif semptomları oluşturabilen sosyal-bilişsel bir faktör olduğunu fakat devamlı olarak yaşam stresi ve depresyon arasında bir ilişki oluşturmadığını göstermiştir. Bulgular mükemmeliyetçilik boyutlarının zaman içinde unipolar depresyonun oluşumunda önemli faktörler olarak rol alabilmekte olduğunu göstermiştir.

Kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve özerklik (HEWITT-FLETT, 1993, s.60) arasında benzerlikler vardır, fakat kendine yönelik mükemmeliyetçi mükemmele ulaşamadığında yüksek derecede kendini cezalandırıcı tepkileri içine alır ve bir çok duruma uygulanan aşırı standartlar ve değerlendirmeler ile daha çok kapsayıcı niteliktedir.

Hewitt ve Flett (1991a) kendine yönelik, diğerlerine yönelik ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliğin unipolar depresyonla farklı bir şekilde ilişkili olup olmadığını incelemişlerdir. Araştırmanın bulguları kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin depresyonla ilişkili olabileceğini ve depresif hastaların anksiyeteli ve normal gruptakilere göre daha yüksek kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanları aldıklarını göstermiştir. Bulgular depresif ve anksiyeteli hastaların yüksek seviyelerde sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliğe sahip olduklarını göstermiştir. Bu bulgu sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliğin depresyonun bir özelliği olduğunu, fakat depresyona özgü olmadığını göstermiştir. Araştırmanın bulguları klinik depresyonda mükemmeliyetçiliğin rolünü desteklemiştir.

Chang (2000), genç ve yaşlı yetişkin örnekleminde Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate (1990)'in Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FMPS) ile değerlendirilen genel mükemmeliyetçilik eğilimleri, stres ve psikolojik sonuç arasındaki ilişkileri değerlendirmiştir. Çalışma önceki bulgularla tutarlı olarak genç ve yetişkin örneklemindeki yüksek mükemmeliyetçiliğin negatif psikolojik sonuçlar -üzüntü ve negatif duygu- ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Her iki yetişkin grubu için mükemmeliyetçilik stres, üzüntü ve negatif duygu yaşantıları ile yüksek düzeyde; yaşam memnuniyeti ve pozitif duygu ile düşük düzeyde ilişkili bulunmuştur. Bu bulgular mükemmeliyetçilik, stres ve psikolojik sonuç arasındaki bağların genç ve yaşlı yetişkin örnekleminde önemli düzeyde benzediğini göstermiştir. Stresin her iki yetişkin grubu için mükemmeliyetçilik ve psikolojik sonuç arasındaki ilişkide önemli etkilere sahip olduğu bulunmuştur. Ayrıca bulgular mükemmeliyetçiliğin stres üzerinde direkt olmayan, negatif psikolojik sonuç üzerinde direkt bir etkiye sahip olduğu desteklenmektedir.

Flett ve arkadaşları (1998)'nin mükemmeliyetçilik içeren otomatik düşüncelerin sıklığındaki bireysel farklılıklar ve bu düşüncelerin psikolojik stresle ilişkili olup olmadığını inceledikleri araştırmanın sonuçları mükemmeliyetçi düşünmenin sıklığı ve depresif semptomlar arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Özellikle mükemmeliyetçi düşüncelerin sıklığı, kendini eleştirme ve başarısızlığa takılıp kalma göstergeleri arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Mükemmeliyetçi bilişler ve kendini eleştirme arasındaki ilişki mükemmeliyetçi bilişlerin kendini cezalandırmadan ortaya çıktığını desteklemiştir. Benzer şekilde başarısızlığa takılıp kalma ile ilişkisi mükemmeliyetçi bilişlerin başarısızlıkla karşı karşıya kalındığında başlatıldığı ve başarısızlığın etkisinin mükemmeliyetçilerin obsessif düşünceleriyle ilgili eğilimleri tarafından büyütüldüğünü desteklemiştir. Mükemmeliyetçi bilişlerin sıklığı ve uyumsuzluk arasındaki ilişki mükemmeliyetçiliği içeren sık düşünceler yaşama eğiliminin depresyon ve anksiyete ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

Chang ve Rand (2000) mükemmeliyetçilik, stres, psikolojik semptomlar ve ümitsizlik arasındaki ilişkiyi 215 üniversite öğrencisi üzerinde incelemiştir. Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik psikolojik semptomlarla ilişkili bulunmuştur. Benzer şekilde ümitsizlik ile de ilişkili olduğu gözlenmiştir. Bununla birlikte araştırmanın bulguları Frost ve arkadaşları (1993) ve Flett ve arkadaşları (1991)'nin bulguları ile tutarlı olarak kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve depresyon arasında ilişki olmadığını göstermiştir. Bu

bulguların yanı sıra sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ve stres semptomları arasında da anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır. Yaşanan stresin yüksek seviyelerinde sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ve ümitsizlik arasında önemli bir ilişki bulunmuştur. Zıt olarak düşük stres koşulları altında sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik uyum üzerinde önemli bir etkiye sahip değildir. Bu bulgular öğrenciler arasındaki sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik eğilimlerinin negatif etkilerinin öğrenciler yüksek stres durumlarıyla karşılaşınca kadar hareketsiz kalabileceğini desteklemiştir.

Dunkley ve arkadaşları (2000), stres semptomları (depresyon, anksiyete) ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide karmaşalar, başa çıkma ve algılanan sosyal desteğin rollerini incelemiştir. Çalışma geçmiş bulguları (FROST ve diğ., 1993, s.123; SLANEY ve diğ., 1995, s.283) ve mükemmeliyetçiliğin iki farklı boyutunun olduğunu desteklemiştir. Çalışmanın bulguları mükemmeliyetçilerin yoğun sıklıkta ve sürekli günlük stresörler yaşadıkları bulgusu ve mükemmeliyetçilerin stres oluşturdıkları şeklindeki (HEWITT-FLETT, 1993, s.62) teorik çalışmalar ile tutarlı olduğu gibi aynı zamanda değerlendirici kaygılar mükemmeliyetçiliğinin stres ve karmaşa seviyelerini şiddetlendiren ilgisizlik ve inkar gibi işlevsel olmayan ve kaçınmacı başa çıkma çeşitleriyle ilişkili olduğunu da desteklemiştir. Kendini değerlendirici mükemmeliyetçilik ve stres arasındaki ilişkide üçüncü değişken algılanan sosyal destek olarak bulunmuştur. Kendini eleştirici bireylerin düşük sosyal destek algılamalarına sahip oldukları görülmüştür.

Mükemmeliyetçilikle ilgili literatürü yeniden gözden geçiren ve yarı-yapılandırılmış görüşmelere katılan bireylerdeki mükemmeliyetçiliği inceleyen Slaney ve Ashby (1996), kendilerini mükemmeliyetçi olarak tanımlayan ya da diğerleri tarafından mükemmeliyetçi olarak tanımlanan bireylerin mükemmeliyetçiliklerinin merkezi olarak, yüksek kişisel standartlara sahip olma eğilimlerini ve düzenliliklerini gördüklerini göstermişlerdir. Araştırmaya katılan bireyler mükemmeliyetçiliklerinin iş ve akademik yaşamlarını etkilediğini bildirmişlerdir. Araştırmaya katılan bayanlar mükemmeliyetçiliklerini erkeklere oranla daha çok negatif olarak değerlendirmiş ve daha fazla stres yaşadıklarını açıklamışlardır.

Bir çok çalışma uyumsuz mükemmeliyetçilik boyutları ve anksiyetenin farklı çeşitleri arasındaki önemli ilişkiyi göstermiştir. Bununla birlikte, anksiyetenin bütün çeşitleri için mükemmeliyetçiliğin ortak bir özellik olup olmadığı veya mükemmeliyetçiliğin özel

anksiyete çeşitlerinde kendine özgü belirtilerle ilişkili olup olmadığı yeterince açık değildir. önemli sayıdaki bir çok araştırma mükemmeliyetçilik ve anksiyete arasında önemli bir ilişkiyi göstermiştir, henüz bu ilişkinin mükemmeliyetçilik ve stresin diğer çeşitleri arasındaki ilişkiden bağımsız olup olmadığı yeterince açık değildir. Frost ve arkadaşları (1990) ve Hewitt ve Flett (1991) diğerleri gibi uyumsuz mükemmeliyetçi kaygıların sadece anksiyete ile değil aynı zamanda diğer psikopatolojik bozukluklarla da ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Kawamura ve arkadaşları (2001) anksiyetenin çeşitli özellikleri ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın bulguları uyumu bozucu mükemmeliyetçiliğin depresyonla pozitif olarak, uyumlu mükemmeliyetçiliğin depresyonla negatif olarak ilişkili olduğunu göstermiştir. Çalışmanın bulguları, mükemmeliyetçiliğin uyumsuz boyutları yüksek seviyelerdeki anksiyete belirtileri ile ilişkili olduğunu göstermiş, uyumsuz mükemmeliyetçilik ve obsesif-kompulsif bozukluk ile post-travmatik stres bozukluğu arasındaki ilişkinin depresyondan bağımsız olduğunu desteklemiştir. Post-travmatik stres bozukluğunun mükemmeliyetçiliğin uyumsuz unsurları ile anlamlı düzeyde özel bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Çalışma anksiyete faktörlerinin etkileri kontrol edildikten sonra bile mükemmeliyetçilik ve depresyon arasında ilişki olduğu bulunmuştur.

Frost ve arkadaşları (1991) atletik performans üzerine mükemmeliyetçiliğin etkisi ile ilgili yapılandırdıkları çalışmalarında hata yapmaya aşırı dikkat alt ölçeğinden yüksek puan alanların daha az başarılı ve daha çok negativist olduklarını bulmuşlardır. Frost ve Henderson (1991) tarafından 40 atlet üzerinde yapılan çalışmada atletlere yarışma anksiyetesi ve performansa ilişkin tepkilere odaklanan ölçümler yapmışlardır. Araştırmanın bulguları yarış sporları anksiyetesi ve hatalara aşırı ilgi olarak bilinen mükemmeliyetçilik unsuru arasında ilişki olduğunu göstermiştir.

Slaney ve arkadaşları (2000) Hindistan'da mükemmeliyetçiliğin yapısını incelemiştir. Araştırmanın sonuçları yüksek standartların yapının merkezinde olduğunu ve problem oluşturmadığını göstermiştir. Asyalı Hintli öğrencilerin kendilerini mükemmeliyetçi olarak değerlendirdikleri ve standartlar – düzen ölçeklerinde yüksek puan aldıkları görülmüştür. Araştırmada yüksek mükemmeliyetçilik puanları alan bayanlar düşük anksiyete puanları almışlardır.

Hewitt ve arkadaşları (1992)'ın mükemmeliyetçilik ve intihar davranışı (tehdidi) arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmanın bulguları sadece sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik boyutunun intihar isteği ve tehdidi ile önemli düzeyde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca, sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik depresyon ya da umutsuzluk ile açıklanamayan intihar puanları arasındaki varyansı yordamıştır. Bulgular, intihar potansiyelinin diğer insanların kendisi için gerçekçi olmayan beklentileri olduğunu algılama eğilimiyle ilişkili olduğunu desteklemiştir.

Flett ve arkadaşları (2002)'nin mükemmeliyetçiliğin üç boyutu ve algılanan sosyal beceriler ve psiko-sosyal uyum arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmanın bulguları, yüksek düzeyde sosyal mükemmeliyetçiliğin yalnızlık, utangaçlık, negatif değerlendirilmekten korkma ve düşük düzeyde sosyal beceriler algılama gibi çeşitli psiko-sosyal uyum problemleri ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Ek olarak sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiler düşük sosyal beceri algılamalarına sahip bulunmuşlardır. Diğerlerine ve kendine yönelik mükemmeliyetçilerle ilgili önemli bir bulgu elde edilmemiştir. Bu bulgular sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliğin çeşitli psiko-sosyal problemler yaşadıklarını ve sosyal becerilerde eksiklik algıladıklarını desteklemiştir.

Wittenberg ve Norcross (2001) mükemmeliyetçiliğin psikoterapi yapma ve belirsizliği tolere etme ile ilişkisini 197 doktora seviyesinde bulunan ve resmi uygulayıcı psikolog üzerinde incelemiştir. Sonuçlar mükemmeliyetçiliğin psikoterapi yapma ve belirsizliği tolere etme ile negatif olarak ilişkili bulunmuştur. Aynı zamanda sonuçlar yüksek sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ve düşük düzeyde belirsizliği tolere etmenin azalan psikoterapi yapma zevki ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

Yapılan bir çok çalışma mükemmeliyetçilik ve ilişki problemleri arasındaki ilişkiyi göstermiştir. Örneğin, Johnson ve Slaney (1996) genel ve tek boyutlu Mükemmeliyetçilik ölçeği olan Burns'ün mükemmeliyetçilik ölçeği üzerinde değerlendirilen puanlar ve ifade edilen ilişki zorlukları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Hewitt ve arkadaşları (1995) tarafından aile uyumu ve mükemmeliyetçilik boyutları arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmalarında mükemmeliyetçiliğin kişiler arası boyutlarını zayıf aile uyumu ve zayıf evlilik uyumu ile ilişkili bulmuşlardır. Özellikle eşlerdeki sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik düşük düzeyde çift uyum ile ilişkilidir. Aynı zamanda diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiler düşük eş uyumu ve düşük eş desteği bildirme eğilimindedirler.



Flett ve arkadaşları (2001) ilişki inançları, davranışları ve çiftlere ilişkin uyumun içeriği ile ilişkili mükemmeliyetçilik boyutlarının kapsamını incelemiştir. Araştırmanın sonuçları mükemmeliyetçi bir kişilik biçiminin kişiler arası ilişkilerdeki özel eğilimler ve inançlarla ilişkili olduğunu desteklemiştir. Mükemmeliyetçilik boyutlarının yakınlık ile ilgili ilişki inançları ile ilişkili olduğu görülmüştür. Elde edilen veriler kendine yönelik mükemmeliyetçilerin sadece başarı alanında değil aynı zamanda yakın ilişkilerin yapısı içerisindeki davranışlarında da yüksek amaçlara sahip olduklarını göstermiştir. Kendine yönelik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğin çatışma tepkileri ve iletişim biçimi gibi değişkenlerle ilgili özel ilişki biçimleri ile ilişkili olmadığını görülmüştür. Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik, mükemmeliyetçi bilişler, mükemmeliyetçi kendilik sunumu; diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik obsesif meşguliyetler, öz-bilinçlilik ve partnere bağlılık içeren eğilimlerle ilişkili bulunmuştur. Genel olarak araştırmanın sonuçları mükemmeliyetçiliğin kişilerarası ilişkilerle ilişkili bir kişilik yapısı olduğunu göstermiştir.

Joiner ve arkadaşları (1997) mükemmeliyetçilik ve bulimik semptomlar arasındaki ilişkiyi bulimik semptomlar gösteren 890 bayan arasında incelemiştir. Araştırmada mükemmeliyetçiliğin kendilerini aşırı derecede kilolu algılayan bayanlar için bir risk faktörü olduğu fakat, kendilerini kilolu algılamayan bayanlar için risk faktörü olmadığı bulunmuştur. Araştırmanın sonuçlarına göre mükemmeliyetçi bayanlar standartlarını karşılayamadıklarını hissettiklerinde bulimik semptomlar yaşamaktadırlar. Bununla birlikte mükemmeliyetçi bayanlar standartlarından memnuniyet hissettiklerinde mükemmeliyetçiliklerine rağmen bulimik semptomlar yaşamamaktadırlar. Mükemmeliyetçiliğin kendilerini aşırı kilolu algılayan bayanlar için bir risk faktörü olarak sunulduğu, fakat kendilerini kilolu algılamayan bayanlar için bir risk faktörü olarak sunulmadığı görülmüştür. Bulgular mükemmeliyetçiliğin standartlarını karşılayamadıklarını algılayan bayanlar arasında yeme davranışını etkileyebileceğini göstermiştir.

## **225. Mükemmeliyetçilik ve Üstün Yeteneklilik**

Mükemmeliyetçilik Hollingworth (1926)'un üstün zekalı çocuklar üzerinde çalıştığı 1920'lerden beri üstün yetenekliliğin bir özelliği olarak bilinmektedir (SCHULER, 2000, s. 185). Literatürde bilinen zihinsel ve duygusal alanların gelişiminin eşit olmaması, yüksek

hassasiyet, farklı hissetme ve duygusal yoğunluk gibi diğer özelliklere rağmen (ROEPER, 1982, s.15) mükemmeliyetçilik üstün yetenekliliğin en önemli özelliği olarak görülmeye devam etmektedir (SILVERMAN, 1995, s.5).

Silverman (1998), üstünlük çabasının mükemmeliyetçilikten farklı olduğunu ve mükemmeliyetçilik olmaksızın olimpiyat şampiyonlarının, piyanistlerin ve işini yapmak için aşırı çalışan öğretmenlerin olmayacağını belirtmiştir. Mükemmeliyetçiliğin üstün yetenekli çocuklar için farklı olduğunu ve terapistlerin ortalama bir danışanın ulaşılması imkansız cezalandırıcı standartlar oluşturması ve üstün yetenekli birey içerisindeki üstünlük seviyesi arasında ayırım yapma ihtiyacı duyduklarını iddia etmiştir (s.206).

Greenspon (2001), zeka, yaratıcı yetenek, şiddet hissi, öğrenme hırsı, anlama derinliği gibi üstün yetenekliliği tanımlayıcı kişilik özelliklerinin üstün yetenekli kendilik yaşantısı üzerinde etkiye sahip olduğunu belirtmiştir. Üstün yeteneklilerin eş zamanlı olmayan gelişimi kendilik yaşantısına engel olmakta ve akranları, ebeveynleri ve öğretmenlerinin tepkileri problemi şiddetlendirebilmektedir ya da düzeltebilmektedir. Greenspon, mükemmeliyetçiliğin bazı üstün yetenekli bireyler için problem olduğunu, diğerleri tarafından kabul edilmek amacıyla mükemmel olma zorunluluğu hissedildiğinde kendilik yaşantısının birleşmesi tehdidi yansıtacağını belirtmiştir.

Mükemmeliyetçilik üzerindeki deneysel çalışmalar öncelikli olarak üstün yetenekli yetişkinler ve üniversite öğrencileri üzerine odaklanmıştır (ADKINS, 1994, s.102; FROST ve diğ., 1990, s.460; HEWITT-FLETT, 1993, s.60). İlk birkaç deneysel çalışma üstün yetenekli çocuklar ve ergenler üzerinde odaklanmıştır (PARKER, 1997, s.560; ORANGE, 1997, s.40; PARKER-STUMPF, 1995, s.380; SIEGLE -SCHULER, 2000, s.40).

Üstün yetenekli çocuklar ve ergenlerde mükemmeliyetçiliği açıklayan bir çok çalışma bulunmaktadır (ORANGE, 1997, s.40; PARKER, 1997, s.560; PARKER-MILLS, 1996, s.190; PARKER-STUMPF, 1995, s.380; SCHULER, 2000, s.190). Mükemmeliyetçilerin özelliklerini araştıran son girişimcilerden biri Wayne Parker ve arkadaşlarıdır. Araştırmalarında Frost ve arkadaşları (1990) tarafından geliştirilen çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeğini kullanmıştır. Parker tarafından seçilen Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği mükemmeliyetçiliğin bireyin kendi davranışını aşırı eleştirel değerlendirme eğilimine eşlik eden yüksek performans standartlarını içerdiğini belirten Frost ve arkadaşları'nın tanımlamasını kanıtlamak için kullandığı ölçme aracıdır. Bu



araştırmalar ölçeğe ilişkin, ölçeğin farklı popölasyonlara uygunluğuna ilişkin ilginç ve yararlı sonuçlara ek olarak sağlıklı ve sağlıksız mükemmeliyetçilik arasındaki ayırımı gösteren sonuçlar elde etmiştir. Çalışmaların bir çoğunda sağlıklı mükemmeliyetçilik üstünlük çabası ile eşit olarak görölmektedir (PARKER, 1997, s.560; PARKER-ADKINS, 1995, s.305; PARKER-MILLS, 1996, s.190; PARKER-STUMPF, 1995, s.380).

Parker ve Adkins (1995) üstün yetenekli ve üstün yetenekli olmayan çocuklarda mükemmeliyetçiliği teorik olarak incelemişlerdir. Mükemmeliyetçilik ve üstün yeteneklilik ile ilgili deneysel bilgi eksikliği olduğunu ve araştırılanların mükemmeliyetçiliğin niceliksel ölçümlerini kullanan araştırmalarla desteklenmesi gerektiğini belirtmişlerdir.

Yazarların bir çoğu çeşitli olumsuz olaylara yol gösteren mükemmeliyetçilik ve üstün yeteneklilik arasında doğal bir ilişki olduğunu belirtiyorlarken, bu ilişki sadece birkaç deneysel araştırmada tanımlanabilmiştir. Parker ve Mills (1996), çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeğini kullanarak 600 akademik olarak yetenekli 6. sınıf öğrencisinin mükemmeliyetçilik puanları ile genel gruptaki akranlarından 418 öğrencinin mükemmeliyetçilik puanlarını karşılaştırmışlardır. Toplam mükemmeliyetçilik puanları açısından genel grup ve üstün yetenekliler arasında farklılık bulunamamıştır. Çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeğinin iki alt testi olan davranışlardan şüphe ve düzen alt ölçeklerinde iki grup arasında bir farklılık bulmuş olmalarına rağmen, bu alt ölçeklerin puanlarında genel gruptaki akranların puanları akademik olarak üstün yetenekli çocukların puanlarından yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte Parker ve Mills (1996), ‘önemsiz olarak görölen bu farklılıkların bazı küçük etkilere sahip olduğu’ konusuna dikkat çekmişlerdir (s.196). Çalışmalarındaki anlamlı sonuçların eksikliğinin olası bir sebebi mükemmeliyetçiliğin ölçümü ve tanımlanmasının yeterince açık olmaması olarak görölmektedir.

Üstün yetenekli öğrencilerle yapılan çalışmalarda mükemmeliyetçilik çeşitlerinin belirlenmesi yoluna gidilmektedir. Çalışmalar benzer olarak akademik olarak üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçiliği sağlıklı (uyumlu), sağlıksız (uyumsuz) mükemmeliyetçiler ve mükemmeliyetçi olmayanlar olarak sınıflandırmışlardır. Parker (1997), üstün yetenekli öğrencilerde sağlıklı mükemmeliyetçiler, sağlıksız mükemmeliyetçiler ve mükemmeliyetçi olmayanlar arasındaki farklılıkları tanımlamıştır. FMPS’yi kullandığı sınıflama analizi Sıfat Tanımlama Listesi, Beş Faktör Kişilik

Envanteri, Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri, Kısa Belirti Tarama Listesi ve ailesel tanımlamalar üzerinde farklılaşan üç bağımsız grup ortaya çıkarmıştır. Mükemmeliyetçi olmayan grup (%32.8) özellikle kişisel standartlar ve düzen alt ölçeklerinde düşük puanlar ve düşük toplam mükemmeliyetçilik puanları almışlardır. Sıfat Tanımlama Listesi (Adjective Check List)'nin raporlarına dayalı olarak kendilerini düzensiz, güvenilmez ve dalgın olarak tanımlamışlardır. Zıt olarak Parker'ın sağlıksız olarak tanımladığı mükemmeliyetçiler özellikle hatalara aşırı dikkat, davranışlardan şüphe, ailesel beklentiler ve ailesel eleştiri alt ölçeklerinden aldıkları yüksek puanlar ile yüksek düzeyde toplam mükemmeliyetçilik puanlarına sahiptirler. Hatalara aşırı dikkat ve davranışlardan şüphe öğrencilerin yapabileceklerinin en iyisine ulaşmalarını engelleyebilir. Yüksek ailesel beklentiler ve eleştiri öğrencilerin kendileri için mantıksız yüksek beklentiler ve performans amaçlarına sahip olma eğilimlerini gösterebilir. Kendilerini savunmacı, endişeli ve karamsar olarak tanımlayan bu öğrenciler başarı için zorlanmış hissedebilirler. Bu iki grup arasındaki sağlıklı mükemmeliyetçiler (%41.7), yüksek düzenlilik puanları, düşük hatalara aşırı ilgi, ailesel eleştiri ve davranışlardan şüphe puanları ile ortalama düzeyde toplam mükemmeliyetçilik puanları almışlardır. Sağlıklı mükemmeliyetçiler kendilerini düzenli, güvenilir, sorumlu ve amaç donanımlı tanımlamışlardır. Bu üç mükemmeliyetçilik çeşidi birbirinden ayrılmıştır ve akademik olarak üstün yetenekli öğrencilerdeki bulgularla benzerdir.

Parker ve arkadaşları (1999), Çek Cumhuriyeti'nde sağlıklı ve sağlıksız mükemmeliyetçilik arasında ayırım olup olmadığını incelemişlerdir. Kişisel standartlar alt ölçek puanları üstün yetenekliler için yüksek, hatalara aşırı dikkat, ailesel eleştiri ve düzen alt ölçek puanları üstün yetenekliler için düşük bulunmuştur. Çek üstün yeteneklileri arasında mükemmeliyetçilik tipolojisi incelendiğinde %35'i sağlıklı mükemmeliyetçi, %28'i sağlıksız mükemmeliyetçi olarak bulunmuştur. Üstün yetenekli olmayan karşılaştırma grubunda %20 mükemmeliyetçi olmayan, %35 sağlıksız mükemmeliyetçi ve % 45 sağlıksız mükemmeliyetçi bulunmuştur. Bu bulgular iki grup arasında sağlıklı mükemmeliyetçiliğin (%42) ortak olduğunu, mükemmeliyetçi olmayan (%30) ve sağlıksız mükemmeliyetçi (%28) gruplarının daha az görüldüğünü desteklemiştir (PARKER, 2000, s. 180).

Parker ve Stumpf (1999) tarafından yapılan çalışmada üstün yetenekli çocuklar ve ailelerine Frost'un çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği uygulanmıştır. Araştırmanın

bulguları mükemmeliyetçilik üzerinde ailesel etkinin etki genişliğinin az düzeyde olduğunu göstermiştir. Annelerin mükemmeliyetçilik seviyeleri her iki cinsiyetteki çocukları için babaların mükemmeliyetçiliğinden daha ilişkili bulunmuştur. Annelerin daha yüksek düzeydeki etkisi anneler ve çocuklarının kişisel standartlar puanlarının ilişkisine dayanması kendileri için yüksek standartlar oluşturan annelerin kendilerine benzeyen çocuklara sahip olma eğiliminde olduklarını göstermiştir. Çocuklardaki mükemmeliyetçilik üzerinde babaların etkisinin düzen gelişiminde olduğu ortaya konmuştur.

Siegle ve Schuler (2000)'nin üstün yetenekli çocuklar ve üstün yetenekli olmayan çocuklar arasında uyumlu ve uyumlu olmayan mükemmeliyetçilik farklılıklarını incelemeyi amaçlayan çalışmalarının sonuçları üstün yetenekli çocukların daha çok uyumlu şekillerde (yüksek kişisel standartlar taşıma) mükemmeliyetçi olduklarını, uyumlu olmayan şekillerde (standartlar ve performans arasındaki zıtlık) daha az mükemmeliyetçi olduklarını desteklemiştir. Bu sonuçlar mükemmeliyetçiliğin negatif boyutları kadar (zıtlık) pozitif boyutlarını (yüksek standartlar) da ölçmesi planlanan bir mükemmeliyetçilik ölçeğinin kullanılması ile, üstün yetenekli çocukların daha çok uyumlu mükemmeliyetçiler olduklarını belirten Parker ve Mills (1996)'in araştırmasını genişletmiştir. Ayrıca, düzenlilik konusuna aşırı ilgi ve kişisel standartlar problemlilik teşkil ediyorken, çalışmadaki öğrenciler tarafından gösterilen hata yapmaya aşırı dikkat, ailesel eleştiri ve ailesel beklentiler ile ilgili mükemmeliyetçilik seviyelerinin sağlıklı olduğu bulunmuştur. Araştırmanın sonuçları ailelere yönelik olarak öncelik oluşturma, hatalarını kabul modeli, yüksek fakat gerçekçi amaçlar belirleme, gevşeme teknikleri, kendini değerlendirme becerilerini geliştirme gibi ailelerin kullanabileceği stratejiler önermiştir.

Schuler (2000), mükemmeliyetçilik ve üstün yetenekli ergenler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Mükemmeliyetçilik ile ilgili tutum ve davranışlar hakkında niceliksel veriler Amaçlar ve Çalışma Alışkanlıkları Envanteri (Goals and Work Habits Survey) (SCHULER, 1997, s.40) ile, niteliksel veriler ise yarı-yapılandırılmış görüşmelerle toplanmıştır. Çalışmanın sonuçları üstün yetenekli ergenlerin yüksek düzeyde (%87.5) mükemmeliyetçilik eğilimlerini ortaya koyarak mükemmeliyetçiliğin üstün yetenekli ergenlerin bir özelliği olduğunu belirten literatürdeki önceki araştırmaları desteklemiştir (LOVECKY, 1992, s.25; ORANGE, 1997, s.40; ROEPER, 1982, s.25; SILVERMAN, 1995, s.2). Aynı zamanda çalışmanın sonuçları mükemmeliyetçiliğin kuvvetlendirici ya da

zayıflatıcı tutum ve davranışlar veya normalden nevrotikliğe doğru bir süreklilik üzerinde var olduğunu ve bir boyutluluktan daha fazlasına sahip olduğunu göstermiştir (FROST ve diğ., 1990, s.460; HEWITT-FLETT, 1991b, s.458; PARKER-ADKINS, 1995, s.20).

Araştırmada yapılan kümeleme analizinde üç grup ortaya çıkmıştır. Mükemmeliyetçi olmayanlar grubundaki öğrenciler düşük hata yapma, düşük kişisel standartlar, düşük davranışlardan şüphe, düşük düzen ve diğer gruplardan daha düşük toplam mükemmeliyetçilik puanları almışlardır. Ailesel beklentiler normal mükemmeliyetçilerden daha yüksek bulunmuştur. Normal mükemmeliyetçiler nevrotik mükemmeliyetçilerle karşılaştırıldıklarında daha düşük hatalara aşırı ilgi, ortalama kişisel standartlar puanları, düşük ailesel beklentiler ve ailesel eleştiri, ortalama düzeyde davranışlardan şüphe özellikleri göstermişlerdir. Temizlik ve düzen puanları oldukça yüksek bulunmuştur. Nevrotik mükemmeliyetçiler en yüksek hatalara ilgi, kişisel standartlar, ailesel beklentiler ve eleştiri, davranışlardan şüphe puanlarını almışlardır. Normal mükemmeliyetçiler için temel konu temizlik / düzen olarak belirlenmiştir. Stresten kaçınma ve yüksek standartlarını koruma için düzenleme becerilerini kullandıkları görülmüştür. Ebeveynlerinin 'kişisel en iyi'ye ulaşmaları için kendilerini desteklediklerini belirtmişlerdir. Ebeveynleri ve öğretmenlerinin sosyal desteğinin yanı sıra kişisel çabaları mükemmeliyetçiliklerinin önemli bir unsuru olduğu bulunmuştur. Nevrotik mükemmeliyetçiler için temel konu ise hata yapmaya aşırı ilgi olarak bulunmuştur. Hata yapmaya aşırı saplanmaları sürekli yüksek düzeyde anksiyete yaşamalarına neden olmuştur. Kişisel standartlarının normal mükemmeliyetçilerden yüksek olduğu, standartların karşılayamadıklarında öfkelenedikleri ve pozitif başa çıkma stratejileri kullanamadıkları belirlenmiştir. Diğerlerinin beklentilerini ve eleştirilerini algılama hata yapmaya dikkatlerinin yoğunluğunu etkileyen en önemli faktör olduğu belirlenmiştir. Araştırmaya katılanların hepsi mükemmeliyetçiliklerini performans açısından değerlendirmişlerdir.

Orange (1997), diğer çalışmaların bulguları ile tutarlı olarak üstün yetenekli öğrencilerin üstün yetenekli olmayanlara göre negatif mükemmeliyetçilik yaşama olasılıklarının yüksek olduğunu bulmuştur. Bu sonuç üstün yeteneklilerde mükemmeliyetçiliğin bir özellik olduğu görüşünü desteklemiştir. Diğer araştırmalarla tutarlı olarak (PARKER-ADKINS, 1995, s.305; HAMACHEK, 1978, s.30; ADDERHOLT-ELLIOT, 1989, s.20) erteleme davranışı üstün yetenekli çocuklarda

mükemmeliyetçilikle ilgili bir problem olarak bulunmuştur. Çalışma yapmayı tanımlamada mükemmeliyetçiliğin çok boyutluluğunu ortaya koymaktadır. Mükemmeliyetçiliğin boyutları olarak tanımlanan altı faktörü desteklemiştir. Düzen ihtiyacı (ADDERHOLT-ELLIOT, 1989, s.20), diğerlerinden onay alma ihtiyacı (WOBB, 1995, s.76), obsesif-kompulsif davranışlar (HAMACHEK, 1978, s.30), anksiyete ve aşırı kaygı (HAMACHEK, 1978, s.30), kararsızlık (HAMACHEK, 1978, s.30; ADDERHOLT-ELLIOT, 1989, s.30) ve erteleme (ADDERHOLT-ELLIOT, 1989, s.20).

Yapılan araştırmalarda cinsiyet ve doğum sırası değişkenleri açısından da bazı farklılıklar bulunmuştur. Baker (1996) akademik olarak üstün yetenekli ergenlerin stresörleri üzerinde yaptığı çalışmasında dokuzuncu sınıftaki üstün yetenekli kızların üstün yetenekli erkeklerden daha yüksek düzeyde mükemmeliyetçi olduklarını bildirmiştir. Bu stresörler akademik başarı, diğerlerinden farklı hissetme, sıkıntı, hassasiyet, çok potansiyellilik, androjenlik, yarışmacı olma, kelime seçimi ve mükemmeliyetçilik olarak bulunmuştur (BAKER, 1996, s.362).

Bellony (1993) özellikle üstün yetenekli ergenler üzerine odaklanmamasına rağmen, benzer şekilde dokuzuncu sınıf bayanlarda mükemmeliyetçiliğin daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Parker (1997, 1998) en küçük çocukların mükemmeliyetçi olmama ve uyumsuz mükemmeliyetçi olma olasılıkları daha azken, ilk ve tek çocukların sağlıklı mükemmeliyetçi olma olasılığına sahip olduklarını bulmuştur. Schuler (1997) ilk doğan çocukların üstün yetenekli ve sağlıklı mükemmeliyetçiler olarak tanımlanmalarının daha çok mümkün olduğunu belirtmektedir. Siegle ve Schuler (2000), üstün yetenekli kızların üstün yetenekli erkeklerden daha fazla düzen ile ilgili olduklarını bulmuşlardır. Erkeklerin kızlardan daha yüksek ailesel beklentilere sahip oldukları belirtilmektedir. Çalışmada ilk doğan ergenler ailesel eleştiri ve beklentilerin en yüksek seviyelerini ve en küçük ergenlerin bu alanlarda en düşük seviyelerini gösterdiklerini ortaya koymuştur.

Ablard ve Parker (1997) üstün yetenekli çocukların ailelerini çocuklarına en üst test puanlarına ulaşmaları için ısrar eden ve hatalara karşı eleştirel yaklaşan aileler olarak tanımlanmışlardır. Aşırıya kaçmadan yüksek başarı için aile desteğinin çocukların gerçekçi olmayan beklentilerinin performans anksiyetesini güçlendirdiği ve baskı oluşturduğu



başarılarını kolaylaştırdığına ilişkin bulgular varken, aileleri ile ilgili bilgiler de bulunmaktadır.

## **226. Mükemmeliyetçilik ve Sınav Kaygısı, Benlik Saygısı, Kontrol Odağı, Öz-Yeterlilik ve Problem Çözme Becerileri İlişkileri**

### **2260. Mükemmeliyetçilik ve Sınav Kaygısı**

Eğitim sürecinde önemli diğerleri ile sosyal karşılaştırma süreci öğrencilerin yetenek algılamalarına karar vermelerini belirlediği gibi akademik benlik kavramlarını, sınav kaygılarını ve yeterli performanslarını da belirlemektedir (SCHWARZER-LANGE, 1983, s.99). Öğrencinin kişisel faktörlerle ilgili günlük öğrenme çevresi ve sosyal çevresi değerlendirici kaygının gelişimini oluşturabilir. Bu nedenle üstün yetenekli öğrenciler kendilerine akademik istekler ve baskılar yüklendiğine ya da bu talepleri endişe verici olarak algılama eğiliminde olan bilişsel kaynakların onları tükettiğine inanırlar ve negatif duygu ile tepki verirler (LAZARUS-FOLKMAN, 1984, s.102).

Bazı koşullar ve kültürel yapılarda özel sınıflar ya da özel okullarda eğitim gören üstün yetenekli çocuklar sınıf atmosferini normal sınıflarda eğitim gören üstün yetenekli öğrencilerden daha yarışmacı, baskıcı ve talepkar olarak algılayabilirler (ZEIDNER-SCHLEYER, 1999, s.690). Ayrıca, öğrencinin sınıfı sosyal karşılaştırma süreci için en mükemmel referans grubu olarak sunulduğu için sınıf normlarının altında derece alan öğrenciler özellikle değerlendirici durumlara artan endişe ve korku gibi sosyal değerlendirme durumları algılayacaklardır (SCHWARZER, 1984, s.210; SCHWARZER-LANGE, 1983, s.102). Zıt olarak sınıf normlarının üstünde başarı elde eden öğrencilerin – normal sınıflarda üstün yeteneklilerin arasında genel olarak görülen bir durum- kendilerini oldukça yeterli görmeleri beklenir ve böylece korkudan ziyade mücadele için akademik istekleri değerlendirmeleri olasıdır (ZEIDNER-SCHLEYER, 1999, s.700).

Zeidner ve Schleyer (1999) özel sınıflarda okuyan üstün yetenekli öğrencilerin daha düşük akademik benlik kavramı, daha yüksek değerlendirme kaygısı yaşadıklarını ve üstün yeteneklilik statülerini daha az memnuniyet verici olarak algıladıklarını bulmuşlardır. Özel sınıflardaki üstün yetenekli çocukların arasında gözlenen sınav kaygısı düzeyini başarısızlık korkusu, ününü kaybetme korkusu, yüksek notlar alma için üstün yetenekli akranları arasında şiddetli yarışma, kendi oluşturduğu ya da diğerlerinin düzenlediği

akademik amaçlara ulaşmanın belirsizliği, çok yüksek, sert standartlar ve öğretmen ve akranların yüksek performans beklentileri gibi faktörlerle açıklanabileceğini belirtmişlerdir. Eğitim programlarının bir fonksiyonu olarak üstün yetenekli öğrencilerde gözlenen sınav kaygısındaki farklılıklara rağmen, düzenli sınıflarda üstün yetenekli olmayan akranlarıyla karşılaştırıldıklarında daha düşük sınav kaygısı ve onun psikolojik belirtilerini yaşadıkları söylenebilir.

Zeidner ve Schleyer (1998)'nin akademik benlik kavramı, sınav kaygısı ve okul puanları ile ilgili olarak normal bir grupta bulunan üstün yeteneklilerle, üstün yetenekliler grubunda bulunan üstün yeteneklileri karşılaştırdıkları araştırmanın sonuçları normal sınıflardaki üstün yetenekli öğrencilerin daha yüksek akademik benlik kavramı, daha düşük mükemmeliyetçilik beklentileri ve daha yüksek okul puanlarının olduğunu belirlemişlerdir. Bu sonuçlar eğitim programının akademik benlik kavramı, sınav kaygısının bilişsel ve duyuşsal unsurları ve okul puanları ile direkt olarak ilişkili olduğunu göstermiştir.

Alpert ve Haber (1990) sınav kaygısının bazı insanlar için negatif, zorlaştırıcı bir etkisi olabilirken, bazıları için performans üzerinde pozitif, kolaylaştırıcı bir etkiye sahip olabildiğini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda kendine yönelik ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik performans anksiyetesi ile ilişkili bulunmuştur. Yüksek düzeyde kişisel ve sosyal standartlar zayıflatıcı ve somatik anksiyete ile ilişkili bulunmuştur. Bunun yanı sıra düşük kontrol duygusu anksiyete ile ilişkili olduğu belirlenmiştir. Mükemmeliyetçilik ve düşük kontrol duygusunun yüksek düzeyde zayıflatıcı anksiyeteyi oluşturduğu bulunmuştur (MOR ve diğ., 1995, s. 210).

Düşük amaç memnuniyeti kendine yönelik, sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ve düşük kişisel kontrol ile önemli düzeyde ilişkili bulunmuştur. Azalan kişisel kontrol duygusu ile kendine yönelik mükemmeliyetçiler özellikle performans anksiyetesi ve amaç memnuniyeti gibi problemlere yatkın olmaktadır ( HEWITT-FLETT, 1993, s.60).

Aysan ve arkadaşları (2001) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin önemli sınav öncesi ve sonrasında sınav kaygıları, başa çıkma becerileri ve algılanan sağlık durumuna ilişkin ölçümler yapılmıştır. Yüksek sınav anksiyetesine sahip öğrencilerin etkisiz başa çıkma becerilerini kullandıkları ve sağlıkları ile ilgili zayıf algılamalara sahip oldukları bulunmuştur. 7., 8. ve 9. sınıflar 10., 11. ve 12. sınıflara göre daha yüksek sınav kaygısı



göstermişler ve sınav öncesinde daha az etkili başa çıkma mekanizmaları kullanmışlardır. Sınav sonrasında algılanan sağlık durumu üzerinde her iki yaş grubu için ilerlemeler görülmüştür, fakat sınav anksiyetesinin ölçümleri üzerinde genç öğrencilerin puanları 10., 11. ve 12. sınıf öğrencilerinden daha yüksek puanlar almışlardır.

Mükemmeliyetçilik ve istatistik anksiyetesi arasındaki ilişkiyi inceleyen Onwuegbuize ve Daley (1999)'in yaptıkları araştırmanın bulguları önemli diğerleri için gerçekçi olmayan beklentiler taşıyan (diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiler) ve önemli diğerleri tarafından yüklenildiğine inanılan standartlar ve beklentileri karşılama ihtiyacı duyan (sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiler) üniversite öğrencilerinin sunum, sınav ve sınıf anksiyetesi ile ilgili istatistik anksiyetesinin yüksek seviyelerini gösterme eğiliminde olduklarını göstermiştir.

Mükemmeliyetçilik ile ilgili çalışan araştırmacılar mükemmeliyetçi bireylerin performansın niteliği ile ilgili şüphe duygusunu vurgulamışlardır (BURNS, 1980, s.34; HAMACHEK, 1978, s.30). Mükemmeliyetçiliğin erteleme ile ilişkisinin bulunduğu Frost ve arkadaşları (1990)'nın çalışmasından mükemmeliyetçilerin değerlendirici görevlerden kaçındıkları sonucu desteklenmiştir.

Değerlendirici bir yazma görevine bilişsel, duygusal ve davranışçı tepkilerde mükemmeliyetçiliğin rolünü inceleyen Frost ve Marten (1990), mükemmeliyetçi olmayanlarla karşılaştırıldıklarında mükemmeliyetçilerin negatif duygu yaşadıkları ve daha zayıf yazı performansı ile ilişkili olduklarını bulmuşlardır. Burns (1980), mükemmeliyetçilik ve değerlendirici anksiyete arasındaki ilişkiyi desteklemiştir. Bu çalışmadaki bulgular duygusal tepkilere dayalı olarak mükemmeliyetçiliğin yazma endişesi ve belki de sınav kaygısı, sosyal anksiyete ve konuşma bozukluğu ile ilişkili olabileceğini yordamıştır.

Mor ve arkadaşları (1995), mükemmeliyetçilik ve kişisel kontrolün profesyonel oyuncular arasındaki azaltıcı ve kolaylaştırıcı performans anksiyetesi ile ilişkisini incelemek amacıyla Hewitt ve Flett (1991) tarafından geliştirilen 45 maddelik Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'ni 87 sanatçıya uygulamışlardır. Araştırmanın sonuçları kendine yönelik, sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ve kişisel kontrolün yüksek düzeyde zayıflatıcı performans anksiyetesi, somatik anksiyete ve düşük amaç memnuniyeti

ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Mükemmeliyetçilik ve kişisel kontrolün performans anksiyetesi ve amaç memnuniyetinin niteliği için ortak belirleyiciler olarak belirlenmiştir.

Boxtel ve Mosks (1992) üstün yeteneklilerin genel, akademik ve sosyal benlik kavramlarını incelemiştir. Araştırmanın bulguları üstün yetenekli başarılılar ve üstün yetenekli başaramayanlar arasında farklılık olduğu göstermiştir. Üstün yetenekli olup başarma düzeyi daha düşük olan öğrenciler çok düşük akademik benlik kavramı, yüksek sınav kaygısı puanları, dışsal kontrol odağı, düşük okulda iyi olma ve motivasyon puanları almışlardır.

### **2261. Mükemmeliyetçilik ve Benlik Saygısı**

Son yıllarda araştırmacıların mükemmeliyetçilik ile ilgili yaptıkları çalışmalar mükemmeliyetçiliği ölçmek için hazırlanan ölçekleri ve mükemmeliyetçilik ve duygusal-fiziksel problemler arasındaki ilişkileri ve teşhis araştırmalarını içermektedir. Mükemmeliyetçiliğin düşük benlik saygısı ile ilişkili olduğu ve mükemmeliyetçiliğin patolojik bir durum olduğunu belirten bulgular önceki teorik bilgilerle tutarlıdır (ASHBY-RICE, 2002, s. 200). Örneğin, Horney (1950) mükemmeliyetçileri nevrotik olarak imkansız ideal amaç için kendilerini şekillendirmeye çalışan ve düşük benlik saygısına sahip bireyler olarak tanımlamıştır. Missildine (1963) kendinden memnuniyetsizlik ve düşük benlik saygısının mükemmeliyetçiliğin anahtar unsurları olduğunu belirtmiştir. Hollender (1965) mükemmeliyetçilerin ailelerinin onayını kazanmak için başarılarına ve mükemmel davranışlarına devam etme ile motive olduklarını tanımlamıştır. Burns (1980) gerçekçi olmayan ve imkansız mükemmellik amaçlarına doğru kompulsif çaba gösteren mükemmeliyetçileri ‘sadece azalan üretkenlik değil aynı zamanda bozulmuş sağlık, kötü kişilerarası ilişkiler ve düşük benlik saygısı’bedellerini ödeme üzerine temellendirmiştir (s.34). Pacht (1984) sevilebilir olma amacıyla mükemmeliyetçilerin gerçekçi olmayan yüksek amaçlar oluşturduklarını desteklemiştir. Bu amaçlar ulaşılmazdır ve kendilerini başarısız ve seilmeyen olarak görmeleri ile sonuçlanır. Pacht ‘psikopatolojinin bir çeşidi olarak tanımlandığında mükemmeliyetçiliğin sinsi doğası tanımlamasına yol gösterdiğini’belirtmiştir. Sorotzkin (1985) mükemmeliyetçi için ‘mükemmeliyetçi amaçtan sapmanın kendini eleştirme ve düşük benlik saygısına eşlik etme olasılığını’bildirmiştir .

Mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı ile ilgili yapılmış araştırmalar bu ilişkiyi daha çok mükemmeliyetçiliğin uyumlu ve uyumsuz özellikleri ya da boyutları açısından ele

almışlardır. Ashby ve Rice (1999) uyumlu olmayan mükemmeliyetçiliğin düşük benlik saygısı, uyumlu mükemmeliyetçiliğin yüksek benlik saygısı ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Rice ve Dellwo (2002)'nin mükemmeliyetçilik ve benlik gelişimini inceledikleri araştırma sonuçlarında uyumsuz mükemmeliyetçiler diğer gruplarla karşılaştırıldığında daha kötü duygusal, akademik ve sosyal iyi olma bildirmişlerdir. Zıt olarak uyumlu mükemmeliyetçiler mükemmeliyetçi olmayanlarla karşılaştırıldıklarında daha çok depresyon bildirmelerine rağmen benlik saygısı, akademik bütünleşme ve sosyal bütünleşme göstermişlerdir. Her iki mükemmeliyetçilik grubunun mükemmeliyetçi olmayanlardan daha fazla diğerlerinden hayranlık beklentisi ve ihtiyacı duydukları görülmektedir. Araştırmanın bulguları düşük benlik saygısı, depresyon ve düşük düzeydeki okul bütünlüğünün uyumsuz eğilimlerden, daha iyi bir tanımlamanın ise uyumlu eğilimlerden meydana gelebileceğini göstermiştir.

Ashby ve arkadaşları (1998) mükemmeliyetçiliğin uyumlu ve uyumsuz boyutları ile benlik saygısı ve depresyon arasındaki incelemiştir. Sonuçlar mükemmeliyetçiliğin iki boyutu olduğunu desteklemiştir. Uyumu bozucu mükemmeliyetçilik düşük benlik saygısı ve yüksek düzeyde depresyonla ilişkilendirilmiştir. Sonuçlar benlik saygısının uyumsuz mükemmeliyetçiliğin önemli bir hafifleticisi olduğunu göstermiştir. Uyumsuz mükemmeliyetçiler sadece kronik yetersizlik duyguları ve düşük benlik değeri yaşadıklarında depresif olabilmektedirler. Ashby ve Rice (1999) ve Rice ve Dellwo (2002)'nin bulgularına zıt olarak uyumlu mükemmeliyetçiler ise benlik saygısı ile ilişkili bulunmamıştır.

Ashby ve Rice (2002)'in mükemmeliyetçiliğin adaptifliğini incelemek ve özellikle mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yaptıkları çalışmanın bulguları mükemmeliyetçiliğin uyumlu ve uyumsuz boyutlarını araştıran diğer araştırmacıların (FROST ve diğ., 1993, s.120; RICE ve diğ., 1998, s.310; SLANEY ve diğ., 1995, s.290) bulgularını yinelemiş ve genişletmiştir. Sonuçlar Hamachek (1978)'in mükemmeliyetçiliğin 'normal' ve 'nevrotik' ayrımını desteklemiştir. Bireyin performansı ile ilgili zıtlık kaygıları ve kendini eleştirme mükemmeliyetçiliğin uyumsuz boyutları olarak bulunmuştur. APS-R'nin zıtlık alt ölçeği ve Fonksiyonel Olmayan Davranışlar Ölçeği'nin mükemmeliyetçilik alt ölçeği benlik saygısının negatif yordayıcıları olarak, APS-R'nin

standartlar alt ölçeğinin pozitif bir yordayıcı olduğu bulunmuştur. Düzen alt ölçeği ise benlik saygısı ile ilişkisizdir. Sonuçlar standartlar ve benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Yüksek kişisel standartlar taşıma mükemmeliyetçiliğinin benlik saygısı ile ilişkisinde uyumlu olduğu görülmüştür.

Mükemmeliyetçilikle ilgili yapılan çeşitli araştırmalarda benlik saygısının psikolojik semptomlar üzerindeki hafifletici rolü incelenmiştir. Vohs ve arkadaşları (1999) mükemmeliyetçilik, algılanan ağırlık durumu ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi 342 bulimik semptomlar gösteren üniversite öğrencisi üzerinde incelemiştir. Bulimik semptomlarda mükemmeliyetçiliğinin rolünü tanımlamak amacıyla yapılan araştırmanın sonuçları benlik saygısının mükemmeliyetçilik, algılanan ağırlık durumu ve bulimik semptomlar arasındaki ilişkilerde azaltıcı bir değişken olduğunu göstermiştir. Yüksek düzeyde mükemmeliyetçi ve kendilerin aşırı kilolu düşünen bayanlar düşük benlik saygısına sahiplerse bulimik semptomlar göstermektedirler. Yüksek benlik saygısına sahip bayanların bulimik semptomlar gösterme olasılıklarının daha az olduğu bulunmuştur. Araştırmanın bulguları bulimik semptomlarda mükemmeliyetçiliğinin rolünü tanımlamıştır. Düşük benlik saygısına sahip bireyler için yüksek düzeyde mükemmeliyetçilik ve kendini aşırı kilolu görmenin birleşimi ciddi bulimik semptomları oluşturabilmektedir. Aşırı kilolu olduklarını düşünen düşük benlik saygısına sahip bayanlar arasında mükemmeliyetçi davranışlar çok ciddi bulimik semptomlarla ilişkili bulunmuştur.

Stumpf ve Parker (2000) mükemmeliyetçilik ve diğer kişilik yapılarının ilişkilerini inceledikleri çalışmalarında sağlıklı ve sağlıksız olmak üzere mükemmeliyetçilik yapısının iki boyutunu ortaya koymuşlardır. Sağlıklı mükemmeliyetçilik sorumluluk; sağlıksız mükemmeliyetçilik düşük benlik saygısıyla ilişkili bulunmuştur.

Hoge ve Renzulli (1993)'nin üstün yeteneklilik ve benlik kavramı arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmalarında üstün yetenekli olmayan çocukların üstün yetenekli çocuklardan akademik benlik kavramıyla ilgili daha düşük benlik kavramı puanları aldıkları görülmüştür.

Enright ve Ruzicko (1989) üstün yetenekli çocukların benlik saygıları ve ailesel davranışları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Üstün yetenekli çocukların benlik saygısı ve ailesel davranışları algılamaları arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmanın bulguları, fiziksel cezalandırma, beklentilerin tutarsızlığı, disiplin ve destek değişkenleri ve izinden yoksun

olma değişkeni ile toplam benlik saygısı arasında önemli ilişkiler olduğunu göstermiştir. Benlik saygısı ile ilgili bu konuların ailesel olmaktan ziyade anneyle ilgili değişkenler ve boyutlar olduğu görülmüştür.

### **2262. Mükemmeliyetçilik ve Kontrol Odağı**

Flett ve Hewitt (1998) mükemmeliyetçilik ve negatif-pozitif sonuçlar için yükleme eğilimleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın bulguları kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin içsel yükleme biçimi ile ilişkili olduğunu desteklemiştir. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve yükleme arasındaki ilişkinin karmaşık olduğu ve yüklenen durumun çeşidi ve değeri kadar bireysel özelliklere (kız ve erkek) de bağlı olduğu görülmüştür. Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilerin dışsal yükleme yapma eğilimi (şans ve durumsal/yapısal çevre gibi) hem pozitif hem de negatif sonuçlarda olabilmektedir. Bulgular aynı zamanda mükemmeliyetçiliğin sosyal düzene yönelik formunda, kontrol edici geri bildirim başarıya ulaşan bireyler tarafından yapılan yüklemeler üzerinde negatif bir etkiye sahip olabileceğini desteklemiştir. Yüksek düzeyde sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçi bireylerin başarılarına genellikle yüklemelerin eşlik ettiği, çok az mutluluk ve gurur duygularını yaşama fırsatına sahip oldukları da diğer bir bulgudur.

Mükemmeliyetçilik boyutları ve negatif-pozitif sonuçlar için yükleme eğilimleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmanın bulguları sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliğin dışsal nedenlerle sonuçlara genel bir yükleme yapma eğilimiyle ilişkili olduğunu göstermiştir. Daha önce yapılmış araştırmalar da sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliğin dışsal kontrol odağı, kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin içsel kontrol odağı ile ilişkili olduğunu göstermiştir (FLETT ve diğ., 1995, s.169; FLETT ve diğ., 1991, s.65; HEWITT-FLETT, 1991b, s.463).

Chang ve Sanna (2001), mükemmeliyetçilik, negatif yükleme biçimi ve depresif semptomlar arasındaki ilişkiyi 222 üniversite öğrencisi üzerinde incelemişlerdir. Araştırmanın sonuçları mükemmeliyetçilik boyutlarının (HEWITT-FLETT, 1991b, s.463) depresif semptomları yordadığını ve negatif yükleme biçiminin artan değişkenliğe katkı sağladığını göstermiştir. Mükemmeliyetçiliğin negatif yükleme biçimiyle ilişkili olduğu bulunmuştur. Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik depresif semptomlarla negatif olarak ilişkili bulunmuştur. Araştırmanın bulguları mükemmeliyetçi danışanlarla çalışan

danışmanlar için sadece mükemmeliyetçi eğilimleri hafifletici aktiviteler değil, aynı zamanda danışanın negatif yüklemesini azaltıcı teknikleri de düşünmesinin önemli olduğunu göstermiştir.

Karnes ve D'Ilo (1991) üstün yetenekli çocukların kontrol odaklarını araştırmışlardır. Araştırmanın bulguları yaşı büyük olanların ve kız öğrencilerin daha çok içsel kontrol odağına sahip olma eğiliminde olduklarını göstermiştir.

Suddarth ve Slaney (2001) araştırmalarında APS-R ölçeğinin yüksek standartlar alt ölçeği Frost'un kişisel standartlar alt ölçeği ve Hewitt ve Flett(1991)'in kendine yönelik mükemmeliyetçilik alt ölçeği ile ilişkili bulunmuşlardır. Frost (1990)'un düzen ve APS-R'nin temizlik alt ölçekleri ilişkili bulunmuştur. Zıtlık alt ölçeği, Frost'un hatalara aşırı dikkat ve davranışlardan şüphe alt ölçekleri ve FMPS'nin sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik alt ölçekleri ile ilişkili bulunmuştur.

Araştırmanın bulguları APS-R'nin ikinci ya da uyumlu faktörünün Rotter (1996)'ın ölçeğinin dışsal boyutu ile negatif ilişkiye sahip olduğunu, zıt olarak dışsallık ve uyumsuz faktör arasındaki ilişkinin pozitif olduğunu göstermiştir. Araştırmalarında APS-R'yi kullanan Perisemy ve arkadaşları (1990) uyumlu mükemmeliyetçilerin uyumsuz mükemmeliyetçilerden daha yüksek içsel kontrol odağına sahip olduklarını bulmuşlardır.

### **2263. Mükemmeliyetçilik ve Öz-Yeterlilik**

Öz-yeterlilik inançları bireyin bilişsel, motivasyonel, duygusal ve karar verme sürecinde bireyin fonksiyonlarını düzenler (BANDURA-LOCKE, 2003, s.90). Yeterlilik inançları bilişsel, duygusal ve motivasyonel müdahale sürecine etkileri ile performansı artırabilir ya da azaltabilir. Yüksek öz-yeterliliğe sahip bireyler performans için pozitif alternatifler sağlayan başarı senaryolarını gözlerinde canlandırırlar ve potansiyel problemleri için en iyi çözüm yollarını belirlerler. Kendilerini yetersiz olarak algılayan bireyler ise başarısızlık senaryolarını canlandırma eğilimindedirler ve bir şeylerin nasıl yanlış gideceğini düşünürler (BANDURA, 1989, s.730). Yüksek öz-yeterlilik duygusu etkili davranışların bilişsel yapılarını güçlendirmektedir (BANDURA, 1989, s.731).

Literatürde öz yeterlilik duyguları uyumlu mükemmeliyetçilerin bir özelliği olarak görülmektedir. Ashby ve Rice (2002) uyumlu mükemmeliyetçilerin uyumsuz ya da



mükemmeliyetçi olmayanlardan daha yüksek öz-yeterlilik puanlarına sahip olduklarını bulmuşlardır.

Uyumlu mükemmeliyetçilerin akademik performans için yüksek standartlar oluşturdukları ve yüksek seviyelerde genel ve sosyal öz-yeterliliğe sahip oldukları görülmüştür. Bununla birlikte standartları ve performansları arasındaki zıtlığa daha az ilgilidirler (LOCICERO-ASHBY, 2000, s.183). Uyumlu mükemmeliyetçilerin yüksek düzeyde sorumluluk sahibi oldukları bilinmektedir, fakat uyumlu mükemmeliyetçiler kendilerini daha çok dışadönük ve uzlaşılabilir olma gibi pozitif terimlerle tanımlamaktadırlar (PARKER, 1997, s.555).

Uyumsuz mükemmeliyetçiler ise standartları ve performansları arasındaki zıtlıklarla ilgili olma (LOCICERO-ASHBY, 2000, s.183); düşük benlik saygısına sahip olma (RICE ve diğ., 1998, s.310); düşük öz-yeterlilik algılama (LOCICERO-ASHBY, 2000, s.183); daha erteleyici ve depresif olma (SADDLER VE BUCKLAND, 1995, s.489) ve yüksek seviyelerde stres yaşamalarına rağmen resmi kaynaklardan yardım almama (EY ve diğ., 2000, s.28) eğilimlerindedirler.

Dunkley ve arkadaşları (2000) stres semptomları ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide karmaşalar, başa çıkma ve algılanan sosyal desteğin rollerini inceledikleri araştırmalarında kendini değerlendirici mükemmeliyetçiliğin diğerlerinin memnuniyeti veya stresli durumlarda başa çıkma becerilerinin eksikliği ile ilgili düşük öz-yeterlilik algılamalarına sahip olabildiklerini bulmuşlardır.

#### **2264. Mükemmeliyetçilik ve Problem Çözme Becerileri**

Problem çözme becerileri amaç yönelimli dört basamaktan oluşmaktadır: (a) problemin tanımı ve formülasyonu (b) alternatif çözümler oluşturma (c) karar verme ve (d) çözümü yürütme ve doğrulama (çözüm sonucunun değerlendirilmesi ve gözlenmesi) (D'ZURILLA-NEZU, 1990, s.159). D'Zurilla ve Nezu (1990)'nun modeline göre bu beceriler özel bir problemin etkili bir şekilde çözümlenmesini gerektirir. Her beceri basamağının etkili ve uyumlu çözümlenmeyi keşfetmeye önemli ve farklı katkıları bulunmaktadır. Problemin tanımlanması ve formülasyonunun amacı, problem hakkında uygun ve gerçek bilgi almak, problemin doğasını açıklamak ve gerçekçi problem amaçlarını belirlemektir. Alternatif çözümler oluşturmanın amacı, olası bir çok çözüm

alternatiflerini tanımlama, ortaya çıkarma ya da oluşturma ile onlar arasında olabilecek en iyi çözüm ya da çözümleri seçme olasılığını en üst düzeye çıkarmadır. Karar vermede amaç, objektif karar verme, farklı alternatifleri karşılaştırma ve gerçek problem durumunu yerine getirme için en iyi çözümü seçmedir. Dördüncü beceri basamağı olan çözümü yerine getirme ve doğrulamanın amacı, kendini gözleme ve yerine getirilen çözümden sonra gerçek sonucu değerlendirmedir (D'ZURILLA-NEZU, 1990, s.160).

Chang (2002), mükemmeliyetçilik, sosyal problem çözme ve psikolojik uyum arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla Frost ve arkadaşları (1990)'nın geliştirdikleri Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Multidimensional Perfectionism Scale)'ni 371 üniversite öğrencisine uygulamıştır. Araştırmanın bulguları mükemmeliyetçilik ve sosyal problem çözmenin ilişkili olduğunu göstermiştir. Mükemmeliyetçilik ve problem çözme becerileri psikolojik uyumsuzluğa katkı sağlayıcı yordayıcılar olarak bulunmuşlardır. Düşük düzeyde sosyal problem çözme becerilerinde mükemmeliyetçilik ve depresif semptomlar arasında ve mükemmeliyetçilik ve intihar düşüncesi arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Diğer yandan problem çözme becerisi artan uyumsuzluk (özellikle intihar düşüncesi) üzerinde mükemmeliyetçiliğin negatif etkisini önlemektedir. Araştırmanın bulguları düşük sosyal problem çözme becerilerine sahip bireylerde mükemmeliyetçiliğin intihar düşüncesi ve depresif semptomların önemli bir unsuru olduğunu göstermiştir.

Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik kaçınmacı başa çıkma (avoidant coping) ve zararlı problem çözme becerileri (deleterious problem solving orientation) ile ilişkili bulunmuştur (HEWITT-FLETT, 1991b, s.99). Ayrıca , düşük düzeyde beceriklilik (resourcefulness) algılama ve düşük öz-yeterliliğin sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ve depresif semptomlar arasındaki ilişkinin hafifleticileri olduğu gösterilmiştir (FLETT ve diğerleri, 1991, s.65). DUNKLEY ve arkadaşları (2000) ise sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliği düşük problem çözme becerileri ile ilişkilendirmişlerdir.

Mükemmeliyetçilik, ilişki inançları ve çiftler arasındaki uyum arasındaki ilişkiyi inceleyen Flett ve arkadaşları (2001) sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçiliğin ilişkinin içerisindeki problem çözme durumlarında terk etme ve önemsememe yıkıcı tepkileri gibi birçok uyumu bozucu tepki verme eğilimleri ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Veriler diğerlerini memnun etmenin imkansız olacağını algılama eğiliminin genel problemlerle

başaçıkma da negatif bir faktör olduğu gibi kişiler arası problem çözme sürecinde oldukça zararlı bir faktör olduğunu desteklemiştir. Sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik kişiler arası ilişkilerde bir kişilik özelliği olarak görüldüğü için (HEWITT-FLETT, 1991b, s.99) yüksek düzeyde sosyal mükemmeliyetçi bireylerin romantik partnerlere ek olarak önemli diğerleri ile farklı durumlarda yıkıcı tepkiler göstermeleri mümkündür.

Kronik öfke duygusu (HEWITT-FLETT, 1991b, s.99) mükemmeliyetçilerin ilişkileri üzerinde negatif bir etkiye sahip olabilen çok hakim duygulardan biridir. Başaçıkma ve problem çözme ile ilgili araştırmalar sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilerin kaçınma ve düşük problem çözme yeterliliğini içeren işlevsel olmayan başaçıkma biçimine sahip olduklarını göstermiştir (HEWITT, FLETT-EDIGER, 1996, s.279).

### **227. Mükemmeliyetçilik ve Terapötik Uyum**

Yüksek düzeyde mükemmeliyetçilik ve kendini eleştiren bireylerin erken yaşam deneyimleri hakkındaki araştırma bulguları tedavide başlıca görevlerden birisinin aşırı derecede yüksek standartlara sahip sert, yargılayıcı ailesel figürler ile özdeşim boyutlarını bırakmasını mümkün kılmak olduğunu desteklemiştir (BLATT,1995, s.1010). Yüksek düzeyde mükemmeliyetçi aileler terapistlerini yüksek düzeyde ılımlı ve destekleyici olarak algıladıklarında bile kısa süreli depresyon tedavisinde daha az terapötik kazanca sahip olmaktadır. Araştırmada mükemmeliyetçilik terapötik ilişkiyi zorlaştırıcı bir unsur olarak bulunmuştur. Buna paralel olarak mükemmeliyetçi hastaların terapötik süreçten yararlanma olasılıkları da düşük olmaktadır. Bu bulgular yüksek düzeyde mükemmeliyetçi hastalar için uzun dönemli, yoğun, psikodinamik oryanteli terapilerin uygun olabileceğini göstermiştir.

Zuroff ve arkadaşları (2000) depresyonunun kısa süreli tedavisinde terapötik uyum ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonuçları mükemmeliyetçiliğin hasta uyumundaki artışı azaltma görevini gördüğünü göstermiştir. Sonuçlar mükemmeliyetçiliğin ilişkiyi artırma ve tedavinin başlangıcındaki hasta uyumu faktörüyle ilişkisiz olduğunu göstermiştir. Mükemmeliyetçilik özellikle devam eden terapi boyunca uyum için yardımlarını artırmada hastaların başarısızlıklarıyla ilişkili bulunmuştur. Bu bulgular mükemmeliyetçi hastalarla çalışan terapistlerin tedavi süresince özellikle kısa süreli tedavinin son yarısında uyum konularında dikkatli olmaları gerektiğini göstermiştir.

Benzer şekilde Blatt ve arkadaşları (1998) depresyonun kısa süreli (16 hafta) tedavisinde mükemmeliyetçiliğin etkisini incelemişlerdir. Bulgular tedavi öncesi mükemmeliyetçiliğin dört tedavi koşulu karşısında terapötik değişimi engellediğini göstermiştir. Mükemmeliyetçi hastalar terapistle hayal kırıklığı yaşayabilir ve terapötik değişimin düzeyini yetersiz olarak değerlendirebilirler. Tedavi sürecinde oluşturdukları yüksek beklentileri karşılama yetersiz olduklarını hissederler. Terapistler, bağımsız klinik değerlendiriciler ve hastalar tarafından terapötik sonuç üzerinde mükemmeliyetçiliğin etkisinin incelendiği araştırmanın sonuçları tedavi üzerinde mükemmeliyetçiliğin negatif etkisinin sadece hastaların değil terapist ve serbest klinik değerlendiriciler tarafından da bildirildiğini göstermiştir. Önemli tedavi bulgularının elde edildiği araştırmanın sonuçları sadece tedavi süresince değil aynı zamanda tedavinin sonucu üzerinde de mükemmeliyetçiliğin negatif etkisini göstermiştir.

Ferguson ve Rodway (1994) bilişsel-davranışçı tedavinin mükemmeliyetçilik tutumları üzerindeki etkililiğini incelemişlerdir. Yapılan araştırmanın bulguları bilişsel davranışçı tedavinin mükemmeliyetçi uygulamada etkili bir sosyal çalışma müdahalesi olduğunu göstermiştir. Çalışmanın sonuçları mükemmeliyetçiliğin kendini eleştirme problemleri, geri bildirim üstesinden gelme, erteleme problemleri, ev ödevi zorluğu ve gerçekçi olmayan amaç oluşturma ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Mükemmeliyetçilikle ilişkili bulunan kendini eleştirmenin düşük benlik saygısı ve depresyona yol gösterdiği desteklenmiştir. Çalışmada gerçekçi olmayan amaçlar oluşturma mükemmeliyetçiliğin uzun dönemli, en geniş boyutu ve en yıkıcı özelliği olduğu görülmüştür.

Oliver ve arkadaşları (2001) üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçilik ve danışma beklentileri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın bulguları, mükemmeliyetçilik boyutlarının önemli düzeyde beklenti tutumlarıyla ilişkili olduğunu, sağlıklı mükemmeliyetçiliğin pozitif danışma beklentileri ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Sağlıksız mükemmeliyetçilik ise danışmaya ilişkin negatif beklentilerle ilişkili bulunmuş ve bu beklentilerin öğrencileri yardım arama ile ilgili olarak cesaretsiz kıldığını desteklemiştir.

Rice ve Dellwo (2002)'nin mükemmeliyetçilik ve benlik gelişimini inceledikleri araştırmanın uygulama boyutu ile ilgili bulguları ise uygulayıcıların mükemmeliyetçi

niteliklerin değerlendirmesi gerektiğini ve terapötik süreçte bu uyumlu nitelikleri kullanabileceklerini göstermiştir.



## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### 3. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Bu araştırma Nedensel Karşılaştırma (Causal Comparative) ve Korelasyonel yöntemle dayalı bir çalışmadır. Nedensel Karşılaştırma yöntemi (Causal-Comperative Method) bir deneysel araştırma yapma öncesi veya deneysel çalışma yerine değişkenler arası ilişkileri araştıran bir yöntemdir. Ayrıca nedensel karşılaştırma yöntemi kritik bir değişken dışında karşılaştırılma özelliği taşıyan örneklemelerin karşılaştırılmasında kullanılabilir. Davranış Bilimlerinde birçok araştırmanın deneysel ortama uygunluk teşkil etmemesi, nedensel karşılaştırma yönteminin kullanımını gerekli kılmaktadır (BORG - GALL,1989, s.201).

Korelasyonel yöntemde ise değişkenler arası göreceli değişkenlik araştırılır. Korelasyonel çalışmalar tek başına nedensellik bilgisi sunamaz ve sonuçlar neden-sonuç kapsamında yorumlanamaz (BORG - GALL,1989, s.201).

#### 30. Araştırma Grubu

Araştırma grubu Erzincan, Kayseri, Ordu, Samsun, Trabzon ve Zonguldak Fen liseleri ikinci ve üçüncü sınıflarından tesadüfi olarak seçilen 489 öğrenciden oluşmaktadır.162 kız ve 327 erkek öğrenciden oluşan örneklem grubunun yaş ortalaması ise 17.01'dir. Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özellikleri ile ilgili bilgiler Tablo'1 de verilmiştir.



Tablo : 1

## Araştırma Grubunun Sosyo-Demografik Özellikleri

DEĞİŞKEN	N	%
<b>CİN</b>		
Kız	162	33.1
Erkek	327	66.9
<b>AEĞT</b>		
İlköğretim ve Altı	188	38.4
Ortaöğretim	146	29.9
Üniversite ve üzeri	155	31.6
<b>BEĞT</b>		
İlköğretim ve Altı	78	16.0
Ortaöğretim	123	25.2
Üniversite ve üzeri	288	58.9
<b>KSAYISI</b>		
1kardeş	31	6.3
2kardeş	223	45.6
3kardeş	145	29.7
4kardeş	50	10.2
5kardeş	22	4.5
6 ve üstü	18	3.6
<b>KSIRASI</b>		
1	238	48.7
2	151	30.9
3	54	11.0
4	21	4.3
5	12	2.5
6 ve altı	13	2.6
<b>EBEVEYN TUTUMU</b>		
Baskıcı	17	3.5
Kaygılı	34	7.0
İlgili	251	51.3
Koruyucu	31	6.3
Demokratik	60	12.3
Serbest	50	10.2
Talepkar	42	8.6
İlgisiz	4	.8

## 31. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veriler altı ölçme aracı ile toplanmıştır. Bunlardan birincisi araştırmacı tarafından hazırlanan örneklem grubu ile ilgili demografik verilerle ilgili sorulardan oluşan bilgi formudur. Kullanılan diğer veri toplama araçları ise Sınav Kaygısı Envanteri, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Rotter Kontrol Odağı Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nin Benlik Saygısı alt ölçeği ve Problem Çözme Becerileri Envanteri'dir.

### 310. Bilgi Toplama Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi formu demografik değişkenlerin belirlenmesinde kullanılmıştır. Bu formda araştırmaya katılan öğrencilerin yaş, cinsiyet, okul, alan, anne-baba eğitim durumu, anne-baba mesleği, kardeş sayısı, kardeş sırası ve ebeveyn tutumlarına ilişkin sorular bulunmaktadır.

### 311. Sınav Kaygısı Envanteri (STE)

Sınav Kaygısı Envanteri (STE)'nin Türkçe uyarlaması Öner (1983-1986) tarafından yürütölen üç çalışma ile yapılmıştır. Üç aşamada yapılan ölçek uyarlamasının ilk iki aşaması Albayrak-Kaymak (1985)'in yüksek lisans tezi olan dil eşdeğerliliği ve güvenilirliğinin araştırılmasıdır; üçüncü aşaması ise ölçeğin geçerlik çalışmasıdır (Öner, 1986). Testin orijinali Spielberger (1980) tarafından geliştirilmiştir. Geliştirilen bu testin amacı belirli duruma özgü bir kişilik boyutu olan sınav (ya da değerlendirme) kaygısını ölçmektir.

Test likert tipinde 1 – 4 arasında derecelendirmeye, 1 Hiçbir zaman, 2 Bazen, 3 Sık sık, 4 Her zaman cevaplarına karşılık gelecek şekilde düzenlenmiştir. Testin geçerliğini belirlemek amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi sonucunda 20 madde 2 faktör altında toplanmıştır. Birinci faktör 12 maddeden oluşan Duyuşsallık boyutu varyansın %34.6'sını açıklamış, 8 maddeden oluşan Kuruntu boyutu ise varyansın %6.3'ünü açıklamıştır. Faktörlerin toplam varyansın %40.9'unu açıkladığı bulunmuştur.

Güvenirlik hesaplamaları Cronbach Alfa ( $\alpha$ ) iç tutarlılık yöntemiyle yapılmıştır. Genel ve alt testler için belirlenen güvenilirlik katsayıları .89 ile .73 arasında bulunmuştur. Testin genel güvenilirlik katsayısı .87 olarak hesaplanırken Kuruntu alt testi için .74, Duyuşsallık alt testi için .79 olarak bulunmuştur. Yapılan diğer güvenilirlik hesaplaması olan test-tekrar test yöntemi ile yapılan çalışmada güvenilirlik katsayıları .90 ile .70 arasında değişmektedir.

### 312. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (ÇBMÖ)

Özby ve Mısırlı-Taşdemir (2003) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmıştır. Orijinali Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate (1990) tarafından öğrencilerin mükemmeliyetçilik eğilimlerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Test likert tipinde 1–5 arası

derecelendirme ile 1 Kesinlikle katılmıyorum, 2 Katılmıyorum, 3 Kararsızım, 4 Katılıyorum, 5 Kesinlikle katılıyorum cevaplarına karşılık gelecek şekilde düzenlenmiştir.

Frost ve arkadaşları (1990)'na göre mükemmeliyetçilik altı alt özellikten oluşan çok boyutlu bir yapıdır. Türkçe uyarlama çalışmasında 35 madde 6 faktör altında toplanmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında elde edilen geçerlik ve güvenilirlik bulguları ve faktör içerikleri aşağıda verilmiştir:

### **3120. Faktör Analizi**

Test örneklem grubuna uygulandıktan sonra geçerlik yöntemi olarak faktör analizine tabi tutulmuştur. Faktör analizi SPSS FACTOR (SPSS/WINDOWS) ile gerçekleştirilmiştir. Yapılan ilk faktör analizinde faktörlenebilirlik (Factorability) değişik yöntemlerle incelenmiştir. İlk olarak bütün maddeler arasında korelasyon matrisi incelenerek önemli oranda manidar korelasyonların olup olmadığına bakılmıştır ve faktör analizinin yapılabilmesine uygunluk gösterir nitelikte manidar ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Daha sonra örneklem uygunluğu (sampling adequacy) ve Sphericity testleri gerçekleştirilmiştir. KMO Örneklem Uygunluk katsayısı .84 olarak bulunmuştur. Barlett Sphericity ise 4961.42 ile .001 düzeyinde manidar bulunmuştur.

Yapılan ilk faktör analizinde, döngüsüz metod (unrotated) kullanılarak faktör çözümlenmesiyle (Scree Test) maksimum faktör sayısı incelenmiş ve açıklanabilir faktör sayısının yedi olduğu belirlenmiştir. Bu incelemeden sonra tekrar yapılan faktör analizinde Maksimum Likelihood tekniği ile Quartimax rotasyon faktör çözümlenmesi sonuçları altı faktörlülükle sınırlandırılmıştır. Bu işlem sonucunda toplam varyansın % 47.8'ini açıklayan altı faktörlü yapı ortaya çıkmıştır. On iki iterasyonlu dönüşümlü faktör sonuçları faktör yüklemeleri ile birlikte Tablo 2'de verilmiştir.

Açıkladıkları varyans sırasına göre tüm faktör yapıları incelenmiş ve yapı geçerliği bulguları olarak değerlendirilmiştir. Birinci faktör olarak bulunan yapı "Düzen" adı altında ele alınmıştır. Bu faktör altında toplanan maddeler daha çok düzenli ve temiz olma eğilimini, mükemmeliyetçilikle ilgili olan düzen ve düzenliliğin önemini yansıtmaktadır. Bu faktör altındaki maddelerin faktör yüklemeleri .63 ile .82 arasında değişmektedir. Bu faktör toplam varyansın %16.6'sını açıklamakta ve 6 maddeden oluşmaktadır.

İkinci faktör olarak bulunan “Hatalara Aşırı İlgi” 9 maddeden oluşmaktadır. Bu faktör altında toplanan maddeler hatalara negatif tepkileri, hataları başarısızlıkla eşit olarak görme ve başarısızlığının sonucu diğerlerinin saygısını kaybedeceğine inanma eğilimini yansıtmaktadır. Faktör yüklemeleri .31 ile .70 arasında değişmektedir. Bu faktör toplam varyansın %12.2’sini açıklamaktadır. Kişisel Standartlar alt ölçeğinde yer alan 4. madde orijinal ölçekten farklı olarak bu faktör yapısına yerleşmiştir.

Üçüncü faktör olarak bulunan yapı “Davranışlardan Şüphe” adı altında ele alınmıştır. Bu faktör altında toplanan maddeler bireyin görevlerini (işlerini) tamamlama becerisinden şüphe etme eğilimini yansıtmaktadırlar. Bu faktör altındaki maddelerin faktör yüklemeleri .40 ile .68 arasında değişmektedir. Bu faktör toplam varyansın %6.1’ini açıklamakta ve 5 maddeden oluşmaktadır. Orijinal ölçekte Hatalara Aşırı İlgi boyutu içerisinde bulunan 34. madde bu faktör altında ele alınmıştır.

Dördüncü faktör olarak “Aile Beklentileri” ortaya çıkmıştır. Bu boyuttaki maddeler bireyin ebeveynlerinin çok yüksek standartlar oluşturduğuna inanma eğilimini yansıtmaktadır. Faktör altındaki maddelerin faktör yüklemeleri .55 ile .73 arasında değişmektedir. Bu faktör toplam varyansın %5.3’ünü açıklamakta ve 5 maddeden oluşmaktadır.

Beşinci faktör olarak belirlenen “Ailesel Eleştiri” 4 maddeden oluşmaktadır. Bu faktör altında yer alan maddeler bireyin ebeveynlerini aşırı derecede eleştirel algılamasını yansıtmaktadır. Faktör altındaki maddelerin faktör yüklemeleri .41 ile .68 arasında değişmektedir. Bu faktör toplam varyansın %3.9’unu açıklamaktadır.

Ölçekte altıncı ve son faktör olarak “Kişisel Standartlar” belirlenmiştir. Faktör altında yer alan maddeler çok yüksek standartlar oluşturma ve öz-değerlendirmede bu standartların aşırı derecede önemli bir yeri olduğunu göstermektedir. Toplam varyansın %3.5’ini açıklayan faktör altında yer alan maddelerin faktör yüklemeleri .44 ile .62 arasında değişmektedir.

Tablo : 2

## Faktör Yükleri, Madde-Toplam Korelasyonları ve Güvenirlik Katsayıları

Madde No	Madde	Faktör Yüğü	Madde-Toplam(r)
<b>FAKTÖR I DÜZEN</b>			
29	Düzenlilik (temizlik) benim için çok önemlidir	.82	.42***
31	Düzenli (temiz) bir insanım	.82	.34***
27	Düzenli ve temiz bir kişi olmaya çalışırım	.81	.35***
7	Düzenli (temiz) bir insanım	.78	.30***
8	Düzenli (temiz) bir insan olmaya gayret ederim	.75	.37***
2	Düzen (plan) benim için çok önemlidir	.63	.30***
<b>AÇIKLADIĞI VARYANS %</b>		<b>16.6</b>	
<b>FAKTÖR II HATALARA AŞIRI İLGI</b>			
9	Okulda (işte) başarısız olursam, kişi olarak da başarısızım	.70	.37***
13	Eğer biri okulda (işte) bir işi benden daha iyi yaparsa, kendimi bütün işlerde başarısız hissedirim	.69	.55***
14	Kısmen başarısız olmam bütünüyle başarısız olmak kadar kötüdür	.69	.52***
18	Yaptığım şeylerde en iyiden daha azını gerçekleştirdiğimde öfkelenirim	.53	.54***
10	Hata yaparsam sinirlenirim	.49	.42***
25	Her zaman ili olamazsam insanlar bana saygı duymazlar	.45	.54***
21	Eğer hata yaparsam, muhtemelen insanlar beni daha az düşüneceklerdir	.42	.52***
23	Diğer insanlar kadar iyi olmamam eksik biri olduğum anlamına gelir	.39	.47***
4	Kendim için en yüksek standartları belirlemezsem, muhtemelen ikinci sınıf bir insan olurum	.31	.46***
<b>AÇIKLADIĞI VARYANS %</b>		<b>12.2</b>	
<b>FAKTÖR III DAVRANIŞLARDAN ŞÜPHE</b>			
33	Bir şeyi doğru olarak yapmam uzun zamanımı alır	.68	.28***
34	Daha az hata yaparsam, daha çok insan beni sevecektir	.59	.48***
32	Yaptığım şeyleri tekrar tekrar yinelediğim için işimde geri kalma eğilimindeyim	.58	.40***
17	Bir şeyi çok dikkatli bir şekilde yapmış olsam bile, çoğu zaman yeterince doğru olmadığı hissine kapılırım	.50	.32***
28	Daima her gün yaptığım basit şeylere karşı şüphelerim vardır	.40	.43***
<b>AÇIKLADIĞI VARYANS %</b>		<b>6.1</b>	
<b>FAKTÖR IV AİLE BEKLENTİLERİ</b>			
11	Ebeveynlerim her şeyde en iyi olmamı istemişlerdir	.73	.43***
20	Ebeveynlerim benden mükemmellik beklemektedirler	.68	.50***
26	Ebeveynlerim geleceğim konusunda daima benden daha çok beklentiye sahip olmuşlardır	.64	.39***
1	Ebeveynlerim benim için çok yüksek standartlar belirler	.59	.19***
15	Ailemde sadece mükemmel performans yeterince iyidir	.55	.49***
<b>AÇIKLADIĞI VARYANS %</b>		<b>5.3</b>	
<b>FAKTÖR V AİLESEL ELSTİRİ</b>			
5	Ebeveynlerim hatalarımı asla anlamaya çalışmadılar	.68	.24***
3	Çocukken, bir şeyi mükemmel olarak gerçekleştirmede cezalandırıldım	.61	.21***
35	Hiçbir zaman ebeveynlerimin standartlarını karşılayabildiğimi düşünmedim	.49	.34***
22	Asla ebeveynlerimin beklentilerini karşılayabildiğimi hissetmedim	.41	.28***
<b>AÇIKLADIĞI VARYANS %</b>		<b>3.9</b>	
<b>FAKTÖR VI KİŞESEL STANDARTLAR</b>			
24	Diğer insanların kendilerine benden daha yüksek standartlar belirlediğini düşünüyorum	.62	.26***
12	Kendime çoğu insandan daha yüksek standartlar koyarım	.61	.37***
16	Bir amaca ulaşmada çabalarımı odaklaştırmada çok iyiyimdir	.53	.22***
19	Çok yüksek hedeflerim vardır	.46	.42***
30	Günlük işlerimde kendimden bir çok insanın gösterdiğinden daha yüksek bir performans beklerim	.44	.53***
6	Yaptığım her şeyde tam anlamıyla yeterli olmak benim için çok önemlidir	.31	.32***
<b>AÇIKLADIĞI VARYANS %</b>		<b>3.5</b>	<b>r = .38</b>
<b>AÇIKLANAN TOPLAM VARYANS</b>		<b>47.8</b>	

Faktörler arasında iç tutarlılığa bakıldığında, kuramsal olarak beklenen ve orijinal ölçekle benzer korelasyonel ilişkilere rastlanmıştır. Faktör yapısının yanında benzer ve aynı doğrultudaki alt ölçekler incelenerek, aralarında Pearson Momentler Çarpımı korelasyonlarına bakılmıştır. Bunlar arasında orijinal ölçekle benzer olarak Düzen hariç Hatalara Aşırı İlgi, Davranışlardan Şüphe, Aile Beklentileri, Ailesel Eleştiri ve Kişisel Standartlar arasında manidar korelasyonlar bulunmuştur. Düzen boyutunun Davranışlardan Şüphe ve Aile Beklentileri ile ilişkili olmadığı görülmüştür. Faktörler arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 3’de verilmiştir.

**Tablo : 3**

**Faktörler Arasındaki Korelasyon Katsayıları**

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
DÜZEN (1)	1,00					
HATILGI (2)	0,13***	1,00				
ŞÜPHE (3)	0,09	0,50***	1,00			
BEKLEN (4)	0,06	0,35***	0,24***	1,00		
ELEŞTİRİ (5)	-0,17***	0,30***	0,36***	0,25***	1,00	
STANDRT (6)	0,34***	0,43***	0,13***	0,27***	-0,12**	1,00

**3121. Güvenirlik Çalışması**

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği için güvenirlilik çalışması SPSS/RELIABILITY ile Cronbach Alfa ( $\alpha$ ) iç tutarlılık ve testin yarıya bölümü yöntemleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Genel ve alt ölçekler için belirlenen güvenirlilik katsayıları .63 ile .87 arasında ortaya çıkmıştır. Testin genel güvenirlilik katsayısı ( $\alpha$ ) .83 olarak hesaplanırken,  $\alpha$  değerleri Düzen için .87, Hatalara Aşırı İlgi için .77, Davranışlardan Şüphe için .61, Aile Beklentileri için .71, Ailesel Eleştiri için .65 ve Kişisel Standartlar için .63 olarak bulunmuştur. Testin yarıya bölme güvenirlilik katsayısı ise .80 olarak hesaplanmıştır.



Tablo : 4

## Genel ve Alt Ölçeklere İlişkin Ortalama, Standart Sapma ve Güvenirlik Katsayıları

ÖLÇEK	N	Madde	Ortalama	Ss	$\alpha$	Yarıya Bölme $\alpha$
Düzen	489	6	3.76	.86	.87	.80
Hatilgi	489	9	2.74	.76	.77	
Dşüphe	489	5	2.83	.73	.61	
Bekleni	489	5	3.19	.84	.71	
Eleştiri	489	4	2.13	.82	.65	
Standrt	489	6	3.37	.66	.63	
Toplam	489	35	106	16.3	.83	

## 313. Rotter İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği (RİDKOÖ)

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Dağ (1991) tarafından yapılmıştır. Orijinali Rotter tarafından (1966) geliştirilmiştir. Geliştirilen bu testin amacı bireylerin genellenmiş kontrol beklentilerinin içsellik-dışsallık boyutu üzerindeki konumunu; pekiştireçlerin bireyin kendi içindeki ya da dışındaki güçlerin (şans ve kader) kontrolünde olduğuna dair sahip olduğu genel beklenti ya da inancını ölçmektedir. Ölçekte her maddede a ve b harfleriyle gösterilen iki seçenek bulunmaktadır. Yükselen puanlar dışsal kontrol odağı inancındaki artışı göstermektedir.

Ölçeğin geçerliliği yapı ve ölçüt bağıntılı geçerlik yöntemleriyle belirlenmiştir. Uygulanan Temel Bileşenler Analizi sonucunda ölçekten toplam varyansın %47.7'sini açıklayabilen 7 faktör elde edilmiştir. Bu faktörler, şans kontrolü eksikliği, siyasi olaylarda dış kontrol, şans kontrolü, okul başarısı kontrolü eksikliği, kişilerarası ilişkilerde kontrol eksikliği ve siyasal olaylarda kontrol eksikliğidir. Ölçüt bağıntılı geçerlikte kullanılan Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği ile arasında -.29, Belirti Tarama Listesi'nin genel belirti puanı ile arasında .21'lik anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Ölçeğin madde-toplam korelasyonları .08 ile .41 arasında değişiklik göstermiştir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .71, KR-20 güvenirlilik katsayısı ise .68, test-tekrar test güvenirliliği .83 olarak bulunmuştur.

### 314. Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri – Benlik Saygısı Alt Ölçeği (RBSE)

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Çuhadaroğlu tarafından yapılmıştır. Ölçek çoktan seçmeli sorulardan oluşmaktadır. Benlik saygısı ölçeği Guttman ölçüm şeklinde düzenlenmiş 6 madde ve 10 sorudan oluşmaktadır. Olumlu ve olumsuz yüklü maddeler ardışık olarak sıralanmıştır. Ölçeğin değerlendirme sistemine göre ölçekten 0-6 arasında puan alınmaktadır. Sayısal ölçümlerle yapılan karşılaştırmalarda benlik saygısı yüksek (0-1), orta (2-4) ve düşük (5-6) olarak değerlendirilmektedir.

Ölçeğin geçerlilik çalışmasında benlik saygısı için psikiyatrik görüşmeler yapılmıştır. Psikiyatrik görüşmeler beş ayrı sınıftan rastgele örnekleme ile seçilmiş beşer öğrenci alınarak yapılmıştır. Benlik saygısının değerlendirilmesine yönelik olarak yapılmış psikiyatrik görüşmelerle yapılan değerlendirmede öğrencilerin benlik saygıları kendilerine ilişkin görüşlerine göre yüksek, orta ve düşük olarak derecelendirilmiştir. Daha sonra aynı öğrencilerin Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğinden aldıkları puanlarda yüksek, orta ve düşük olarak gruplandırılmıştır. Görüşmelerden ve benlik saygısı ölçeğinden elde edilen sonuçlar arasındaki uygunluk Pearson Momentler Çarpımı korelasyon yöntemi ile hesaplanmış, geçerlilik katsayısı .71 olarak bulunmuştur.

Güvenirlilik çalışması için test-tekrar test güvenirlilik yöntemi kullanılmıştır. Testin ilk verilişinden bir ay sonra aynı deneklere test ikinci kez uygulanarak alınan puanlar arasındaki korelasyon katsayısı .75 olarak bulunmuştur.

Bu araştırmada Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğinin yalnızca benlik saygısı ile ilgili bölümü kullanılmıştır.

### 315. Öz-Yeterlilik İnançlarını Değerlendirme Ölçeği

Araştırmacı tarafından bireylerin akademik konulara yönelik öz-yeterlilik düzeylerini belirlemek amacıyla, Bandura (1982) tarafından sunulan kuramsal tabanla örtüşecek şekilde hazırlanmıştır. Öğrencilerin akademik yaşantılarında yapabilirliklerine ilişkin öz-yeterlilik inançlarını değerlendiren 4 maddeden oluşmaktadır. 1 Kesinlikle katılmıyorum'dan 7 Kesinlikle katılıyorum'a doğru değişen likert tipi bir ölçektir. Puanların yüksekliği öz-yeterlilik inançlarının yüksekliğini göstermektedir. Değerlendirme ölçeğinin Cronbach Alfa ( $\alpha$ ) güvenirlilik katsayısı .71 olarak bulunmuştur.

### 316. Problem Çözme Becerileri Envanteri (PÇE)

Envanterin Türkçe uyarlaması Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılmıştır. Envanterin orijinali Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilmiştir. Envanterin amacı, bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini algılayışını ölçmektir. 35 maddeden oluşan envanter, 1 – 6 arasında Her zaman böyle davranırım'dan Hiçbir zaman böyle davranmam'a doğru değişen Likert tipi bir ölçektir. 9, 22 ve 29. maddeler puanlama dışında tutulmaktadır.

Ölçüt bağıntılı geçerlik sonucunda ölçeğin toplam puanı ile Beck Depresyon Envanteri arasındaki korelasyon katsayısı .33 ve STAI-T toplam puanı ile arasındaki korelasyon katsayısı .45 olarak bulunmuştur. Ölçeğin BDE ve STAI-T'den alınan puanlara göre ve yapılan dskriminant analizi sonuçlarına göre oluşturulan uç grupları anlamlı olarak ayırtedebildiği bulunmuştur. Yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin “Aceleci Yaklaşım” (13, 14, 15, 17, 21, 25, 26, 30 ve 32. maddeler,  $\alpha = .78$ ), “Düşünen Yaklaşım” (18, 20, 31, 33 ve 35. maddeler,  $\alpha = .76$ ), “Kaçınan Yaklaşım” (1, 2, 3 ve 4. maddeler,  $\alpha = .74$ ), “Değerlendirici Yaklaşım” (6, 7 ve 8. maddeler,  $\alpha = .69$ ), “Kendine Güvenli Yaklaşım” (5, 23, 24, 27, 28 ve 34. maddeler,  $\alpha = .64$ ), “ Planlı Yaklaşım” (10, 12, 16 ve 19. maddeler,  $\alpha = .59$ ) olmak üzere 6 faktör bulunmuştur.

Ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .88, yarıya bölme tekniği ile elde edilen güvenilirlik katsayısı ise .81 olarak bulunmuştur.

### 32. Araştırmanın İşlem Yolu

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (ÇBMÖ)'nin Türkçe uyarlaması yapılarak Sınav Kaygısı Envanteri, Rotter İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri, Öz-Yeterlilik İnançlarını Değerlendirme Ölçeği ve Problem Çözme Becerileri envanteri ile birlikte araştırma grubunu oluşturan Erzincan, Kayseri, Ordu, Samsun, Trabzon ve Zonguldak Fen liseleri lise ikinci ve üçüncü sınıflarından tesadüfi olarak seçilen 800 öğrenciye uygulanmıştır. Testlerin uygulanması grup halinde yapılmıştır. Bunlardan 489'u geri gelmiştir. Bunlar üzerinde istatistiksel işlemler yapılmıştır.

### 33. Araştırmada Kullanılan Veri Analiz Teknikleri

Veri analizleri SPSS/WINDOWS programıyla gerçekleştirilmiştir. İstatistik işlemleri yapılmadan önce, veriler doğruluk ve değişik istatistik işlemlerine uygunluk açısından SPSS EXPLORE ile n testten geçirilmiştir. Bu şekilde eksik olan testlerin yanı sıra aşırı uçlardaki puanların bulunduğu testler elimine edilmiştir. Daha sonra yapılan işlemlerde deskriptif istatistik yanında, araştırmanın temel denencesi olan mkemmeliyetiğin yanı sıra benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yetrililik ve problem çözme becerilerinin sınav kaygısını yordayıcılığı çok Yönlü Hiyerarşik Regresyon Analizi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada tüm değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson Momentler arpımı Korelasyonu ile incelenmiştir. İkili grup farklılıklarının incelenmesi t testi, ikiden fazla grup farklılıklarının incelenmesi ise F testi ile gerçekleştirilmiştir. Grup farklılıklarının kaynağını belirlemek amacıyla Bonferroni ranj testi kullanılmıştır. Tüm analizler  $\alpha = .05$  anlamlılık düzeyinde test edilmiştir.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### 4. ARAŞTIRMANIN BULGULARI

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgulara yer verilmektedir. Araştırmanın bulguları denenceler doğrultusunda ele alınarak; duyuşsallık ve kuruntu puanlarını yordayıcı hiyerarşik regresyon analizi sonuçları, kullanılan ölçme araçları ve alt ölçekleri için cinsiyet farklılıkları, sınav kaygısının alt boyutları olan duyuşsallık ve kuruntu üzerinde mükemmeliyetçilik düzeylerine dayalı farklılıklar, mükemmeliyetçilik düzeyleri üzerinde anne-babanın eğitim seviyesine dayalı farklılıklar, mükemmeliyetçilik düzeyleri üzerinde kardeş sayısı, doğum sırası ve ebeveyn tutumlarına dayalı farklılıklar başlıkları altında incelenmektedir.

#### 40. Araştırmanın Deskriptif Bulguları

**Tablo : 5**  
**Farklı Değişkenlerle İlgili Deskriptif Bilgiler**

DEĞİŞKEN	ORTALAMA	SS
DUYUŞSAL	2,23	0,59
KURUNTU	1.99	.64
YAS	17,01	0,91
CIN	1,67	0,47
ACEYAK	3,48	0,74
DÜŞYAK	2,79	0,91
KAÇYAK	3,95	1,05
DEĞYAK	2,74	1,02
KGÜYAK	2,95	0,72
PLANYAK	2,73	0,93
BTOPLAM	7,51	2,21
KTOPLAM	21,00	3,83
ÖTOPLAM	21,90	4,44
DÜZEN	3,76	0,86
HATILGI	2,74	0,76
ŞÜPHE	2,83	0,73
BEKLENTİ	3,19	0,84
ELEŞTRİ	2,13	0,82
STANDRT	3,38	0,66

#### 41. Duyuşsallık Puanlarını Yordayıcı Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları

Sınav kaygısının duyuşsallık boyutunun yaş, cinsiyet, problem çözme becerileri ve alt boyutları, benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik, mükemmeliyetçilik ve mükemmeliyetçilik alt boyutları ile yordanmasına dönük bulgular hiyerarşik regresyon analizi ile elde edilmiştir. Regresyon analizinde gerçekleştirilen model çerçevesinde sınav kaygısının duyuşsallık boyutunun yordanmasında temelde mükemmeliyetçilik tutumları ele alınmasına rağmen ön ve ara etkileri kontrol altına alma ve elimine etme amacıyla birçok değişken model içerisine alınmıştır. Bu değişkenler yaş ve cinsiyet gibi demografik ön değişkenlerin yanı sıra problem çözme becerileri olan aceleci, düşünen, kaçınan, değerlendirici, kendine güvenli ve planlı yaklaşım, kontrol odağı ve benlik saygısı ile öz-yeterlilik inançlarından oluşan ara değişkenlerdir. Tüm belirtilen değişkenler mükemmeliyetçilik tutumlarından önce ele alınarak bunların kovaryatif etkileri kontrol altına alınmıştır.

Altı adımda gerçekleştirilen hiyerarşik regresyon analizinde birinci adımda yaş ve cinsiyet, ikinci adımda problem çözme becerileri olan aceleci, düşünen, kaçınan, değerlendirici, kendine güvenli ve planlı yaklaşım, üçüncü adımda benlik saygısı, dördüncü adımda kontrol odağı, beşinci adımda öz-yeterlilik, altıncı ve son adımda mükemmeliyetçilik boyutları olan düzen, hatalara aşırı ilgi, davranışlarından şüphe, aile beklentileri, ailesel eleştiri ve kişisel standartlar girilmiştir. Birinci adımın özgün katkısının model içerisinde anlamlı olduğu belirlenmiştir,  $R^2=.04$ ,  $F_{(2/486)}=10.02$ ,  $p<.001$ . Birinci adımda girilen demografik değişkenlerden cinsiyetin de özgün katkısının olduğu anlaşılmıştır,  $\beta= -.19$ ,  $p< .001$ . Bunun yanı sıra birinci adımda girilen diğer bir demografik değişken olan yaşın özgün katkısının olmadığı belirlenmiştir,  $\beta= .03$ ,  $p>.05$ .

İkinci adımda girilen problem çözme becerilerinin modele toplam katkısının anlamlı olduğu görülmektedir,  $R^2= .13$ ,  $F_{(6/480)} = 8.24$ ,  $p<.001$ . Bu adımda modele girilen aceleci yaklaşım,  $\beta=-.16$ ,  $p<.001$ , kaçınan yaklaşım,  $\beta=-.14$ ,  $p<.01$  ve planlı yaklaşımın,  $\beta=.10$ ,  $p<.01$ , özgün katkılarının istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Diğer problem çözme becerileri olan düşünen, değerlendirici ve kendine güvenli yaklaşımın özgün katkıları anlamlı bulunmamıştır.



Modele üçüncü adımda girilen benlik saygısının toplam katkısının anlamlı olmadığı belirlenmiştir,  $R^2=.13$ ,  $F_{(1/479)}=2.11$ ,  $p>.05$ . Dördüncü adımda girilen kontrol odağının modele özgün katkısının olduğu anlaşılmıştır,  $R^2=.16$ ,  $F_{(1/478)}=14.19$ ,  $p<.001$ . Beşinci adımda girilen öz-yeterliliğin de modele özgün katkısının istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir,  $R^2=.19$ ,  $F_{(1/477)}=16.83$ ,  $p<.001$ .

Modele altıncı olarak girilen ve önceki bütün değişkenlerin kovaryatif etkilerinin elimine edildiği aşamada mükemmeliyetçiliğin yordayıcı etkisi araştırılmıştır. Mükemmeliyetçiliğin modele özgün katkısının istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir,  $R^2=.27$ ,  $F_{(6/471)}=8.9$ ,  $p<.001$ . Bunun yanı sıra altıncı adımda modele girilen mükemmeliyetçilik boyutlarından hatalara aşırı ilgi,  $\beta=.23$ ,  $p<.001$  ve davranışlardan şüphenin,  $\beta=.12$ ,  $p<.01$ , özgün katkılarının da anlamlı olduğu belirlenmiştir. Altıncı adımda modele girilen diğer mükemmeliyetçilik boyutları olan düzen, aile beklentileri, ailesel eleştiri ve kişisel standartlar sınav kaygısının duyusallık boyutunu yordamada anlamlı bulunmamıştır.

Tablo : 6

## Duyusallık Üzerinde Çok Yönlü Regresyon Analizi

Model	Yordayan	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> <sub>ch</sub>	F <sub>ch</sub>	df	B	β	p
1	(sabit) Yaş Cin	.20	.04	.04	10.02	2/486	.03 -0.24	.05 -0.19	.001 .29 .001
2	(sabit) Aceyak Düşyak Kaçyak Değyak Kgüyak Planyak	.36	.13	.09	8.24	6/480	-.13 -.05 -.08 -.02 .07 .10	-.16 -.07 -.14 -.03 .09 .15	.001 .001 .238 .01 .539 .143 .012
3	(sabit) Bsaygı	.36	.13	.00	2.11	1/479	-.01	-.07	.001 .146
4	(sabit) Kodğu	.40	.16	.03	14.19	1/478	.03	.16	.001 .001
5	(sabit) öyeter	.43	.19	.03	16.83	1/477	-.03	-.20	.001 .001
6	(sabit) Düzen Hatilgi Şüphe Beklen Eleştri Standt	.52	.27	.08	8.9	6/471	-.03 .18 .09 -.00 .06 -.08	-.04 .23 .12 -.00 .08 -.09	.001 .370 .001 .019 .918 .091 .102

**Not:** AceYak: Aceleci Yaklaşım  
DüşYak: Düşünen Yaklaşım  
KaçYak: Kaçınan Yaklaşım  
DeğYak: Değerlendirici Yaklaşım  
KgüYak: Kendine Güvenli Yaklaşım

PlanYak: Planlı Yaklaşım  
Bsaygı : Benlik Saygısı  
Kodğu : Kontrol Odağı  
Öyeter : Öz-Yeterlilik  
Düzen : Düzen

Hatilgi: Hatalara aşırı ilgi  
Şüphe : Şüphe  
Beklen: Aile Beklentileri  
Eleştri : Ailesel Eleştiri  
Standrt: Kişisel Standartlar

## 42. Kuruntu Puanlarını Yordayıcı Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları

Sınav kaygısının duyusallık boyunda olduğu gibi kuruntu boyutunun yordanmasına yönelik bulgular da hiyerarşik regresyon analizi ile elde edilmiştir. Regresyon analizinde gerçekleştirilen model çerçevesinde sınav kaygısının kuruntu boyutunun yordanmasında temelde mükemmeliyetçilik tutumları ele alınmasına rağmen ön ve ara etkileri kontrol altına alma ve elimine etme amacıyla birçok değişken model içerisine alınmıştır. Bu değişkenler yaş ve cinsiyet gibi demografik ön değişkenlerin yanı sıra problem çözme becerileri olan aceleci, düşünen, kaçınan, değerlendirici, kendine güvenli ve planlı yaklaşım, kontrol odağı ve benlik saygısı ile öz-yeterlilik inançlarından oluşan ara değişkenlerdir. Tüm belirtilen değişkenler mükemmeliyetçilik tutumlarından önce ele alınarak bunların kovaryatif etkileri kontrol altına alınmıştır.

Altı adımda gerçekleştirilen hiyerarşik regresyon analizinde birinci adımda yaş ve cinsiyet, ikinci adımda problem çözme becerileri olan aceleci, düşünen, kaçınan, değerlendirici, kendine güvenli ve planlı yaklaşım, üçüncü adımda benlik saygısı, dördüncü adımda kontrol odağı, beşinci adımda öz-yeterlilik, altıncı ve son adımda mükemmeliyetçilik boyutları olan düzen, hatalara aşırı ilgi, davranışlarından şüphe, aile beklentileri, ailesel eleştiri ve kişisel standartlar girilmiştir. Birinci adımın özgün katkısının model içerisinde anlamlı olduğu belirlenmiştir,  $R^2=.02$ ,  $F_{(2/486)}=5.42$ ,  $p<.05$ . Bunun yanı sıra birinci adımda girilen demografik değişkenler olan yaş,  $\beta=.08$ ,  $p<.05$  ve cinsiyetin,  $\beta=-.11$ ,  $p<.01$ , de özgün katkılarının istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir.

İkinci adımda modele girilen problem çözme becerilerinin modele toplam katkısının anlamlı olduğu bulunmuştur,  $R^2=.15$ ,  $F_{(6/480)} = 11.98$ ,  $p<.001$ . Bu adımda modele girilen problem çözme becerilerinden aceleci yaklaşım,  $\beta= -.18$ ,  $p<.001$ , kaçınan yaklaşım,  $\beta= -.18$ ,  $p<.001$ , kendine güvenli yaklaşım,  $\beta=.15$ ,  $p<.01$  ve planlı yaklaşımın da,  $\beta=.12$ ,  $p<.05$ , modele özgün katkılarının istatistiksel olarak anlamlı olduğu anlaşılmıştır. Diğer problem çözme becerileri olan düşünen yaklaşım,  $\beta= -.01$ ,  $p>.05$ , ve değerlendirici yaklaşımın,  $\beta= -.06$ ,  $p>.05$ , modele özgün katkılarının olmadığı anlaşılmıştır.

Üçüncü adımda girilen benlik saygısının modele özgün katkısının olduğu bulunmuştur,  $R^2=.16$ ,  $F_{(1/479)} =16.06$ ,  $p<.001$ . Modele dördüncü adımda girilen kontrol odağının,  $R^2=$

.19,  $F_{(1/478)} = 8.2$ ,  $p < .01$  ve beşinci adım olarak girilen öz-yeterlilik inançlarının da,  $R^2 = .22$ ,  $F_{(1/477)} = 16.07$ ,  $p < .001$ , modele özgün katkıları anlamlı bulunmuştur.

Modele altıncı olarak girilen ve önceki bütün değişkenlerin kovaryatif etkilerinin elimine edildiği aşamada mükemmeliyetçiliğin sınav kaygısının kuruntu boyutunu yordayıcı etkisi araştırılmıştır. Mükemmeliyetçiliğin modele özgün katkısının anlamlı olduğu bulunmuştur,  $R^2 = .34$ ,  $F_{(6/471)} = 15.09$ ,  $p < .001$ . bunun yanı sıra altıncı adımda modele girilen mükemmeliyetçilik boyutlarından hatalara aşırı ilgi,  $\beta = .20$ ,  $p < .001$ , davranışlardan şüphe,  $\beta = .20$ ,  $p < .001$ , ailesel eleştiri,  $\beta = .17$ ,  $p < .001$ , ve kişisel standartların,  $\beta = -.16$ ,  $p < .001$ , modele özgün katkılarının olduğu belirlenmiştir. Altıncı adımda modele girilen düzen,  $\beta = -.03$ ,  $p > .05$ , ve aile beklentileri,  $\beta = -.02$ ,  $p > .05$ , sınav kaygısının kuruntu boyutunu yordamada anlamlı bulunmamıştır.

**Tablo : 7**  
**Kuruntu Üzerinde Çok Yönlü Regresyon Analizi**

Model	Yordayan	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> <sub>ch</sub>	F <sub>ch</sub>	df	B	β	p
1	(sabit) Yaş Cin	.15	.02	.02	5.42	2/486	.06 -.16	.08 -.11	.050 .051 .010
2	(sabit) Aceyak Düşyak Kaçyak Değyak Kgüyak Panyak	.39	.15	.13	11.98	6/480	-.15 -.00 -.11 -.04 .13 .09	-.18 -.01 -.18 -.06 .15 .12	.001 .001 .843 .001 .229 .016 .038
3	(sabit) Bsaygı	.41	.16	.01	8.2	1/479	-.04	-.13	.001 .004
4	(sabit) Kodğı	.44	.19	.03	16.06	1/478	.03	.17	.010 .001
5	(sabit) öyeter	.47	.22	.03	16.07	1/477	-.03	-.19	.001 .001
6	(sabit) Düzen Hatilgi Şüphe Beklen Eleştri Standt	.59	.34	.13	15.09	6/471	-.02 .17 .17 -.01 .13 -.15	-.03 .20 .20 -.02 .17 -.16	.001 .494 .001 .001 .715 .001 .002

**Not:** AceYak: Aceleci Yaklaşım  
DüşYak: Düşünen Yaklaşım  
KaçYak: Kaçınan Yaklaşım  
DeğYak: Değerlendirici Yaklaşım  
KgüYak: Kendine Güvenli Yaklaşım

PlanYak: Planlı Yaklaşım  
Bsaygı : Benlik Saygısı  
Kodğı : Kontrol Odağı  
Öyeter : Öz-Yeterlilik  
Düzen : Düzen

Hatilgi: Hatalara aşırı İlgi  
Şüphe : Şüphe  
Beklen: Aile Beklentileri  
Eleştri : Ailesel Eleştiri  
Standrt: Kişisel Standartlar

### 43. Cinsiyet Farklılıklarına İlişkin Bulgular

Sınav kaygısı, kontrol odağı, benlik saygısı, problem çözme becerileri, mükemmeliyetçilik ve mükemmeliyetçilik alt boyutları üzerinde cinsiyet farklılıkları incelenmiştir. Ele alınan tüm değişkenler üzerinde cinsiyet farklılıkları Tablo 4' de verildiği şekliyle incelenmiştir.

Sınav kaygısı üzerinde cinsiyet farklılıkları bulunmuştur,  $t=3.84$ ,  $p<.001$ . Kızların sınav kaygısı puan ortalamalarının (45.50) erkeklerin ortalamasından (41.27) daha fazla olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle, kızlar erkeklere oranla daha fazla sınav kaygısı yaşama eğilimi göstermektedirler.

Mükemmeliyetçilik tutumlarına ilişkin toplam puanlar üzerinde cinsiyet farklılıkları bulunmuştur,  $t=-2.43$ ,  $p<.01$ . Kızların mükemmeliyetçilik toplam puan ortalamalarının (103.63) erkeklerin ortalamalarından daha düşük olduğu görülmektedir. Erkeklerin kızlara göre daha fazla mükemmeliyetçi olma eğiliminde olduğu anlaşılmaktadır.

Mükemmeliyetçiliğin alt boyutu olan Hatalara Aşırı İlgi üzerinde cinsiyet farklılıkları bulunmuştur,  $t=-2.37$ ,  $p<.01$ . kızların Hatalara Aşırı İlgi puan ortalamalarının (2.62) erkeklerin ortalamalarından (2.80) daha düşük olduğu görülmektedir. Erkeklerin kızlara oranla daha fazla hatalara ilgi gösterme, hata yapmayı başarısızlıkla eşit olarak görme eğiliminde oldukları anlaşılmaktadır.

Mükemmeliyetçiliğin diğer bir alt boyutu olan Ebeveynsel Beklentiler üzerinde cinsiyet farklılıkları bulunmuştur,  $t=-2.90$ ,  $p<.01$ . Kızların ebeveynsel beklentiler puan ortalamalarının (3.03) erkeklerin ortalamalarından (3.27) daha düşük olduğu görülmektedir. Erkeklerin kızlara oranla daha fazla ebeveynsel beklentiler algılama eğiliminde oldukları anlaşılmaktadır.

Diğer bir mükemmeliyetçilik alt boyutu olan Kişisel Standartlar üzerinde cinsiyet farklılıkları bulunmuştur,  $t=-2.53$ ,  $p<.01$ . kızların Kişisel Standartlar puan ortalamaları (3.27) erkeklerin ortalamalarından (3.44) daha düşük olduğu görülmektedir. Erkeklerin kızlara oranla daha fazla yüksek standartlara sahip olma eğiliminde oldukları anlaşılmaktadır.

Kontrol odağı üzerinde cinsiyet farklılıklarına rastlanmamıştır,  $t=.39$ ,  $p>.05$ . Benlik saygısı üzerinde cinsiyet farklılıklarına rastlanmamıştır,  $t=-1.34$ ,  $p>.05$ . Öz-yeterlilik inançlarının da cinsiyetler açısından farklılık göstermediği belirlenmiştir,  $t=-1.84$ ,  $p>.05$ . Problem çözme becerilerinin alt boyutları olan Aceleci Yaklaşım, Düşünen Yaklaşım, Kaçınan Yaklaşım, Değerlendirici Yaklaşım, Güvenli Yaklaşım ve Planlı Yaklaşım üzerinde cinsiyet farklılıklarına rastlanmamıştır, sırasıyla  $t=.73$ ,  $p>.05$ ;  $t=-.91$ ,  $p>.05$ ;  $t=-.18$ ,  $p>.05$ ;  $t=.04$ ,  $p>.05$ ;  $t=1.00$ ,  $p>.05$ ;  $t=1.43$ ,  $p>.05$ .

Tablo : 8

## Kullanılan Ölçme Araçları ve Alt Ölçekler İçin Cinsiyet Farklılıkları

Değişken	Faktör	N	Ort	SS	t	p
STOPLAM	Kız	162	45.50	11.57	3.84	<b>0.001</b>
	Erkek	326	41.27	11.21		
MTOPLAM	Kız	162	103.63	15.85	-2.43	<b>0.016</b>
	Erkek	326	107.37	16.48		
KTOPLAM	Kız	162	21.10	4.04	0.39	0.697
	Erkek	326	20.95	3.73		
BTOPLAM	Kız	162	7.31	2.31	-1.36	0.174
	Erkek	326	7.60	2.16		
ÖTOPLAM	Kız	162	21.39	4.31	-1.84	0.066
	Erkek	326	22.16	4.50		
ACEYAK	Kız	162	3.51	0.73	0.73	0.464
	Erkek	326	3.46	0.74		
DÜŞYAK	Kız	162	2.74	0.88	-0.91	0.361
	Erkek	326	2.82	0.93		
KAÇYAK	Kız	162	3.94	1.04	-0.18	0.857
	Erkek	326	3.95	1.05		
DEĞYAK	Kız	162	2.74	1.05	0.04	0.972
	Erkek	326	2.74	1.01		
GÜVYAK	Kız	162	3.00	0.72	1.00	0.318
	Erkek	326	2.93	0.73		
PLAYAK	Kız	162	2.82	0.98	1.43	0.154
	Erkek	326	2.68	0.91		
DÜZEN	Kız	162	3.83	0.86	1.40	0.161
	Erkek	326	3.72	0.86		
HATİLG	Kız	162	2.62	0.76	-2.37	<b>0.019</b>
	Erkek	326	2.80	0.76		
ŞÜPHE	Kız	162	2.74	0.74	-1.88	0.061
	Erkek	326	2.88	0.72		
BEKLEN	Kız	162	3.03	0.84	-2.90	<b>0.004</b>
	Erkek	326	3.27	0.82		
ELEŞTR	Kız	162	2.12	0.84	-0.30	0.766
	Erkek	326	2.14	0.81		
STANDT	Kız	162	3.27	0.67	-2.53	<b>0.012</b>
	Erkek	326	3.44	0.65		

#### **44. Duyuşsallık ve Kuruntu Üzerinde Mükemmeliyetçilik Düzeylerine Dayalı Farklılıklara İlişkin Bulgular**

Sınav kaygısının duysal fizyolojik yönünü oluşturan duysalılık ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişki tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Mükemmeliyetçilik düzeyi düşük, orta ve yüksek olarak üç farklı kategoride ele alındığında, sınav kaygısının duysalılık boyutu üzerinde grup farkının olduğu belirlenmiştir,  $F=6.32$ ,  $p<.001$ . Tablo 9’da gösterilen Bonferroni ranj testinin sonuçları yüksek düzeyde mükemmeliyetçi bireylerin duysalılık ortalamalarının (2.35), düşük düzeyde mükemmeliyetçi bireylerin duysalılık ortalamalarından daha fazla olduğunu göstermiştir. Yüksek düzeyde mükemmeliyetçi bireylerin daha fazla duysalılık belirtileri gösterme eğiliminde oldukları anlaşılmaktadır.

Sınav kaygısının bilişsel (zihinsel) yönünü oluşturan kuruntu boyutu ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişki tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Mükemmeliyetçilik düşük, orta ve yüksek olarak üç farklı kategoride ele alındığında, sınav kaygısının kuruntu boyutu üzerinde grup farkının olduğu belirlenmiştir,  $F=7.12$ ,  $p<.001$ . Tablo 9’da gösterilen Bonferroni ranj testinin sonuçları yüksek düzeyde mükemmeliyetçi bireylerin ortalama kuruntu değerlerinin (2.13), orta (1.65) ve düşük (1.89) düzeydeki mükemmeliyetçi bireylerin kuruntu değerlerinden daha fazla olduğunu, yani yüksek düzeyde mükemmeliyetçi bireylerin orta ve düşük düzeyde mükemmeliyetçi bireylere göre daha fazla kuruntu belirtileri gösterme eğiliminde olduklarını göstermiştir. Tabloda görüldüğü gibi orta düzeydeki mükemmeliyetçi bireylerin ortalama kuruntu değerleri düşük düzeydeki mükemmeliyetçi bireylerin ortalama kuruntu değerlerinden daha yüksek çıkmıştır.



Tablo : 9

## Mükemmeliyetçilik Düzeylerine İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar

DUYUŞSALLIK			
MDüze yi	N	Ortalama	SS
Düşük	159	2.13	0.59
Orta	161	2.21	0.52
Yüksek	169	2.35	0.63
Toplam	489	2.23	0.59
KURUNTU			
MDüze yi	N	Ortalama	SS
Düşük	159	1.89	0.57
Orta	161	1.65	0.60
Yüksek	169	2.13	0.71
Toplam	489	1.98	0.64

Tablo : 10

## Duyuşsalık ve Kuruntu Puanları Üzerinde Mükemmeliyetçilik Düzeylerine Dayalı Farklılıklar

Değişken	Faktör	KT	Sd	KO	F	p
Duyuşsalık	Gruplar içi	4.27	2	2.14	6.32	0.001
	Gruplar arası	164.23	486	0.34		
	Toplam	168.50	488			
Kuruntu	Gruplar içi	5.70	2	2.85	7.12	0.001
	Gruplar arası	194.44	486	0.40		
	Toplam	200.14	488			

Not: KT= Kareler Toplamı. Sd= Serbestlik Derecesi. KO= Kareler Ortalaması.

#### 45. Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Üzerinde Anne-Baba Eğitim Seviyesine Dayalı Farklılıklara İlişkin Bulgular

Mükemmeliyetçilik ile annenin eğitim düzeyi arasındaki ilişki tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Annenin eğitim düzeyi okur-yazar, ilkokul, ortaokul, lise, üniversite ve üstü eğitime sahip olma şeklinde beş farklı grupta ele alındığında, mükemmeliyetçilik üzerinde grup farkının olduğu belirlenmiştir,  $F=3.59$ ,  $p<.01$ . Tablo 11'de gösterilen Bonferroni ranj testinin sonuçları anneleri okur-yazar olanların mükemmeliyetçilik ortalamalarının (113.12) üniversite ve üstü eğitime sahip olanların mükemmeliyetçilik ortalamalarından (103.27) daha fazla olduğunu, yani anneleri okur-yazar düzeyde eğitime sahip bireylerin daha fazla mükemmeliyetçi olma eğiliminde olduklarını göstermiştir.

Mükemmeliyetçilik ile babanın eğitim düzeyi arasındaki ilişki tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Babanın eğitim düzeyi okur-yazar, ilkokul, ortaokul, lise, üniversite ve üstü eğitime sahip olma şeklinde beş farklı grupta ele alındığında, mükemmeliyetçilik

üzerinde grup farkının olduğu belirlenmiştir,  $F=3.64$ ,  $p<.01$ . Tablo 11’de gösterilen Bonferroni ranj testinin sonuçları babaları okur-yazar düzeyde eğitime sahip olanların mükemmeliyetçilik tutumları ortalamaları (132.67) üniversite ve üstü eğitime sahip olanların mükemmeliyetçilik ortalamalarından (104.75) daha fazla olduğunu göstermiştir. Okur-yazar düzeyde eğitime sahip babaların çocuklarının üniversite ve üstü eğitime sahip balarının çocuklarına göre daha fazla mükemmeliyetçi olma eğilimine sahip oldukları anlaşılmaktadır.

Tablo : 11

## Anne-Babanın Eğitim Düzeyine İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar

<b>Mükemmeliyetçilik</b>			
<b>AEĞTD</b>	<i>N</i>	Ortalama	<i>SS</i>
Okur-Yazar	25	113.12	17.21
İlkokul	122	108.64	16.97
Ortaokul	41	108.88	13.41
Lise	146	104.97	16.13
Üniversite ve üzeri	155	103.27	16.10
Toplam	489	106.09	16.36
<b>BEGTD</b>	<i>N</i>	Ortalama	<i>SS</i>
Okur-Yazar	3	132.67	21.13
İlkokul	40	108.48	15.51
Ortaokul	35	111.26	14.54
Lise	123	106.34	15.75
Üniversite ve üzeri	288	104.75	16.59
Toplam	489	106.09	16.36

Tablo : 12

## Mükemmeliyetçilik Puanları Üzerinde Anne-Baba Eğitim Düzeyine Dayalı Farklılıklar

Değişken	Kaynak	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Mükemmeliyetçilik	Gruplar içi	3766.83	4	941.71	3.59	0.01
	Gruplar arası	126811.2	1	262.01		
		130578.0				
	Toplam	4	488			
Mükemmeliyetçilik	Gruplar içi	3808.56	4	952.14	3.64	0.01
	Gruplar arası	126769.4	8	261.92		
		130578.0				
	Toplam	4	488			

Not: *KT*= Kareler Toplamı. *Sd*= Serbestlik Derecesi. *KO*= Kareler Ortalaması.

#### 46. Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Üzerinde Kardeş Sayısı, Doğum Sırası ve Ebeveyn Tutumlarına Dayalı Farklılıklara İlişkin Bulgular

Mükemmeliyetçilik ile sahip olunan kardeş sayısı arasındaki ilişki tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Kardeş sayısı 1, 2, 3 ve 4 kardeş olma şeklinde ele alındığında, mükemmeliyetçilik üzerinde grup farkının olduğu belirlenmiştir,  $F= 4.47$ ,  $p<.001$ . Tablo 13'de gösterilen Bonferroni ranj testinin sonuçları 4 kardeşe sahip olanların mükemmeliyetçilik ortalamalarının (110.44) tek çocuk olanların mükemmeliyetçilik ortalamalarından (107.77) daha fazla olduğunu göstermiştir. 4 kardeş olanların mükemmeliyetçi olma eğilimlerinin daha fazla olduğu anlaşılmaktadır.

Mükemmeliyetçilik ve doğum sırası arasındaki ilişki tek yönlü varyans analizi ile incelendiğinde, mükemmeliyetçilik puanları üzerinde ilk, orta, üçüncü ve son çocuk olma arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır,  $F=.97$ ,  $p>.05$ . Mükemmeliyetçilik ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişki tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Ebeveyn tutumları ilgili, koruyucu, demokratik, serbest, talepkar ve ilgisiz/umarsız olma şeklinde sekiz farklı grupta ele alındığında, mükemmeliyetçilik puanları üzerinde ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır,  $F=1.60$ ,  $p>.05$ .

**Tablo : 13**

#### Kardeş sayısı, Ebeveyn Tutumları ve Doğum Sırasına İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar

<b>Mükemmeliyetçilik</b>			
<b>Ksayısı</b>	<b>N</b>	<b>Ortalama</b>	<b>SS</b>
1	31	107.77	18.65
2	223	103.44	16.09
3	145	107.10	15.94
4	90	110.44	15.93
Toplam	489	106.09	16.36
<b>Ebeveyn Tutumları</b>			
Baskıcı	17	109.52	21.11
Kaygılı	34	105.82	17.36
İlgili	251	105.41	16.40
Koruyucu	31	108.82	14.76
Demokratik	60	105.55	11.58
Serbest	50	102.78	18.02
Talepkar	42	110.28	16.55
İlgisiz	4	123.25	23.04
<b>Doğum Sırası</b>			
1	238	105.51	17.13
2	151	105.56	16.23
3	54	106.94	12.48
4	46	109.76	16.61

**Tablo :14**  
**Mükemmeliyetçilik Puanları Üzerinde Kardeş Sayısı, Doğum Sırası ve Ebeveyn Tutumlarına Dayalı Farklılıklar**

Değişken	Kaynak	KT	Sd	KO	F	p
Mükemmeliyetçilik	Gruplar içi	3510.02	3	1170.01	4.47	0.001
	Gruplar arası	127068.02	485	262		
	Toplam	130578.04	488			
Mükemmeliyetçilik	Gruplar içi	778.39	3	259.46	0.97	0.41
	Gruplar arası	129799.65	485	267.63		
	Toplam	1350578.04	488			
Mükemmeliyetçilik	Gruplar içi	2967.49	7	423.93	1.60	0.13
	Gruplar arası	127610.55	481	265.30		
	Toplam	130578.04	488			

Not: KT= Kareler Toplamı. Sd= Serbestlik Derecesi. KO= Kareler Ortalaması.

#### **47. Mükemmeliyetçilik, Sınav Kaygısı, Benlik Saygısı, Kontrol Odağı, Öz-Yeterlilik ve Problem Çözme Becerileri Faktörlerinin Arasındaki Korelasyonlar**

Mükemmeliyetçilik alt boyutları ile sınav kaygısı alt boyutları, benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik inançları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı korelasyonu ile incelenmiştir. Mükemmeliyetçilik alt boyutları ile (düzen hariç) sınav kaygısının duyuşsallık boyutu arasında orta düzeyde korelasyonların olduğu görülmektedir. Düzen ile Duyuşsallık arasında manidar bir ilişki bulunmazken, hatalara aşırı ilgi ( $r=.26, p<.001$ ), davranışlardan şüphe ( $r =.29, p<.001$ ), aile beklentileri ( $r=.10, p<.05$ ), ebeveynsel eleştiri ( $r=.27, p<.001$ ) ve kişisel standartlar ( $r =-.09, p<.05$ ) ile anlamlı korelasyonların olduğu görülmektedir.

Bunun yanı sıra, mükemmeliyetçilik alt boyutları ile sınav kaygısının kuruntu boyutu arasında orta düzeyde korelasyonların olduğu görülmektedir. Düzen ( $r=-.11, p<.05$ ), Hatalara Aşırı İlgi ( $r=.27, p<.001$ ), Davranışlardan Şüphe ( $r=.38, p<.001$ ), Aile Beklentileri ( $r =.11, p<.05$ ), Ailesel Eleştiri ( $r =.38, p<.001$ ) ve Kişisel Standartlar ( $r=-.16, p<.001$ ) ile Kuruntu arasında anlamlı korelasyonel ilişkilerin olduğu görülmektedir. Mükemmeliyetçilik algılamalarının kişinin kendisine ilişkin olumsuz değerlendirmeleri ve düşünceleri ile ilgili olduğu anlaşılmaktadır.

Mükemmeliyetçilik alt boyutları ile benlik saygısı arasında orta düzeyde negatif ve pozitif korelasyonların olduğu görülmektedir. Aile Beklentileri ile Benlik Saygısı arasında manidar bir ilişki bulunmazken, Düzen ( $r = .13, p < .001$ ), Hatalara İlgili ( $r = -.14, p < .001$ ), Davranışlardan Şüphe ( $r = -.29, p < .001$ ), Ailesel Eleştiri ( $r = -.32, p < .001$ ) ve Kişisel Standartlar ( $r = .24, p < .001$ ) ile anlamlı korelasyonların olduğu görülmektedir. Hatalara ilgili, davranışlardan şüphe ve ailesel eleştiriler algılamalarının bireyin benlik saygısındaki azalma ile ilişkili olduğu anlaşılmaktadır.

Mükemmeliyetçilik ile kontrol odağı arasındaki ilişkiler incelendiğinde, Düzen, Hatalara Aşırı İlgili, Aile Beklentileri ve Kişisel Standartların kontrol odağı ile ilişkili olmadığı görülmektedir. Diğer taraftan Davranışlardan Şüphe ( $r = .16, p < .001$ ) ve Ailesel Eleştiri ( $r = .12, p < .01$ ) ile anlamlı korelasyonlar söz konusudur. Davranışlardan Şüphe ve Ailesel Eleştiri algılamaları dışsal kontrol odağı ile ilişkili bulunmuştur.

Mükemmeliyetçilik ile öz-yeterlilik inançları arasındaki ilişkiler incelendiğinde Düzen, Davranışlardan Şüphe, Aile Beklentilerinin öz-yeterlilik inançları ile ilişkili olmadığı görülmektedir. Düzen ( $r = .18$ ), Davranışlardan Şüphe ( $r = -.19$ ), Ailesel Eleştiri ( $r = -.22$ ) ve Kişisel Standartlar ( $r = .31$ ) ile .001 düzeyinde anlamlı korelasyonel ilişkilerin olduğu görülmektedir.

Mükemmeliyetçilik boyutları ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Problem çözme becerilerine ilişkin kişinin kendini yetersiz algılamasının mükemmeliyetçilik tutumları ile ilişkili olmadığı anlaşılmaktadır. Diğer korelasyonlar Tablo 15'te verilmiştir.

**Tablo : 15**  
**Tüm Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar**

	DUYUŞ	KURUNTU	DÜZEN	HATILGI	ŞÜPHE	BEKLENTİ	ELEŞTİRİ	STANDRT	STOPLAM	MTOPLAM	KTOPLAM	BTOPLAM	ÖTOPLAM	PTOPLAM
DUYUŞ	1,00													
KURUNTU	0,77***	1,00												
DÜZEN	-0,08	-0,11*	1,00											
HATILGI	0,26***	0,27***	0,13**	1,00										
ŞÜPHE	0,29***	0,38***	0,09	0,50***	1,00									
BEKLENTİ	0,10*	0,11*	0,06	0,35***	0,24***	1,00								
ELEŞTİRİ	0,27***	0,38***	-0,17***	0,30***	0,36***	0,25***	1,00							
STANDRT	-0,09*	-0,16***	0,34***	0,43***	0,13***	0,27***	-0,12**	1,00						
STOPLAM	0,96***	0,92***	-0,10*	0,28***	0,35***	0,11*	0,34***	-0,13**	1,00					
MTOPLAM	0,21***	0,23***	0,45***	0,82***	0,62***	0,59***	0,39***	0,60***	0,23***	1,00				
KTOPLAM	0,23***	0,26***	-0,01	0,05	0,16***	0,08	0,12**	-0,07	0,26***	0,08	1,00			
BTOPLAM	-0,18***	-0,27***	0,13***	-0,14***	-0,29***	-0,06	-0,32***	0,24***	-0,23***	-0,11**	-0,11**	1,00		
ÖTOPLAM	-0,27***	-0,31***	0,18***	-0,03	-0,19***	0,01	-0,22***	0,31***	-0,30***	-0,13***	-0,13***	0,43***	1,00	
PTOPLAM	-0,05	-0,02	0,05	0,03	0,06	-0,09	0,07	-0,03	-0,04	0,03	-0,02	-0,05	-0,15***	1,00

**Not:** Duyuş: Duyuşsal Sınav Kaygısı

Kuruntu: Kuruntu Sınav Kaygısı

Düzen: Düzen

Hatılgı: Hatalara Ayrı İlgı

Şüphce: Davranışlardan Şüphce

Beklentü: Ailesel Beklentiler

Eleştiri: Ailesel Eleştiri

Standrt: Kişisel Standartlar

SToplam: Sınav Kaygısı Toplam

MTOplam: Mükemmeliyeçilik Toplam

KTOplam: Kontrol Odağı Toplam

BTOplam: Benlik Saygısı Toplam

ÖTOplam: Öz-Yeterlilik Toplam

PTOplam: Problem Çözme Becerileri Toplam

\* 0.05

\*\* 0.01

\*\*\* 0.001



## BEŞİNCİ BÖLÜM

### 5. TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu çalışmanın temel amacı; üstün yetenekli öğrencilerde mükemmeliyetçiliğin sınav kaygısını yordayıcı rolü üzerinde çeşitli değişkenlerin-benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik inançları ve problem çözme becerileri-yordayıcılığını araştırmaktır. Araştırmanın amacı doğrultusunda Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin (FROST ve diğ., 1990) çalışmada kullanım uygunluğu incelenmiştir. Daha sonra mükemmeliyetçiliğin ve diğer değişkenlerin sınav kaygısını yordayıcılığı ele alınmıştır.

#### 50. Ölçek Adaptasyonu

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Türkçe formunun orijinal Mükemmeliyetçilik Ölçeği (MPS) ile benzer faktör yapılarında olup olmadığını belirlemek amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Sonuçlar Türkçe formun orijinal ölçekle benzer faktör yapısına sahip olduğunu göstermiştir. Altı faktör toplam varyansın % 47.87 ini açıklamaktadır. Altı madde düzen, dokuz madde hatalara aşırı ilgi, beş madde davranışlardan şüphe, beş madde aile beklentileri, dört madde ailesel eleştiri ve altı madde kişisel standartlar alt ölçeklerinin altında toplanmıştır.

Orijinal ölçekten farklı olarak kişisel standartlar alt testinde yer alan 4. madde hatalara aşırı ilgi; hatalara aşırı ilgi alt testinde yer alan 34. madde ise davranışlardan şüphe alt testine yerleşmiştir. Diğer maddeler orijinal çalışma ile benzer faktör yapıları altında yer almışlardır. Ölçeğin orijinal formülasyonundan farklı olarak ilk faktör altında düzen, ikinci faktör altında hatalara aşırı ilgi, üçüncü faktör altında davranışlardan şüphe, dördüncü faktör altında aile beklentileri, beşinci faktör altında ailesel eleştiri ve altıncı ve son faktör altında kişisel standartlar maddeleri yer almıştır. Yapılan mükemmeliyetçilik tanımlamalarında (BURNS, 1980, s.34; ADLER, 1956, s.242; FROST ve diğ., 1990, s.460; HEWITT-FLETT, 1991a, s.100) genel olarak kişisel standartlara sahip olma vurgulanırken ölçeğin orijinal geliştirme çalışmasında olduğu gibi adaptasyon çalışmasında da hatalara ilgi boyutu ön plana çıkmıştır.

Güvenirlik çalışması sonunda ölçeğin güvenilir bir ölçek olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin içsel tutarlılığını gösteren toplam ve alt ölçeklere ilişkin yüksek düzeyde güvenilirlik katsayıları elde edilmiştir. Frost ve diğerlerinin (1990) çalışmasıyla karşılaştırıldığında benzer olarak düzen alt ölçeğinin güvenilirlik katsayısının en yüksek güvenilirlik katsayısı olduğu görülmüştür. En düşük güvenilirlik katsayısını yine orijinal güvenilirlik bulguları ile benzer olarak davranışlardan şüphe alt ölçeği almıştır. Sonuç olarak testin mükemmeliyetçilik tutumlarını geçerli ve güvenilir olarak ölçebilecek şekilde psikometrik özelliklere sahip olduğu söylenebilir.

### **51. Araştırma Denencelerine İlişkin Yorumlar**

Çalışmanın amacı üstün yetenekli öğrencilerde mükemmeliyetçilik ve sınav kaygısı arasındaki ilişkiyi incelemektir. Üstün yetenekli çocuklarda sınav kaygısını yordamada mükemmeliyetçilik ile benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik ve problem çözme becerilerinin yordayıcı etkisini görmek için çok yönlü regresyon analizi yapılmıştır.

Araştırmanın temel hipotezi olan üstün yetenekli öğrencilerde sınav kaygısının mükemmeliyetçilik tarafından yordanabilmesi, farklı demografik özellikler, benlik saygısı, öz-yeterlilik inançları ve problem çözme becerilerinin kontrol edilmesiyle gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen regresyon modelinde ve analizler sonucunda demografik değişkenlerden cinsiyetin duyuşsal sınav kaygısının mükemmeliyetçilik tutumlarının yordanmasında bir ön değişken görevi gördüğü belirlenmiştir. Kızların erkeklerden daha fazla duyuşsallık belirtileri gösterdikleri anlaşılmaktadır. Bayanların erkeklere oranla daha yüksek seviyelerde sınav kaygısı yaşadıkları değişik araştırmalarca da ifade edilmiştir (HEMBREE, 1988, s.48; ZEIDNER, 1990, s.147; VOLKMER-FEATHER, 1991, s.208). Deffenbacher (1986) erkekler ve kızların benzer endişeler yaşadıklarını, fakat bayanların sınav kaygısının duyuşsallık boyutunun yüksek seviyelerine sahip olduklarını belirtmiştir. Arch (1987) ise performans değerlendirmesi daha belirgin olduğunda bayanların kendilerini daha az yapabilir düzeyde değerlendirdiklerini, yeteneklerini yetersiz gördüklerini ve görevlerini yerine getirmede daha az isteklilik sergilediklerini ifade etmiştir. Zıt olarak Zeidner (1990) ise sınav kaygısı üzerinde cinsiyetin etkisinin az olduğunu bulmuştur. Bu aşamada cinsiyetten başka diğer bir değişken olan yaşın özgün katkısının olmadığı ve dolayısıyla da sınav kaygısının duyuşsallık boyutunu yordamada anlamlı olmadığı görülmektedir.

Sınav kaygısının duyusallık boyutunu yordamada ikinci aşamada ele alınan problem çözme becerilerinden aceleci yaklaşım ve planlı yaklaşımın yordayıcı etkisinin olduğu görülmektedir. İstatistiksel olarak anlamlı olan bu iki problem çözme becerisinin sınav kaygısının duyusallık boyutunu yordamada kullanılabileceği ortaya çıkmaktadır. Aceleci yaklaşım azaldıkça duyusallık belirtilerinde artma meydana gelmektedir. Planlı yaklaşım arttıkça duyusallık belirtileri artmaktadır. Beklenenin aksine elde edilen bu sonuçların araştırmada kullanılan problem çözme becerileri envanterinin derecelendirmesinin kullanılan diğer bütün ölçeklerin derecelendirmesinin tersi yönünde olmasından kaynaklanabileceği düşünülebilir.

Üçüncü aşamada ele alınan benlik saygısının sınav kaygısının duyusallık boyutu üzerinde yordayıcı etkisinin olmadığı görülmektedir. Önceki çalışmalardan farklı olarak karşımıza çıkan bu bulgunun, sınav kaygısının duyusallık boyutunun otonom sinir sistemindeki değişiklikleri (kalp atışlarının hızlanması, mide bulantısı gibi) içermesinden kaynaklanmış olabileceği düşünülebilir. Mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda yüksek benlik saygısının mükemmeliyetçilik ve çeşitli psikolojik semptomlar arasında hafifletici bir rolü olduğunu vurgulamışlardır (RICE ve diğ., 1998, s.308; PREUSSER, RICE-ASHBY, 1994, s.90).

Dördüncü adımda modele istatistiksel olarak özgün katkı sağlayan diğer bir değişken kontrol odağıdır. Kontrol odağının sınav kaygısının duyusallık boyutunu yordamada kullanılabileceği ortaya çıkmıştır. Dışsal kontrol odağı arttıkça duyusallık belirtilerinin arttığı anlaşılmaktadır. Kaygı yaratan durum üzerinde kişisel kontrolün zayıf olmasının kaygı düzeyini artırdığı görülmektedir. Bu sonuç, sınav kaygısının bireyler üzerinde negatif ve zorlaştırıcı bir etkisinin olduğunu ve azalan kişisel kontrolün performans anksiyetesini artırdığını belirten önceki çalışmalarla benzerlik göstermektedir (ALPERT-HABER, 1960, s.210; MOR, DAY, FLETT-HEWITT, 1995, s.215).

Beşinci aşamada ele alınan öz-yeterlilik inançlarının sınav kaygısının duyusallık boyutunu yordamada etkisinin olduğu görülmektedir. İstatistiksel olarak anlamlı olan öz-yeterlilik inançlarının duyusallığı yordamada kullanılabileceği ortaya çıkmıştır. Öz-yeterlilik inançları veya kişinin yapabileceğine ilişkin inançları azaldıkça sınav kaygısının duyusallık belirtileri artmaktadır. Sınav kaygısı ve öz-yeterlilik inançları arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalar bulunmamakla birlikte, uyumsuz ya da sağlıklı

mükemmeliyetçilik olarak adlandırılan negatif mükemmeliyetçiliğin düşük öz-yeterlilik algılamaları ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (LOCICERO-ASHBY, 2000, s.183; DUNKLEY ve diğ., 2000, s.340).

Bu çalışmada özellikle mükemmeliyetçilik tutumlarının sınav kaygısını yordama özelliği ele alınmıştır. Duyuşallık türü sınav kaygısı ile mükemmeliyetçilik boyutları arasındaki korelasyon bulgularından modellenerek demografik özellikler, benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik ve problem çözme becerilerinin kontrol altına alınmasıyla duyuşallık türü sınav kaygısının yordanması incelenmiştir. Bu modelde hatalara aşırı ilgi ve davranışlardan şüphe boyutlarının yordayıcı etkisinin olduğu görülmektedir. İstatistiksel olarak anlamlı olan bu iki mükemmeliyetçilik alanının duyuşallığı yordamada kullanılabilceği anlaşılmaktadır. Hatalara aşırı ilgi arttıkça sınav kaygısının duyuşallık belirtileri de artış göstermektedir. Hatalara negatif tepkiler gösterme, hataları başarısızlıkla aynı görme ve başarısızlık durumunda diğerlerinin saygısını kaybedeceğine inanma eğiliminin artmasının duyuşallık belirtilerinin artmasına yol gösterici nitelikte olduğu görülmektedir. Yüksek sınav kaygısı taşıyan bireylerin diğerlerinin beklenti ve yargılamalarına aşırı derecede dikkat etmeleri, elde edilen sonucun beklentiler doğrultusunda olmasını beraberinde getirebilmektedir. Sosyal düzene mükemmeliyetçilerin daha yüksek sınav kaygısı gösterme eğiliminde olmaları çeşitli araştırmacılar tarafından desteklenmiştir (ONWUEGBUIZE-DALEY, 1999, s.1090; ÖZBAY, 2002, s.6).

Son aşamada modele özgün katkı sağlayan diğer bir mükemmeliyetçilik boyutu davranışlardan şüphedir. Davranışlardan şüphe arttıkça sınav kaygısının duyuşallık belirtileri de artmaktadır. Bireylerin işlerini ya da görevlerini tamamlama yönündeki şüphelerinin artması duyuşallık belirtilerinin artmasına yol gösterici olabilir. Mükemmeliyetçi bireylerin performansın niteliği ile ilgili şüphe duygusuna sahip oldukları bilinmektedir (BURNS, 1980, s.34; HAMACHEK, 1978, s.28). Frost ve arkadaşları (1990) mükemmeliyetçilerin değerlendirici görevlerden kaçındıklarını desteklemiştir. Benzer şekilde Frost ve Marten (1990) ise yaşadıkları negatif duyguların sonucu olarak mükemmeliyetçilik ve değerlendirme anksiyetesi arasındaki ilişki göstermişlerdir. Duygusal tepkilere dayalı olarak mükemmeliyetçiliğin yazma endişesi, sınav kaygısı ve sosyal anksiyete gibi anksiyetenin özel durumları ile ilişkili olabileceğini yordamışlardır.

Sınav kaygısının duyusallık boyutu üzerinde mükemmeliyetçiliğin yordayıcı rolünün incelendiği regresyon analizinde olduğu gibi sınav kaygısının kuruntu boyutu üzerinde mükemmeliyetçiliğin yordayıcı rolü araştırılırken de benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik inançları ve problem çözme becerilerinin ara (mediative) etki yaptığı varsayımı gerçekleştirilmiştir.

Gerçekleştirilen regresyon analizinde birinci basamakta ele alınan demografik değişkenlerin her ikisinin de sınav kaygısının kuruntu boyutunun mükemmeliyetçilik tutumlarından yordanmasında ön değişken olma görevi gördükleri belirlenmiştir. Yaş düzeyi arttıkça kuruntu belirtileri artış göstermektedir. Araştırmanın yapıldığı örneklem grubunun yaşlarının ortalamadan çok fazla sapma göstermedikleri göz önünde bulundurulursa, kuruntu boyutunda yaşın çok önemli bir etken olmadığı düşünülebilir. Bu aşamada diğer bir değişken olan cinsiyetin de sınav kaygısının kuruntu boyutunu yordamada etkili olduğu görülmektedir. Kızların erkeklerden daha fazla kuruntu belirtileri gösterdikleri anlaşılmaktadır. Arch (1987) bayanların kendilerini daha az yapabilir değerlendirmeleri ve bayanların kendilerini daha az yeterli bulmaları ile birlikte erkeklere oranla daha fazla sınav kaygısı yaşadıklarını belirtmiştir.

Kuruntu tarzı sınav kaygısını yordamada ikinci aşamada ele alınan problem çözme becerilerinden aceleci yaklaşım, kaçınan yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşımın yordayıcı etkisinin olduğu görülmektedir. İstatistiksel olarak anlamlı olan bu problem çözme becerilerinin sınav kaygısının kuruntu boyutunu yordamada kullanılabileceği ortaya çıkmaktadır. Aceleci yaklaşım azaldıkça kuruntu belirtilerinde artma meydana gelmektedir. Kaçınmacı yaklaşım azaldıkça kuruntu belirtilerinde artma meydana gelmektedir. Bunun yanı sıra kendine güvenli ve planlı yaklaşım arttıkça sınav kaygısında artış meydana gelmektedir. Duyusallık boyutunda olduğu gibi beklenilenin tersine çıkan bu sonuçlar kullanılan problem çözme becerileri envanterinin diğer ölçme araçlarındakinin tersine bir derecelendirmeye sahip olmasından kaynaklanabileceği görüşü desteklenmiştir. Hembree (1988), yüksek düzeyde sınav kaygısının problem çözme becerileri ile negatif olarak ilişkili olduğunu göstermiştir.

Üçüncü aşamada modele istatistiksel olarak özgün katkı sağlayan diğer bir değişken benlik saygısıdır. Benlik saygısı arttıkça kuruntu belirtilerinin arttığı görülmektedir. Düşük benlik saygısının sağlıksız mükemmeliyetçilik olarak değerlendirilen negatif



mükemmeliyetçiliğe eşlik ettiği bir çok kuramcı (BURNS, 1980, s.34; HORNEY, 1956, s.26; PACT, 1984, s.389; SOROTZKIN, 1985, s.569) ve araştırmacılar (RICE, ASHBY-SLANEY, 1998; ASHBY-RICE, 2002, s.200; STUMPF-PARKER, 2000, s.842) tarafından belirlenmiştir. Bu çalışmada düşük benlik saygısına sahip üstün yetenekli öğrencilerin daha yüksek kuruntu belirtileri gösterdikleri şeklindeki sonucun diğer araştırmalara yol gösterici nitelikte olduğu düşünülmektedir.

Dördüncü aşamada ele alınan kontrol odağının sınav kaygısının kuruntu boyutunu yordamada etkisinin olduğu görülmektedir. Dışsal kontrol odağı azaldıkça yani içsel kontrol odağı arttıkça kuruntu belirtileri artmaktadır. Sınav kaygısının bilişsel yönünü oluşturan kuruntu boyutunun bireyin kendisi hakkındaki olumsuz değerlendirmelerini, düşüncelerini, beceriksizliğine ilişkin olumsuz düşüncelerini ve iç konuşmalarını meydana getirebilmektedir. Bireyin kişisel denetiminin artması kendisi hakkındaki olumsuz iç konuşmalarını meydana getirebilmektedir. Kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin içsel kontrol odağı ile ilişkili bulunması (FLETT-HEWITT-BLANKSTEIN-O'BRIEN, 1991, s. 65; HEWITT-FLETT, 1991b, s.459) dolaylı olarak da olsa bu bulguyu destekleyici niteliktedir.

Beşinci aşamada ele alınan öz-yeterlilik inançlarının sınav kaygısının kuruntu boyutunu yordayıcı etkisinin olduğu görülmektedir. Öz-yeterlilik inançları azaldıkça kuruntu tarzı sınav kaygısı artmaktadır. Bireyin yapabilirliğine ilişkin inançlarının azalması sınav kaygısının bireyin olumsuz değerlendirmelerini ve düşüncelerini içeren kuruntu tarzı sınav kaygısının artmasına yol açmaktadır. Uyumsuz mükemmeliyetçilerin düşük öz-yeterlilik algılamalarına sahip oldukları (LOCICERO-ASHBY, 2000, s.183), yüksek düzeyde stres ve kaygı yaşadıkları (EY ve diğ., 2000, s.28) ve stresli durumlarda başa çıkma becerilerinin eksikliği ile ilgili düşük öz-yeterlilik algılamalarına sahip oldukları önceki çalışmalardan bilinmektedir. Ulaşılması imkansız amaçlar, yüksek standartlar ve performans arasındaki zıtlıklar, düşük öz-yeterlilik inançları ile birleştiğinde kuruntu tarzı sınav kaygısının artmasına neden olmaktadır.

Bu çalışmada öncelikli olarak mükemmeliyetçilik tutumlarının duyuşsallık tarzı sınav kaygısını yordamasının yanı sıra diğer bir sınav kaygısı alt boyutu olan kuruntuyu yordayıcı özelliği de araştırılmıştır. Demografik değişkenler, benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik inançları ve problem çözme becerilerinin kontrol altına alınmasıyla sınav



kaygısının kuruntu boyutunu yordamada mükemmeliyetçilik boyutlarından hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, ailesel eleştiri ve kişisel standartlar boyutlarının yordayıcı etkisi olduğu görülmektedir. İstatistiksel olarak anlamlı olan bu dört mükemmeliyetçilik boyutunun kuruntu belirtilerini yordamada kullanılabileceği anlaşılmaktadır. Hatalara aşırı ilgi gösterme arttıkça sınav kaygısının kuruntu belirtilerinde artma meydana gelmektedir. Duyuşsallık boyutunda olduğu gibi hatalarını başarısızlıkla eşit olarak görme eğiliminin ve başarısızlığının sonucu diğerlerinin saygısını kaybedeceğine inanma eğilimlerinin artmasının bireyin kendisi hakkında olumsuz değerlendirme ve düşüncelerini yansıtan kuruntu belirtilerinin artmasına neden olduğu söylenebilir. Bireyin hatalarına ilişkin negatif değerlendirmeleri ve tepkileri arasındaki ilişki bireyin üretkenliğini olumsuz yönde etkilemektedir.

Son aşamada modele istatistiksel olarak özgün katkı sağlayan diğer bir mükemmeliyetçilik boyutu davranışlardan şüphedir. Davranışlardan şüphe etme eğilimi arttıkça kuruntu belirtileri de artmaktadır. Bireyin davranışının niteliğinden, işlerini tamamlama becerisinden şüphe etme duygusu sınav kaygısının kuruntu belirtilerinin artmasına ve yeteneksiz olduğu ya da yeterince hazırlanıp hazırlanamadığı ile ilgili olumsuz iç konuşmaları performansın azalmasını beraberinde getirebilmektedir. Modele katkı sağlayan mükemmeliyetçilik boyutlarından birisi de ailesel eleştiridir. Ailesel eleştiri arttıkça kuruntu belirtileri artmaktadır. Ebeveynlerini aşırı derecede eleştirel olarak algılama arttıkça bireyin kendisi ile ilgili olumsuz düşünceler ve iç konuşmalar geliştirme eğiliminin de arttığı görülmektedir. Performans amaçlı ailelerin çocukları baskı altına alınmış hissetme, yüksek ailesel eleştiriler algılama, erteleme, başarısızlık (ADDERHOLT-ELLIOTT, 1989, s.20) davranışlardan şüphe ve hatalara aşırı ilgi gibi performans anksiyetesi için risk faktörü oluşturabilen özelliklere sahiptirler (HEWITT ve diğ., 1992, s.185). Yüksek kaygılı bireylerin diğerlerinin eleştiri ve yargılamalarına aşırı duyarlı olmaları ailesel eleştirinin artmasına paralel olmasını ortaya çıkarabilmektedir. Son olarak modele özgün katkısı istatistiksel olarak anlamlı bulunan mükemmeliyetçilik boyutu kişisel standartlardır. Kişisel standartlar azaldıkça kuruntu belirtilerinin arttığı görülmektedir. Bu önemli sonuç mükemmeliyetçilik değerlendirmelerinde kişisel standartların uyumlu mükemmeliyetçiliğin önemli bir özelliği olmasıyla ilişkilendirilebilir. Yüksek kişisel standartların pozitif kişilik özellikleri ve pozitif başarı çabasıyla ilişkilendirildiği (FROST ve diğ., 1990, s.460) düşünüldüğünde kişisel standartların

olmaması başarı motivasyonu olumsuz olarak etkilenmekte ve dolayısıyla bireydeki kuruntu belirtilerini artırabilmektedir.

Araştırma sonuçlarına cinsiyet değişkeni açısından bakıldığında, sınav kaygısı, toplam mükemmeliyetçilik ve bazı mükemmeliyetçilik alt ölçeklerinde cinsiyetler arası farklılıkların olduğu görülmektedir. Kızların sınav kaygısı yaşama eğilimleri erkeklerin sınav kaygısı yaşama eğilimlerinden yüksek bulunmuştur. Sonuç olarak kızların erkeklere oranla daha fazla sınav kaygısı gösterme eğiliminde oldukları belirlenmiştir. Mükemmeliyetçilik tutumlarına ilişkin cinsiyet farklılıkları incelendiğinde erkeklerin kızlara oranla daha fazla mükemmeliyetçi olma eğilimi taşıdıkları belirlenmiştir. Mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarındaki cinsiyet farklılıkları incelendiğinde ise benzer olarak erkeklerin kızlara oranla daha fazla hatalara ilgi gösterme, ailelerini eleştirel olarak algılama ve yüksek standartlara sahip olma eğiliminde oldukları anlaşılmaktadır. Erkeklerin kızlara oranla daha fazla mükemmeliyetçi olması yönündeki cinsiyet farklılıkları, ebeveynlerin erkek çocuklardan beklenti düzeylerinin yüksek olması özelliğini taşıyan geleneksel Türk aile sisteminin bir getirisi olarak düşünülebilir. Araştırmadan elde edilen bu sonucun üstün yetenekli kızların üstün yetenekli erkeklerden daha fazla mükemmeliyetçiliğe eğilimi gösterdikleri yönündeki literatür bilgileriyle çelişkili olduğu görülmektedir (BAKER, 1996, s.358; BELLONY, 1993, s.56; SIEGLE-SCHULER, 2000, 40). Siegle ve Schuler (2000)'ın üstün yetenekli erkeklerin üstün yetenekli kızlardan daha yüksek ailesel beklentilere sahip olma eğiliminde oldukları şeklindeki sonuçları ise araştırma sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Kontrol odağı üzerindeki cinsiyet farklılıkları incelendiğinde kontrol odağının cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermediği görülmektedir. Araştırma grubunu oluşturan Fen lisesi öğrencilerinin üstün yetenekli olarak değerlendirilmesi, aşırı başarı güdüsüne sahip başarı oryanteli öğrenciler olmaları cinsiyet farklılıklarının olmaması sonucunu beraberinde getirmiş olabilir. Karness ve D'Illo (1991)'nin bulguları üstün yetenekli kız öğrencilerin daha çok içsel kontrol odağına sahip olma eğiliminde olduklarını göstermiştir.

Sınav kaygısının boyutları olan duyuşallık ve kuruntu puanlarının mükemmeliyetçilik düzeylerine göre farklılık gösterdiği görülmektedir. Mükemmeliyetçilik düşük, orta ve yüksek olarak üç farklı kategoride ele alınmıştır. Araştırma sonuçları yüksek düzeyde mükemmeliyetçi olarak değerlendirilen bireylerin orta ve düşük düzeydeki

mükemmeliyetçi bireylere göre daha fazla duyusallık ve kuruntu belirtileri gösterme eğiliminde olduklarını göstermektedir.

Ebeveyn tutumları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında ilişki bulunmamasına rağmen, anne-babanın eğitim düzeyine ilişkin anlamlı bulgular mükemmeliyetçilik üzerinde aile biçimlerinin rolünü göstermektedir. Sonuçlar okur-yazar düzeyde eğitime sahip anne-babaların çocuklarının üniversite ve üstü eğitime sahip anne-babaların çocuklarından daha fazla mükemmeliyetçi olma eğiliminde olduklarını göstermektedir. Ülkemizde özellikle okur-yazar ya da düşük seviyelerde eğitime sahip ve bunun doğurduğu çeşitli sıkıntıları ve güçlükleri yaşamak zorunda olan ailelerin çocuklarının kendileri gibi olmamaları yönünde çok fazla çaba gösterdikleri gözlenmektedir. Bu isteklerinin paralelinde çocuklarına yönelik yüksek beklentilere ve standartlara sahip olma olasılıklarının bir uzantısı olarak düşük düzeyde eğitime sahip ebeveynlerin çocuklarının daha fazla mükemmeliyetçi olma eğiliminde olmaları sonucu ortaya çıkabilir. Hewitt ve Flett (1991b), düşük eğitim seviyesine sahip ailelerden gelen üniversite öğrencilerinin ailelerini kendilerine ilişkin çok yüksek beklentilere sahip olarak algıladıklarını belirtmişlerdir. Ayrıca bu aileler çocuklarına mükemmeliyetçi istekler yükleyebilmektedirler.

Araştırmanın diğer bir denencesi ilk doğan ergenlerin diğerlerine göre daha fazla mükemmeliyetçi olma eğilimine sahip oldukları, yani mükemmeliyetçilik üzerinde doğum sırasının etkisinin var olduğu şeklindeydi. Adleryan yaklaşım bireyin ailesi içindeki pozisyonuna ve kardeşler arasındaki ilişkileri özel bir önem verir. Adler beş psikolojik pozisyon belirlemiştir; en büyük çocuk, ikinci çocuk, ortanca çocuk, en küçük çocuk ve tek çocuk. Bireyin aile içindeki yerini yorumlamasını gerçek doğum sırasından daha önemli gören Adler'in bu görüşleri ile birlikte tüm insan problemlerinin doğasında aile içi ilişkilerin olduğu vurgulanmıştır (COREY, 1991, s.138). Araştırma sonuçlarına bakıldığında mükemmeliyetçilik düzeyi üzerinde doğum sırasına ilişkin bir değişkenliğe rastlanmamaktadır. Daha önce gerçekleştirilen araştırmalarda doğum sırasının mükemmeliyetçilik düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu bulunmuştur. Parker (1997, 1998) ve Schuler (1997) üstün yetenekli ergenlerle yaptıkları çalışmalarının sonuçları ilk doğan çocukların sağlıklı mükemmeliyetçi olma olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Siegle ve Schuler (2000)'ın araştırma sonuçları ise ilk doğan ergenlerin ailesel eleştiri ve ailesel beklentilerinin en yüksek seviyelerini; en küçük

ergenlerin ise ailesel eleştiri ve ailesel beklentiler alanlarının en düşük seviyelerini gösterdiklerini ortaya koymaktadır.

Doğum sırasının yanı sıra üstün yetenekli öğrencilerde kardeş sayısı ve ebeveyn tutumlarının mükemmeliyetçilik düzeyleri ile ilişkisi tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Araştırmada kardeş sayısı tek çocuk olma, iki kardeş, üç kardeş, dört ve üstü kardeşe sahip olma şeklinde değerlendirilmiştir. Sonuçlar dört ve üstü kardeş olanların diğerlerine göre daha fazla mükemmeliyetçi olma eğiliminde olduklarını, yani kardeş sayısı arttıkça mükemmeliyetçi olma olasılığının arttığını göstermiştir. Mükemmeliyetçilik boyutları ve kardeş sayısı ile ilgili yapılan araştırmalar genellikle tek çocuk ve ilk çocuk olma üzerine yoğunlaşmıştır. Literatürde tek çocuk yada ilk/son çocuk olmanın mükemmeliyetçilik düzeylerinde belirleyici bir rol oynadığı tartışılmaktadır. Örneğin, Parker (1997, 1998) en küçük çocukların mükemmeliyetçi olmama ve uyumsuz mükemmeliyetçi olma olasılıklarının daha azken; ilk ve tek çocukların sağlıklı mükemmeliyetçi olma olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Ebeveyn tutumlarının ilgili, koruyucu, demokratik, serbest, talepkar ve ilgisiz/umursamaz olma şeklinde sekiz farklı grupta ele alındığı sonuçlar mükemmeliyetçilik düzeylerinin ebeveyn tutumları ile ilişkili olmadığını göstermiştir. Araştırmaya katılan üstün yetenekli ergenlerin % 3.5'i ebeveynlerini baskıcı, % 7'si kaygılı, % 51.3'ü ilgili, % 6.3'ü koruyucu, % 12.3'ü demokratik, % 10.2'si serbest, % 8.6'sı talepkar, % .8'i ise ebeveynlerini ilgisiz/umursamaz olarak tanımlamışlardır. Araştırmanın bu bulgusu mükemmeliyetçi çocukların ailelerini aşırı derecede talepkar, baskıcı, eleştirel ve koşullu onaylama gösteren ebeveynler olarak tanımlayan mükemmeliyetçilik literatüründeki kuramsal bilgiler (MISSILDINE, 1963, s.62; HAMACHEK, 1978, s.30; BURNS, 1980, s.34; BARROW-MOORE, 1983, s.613) ve araştırma bulguları (ABLARD-PARKER, 1997, s.657; FLETT-HEWITT-SINGER, 1995, s.55; RICE-DELLWO, 2002, s.189) ile tutarsızlık gösterdiği görülmektedir. Örneğin, Flett, Hewitt-Singer (1995), erkek öğrencilerin sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik puanlarını anne-babalarının otoriterlik (cezalandırıcı, aşırı kontrol edici ve kısıtlayıcı) seviyeleri ile ilişkili bulmuşlardır.

Araştırmanın son hipotezine göre, üstün yetenekli öğrencilerde mükemmeliyetçilik ve sınav kaygısının boyutları olan duyuşsallık ve kuruntu arasında ilişkinin olması beklenmiştir. Sınav kaygısının hem duyuşsallık hem de kuruntu boyutlarının yapılan korelasyon ve regresyon analizi sonuçları ile mükemmeliyetçilik ile ilişkili olduğu

desteklenmiştir. Çalışmanın bu bulguları diğer araştırma sonuçları ile benzerlikler göstermektedir. Örneğin Boxtell ve Mosks (1992), üstün yeteneklilerin genel, akademik ve sosyal benlik kavramları ile ilgili çalışmalarının sonucunda üstün yeteneklilerin düşük akademik benlik kavramı ve yüksek sınav kaygısı taşıdıklarını bulmuşlardır. Diğer yandan, üstün yetenekliler alanında olmamakla birlikte benzer şekilde sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilikle sınav kaygısı arasında ilişki olduğu desteklenmiştir (MILLS-BLANKSTEIN, 2000, s.1191; ÖZBAY, 2002, s.6).

Genel olarak değerlendirdiğimizde mükemmeliyetçilik tutumlarının sınav kaygısının duyusallık ve kuruntu boyutlarını yordayıcı rolünün benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik inançları ve problem çözme becerilerinin kontrol altına alınmasıyla gerçekleştirilen analiz sonuçlarının modelimizi desteklediğini söyleyebiliriz.

## 52. Öneriler

Sınav kaygısının duyusallık ve kuruntu boyutlarının mükemmeliyetçilik tutumları ile yordanabilirliği bu araştırma ile desteklenmiştir. Mükemmeliyetçilik çeşitleri ve boyutları benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik inançları ve problem çözme becerileri ara değişkenleri ile birlikte sınav kaygısı boyutlarını açıklamaktadır. Değişkenlerin etkileşimi göz önüne alındığında yüksek sınav kaygısına sahip üstün yetenekli öğrencilerin üniversite giriş sınavındaki performanslarını etkileyebileceği söylenebilir. Bu doğrultuda, öncelikli olarak üstün yetenekli öğrencilerle ilgili diğer çalışmalar paralelinde, bu öğrencilerin diğer özellikleri de dikkate alınarak sağlıklı mükemmeliyetçilik tutumlarının başarı için motivasyon kaynağı olabilecek olumlu mükemmeliyetçiliğe yönelmesini teşvik edici programlar hazırlanabilir.

Bu çalışmada sadece üstün yetenekli öğrenciler ele alınmıştır. Üstün yetenekli öğrencilerin pozitif ve negatif mükemmeliyetçiler olarak sınıflandırılmasını içeren kategorik çalışmaların alana farklı bulgular sağlayacağı düşünülmektedir. Bunun yanı sıra farklı akademik başarı düzeylerindeki üstün yetenekli olmayan öğrenciler ile üstün yetenekli öğrenciler arasında karşılaştırmaya dayalı çalışmalar yapılabilir. Bu kategorik çalışmalar akademik başarı seviyeleri ve çeşitlerinin farklılığını değerlendirme ile birlikte negatif mükemmeliyetçilerin başarıya ulaşmalarını engelleyici unsurların ve bu grubun ihtiyaçlarının belirlenmesine katkı sağlayabilir.



Özellikle eğitim hayatımızda aile ve önemli değerleri tarafından genellikle en iyiye ulaşmaya teşvik edildiğimiz bilinen bir gerçektir. Çalışmadan elde edilen mükemmeliyetçilik ve anne-baba eğitim düzeyleri arasındaki ilişkilerden yola çıkarak ailelerin eğitim durumunun çocuklarındaki mükemmeliyetçiliği nasıl etkilediğini yordayıcı çalışmalar yapılabilir. Toplumumuzda mükemmeliyetçilik ve üstün yetenekliliğin istenilir özellikler olarak algılandığı göz önünde bulundurularak aile beklentilerinin ve aile mükemmeliyetçilik düzeylerinin çocuklardaki mükemmeliyetçilik çeşidinin gelişimi üzerindeki etkisi araştırılabilir. Ayrıca aile ve önemli değerlerinin yanı sıra araştırma grubumuzu oluşturan Fen lisesi öğrencilerinin okulda aşırı yüklenme yapılmasının mükemmeliyetçilik ve sınav kaygısı gibi sonuçların ortaya çıkmasındaki etkililiği de ileriki çalışmalarda ele alınabilir. Öğrencilerin yatılı olarak eğitim görmeleri de hazırlanacak programlarda dikkate alınması gereken bir unsur olabilir. Yatılı eğitim görmelerinin de etkisiyle ailelerinin kendileri ile ilgili yüksek beklentilere sahip olduklarına inanma eğilimi geliştirebilirler. Çocukların mükemmeliyetçilik ve sınav kaygısı gibi önemli sorunları yaşamalarında aile faktörünün öneminden dolayı, ailelere yönelik programların gerçekleştirilmesi faydalı olabilecektir.

Bu çalışmada Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin üstün yetenekli öğrencilerde kullanılmak üzere uyarlaması yapılmıştır. Yapılabilecek olan kategorik çalışmalarda kullanılmak üzere ölçeğin üstün yetenekli olmayan öğrenci popülasyonuna uyarlama çalışması yapılabilir.

Ülkemizdeki üstün yeteneklilerin özelliklerini ve ihtiyaçlarını belirlemeye dönük olarak yapılabilecek çalışmaların uygulama boyutunun, üstün yetenekli öğrencilere yönelik psikolojik danışma hizmetleri ile paralel işlemesi, üstün yetenekli öğrencilerin sınav kaygısı gibi problemlerini ya da sosyal ve duygusal sorunları ile etkili bir şekilde başa çıkmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bunun yanında üstün yeteneklilere yönelik gerçekleştirilecek psikolojik hizmetlerin kapsamında cinsiyet değişkenliği de göz önünde bulundurularak, öz-saygı eğitimi, problem çözme becerileri eğitimi, sağlıklı mükemmeliyetçilik ve sınav kaygısı programları da yer almalıdır.



## YARARLANILAN KAYNAKLAR

### a. Kitaplar

- ADDERHOLT-ELLIOT, M. :Perfectionism: What's Bad About Being too Good? MN:Free Spirit, Minneapolis, 1987.
- ADKINS, K. K. :Relationship between Perfectionism and Suicidal Ideation for Students in a College Honors Program and Students in a Regular College Program, Unpublished Doctoral Dissertation, University of Alabama, Birmingham, 1994.
- ADLER, A. :The Neurotic Disposition, In H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher (Eds.), *The Individual Psychology of Alfred Adler*, New York: Harper, 1956.
- ARCH, E. :Differential Responses of Females and Males to Evaluative Stress: Anxiety, Self-Esteem, Efficacy and Willingness to Participate, In R. Schwarzer, H. M. Van der Ploeg & C. D. Spielberger, (Eds.), *Advances in Text Anxiety Research* (Vol.5, pp. 97-106)., The Netherlands: Swets & Zeitlinger, Lisse, 1987.
- BALLS, S. :Anxiety and Test Performance, In Spielberger, C. and Wagg, P. (Eds.), *Test Anxiety: Theory, Assessment and Treatment*. Taylor & Francis Publishers, Washington, DC., 1995.

- BECK, A. ve diğeri :Cognitive Therapy and Depression, New York, Guilford, 1979.
- BELLAMY, J. :Perfectionism in Adolescent: A Comparison of Private and Public School Students, Unpublished Master's Thesis, University of Manitoba, Canada, 1993.
- BORG, W. R.
- GALL, M. :Educational Research: An Introduction. N.Y: Longman, 1989.
- CSIKSZENTMIHALYI, M.  
ve diğeri :Talented Teenagers: The Roots of Success and Failure, New York: Cambridge University Press, 1993.
- COREY, G. :Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy, Brooks/Cole Publishing Company, Pacific Grove, California, 1991.
- DEFFENBACHER, J. L. :Worry and Emotionality Text Anxiety. In G. Sarason, (Eds.), Text Anxiety: Theory, Research and Applications, Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1980.
- DUSEK, A. D. :The Development of Test Anxiety in Children, In Sarason, I. (Ed), Test Anxiety: Theory, Research and Applications, Hilldate, NJ: Lawrance Erlbaum Associations Publishers, 1980.
- ELLIS, A. :Rational Emotive Therapy, In R. Corsini (Ed.), Current Psychotherapies (4th ed.), Itasca, IL: Peacock, 1989.
- GALLAGHER, J. J. :Teaching the Gifted, Allyn & Bacon, Boston, 1985.

- GARDNER, H. :Intelligence Refremed: Multiple Intelligences for the 21<sup>st</sup> Century, Basic Books, New York, 1999.
- HALLAHAN, D. P.
- KAUFMAN, J. M. :Exceptional Children: Introduction to Special Education, Prentice Hall, Englewood Cliffts, New Jersey, 1991.
- HOLLANWORTH, L. :Children above 180 IQ, Stanford Binet: Orijin and Development, Yonkers-on-Hudson; World Book Company, 1942.
- HORNEY, K. :Nevrozlar ve İnsan Gelişimi, Çev: Selçuk BUDAK, Öteki Yayınevi, Ankara, 1996.
- JAMES, M.
- JONGEWARD, D. :Kazanmak için Doğarız, Çev: Tülin ŞENRUH, İnkılap ve Aka Yayınevleri, 1992.
- JONOS, P.
- ROBINSON, N. :Psychosocial Development in Intellectually Gifted Children, In F. D. Horowitz & M. O'Brien (Eds.), The Gifted and Talented: Developmental Perspectives, American Psychological Association, Washington, DC., 1985.
- LAZARUS, R. S.
- FOLKMAN, S. :Stress, Appraisal and Coping, Springer Publisher, New York, 1984.
- MAKER, C. J. :Education of the Gifted: Signicant Trends. In R. J. Morris - B. Blatt (Eds.), Special Education: Research and Trends, Rergamman Press, New York, 1986.
- MASLOW, A. :Motivation and Personality (Rev. Ed.), Harper & Row, New York, 1970.

- MURRAY, H. A. :Explorations in Personality, Oxford University Press, New York, 1983.
- MISSILDINE, W. H. :Your Inner Child of the Past, Simon & Schuster, New York, 1963.
- ÖZBAY, Yaşar :Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi, Erol Ofset, Trabzon, 2001.
- RENZULLI, J. S. :Systems and Models for Developing Programs for Gifted and Talented, Mansfield Center, CO: Creative Learning Center, 1986.
- RENZULLI, J. S.  
ve diğerleri :The Revolving Door Identification Model, Mansfield Center, CT: Creative Learning Press, 1981.
- SABAN, A. :Çoklu Zeka Teorisi ve Eğitimi, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2001.
- SARASON, I. G.
- SARASON, B. R. :Text Anxiety, (In H. Leitenberg (Ed.), Handbook of Social and Evaluation Anxiety, New York: Plenum, 1990.
- SCHULER, P. :Characteristic and Perceptions of Perfectionism in Gifted Adolascents in A Rural School Environment, Unpublished Doctoral Thesis, University of Connecticut, Storrs, 1997.
- SCHULER, P. A. :Voieces of Perfectionism: Perfectionistic Gifted Adolescents in a Rural Middle School, The National Research Center on the Gifted and Talented, University of Connecticut, 1999.

- SCHWARZER, R.  
JERUSALEM, M. :Advances in Anxiety Theory. A Cognitive Process Approach, In K. A. Hagtuet & T. B. Johnson (Eds.), Advances in Text Anxiety Research, The Netherlands, Swett & Zeitlinger, Lisse, 1992.
- SCHWARZER, R.  
LANGE, B. :Text Anxiety Development from Grade 5 to Grade 10: A Structural Equation Approach, In R. Schwarzer, H. M. Van der Ploeg & C. D. Spielberger, (Eds.), Advances in Text Anxiety Research, The Netherlands: Swets & Zeitlinger, Lisse, 1983.
- SPENCE, J. T.  
HEIMREICH, R. L. :Achivement-Related Motive and Behaviors, In J. T. Spence (Eds), Achivement and Achivement Motives: Psychological and Socialogical Perspectives, Freeman, San Francisco, 1983.
- SPIELBERGER, C. D.  
VAGG, P. R. :Text Anxiety: A Transactional Process Model, Taylor & Francis, Washington, DC, 1995.
- SPIELBERGER, C. D.  
ve diğerleri :The Nature and Treatment of Text Anxiety. (In M. Zucterman & C. D. Spielberger (Eds.), Emotions and Axiety: New Concepts, Methods and Applications, Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1986.
- STERNBERG, R. J.  
DAVIDSON, J. E. :Cognitive Development in The Gifted and Talented. In F. D. Horowitz & M. O'Brien (Eds.), The Gifted and Talented, Developmental Perspectives, American Psychological Association ,Washington, DC., 1983.

## b. Makale ve Bildiriler

ABLARD, K. E.

PARKER, W. D.

:“Parents’ Achivement Goals and Perfectionisim in Their Academically Talented Children”, **Journal of Youth & Adolescence**, Vol. 26, Nr.6 (December 1997), pp. 651-667.

ADDERHOLT-ELLIOT, M.

:“Perfectionism and Underachievement”, **Gifted Child Today**, Vol. 12 (1989), pp. 19-21.

ALPERT, R.

HABER, N.

:“Anxiety in Academic Situations”, **Journal of Abnormal and social Psychology**, Vol. 61 (1960), pp.207-215.

ASHBY, J. S.

HUFFMAN, J.

:“Religious Orientation and Multidimensional Perfectionism: Relationship and Implications”, **Counseling & Values**, Vol. 43 (1999), pp. 81-89.

ASHBY, J. S.

RICE, K.G.

:“Perfectionism, Dysfunctional Attitudes and Self-Esteem: A Structural Equations Analysis”, **Journal of Counseling and Development**, Vol. 80, Nr.2 (Spring 2002), pp.197-208.

ASHBY, J.

KOTTMAN, T.

:“Inferioty as a Distinction between Adaptive and Maladaptive Perfectionism”, **Individual Psychology**, Vol: 52 (1996), pp.237-245.

AYSAN, F. ve diğ erleri

:“Test Anxiety, Coping Strategies and Perceived Health in a Group of High School Students: A Turkish Sample”, **The Journal of Genetic Psychology**, Vol. 162, Nr.4 (December 2001), pp.402-411.



- BAKER, J. A. :“Everyday Stressors of Academically Gifted Adolescents”, **Journal of Secondary Gifted Education**, Vol.7 (1996), pp.356-368.
- BANDURA, A.  
LOCKE, E. A. :“Negative Self-efficacy and Goal Effects Revisited”, **Journal of Applied Psychology**, Vol. 88, Nr.1 (February 2003), pp.87-99.
- BANDURA, A. :Regulation of Cognitive Processes Through Perceived Self-Efficacy”, **Development Psychology**, Vol.25, Nr.5 (September 1989), pp.729-735.
- BARROW, J.  
MOORE, C. :“Group Intervention Perfectionistic Thinking”, **Personal and Guidance Journal**, Vol. 61 (1983), pp.612-615.
- BLATT, S. J. :“The Destructiveness of Perfectionism”, **American Psychologist**, Vol. 50 (December 1995), pp.1003-1020.
- BLATT, S. J.ve diğerleri :“Experiences of Depression in Normal Young Adults”, **Journal of Abnormal Psychology**, Vol. 25 (1976), pp.283-389.
- BLATT, S. J. ve diğerleri :“When and How Perfectionism Impedes the Brief Treatment of Depression Further Analyses of The National Institute of Mental Health Treatment of Depression Collaborative Research Program”, **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, Vol. 66 (April 1998), pp.423-428.
- BOXTEL, H. W. V.  
MONKS, F. J. :“General, Social and Academic Self-Concepts of Gifted Adolescent”, **Journal of Youth and Adolescence**, Vol. 21 (1992), pp.169-187.

BREWERTON, T. D.

GEORGE, M. S.

:“Is Migraine Related to Eating Disorders?”  
**International Journal of Eating Disorders**, Vol.14,  
Nr. 1(1993), pp.75-79.

BURNS, D. D.

:“The Perfectionist’s Script for Self-Defeat”,  
**Psychology Today**, Vol. 41 (1980), pp. 34.

CASSADY, J. C.

JOHNSON, R. E.

:“Cognitive Text Anxiety and Academic  
Performans”, **Contemporary Educational  
Psychology**, Vol. 27 (November 2001), pp.270-295.

CHANG, E. C.

RAND, K. L.

:“Perfectionism as a Predictor of Subsequent  
Adjustment: Evidence for a Specific Diathesis-Stress  
Mechanism Among College Students”, **Journal of  
Counseling Psychology**, Vol. 47, Nr.4 (2000),  
pp.129-137.

CHANG, E. C.

SANNA, L.J.

:“Negative Attributional Style as a Moderator of Link  
Between Perfectionism and Depressive Symptoms:  
Preliminary Evidence for an Integrative Model”,  
**Journal of Counseling Psychology**, Vol. 48 (2001),  
pp.490-495.

CHANG, E. C.

:“Perfectionism as a Predictor of Positive And  
Negative Psychological Outcomes: Examining a  
Mediation Model in Younger and Older Adults”,  
**Journal of Counseling Psychology**, Vol. 47(2001),  
pp.18-26.

- 
- COLEMAN, J. L. :“Examining the Link between Perfectionism and Psychological Maladjustment: Social Problem Solving as a Buffer”, **Cognitive Therapy and Research**, Vol.26, Nr.5 (October 2002), pp. 581-595.
- FULTZ, B. A. :“Special Class Placement, Level of Intelligence and the Self-Concepts of Gifted Children: A Social Comparison Perspective”, **Remedial and Special Education**, Vol.6, Nr.1 (1986), pp.7-12.
- D’ZURILLA, T. J.
- NEZU, A. M. :“Development and Preliminary Evaluation of the Social Problem-Solving Inventory”, **Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology**, Vol.2, Nr.2 (June 1990), pp.156-163.
- DEPREEUW, E. A. M. :“A Profile of the Text-Anxious Student”, **International Review Applied Psychology**, Vol. 33(1984), pp.221-232.
- DUNKLEY, D. M.
- BLANKSTEIN, K. R. :“Self Critical Perfectionism, Coping, Hassles and Current Distress: A Structural Equation Modeling Approach”, **Cognitive Therapy and Research**, Vol. 24, Nr.6 (2000), pp.713-730.
- DUNKLEY, D. M. ve diğ erleri :“The Relation between Perfectionism and Distress: Hassles, Coping and Perceived Social Support as Mediators and Moderators”, **Journal of Counseling Psychology**, Vol. 45 (2000), pp.337-353.

ENRIGHT, K. M.

RUZICKO, M. F.

:“Relationship between Parental Behaviors and the Self-Esteem of Gifted Children”, **Psychological Reports**, Vol. 65, Nr.3 (December 1989), pp.931-940.

EY, S. ve diğerleri

:“Attitudes and Factors Related to Seeking Mental Health Treatment among Medical and Dental Students”, **Journal of College Student Psychotherapy**, Vol. 14 (2000), pp.23-39.

FEATHER, N. T.

VOLKMER, R. E.

:“Preference for Situations Involving Effort Time Pressure and Feedback in Relation to Type A Behavior, Locus of Control and Text Anxiety”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 55, Nr.2 (August 1998), pp.266-271.

FERGUSON, K. L.

RODWAY, M. R.

:“Cognitive Behavioral Treatment of Perfectionism: Initial Evaluation Studies”, **Research on Social Work Practice**, Vol. 4,Nr.3 (July 1994), pp.331-455.

FLETT, G. L.

HEWITT, P.L.

:“Perfectionism in Relation to Attributions for Success or Failure”, **Current Psychology**, Vol. 17,Nr.2/3 (Summer/Fall 1998), pp.249-263.

FLETT, G. L. ve diğerleri

:“Dimensions of Perfectionism, Psychosocial Adjustment and Social Skills”, **Personality and Individual Differences**, Vol.20 (2002), pp.143-150.

---

:“Perfectionism and Parental Authority Styles”, **Individual Psychology**, Vol. 51 (1995), pp.50-60.

- 
- :“Psychological Distress and the Perfectionistic Thinking”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 75 (November 1998), pp.1363-1381.
- 
- :“Perfectionism and Learned Resourcefulness in Depression and Self-Esteem”, **Personality and Individual Differences**, Vol.12 (1991), pp.61-68.
- 
- :“Perfectionism, Life Events and Depressive Symptoms: A Test of a Diathesis-Stress Model”, **Current Psychology**, Vol.14 (1995), pp.112-137.
- FLETT, G. L. :“Perfectionism, Beliefs and Adjustment in Dating Relationships”, **Current Psychology**, Vol. 20, Nr.4 (Winter 2001), pp.289-311.
- FROST, R. O.
- MARTEN, P. A. :“Perfectionism and Evaluative Threat”, **Cognitive Therapy and Research**, Vol.14, Nr.6 (1994), pp.559-572.
- FROST, R. O.
- HERDERSON, K. J. :“Perfectionism and Reactions to Athletic Competition”, **Journal of Sport and Exercise Psychology**, Vol.13 (1991), pp.323-335.
- FROST, R. O. ve diğeri :“A Comparison of Two Measures of Perfectionism”, **Personality and Individual Differences**, Vol. 14 (1993), pp.119-126.
- 
- :“The Development of Perfectionism: A Study of Daughters and Their Parents”, **Cognitive Therapy and Research**, Vol. 15,Nr.6 (1991), pp.469-489.

- 
- :“The Dimensional of Perfectionism”, **Cognitive Therapy and Research**, Vol.14,Nr.5 (1990), pp.449-468.
- 
- :“Self-Monitoring of Mistakes among Subjects High and Low in Perfectionistic Concern over Mistakes”, **Cognitive Therapy and Research**, Vol.21,Nr.2 (1997), pp.209-222.
- GALBRAITH, J. :“The Eighth Great Gripe of Gifted Kids: Responding to Special Needs”, **Roeper Review**, Vol.7 (1985), pp.15-18.
- GARDNER, H.
- HATCH, H. :“Multiple Intelligences Go to Scholl: Educational Implications of the Theory Multihle Intelligences”, **Educational Researcher**, Vol.18, Nr. 8 (1989), pp.4-9.
- GREENSPON, T. S. :“Healty Perfectionism’ is an Oxymoron!”, **Journal of Secondary Gifted Education**, Vol. 11, Nr.4 (Summer 2000), pp.117-129.
- HAMACHEK, D. E. :“Psychodynamics of Normal and Neurotic Perfectionism”, **Psychology**, Vol. 15 (1978), pp.27-33.
- HEMBREE, R. :“Corelates, Causes, Effects and Treatment Text Anxiety”, **Review of Educational Research**, Vol. 58 (1988), pp.47-49.
- HEPPNER, P. P.
- PETERSEN, C. H. :“The Development and Implications of a Personal Problem Solving Inventory”, **Journal of Counseling Psychology**, Vol. 29 (1982), pp.66-75.



HEWITT, P. L.

DYCK, D. G.

:“Perfectionism, Stress and Vulnerability to Depression”, **Cognitive Therapy and Research**, Vol. 10 (1986), pp.137-142.

HEWITT, P. L.

FLETT, G. L.

:“Perfectionism and Depression: A Multidimensional Analysis”, **Journal of Social Behavior and Personality**, Vol. 5 (1990), pp.423-438.

---

:“Perfectionism in the Self and Social Context: Conceptualization, Assessment and Association with Psychopathology”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 60, Nr.3 (1991b), pp.456-47.

---

:“Dimensions of Perfectionism, Daily Stress and Depression. A Test of the Specific Vulnerability Hypothesis”, **Journal of Abnormal Psychology**, Vol. 102 (1993), pp.58-65.

---

:“Dimensions of Perfectionism in Unipolar Depression”, **Journal of Abnormal Psychology**, Vol. 100, Nr.1 (February 1991a), pp.98-101.

HEWITT, P. L. ve diğerleri

:“Perfectionism and Depression: Longitudinal Assessment of a Specific Vulnerability Hypothesis”, **Journal of Abnormal Psychology**, Vol. 105, Nr.2 (May 1996), pp.276-280.

---

:“Validation of Measure of Perfectionism”, **Journal of Personality Assessment**, Vol. 53, Nr. 1 (1989), pp133-144.

---

:“Perfectionism and Suicide Potential”, **British Journal of Clinical Psychology**, Vol.31 (May 1992), pp.181-190.

- 
- HEWITT, P.L. :“Perfectionism and Family Adjustment in Pain Patients and Their Spouses”, **Journal of Family Psychology**, Vol. 9 (1995), pp.335-347.
- GENEST, M. :“The Ideal Self: Schematic Processing of Perfectionistic Content in Dysphoric University Students”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 59, Nr.4 (1990), pp.802-808.
- HOGGE, R. D.
- RENZULLI, J. S. :“Exploring the Link between Giftedness and Self Concept”, **Review of Educational Research**, Vol. 63, Nr.4 (Winter 1993), pp.449-466.
- HOLLENDER. M. H. :“Perfectionism”, **Comprehensive Psychiatry**, Vol. 6 (1965), pp.94-103.
- JOHNSON, D. P.
- SLANEY, R. B. :“Perfectionism: Scale Development and a Study of Perfectionistic Clients in Counseling”, **Journal of College Student Development**, Vol. 37 (1996), pp.29-41.
- JOINER, T. E. ve diğerleri :“Perfectionism, Perceived Weight Status and Bulimic Symtoms two Studies Testing A Diathesis-Stress Mode”l, **Journal of Abnormal Psychology**, Vol. 106 (February 1997), pp.145-153.
- KARNES, F. A.
- D’LLLO,V. D. :“Locus of Control in Rural Southern Elementary Gifted Students”, **Psychological Reports**, Vol. 69, Nr.3 (December 1991), pp.927-932.

- KAWAMURA, K. Y. ve diğeri :“Perfectionism, Anxiety and Depression: Are the Relationships Independent?”, **Cognitive Therapy and Research**, Vol. 25 (2001), pp.291-301.
- KLINE, B. E.
- SHORT, E. B. :“Changes in Emotional Resilience: Gifted Adolescent Females”, **Roeper Review**, Vol. 13 (1991), pp.118-123.
- LASK, B.
- BRYANT-WAUGH, R. :“Early-onset Anorexia Nervosa an Related Eating Disorders”, **Journal of Child Psychology & Psychiatry, Allied Disciplines**, Vol. 33, Nr. 1 (1992), pp.281-300.
- LOCICERO, K. A.
- ASHBY, J. S. :“Multidimensional Perfectionism in Middle School Age Gifted Students: A Comparison to Peers from the General Cohort”, **Roeper Review**, Vol. 22, Nr.3 (April 2000), pp.182-185.
- LOVECKY, D. V. :“Exploring Social and Emotional Aspects of Giftedness in Children”, **Roeper Review**, Vol. 15 (1992), pp.18-29.
- MILLS, J. S.
- BLANKSTEIN, K. R. :“Perfectionism, Intrinsic vs Extrinsic Motivation and Motivated Strategies for Learning a Multidimensional Analysis of University Students”, **Personality and Individual Differences**, Vol. 29, Nr. 6 (2000), pp.1191-1204.

- MOR, S. ve diğeri :“Perfectionism, Control and Components of Performance Anxiety in Professional Artists”, **Cognitive Therapy and Research**, Vol. 19, Nr.2 (1995), pp.207-225.
- OLIVER, J. M. ve diğeri :“Healthy Perfectionism and Positive Expectations About Counseling”, **North American Journal of Psychology**, Vol. 3, Nr.2 (2001), pp.229-242.
- ONWUEGBUZE, A. J.
- DALEY, C. E. :“Perfectionism and Statistic Anxiety”, **Personality and Individual Differences**, Vol. 26 (1999), pp.1089-1102.
- ORANGE, C. :“Gifted Students and Perfectionism”, **Roeper Review**, Vol. 20, Nr.1 (September – October 1997), pp. 39-41.
- ÖZBAY, Y. :“The Mediating Effects of Perfectionism and Coping on Test Anxiety of Gifted and Non-Gifted High School Seniors”, **23th International Conferance of Stres and Anxiety**, 12-14 July-2002, Melbourne, Australia.
- ÖZBAY, Y.
- PALANCI, M. :“Üstün Yetenekli Çocuk ve Ergenlerin Psikosoyal Özellikleri”, **IX. Eğitim Bilimleri Kongresi**, Eylül-2000, Erzurum.
- PACHT, A. R. B. :“Peflections on Perfection”, **American Psychologist**, Vol. 39 (1984), pp.386-390.
- PARKER, W. D.
- ADKINS, K. K. :“Perfectionism and the Gifted”, **Roeper Review**, Vol. 17, Nr.3 (February 1995), pp.13-21.

- 
- :“The Incidence of Perfectionism in Honors and Regular College Students”, **Journal of Secondary Gifted Education**, Vol.7 (1995), pp.303-309.
- PARKER, W. D.
- MILLS, C. J. :“The Incidence of Perfectionism in Gifted Students”, **Gifted Child Quarterly**, Vol. 40, Nr.4 (Fall 1996), pp.194-199.
- PARKER, W. D.
- STUMPF, H. :“An Examination of the Multidimensional Perfectionism Scale with a Sample of Academically Talented Children”, **Journal of Psychoeducational Assessment**, Vol. 13 (1995), pp.372-383.
- PARKER, W. D. :“An Empirical Typology of Perfectionism in Academically Talented Children”, **American Educational Research Journal**, Vol. 34 (1997), pp.545-562.
- 
- :“Healthy Perfectionism in Gifted”, **Journal of Secondary Gifted Education**, Vol. 11, Nr. 4 (1997), pp.173-182.
- PREUSSER, K. ve diğerleri :“The Role of Self-esteem in Mediating the Perfectionism Depression Connection”, **Journal of College Student Development**, Vol. 35 (1994), pp.88-95.
- RASMUSSEN, S. A.
- EISEN, J. L. :“The Epidemiology and Clinical Features of Obsessive Compulsive Disorder”, **Psychiatric Clinics of North America**, Vol. 15, Nr. 4 (1992), pp.743-758.

- REIS, S. M. :“Reflections on Policy Affecting the Education of Gifted and Talented Students: Past and Future Perspectives”, **American Psychologist**, Vol. 44 (1989), pp.399-408.
- RENZULLI, J. S.
- DELCOURT, M. A. B. :“The Legacy and Logic of Research on Identification of Gifted Persons”, **Gifted Child Quarterly**, Vol. 30 (1986), pp.20-23.
- RICE, K. G.
- DELLWO, J. P. :“Perfectionism and Self-Development: Implications for College Adjustment”, **Journal of Counseling and Development**, Vol. 80, Nr.2 (Spring 2002), pp.188-197.
- RICE, K. G.
- MIRZADEH, S. A. :“Perfectionism, Attachment and Adjustment”, **Journal of Counseling Psychology**, Vol. 47, Nr.2 (2000), pp.238-250.
- RICE, K. G.
- SLANEY, R. B. :“Cluster of Perfectionism: Two Studies of Emotional Adjustment and Academic Achievement”, **Measurement and Evaluation in Counseling and Development**, Vol. 35, Nr.1 (April 2002), pp.135-149.
- RICE, K. G. ve diğeri :“Self-Esteem as a Mediator Between Perfectionism and Depression: A Structural Equations Analysis”, **Journal of Counseling Psychology**, Vol. 45, Nr.3 (1998), pp.304-314.



RICE, K. G:

LAPSLEY, D. K.

:“Perfectionism, Coping and Emotional Adjustment”, **Journal of College Student Development**, Vol. 42 (2001), pp.157-168.

ROEPER, A.

:“How the Gifted Cope with Their Emotions”, **Roeper Review**, Vol.5 (1982), pp. 21-26.

ROSEMAN, I. J.

:“Cognitive Determinants of Emotion: A Structural Theory”, **Review of Personality and Social Psychology**, Vol. 5 (1990), pp 11-36.

ROSEMAN, I. J. ve diğeri

:“Appraisals of Emotion-Eliciting Events: Testing a Theory Discrete Emotions”, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 59 (1990), pp.899-915.

ROTTER, J. B.

:“Generalized Expectancies for Internal vs. External Control of Reinforcement”, **Psychological Monographs**, Vol. 80 (1966), pp. 1-28.

SADDLER, C. D.

BUCKLAND, J R., R. L.

:“The Multidimensional Perfectionism Scale: Correlations with Depression in College Students with Learning Disabilities”, **Psychological Reports**, Vol. 77 (1995), pp. 83-490.

SCHULER, P. A.

:“Perfectionism and the Gifted Adolescent”, **Journal of Secondary Gifted Education**, Vol. 11, Nr. 4 (Summer 2000), pp.183-196.

SCHWARZER, R.

:“Worry and Demotivationality as Separate Components in Text Anxiety”, **International Review Applied Psychology**, Vol. 33 (1984), pp.205-220.

SIEGLE, D.

SCHULER, A. A.

:“Perfectionism Differences in Gifted Middle Students”, **Roeper Review**, Vol. 23 (September 2000), pp.39-44.

SLANEY, R. B.

ASHBY, J. S.

:“Perfectionism: Study of a Criterion Group”, **Journal of Counseling & Development**, Vol. 74, Nr.4 (March – April 1996), pp.51-81.

SLANEY, R. B. ve diğeri

:“Perfectionism in Asian Indians: Exploring The Meaning of The Construct in India”, **The Counseling Psychologist**, Vol. 28 (January 2000), pp.10-31.

---

:“The Revised Almost Perfect Scale”, **Measurement and Evaluation in Counseling and Development**, Vol. 34, Nr.3 (October 2001), pp.130-146.

---

:“Perfectionism: Its Measurement and Career Relevance”, **Journal of Career Assessment**, Vol. 3 (1995), pp.279-297.

SMITH, R. J.

:“Text Anxiety and Academic Competence: A Comparison of Alternative Models”, **Journal of Counseling Psychology**, Vol.37, Nr.3 (July 1990), pp.313-321.

SOROTZKIN, B.

:“The Quest for Perfection: Avoiding Guilt or Avoiding Shame”, **Psychotherapy**, Vol. 22 (1985), pp.564-571.

STOBAR, J.

JOORMANN, J.

:“Worry, Procrastination and Perfectionism: Differentiating Amount of Worry, Pathological Worry, Anxiety and Depression”, **Cognitive Therapy and Research**, Vol. 25 (2001), pp. 49-60.

- STRAUB, J. H. :“An Eclectic Counseling Approach to the Treatment of Panics”, **Journal of Integrative & Eclectic Psychotherapy**, Vol. 6, Nr. 4 (1987),pp. 434-449.
- STUMPF, H.
- PARKER, W. D. :“A Hierarchical Structural Analysis of Perfectionism and its Relation to Other Personality Characteristics”, **Personality and Individual Differences**, Vol. 28(2000), pp.837-852.
- SUDARTH, B. H.
- SLANEY, R. B. :“An Investigation of the Dimensions of Perfectionism in Collage Students”, **Measurement and Evaluation in Counseling and Development**, Vol. 34, Nr.3 (October 2001), pp.157-166.
- ŞAHİN, N.
- ŞAHİN, N. H.
- HEPPNER, P. P. :“Psychometric Properties of the Problem Solving Inventory in a Group of Turkish University Students”,**Cognitive Therapy and Research**, Vol. 17, Nr.4 (1993), pp. 379-396.
- VIETH, A. Z.
- TRULL, T. J. :“Family Patterns of Perfectionism: An Examination of College Students and Their Parents”, **Journal of Personality Assessment**, Vol. 72 (1999), pp.24-30.
- VOHS, K. D. ve diğerleri :“Perfectionism, Perceived Weight Status and Self-Esteem Interact to Predict Bulimic Symptoms: A Model of Bulimic Symptom Development”, **Journal of Abnormal Psychology**, Vol. 108 (1999), pp.695-700.

- VOLKMER, R. E.
- FEATHER, N. T. :“Relations between Type A Scores, Internal locus of and Test Anxiety”, **Personality and Individual Differences**, Vol. 12 (1991), pp.205-209.
- WEBB, J. :“Nurturing the Social-Emotional Development of Gifted Children”, **Teaching Exceptional Children**, Vol. 37 (1995), pp. 76-77.
- WINNER, E. :“The Orijins and Ends of Giftednes”, **American Psychologist**, Vol. 55 (2000), pp.159-169.
- WITTENBERG, K. J.
- NORCROSS, J. C. :“Practitioner Perfectionism: Relationship to Ambiguity Tolerance and Work Satisfaction”, **Journal of Clinical Psychology**, Vol. 57 (2001), pp.1543-1552.
- ZEIDNER, M.
- SCHLEYER, E. J. :“The Effects of Educational Context on Individual Difference Variables, Self-Perceptions of Giftedness, and School Attitudes in Gifted Adolescents”, **Journal of Youth and Adolescence**, Vol. 28, Nr. 6 (1999), pp.687-704.
- ZEIDNER, M.
- SCHLEYER, E. J. :“The Big-Fish-Little-Pond Effect for Academic Self-Concept, Text Anxiety and School Grades in Gifted Children”, **Contemporary Educational Psychology**, Vol. 24 (1998), pp.305-329.
- ZEIDNER, M. :“Does Test Anxiety Bias Scholastic Apptitude Test Performanceby Gender and Sociocultural Group?” **Journal of Personality Assessment**, Vol. 55 (19909), pp.145-160.

- ZOHAR, D. :“An Additive Model of Text Anxiety Role of Exam-Specific Expectations”, **Journal of Educational Psychology**, Vol. 90, Nr.2 (June 1998), pp.330-340.
- ZUROFF, D. C. ve diğerleri :“Relation of Therapeutic Alliance and Perfectionism to Outcome in Brief Outpatient Treatment of Depression”, **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, Vol. 68, Nr.1 (February 2000), pp.114-124.

### c. İnternet ve Diğerleri

- ASHBY, J. S. ve diğerleri :Multidimensional Perfectionism and Self-Efficacy. **Poster Presented at the Annual Meeting of the American Psychological Association, San Francisco, 1998.**
- BECK, A. T. :Cognitive Therapy and the Emotional Disorders, International Universities Press, New York, 1976.
- GREENSPON, T. :The Self Experience of the Gifted Person Theory and Definitions, Roeper Scholl, 2001.
- HOROWITZ, F. D.
- O'BRIEN, M. :Epilogue: Perspectives on Research and Development, **The Gifted and Talented: Developmental Perspectives** (pp. 437-454), American Psychological Association, Washington DC, 1985.
- MERRIAM-WEBSTER'S :Collegiate Dictionary (10th. Ed.), Springfield, MA: Merriam-Webster, 1993.

PARKER, W. D.

RAFFIELD, T.

:Perfectionism in Academically Talented Children and Parents, Manuscript Submitted For Publication, 1996.

PERISAMY, S. ve diğeri

:Multidimensional Perfectionism and Locus of Control, **Poster Presentation at the Annual Conference of the American Psychological Association**, Boston, MA, 1999.

SILVERMAN, K. A.

:Perfectionism. **Paper Presented at The 11th World Conference on Gifted and Talented Children**, Hong Kong, 1995.

TERMAN, L. M.

ODEN, M. H.

:Genetic studies of genius, Vol. V: The gifted group at midlife, Palo Alto, CA: Stanford University press, 1958.

TERMAN, L. M.

:Genetic studies of genius, Vol. I. Mental and physical trait of a thousand gifted children (2 nd ed.) Palo Alto, CA: Stanford University press, 1926.



**EKLER**



**EK -1****STE**

**Yönerge:** Aşağıda insanların kendilerini tanımak için kullandıkları bir dizi ifade sıralanmıştır. Bunların her birini okuyun ve genel olarak nasıl hissettiğinizi anlatan ifadenin sağındaki boşluklardan uygun olan rakamı yuvarlak içine alınız. Burada doğru yada yanlış yanıt yoktur. İfadelerin hiçbiri üzerinde fazla zaman harcamadan yazılı ve sözlü sınavlarda genel olarak nasıl hissettiğinizi gösteren yanıtı işaretleyin.

- 1 **Hiçbir Zaman**
- 2 **Bazen**
- 3 **Sık Sık**
- 4 **Her Zaman**

1. Sınav esnasında kendimi güvenli ve rahat hissederim	1	2	3	4	5
2. O dersten alacağım notu düşünmek, sınav esnasındaki başarımlı olumsuz yönde etkiler	1	2	3	4	5
3. Önemli sınavlarda donup kalırım	1	2	3	4	5
4. Sınavlar sırasında, bir gün okulu bitirip bitiremeyeceğimi düşünmekten kendimi alamam	1	2	3	4	5
5. Bir sınav sırasında ne kadar uğraşırsam kafam o kadar karışır	1	2	3	4	5
6. Sınavlarda kendimi huzursuz ve rahatsız hissederim	1	2	3	4	5
7. Önemli bir sınav sırasında kendimi sınırlı hissederim	1	2	3	4	5
8. Başarısız olma düşünceleri, dikkatimi sınav üzerinde toplamama engel olur	1	2	3	4	5
9. Bir sınava çok iyi hazırlandığım zamanlar bile kendimi oldukça sınırlı hissederim	1	2	3	4	5
10. Önemli sınavlarda sınırlarım öylesine gerilir ki midem bulanır	1	2	3	4	5
11. Bir sınav kağıdını geri almadan hemen önce çok huzursuz olurum	1	2	3	4	5
12. Önemli sınavlarda kendimi adeta yenilgiye iterim	1	2	3	4	5
13. Sınavlar sırasında kendimi çok gergin hissederim	1	2	3	4	5
14. Önemli bir sınav sırasında paniğe kapılırım	1	2	3	4	5
15. Sınavların beni bu kadar rahatsız etmemesini isterdim	1	2	3	4	5
16. Önemli bir sınava girmeden önce çok endişelenirim	1	2	3	4	5
17. Sınavlar sırasında başarısız olmanın sonuçlarını düşünmekten kendimi alamam	1	2	3	4	5
18. Önemli sınavlarda kalbimin çok hızlı attığını hissederim	1	2	3	4	5
19. Sınav sona erdikten sonra endişelenmemeye çalışırım	1	2	3	4	5
20. Sınavlar sırasında öylesine sınırlı olurum ki aslında bildiğim şeyleri bile unuturum	1	2	3	4	5

## EK – 2

## FMPS

**Yönerge:** Aşağıda kişilik özellik ve davranışlarına ilişkin bir dizi ifade bulunmaktadır. Her ifadeyi dikkatle okuduktan sonra o görüşe ne kadar katıldığınızı belirtiniz. Sizi en iyi yansıttığını düşündüğünüz rakamı yuvarlak içine alınız.

- 1... Kesinlikle Katılmıyorum
- 2... Katılmıyorum
- 3... Kararsızım
- 4... Katılıyorum
- 5... Kesinlikle Katılıyorum

1. Ebeveynlerim benim için çok yüksek standartlar belirler.	1	2	3	4	5
2. Düzen (plan) benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5
3. Çocukken, bir şeyi mükemmel olarak gerçekleştirmediğimde cezalandırıldım.	1	2	3	4	5
4. Kendim için en yüksek standartları belirlemezsem, muhtemelen ikinci sınıf bir insan olurum.	1	2	3	4	5
5. Ebeveynlerim hatalarımı asla anlamaya çalışmadılar.	1	2	3	4	5
6. Yaptığım her şeyde tam anlamıyla yeterli olmak benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5
7. Düzenli (temiz) bir insanım.	1	2	3	4	5
8. Düzenli (temiz) bir insan olmaya gayret ederim.	1	2	3	4	5
9. Okulda (işte) başarısız olursam, kişi olarak da başarısızımdır.	1	2	3	4	5
10. Hata yaparsam sınırlanırım.	1	2	3	4	5
11. Ebeveynlerim her şeyde en iyi olmamı istemişlerdir.	1	2	3	4	5
12. Kendime çoğu insandan daha yüksek standartlar koyarım.	1	2	3	4	5
13. Eğer biri okulda (işte) bir işi benden daha iyi yaparsa, kendimi bütün işlerde başarısız hissederim.	1	2	3	4	5
14. Kısmen başarısız olmam bütünüyle başarısız olmak kadar kötüdür.	1	2	3	4	5
15. Ailemde sadece mükemmel performans yeterince iyidir.	1	2	3	4	5
16. Bir amaca ulaşmada çabalarımı odaklaştırmada çok iyiyimdir.	1	2	3	4	5
17. Bir şeyi çok dikkatli bir şekilde yapmış olsam bile, çoğu zaman yeterince doğru olmadığı hissine kapılırım.	1	2	3	4	5
18. Yaptığım şeylerde en iyiden daha azını gerçekleştirdiğimde öfkelenirim.	1	2	3	4	5
19. Çok yüksek hedeflerim vardır.	1	2	3	4	5
20. Ebeveynlerim benden mükemmellik beklemekte dirler.	1	2	3	4	5
21. Eğer hata yaparsam, muhtemelen insanlar beni daha az düşüneceklerdir.	1	2	3	4	5
22. Asla ebeveynlerimin beklentilerini karşıladığımı hissetmedim.	1	2	3	4	5
23. Diğer insanlar kadar iyi olamamam eksik biri olduğum anlamına gelir.	1	2	3	4	5
24. Diğer insanların kendilerine benden daha düşük standartlar belirlediğini düşünüyorum.	1	2	3	4	5
25. Her zaman iyi olamazsam insanlar bana saygı duymazlar.	1	2	3	4	5
26. Ebeveynlerim geleceğim konusunda daima benden daha çok beklentiye sahip olmuşlardır.	1	2	3	4	5
27. Düzenli ve temiz bir kişi olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
28. Daima her gün yaptığım basit şeylere ilişkin şüphelerim vardır.	1	2	3	4	5
29. Düzenlilik (temizlik) benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5
30. Günlük işlerimde kendimden bir çok insanın gösterdiğinden daha yüksek bir performans beklerim.	1	2	3	4	5
31. Düzenli (temiz) bir insanım.	1	2	3	4	5
32. Yaptığım şeyleri tekrar tekrar yinellediğim için işim(333de geri kalma eğilimindeyim).	1	2	3	4	5
33. Bir şeyi doğru olarak yapmam uzun zamanımı alır.	1	2	3	4	5
34. Daha az hata yaparsam, daha çok insan beni sevecektir.	1	2	3	4	5
35. Hiçbir zaman ebeveynlerimin standartlarını karşılayabildiğimi düşünmedim.	1	2	3	4	5



## EK -3

## RİDKOÖ

**Yönerge:** Bu anket bazı önemli olayların insanları etkileme biçimini bulmayı amaçlamaktadır. Her maddede 'a' ya da 'b' harfleriyle gösterilen iki seçenek bulunmaktadır. Lütfen, her seçenek çiftinde sizin kendi görüşünüze göre size en uygun olduğuna inandığınız cümleyi (yalnız bir cümleyi) seçiniz ve yuvarlak içine alınız. Bazı maddelerde her iki cümleye de inandığınızı ya da hiç birine inanmadığınızı düşünebilirsiniz. Böyle durumlarda, size en uygun olduğuna inandığınız cümleyi seçiniz.

1.	a. Ana-babaları çok fazla cezalandırdıkları için çocuklar problemlili oluyor. b. Günümüz çocuklarının çoğunun problemi, ana-babaları tarafından aşırı serbest bırakılmalarıdır.
2.	a. İnsanların yaşamındaki mutsuzlukların çoğu, biraz da şanssızlıklarına bağlıdır. b. İnsanların talihsizlikleri kendi hatalarının sonucudur.
3.	a. Savaşların başlıca nedenlerinden biri, halkın siyasetle yeterince ilgilenmemesidir b. İnsanlar savaşı önlemek için ne kadar çaba harcarsa harcarsın, her zaman savaş olacaktır.
4.	a. İnsanlar bu dünyada hak ettikleri saygıyı er geç görürler. b. İnsan ne kadar çalarsa çabalasın ne yazık ki değeri genellikle anlaşılmaz.
5.	a. Öğretmenlerin öğrencilere haksızlık yaptığı fikri saçmadır. b. Öğrencilerin çoğu, notlarının tesadüfi olaylardan etkilendiğini fark etmez.
6.	a. Koşullar uygun değilse insan başarılı bir lider olamaz. b. Lider olamayan yetenekli insanlar fırsatları değerlendirememiş kişilerdir.
7.	a. Ne kadar uğraşsanız da bazı insanlar sizden hoşlanmazlar. b. Kendilerin başkalarına sevdiremeyen kişiler, başkalarıyla nasıl geçinileceğini bilmeyenlerdir.
8.	a. İnsanın kişiliğinin belirlenmesinde en önemli rolü kalıtım oynar. b. İnsanların nasıl biri olacaklarını kendi hayat tecrübeleri belirler.
9.	a. Bir şey olacaksa eninde sonunda olduğuna sık sık tanık olmuşumdur. b. Ne yapacağıma kesin karar vermek kadere güvenmekten daim daha iyidir.
10.	a. İyi hazırlanmış bir öğrenci için. Adil olmayan bir sınav hemen hemen söz konusu olamaz . b. Sınav sonuçları derste işlenenle çoğu kez o kadar ilişkisiz oluyor ki, çalışmanın anlamı kalmıyor.
11.	a. Başarılı olmak çok çalışmaya bağlıdır; şansın bunda payı ya hiç yoktur ya da çok azdır. b. İyi bir iş bulmak; temelde, doğru zamanda doğru yerde bulunmaya bağlıdır.
12.	a. Hükümetin kararlarında sade vatandaş da etkili olabilir. b. Bu dünya güç sahibi birkaç kişi tarafından yönetilmektedir ve sade vatandaşın bu konuda yapabileceği fazla bir şey yoktur.
13.	a. Yaptığım planları yürütebileceğimden hemen hemen eminimdir. b. Çok uzun vadeli planlar yapmak her zaman akıllıca olmayabilir, çünkü bir çok şey zaten iyi ya da kötü şansa bağlıdır.
14.	a. Hiçbir yönü iyi ya da kötü olmayan insanlar vardır. b. Herkesin iyi ya da kötü bir tarafı vardır.
15.	a. Benim açımdan istediğimi elde etmenin talihle bir ilgisi yoktur. b. Çoğu durumda yazı-tura atarak da isabetli kararlar verebiliriz.
16.	a. Kimin patron olacağı, genellikle, doğru yerde ilk bulunma şansına kimin sahip olduğuna bağlıdır. b. İnsanlara doğru şeyi yaptırmak bir yetenek işidir; şansın bun da payı ya hiç yoktur ya da çok azdır.
17.	a. Dünya meseleleri söz konusu olduğunda, çoğumuz anlayamadığımız ve kontrol edemediğimiz güçlerin kurbamızıdır. b. İnsanlar siyasi ve sosyal konularda aktif olarak dünya olaylarını kontrol edebilirler.
18.	a. Bir çok insan rastlantıların yaşamlarını ne derece etkilediğinin farkında değildir. b. Aslında 'şans' diye bir şey yoktur.
19.	a. İnsan, hatalarını kabul edebilmelidir. b. Genelde en iyisi insanın hatalarını örtbas etmesidir.
20.	a. Bir insanın sizden gerçekten hoşlanıp hoşlanmadığını bilmek zordur. b. Kaç arkadaşınızın olduğu, ne kadar iyi olduğunuza bağlıdır.
21.	a. Uzun vadede, yaşamınızdaki kötü şeyler iyi şeylerle dengelidir. b. Çoğu talihsizlikler yetenek eksikliğinin, ihmalin, tembelliğin ya da her üçünün birden sonucudur.
22.	a. Yeterli çabayla siyasal yolsuzlukları ortadan kaldırebiliriz. b. Siyasetçilerin kapalı kapılar ardında yaptıkları üzerinde halkın fazla bir kontrolü yoktur.
23.	a. Öğretmenlerin verdikleri notları nasıl belirlediklerini bazen anlayamıyorum.

b. Aldığım notlarla çalışma derecem arasında doğrudan bir bağlantı vardır.
24. a. İyi bir lider, ne yapacaklarına halkın bizzat karar vermesini bekler. b. İyi bir lider herkesin görevinin ne olduğunu bizzat belirler.
25. a. Çoğu kez başıma gelenler üzerinde çok az etkiye sahip olduğumu hissederim b. Şans ya da talihin yaşamımda önemli bir rol oynadığına inanmam.
26. a. İnsanlar arkadaşça olmaya çalışmadıkları için yalnızdırlar. b. İnsanları memnun etmek için çok fazla çabalamanın yararı yoktur, sizden hoşlanırlarsa hoşlansınlar.
27. a. Liselerde atletizme gereğinden fazla önem veriliyor. b. Takım sporları kişiliğin oluşumu için mükemmel bir yoldur.
28. a. Başıma ne gelmişse, kendi yaptıklarımdandır. b. Yaşamımın alacağı yön üzerinde bazen yeterince kontrolümün olmadığını hissediyorum.
29. a. Siyasetçilerin neden öyle davrandıklarını çoğu kez anlayamıyorum. b. yerel ve ulusal düzeydeki kötü idareden uzun vadede halk sorumludur.



**EK - 4****RBSÖ**

<b>1. Kesinlikle Katılmıyorum</b>	<b>2. Katılmıyorum</b>	<b>3. Katlıyorum</b>	<b>4. Kesinlikle Katlıyorum</b>
1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.....	1	2	3 4
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.....	1	2	3 4
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.....	1	2	3 4
4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.....	1	2	3 4
5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.....	1	2	3 4
6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.....	1	2	3 4
7. Genel olarak kendimden memnunum.....	1	2	3 4
8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.....	1	2	3 4
9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.....	1	2	3 4
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.....	1	2	3 4



**EK – 5****ÖYÖ**

**Yönerge:** Aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra o görüşe ne kadar katıldığınızı belirtiniz. Kesinlikle katılıyorsanız 7 rakamını, kesinlikle katılmıyorsanız 1 rakamını işaretleyiniz. Bu iki görüş arasındaki düşüncelerinizi rakamlardan sizce en uygun olanı yuvarlak içine alarak ifade edebilirsiniz. Eğer ifade ile ilgili fikriniz yoksa ya da kararsızsınız 4 rakamını işaretleyiniz.

**Kesinlikle Katılmıyorum****Kararsızım****Kesinlikle Katılıyorum**

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

1. Çalışırsam başaramayacağım hiçbir şey olmadığını düşünüyorum.....1 2 3 4 5 6 7
2. Üniversite sınavında başarılı olabileceğimi düşünüyorum .....1 2 3 4 5 6 7
3. Amaçladığım şeyleri gerçekleştirebileceğime inanıyorum .....1 2 3 4 5 6 7
4. İlk sınavında başarısız olduğum bir dersten her zaman başarısız olacağımı düşünüyorum .....1 2 3 4 5 6 7





## EK - 6

## PÇE

**Yönerge:** Bu envanterin amacı, günlük yaşantınızdaki problemlerinize (sorunlarınıza) genel olarak nasıl tepki gösterdiğinizi belirlemeye çalışmaktır. Lütfen aşağıdaki maddeleri elinizden geldiğinizce samimiyetle ve bu tür sorunlarla karşılaştığınızda tipik olarak nasıl davranacağınızı göz önünde bulundurarak cevaplandırınız. Cevaplarınızı, bu tür problemlerin nasıl çözülmesi gerektiğini düşünerek değil, böyle sorunlarla karşılaştığınızda **gerçekten** ne yaptığınızı düşünerek değil, böyle sorunlarla karşılaştığınızda gerçekten ne yaptığınızı düşünerek vermeniz gerekmektedir. Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirebilirsiniz.

1. Her zaman böyle davranırım
2. Çoğunlukla böyle davranırım
3. Sık sık böyle davranırım

4. Arada sırada böyle davranırım
5. Ender olarak böyle davranırım
6. Hiçbir zaman böyle davranmam

Ne kadar sıklıkla böyle davranırsınız?

Her Zaman

Hiçbir Zaman

	1	2	3	4	5	6
1. Bir sorunumu çözmek için kullandığım çözüm yolları başarısız ise bunların neden başarısız olduğunu araştırmam.						
2. Zor bir sorunla karşılaştığımda ne olduğunu tam olarak belirleyebilmek için nasıl bilgi boylu düşünmem.						
3. Bir sorunumu çözmek için gösterdiğim ilk çabalar başarısız olursa o sorun ile başa çıkabileceğimden şüpheye düşerim.						
4. Bir sorunumu çözdükten sonra bu sorunu çözerken neyin işe yaradığını, neyin yaramadığını ayrıntılı olarak düşünmem.						
5. Sorunlarımı çözmeye konusunda genellikle yaratıcı ve etkili çözümler üretebilirim.						
6. Bir sorunumu çözmek için belli bir oylu denedikten sonra durur ve ortaya çıkan sonuç ile olması gerektiğini düşündüğüm sonucu karşılaştırırım.						
7. Bir sorunum olduğunda onu çözebilmek için başvurabileceğim yolların hepsini düşünmeye çalışırım.						
8. Bir sorunla karşılaştığımda neler hissettiğimi anlamak için duygularımı incelerim.						
9. Bir sorun kafamı karıştırdığında duygu ve düşüncelerimi somut ve açık-seçik terimlerle ifade etmeye uğraşmam.						
10. Başlangıçta çözümünü fark etmesem de sorunlarımın çoğunu çözmeye yeteneğim vardır.						
11. Karşılaştığım sorunların çoğu, çözebileceğimden daha zor ve karmaşıktır.						
12. Genellikle kendimle ilgili kararları verebilirim ve bu kararlardan hoşnut olurum.						
13. Bir sorunla karşılaştığımda onu çözmek için genellikle aklıma ilk gelen yolu izlerim.						
14. Bazen durup sorunlarımın üzerinde düşünmek yerine gelişigüzel sürüklenip giderim.						
15. Bir sorunla ilgili olası bir çözüm yolu üzerinde karar vermeye çalışırken seçeneklerimin başarı olasılığını tek tek denerim.						
16. Bir sorunla karşılaştığımda, başka konuya geçmeden önce durur ve o sorun üzerinde düşünürüm.						
17. Genellikle aklıma ilk gelen fikir doğrultusunda hareket ederim.						
18. Bir karar vermeye çalışırken her seçeneğin sonuçlarını ölçer, tartar, birbirleriyle karşılaştırır sonra karar veririm.						
19. Bir sorunumu çözmek üzere plan yaparken o planı yürütebileceğime güvenirim.						
20. Belli bir çözüm planını uygulamaya koymadan önce, nasıl bir sonuç vereceğini tahmin etmeye çalışırım.						
21. Bir soruna yönelik olası çözüm yollarını düşünürken çok fazla seçenek üretmem.						
22. Bir sorunumu çözmeye çalışırken sıklıkla kullandığım bir yöntem; daha önce başıma gelmiş benzer sorunları düşünmektedir.						
23. Yeterince zamanım olur ve çaba gösterirsem karşılaştığım sorunların çoğunu çözebileceğime inanıyorum.						
24. Yeni bir durumla karşılaştığımda ortaya çıkabilecek sorunları çözebileceğime inancım vardır.						
25. Bazen bir sorunu çözmek için çabaladığım halde, bir türlü esas konuya giremediğim gereksiz ayrıntılarla uğraştığım duygusunu yaşarım.						
26. Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.						
27. Yeni ve zor sorunları çözebilme yeteneğime güvenirim.						



28. Elimdeki seçenekleri karşılaştırırken ve karar verirken kullandığım sistematik bir yöntem vardır.	1	2	3	4	5	6
29. Bir sorunla başa çıkma yollarını düşünürken çeşitli fikirleri birleştirmeye çalışmam.	1	2	3	4	5	6
30. Bir sorunla karşılaştığımda bu sorunun çıkmasında katkısı olabilecek benim dışındaki etmenleri genellikle dikkate almam.	1	2	3	4	5	6
31. Bir konuyla karşılaştığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, durumu gözden geçirmek ve konuyla ilgili olabilecek her türlü bilgiyi dikkate almaktır.	1	2	3	4	5	6
32. Bazen duygusal olarak öylesine etkilenirim ki, sorunumla başa çıkma yollarından pek çoğunu dikkate bile almam.	1	2	3	4	5	6
33. Bir karar verdikten sonra, ortaya çıkan sonuç genellikle benim beklediğim sonuca uyar.	1	2	3	4	5	6
34. Bir sorunla karşılaştığımda, o durumla başa çıkabileceğimden genellikle pek emin değilimdir.	1	2	3	4	5	6
35. Bir sorunun farkına vardığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, sorunun tam olarak ne olduğunu anlamaya çalışmaktır.	1	2	3	4	5	6



## EK – 7

**BİLGİ FORMU**

Yaş .....

Cinsiyet ( ) Kız ( ) Erkek

Okul .....

Alanınız: ( ) Fen Bilimleri ( ) Sosyal Bilimler ( ) Türkçe- Matematik

Annenizin Eğitim Durumu:

( ) Okur-Yazar ( ) İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Y. Lisans ( ) Doktora

Annenizin Mesleği: .....

Babanızın Eğitim Durumu:

( ) Okur-Yazar ( ) İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Y. Lisans ( ) Doktora

Babanızın Mesleği:

Kaç kardeşiniz? ..... Siz Kaçınıcı Kardeşiniz?.....

Öğrenciliğinize yönelik olarak anne-babanızın tutumlarını nasıl değerlendiriyorsunuz? Aşağıda verilmiş olan anne-baba tutumlarından sizin için **en uygun, en geçerli** olduğunu düşündüğünüz **bir tanesini işaretleyiniz**. Anne-babanızın öğrenciliğinize ilişkin tutumlarını düşünerek sadece 1 tanesinin altını çizerek veya yuvarlak altına alarak işaretleyiniz.

Baskıcı

Kaygılı

İlgili

Koruyucu

Demokratik

Serbest

Talepkar

İlgisiz/Umursamaz

## ÖZGEÇMİŞ

1979 yılında Zonguldak'ta doğdu. Ortaöğrenimini 1995 yılında Zonguldak-Çaycuma'da bitirdi. Lisans eğitimini 1995-1999 yılları arasında Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programında tamamladı. 1999-2001 yılları arasında Akçaabat Merkez İlköğretim Okulu'nda Rehber Öğretmen olarak çalıştı. Bu tarihten sonra KTÜ Fatih Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümüne araştırma görevlisi olarak çalışmaya başladı.

Mısırlı-Taşdemir evli olup, İngilizce bilmektedir.

T.C. YÜKSEKÖĞRETİM KURULU  
AKADEMİK PERSONELİ BELGELEME MERKEZİ