

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE UTANÇ EĞİLİMİ,  
DİNİ YÖNELİMLER, BENLİK KURGULARI VE  
PSİKOLOJİK İYİLİK HALİ ARASINDAKİ  
İLİŞKİLER

Fatma Gül Cirhinlioğlu

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü  
Psikoloji Anabilim Dalı Sosyal Psikoloji Bilim Dalı

Doktora Tezi

Ankara, 2006

## KABUL VE ONAY

Fatma Gül Cirhinlioğlu tarafından hazırlanan “Üniversite Öğrencilerinde Utanç Eğilimi, Dini Yönelimler, Benlik Kurguları ve Psikolojik İyilik Hali Arasındaki İlişkiler” başlıklı bu çalışma 14/ 07/ 2006 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Doktora Tezi olarak kabul edilmiştir.



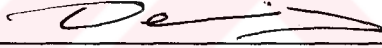
Prof Dr. Orhan AYDIN (Başkan)



Doç. Dr. Gülden GÜVENÇ BERKEM (Danışman)



Prof Dr. Selim HOVARDAOĞLU



Doç. Dr. Deniz ŞAHİN



Doç. Dr. Serpil ALTUNTEK

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

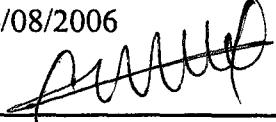


## BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kağıt ve elektronik kopyalarının Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim sadece Hacettepe Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- Tezimin ....yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.

14/08/2006

  
\_\_\_\_\_  
Fatma Gül Cirhinlioğlu

*Oğlum Arda ve Eşim Zafer'e*



## TEŞEKKÜR

Hiç şüphe yok ki, doktora çalışmam boyunca birçok kişinin destek, yardım ve teşviklerini gördüm. Onlar olmasaydı elinizdeki bu çalışmanın meydana çıkması hemen hemen imkansız olurdu.

Öncelikle, doktoramın başlangıç aşamasından bu yana verdiği cesaret ve ümit için, bana inandığı ve kendime inanmamı sağladığı için, fikir ve güç veren destek ve tavsiyelerinin yanında içtenliği, sıcaklığı ve sabrı için değerli hocam, Prof. Dr. Orhan Aydın'a teşekkür ediyorum.

Bende hep daha ileriye gitme ve en yüksek standartlara ulaşma inancı yaratan, içten ilgisini ve dostluğunu esirgemeyen, kendisinden bilginin yanında disiplini ve sevgiyi öğrendiğim hocam Doç. Dr. Deniz Şahin olmuştur. Kendisine minnet duygularımı burada sunmaktan gurur duyuyorum.

Teşekkürü borç bildiğim, en derin ve içten sevgi ve saygı sunmam gereken kişi muhakkak ki tez danışmanım Doç. Dr. Gülden Güvenç'tir. Kendisinin üstün nitelikli yönlendirmeleri, sabırlı okumaları, düzeltmeleri ve eleştirileri olmasaydı sanırım bu çalışmanın bir tez haline gelmesi de imkânsız olacaktı. Anlayışlı, sıcak, sevecen ve pozitif yaklaşımı her zaman güdüleyici olmuştur. Bu vesileyle kendisine en içten ve samimi şükranlarımı sunmak isterim.

Çalışmamın istatistikleri için çok önemli rehberlik sağlayan ve yardımlarını esirgemeyen Dr. Recai Çoştur'a teşekkürü borç bilirim. Tüm doktora eğitimi süresince bir dost, iş arkadaşı ve rehber olarak beni destekleyen ve cesaretlendiren Ar. Gör. Vezir Aktaş'a sonsuz teşekkür ederim.

Hocam Prof. Dr. Selim Hovardaoğlu ve Doç Dr. Serpil Altuntek'e alternatif bakış açıları ve önerileri için teşekkür ederim.

Ayrıca doktora süresince ders aldığım tüm öğretim üyelerine ve araştırmam boyunca destek, sevgi, saygı ve anlayış gördüğüm Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü elemanlarına minnet duygularımı bir kez daha dile getirmek isterim.

Tez önerisini oluşturma aşamasındaki katkılarından dolayı, Yrd. Doç. Dr. Cem şafak çukur'a, George Mason Üniversitesi'nden Prof. Dr. June Price Tangney'e ve Wisconsin Üniversitesi'nden Prof. Dr. Carol Ryff'e teşekkür ederim. Ayrıca Sayın Prof. Tangney ve Prof. Ryff'a geliştirmiş oldukları ölçekleri Türkçe'ye uyarlama ve kullanma izni verdikleri için teşekkür ederim.

Son olarak uzun yıllar boyunca benden ayrı kalmayı büyük bir sabır ile karşılayan, çocukluk döneminde bu çalışma ile annesini paylaşan ve yaşadıklarını çevresine yansıtmamaya çalışan sevgili oğlum Arda'ya, oğlumuzu bakan, büyük fedakârlıklarla onu büyüten, kollayan, gözeten benim yapamadıklarımı yapan ve tüm güçlüklerimi kolaylaştıran eşim Zafer'e çok teşekkür ediyorum.



## ÖZET

CİRHİNLİOĞLU, Fatma Gül. Üniversite Öğrencilerinde Utanç Eğilimi, Dini Yönelimler, Benlik Kurguları ve Psikolojik İyilik Hali Arasındaki İlişkiler, Doktora Tezi, Ankara, 2006.

Bu çalışmada cinsiyet, üniversitedeki sınıf, utanç eğilimi, dini yönelimler benlik kurguları ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Çalışmaya 328 üniversite öğrencisi katılmıştır. Utanç düzeyi, Öz Bilince İlişkin Duyuş Testi 3, içsel ve dışsal dini yönelim düzeyleri, Dini Yönelim Ölçeği, bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurgusu düzeyleri ise Benlik Kurgusu Ölçeği ile değerlendirilmiştir. Psikolojik iyilik hali hem depresyon, kaygı, somatizasyon, düşmanlık ve olumsuz benlik algısı düzeyleri olarak negatif boyutta hem de kişisel gelişim, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve özerklik düzeyleri olarak pozitif boyutta ele alınmıştır. Bu amaçla Kısa Semptom Envanteri ve Psikolojik İyilik Hali Ölçeği kullanılmıştır.

Araştırma bulgularına göre, kız öğrenciler utanç eğilimi, bağımsız benlik kurgusu, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve kendini kabul etme açısından erkek öğrencilerden anlamlı derecede daha yüksek puan almıştır. Birinci sınıf öğrencileri dördüncü sınıf öğrencilerine göre anlamlı derecede daha yüksek düzeyde bağlaşıklık benlik kurgusuna sahiptir. Bulgular utanç eğiliminin depresyon, kaygı, olumsuz benlik algısı, kişisel gelişim, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve özerkliği anlamlı düzeyde yordadığını göstermiştir. İçsel dini yönelimin; diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmayı ve özerkliği, dışsal dini yönelimin kişisel gelişimi anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Bağlaşıklık benlik kurgusunun depresyon, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve özerkliği anlamlı düzeyde yordadığı, bağımsız benlik kurgusunun depresyon, kaygı, somatizasyon, düşmanlık, olumsuz benlik algısı, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve özerkliği anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür.

Araştırmamızdan elde edilen bulgular, temel alınan teoriler ve diğer araştırma bulguları çerçevesinde tartışılmıştır.

**Anahtar Sözcükler**

Öz bilince ilişkin duygular, utanç eğilimi, dini yönelimler, benlik kurguları, psikolojik iyilik hali.





## ABSTRACT

The main objective of this study is to examine the relationship among the gender, grade, shame proneness, religious orientations, self-construal, psychological well-being.

The sample group is composed of 329 university students in Turkey. A number of measures are employed: in order to assess the level of shame, *The Test of Self-Conscious Affect 3*, to find out the level of the intrinsic and extrinsic religious orientation, *The Religious Orientation Scale*, for the level of independent and interdependent self-construal, *Self-Construal Scale* are applied. At the negative level, psychological well-being is handled in terms of depression, anxiety, somatization, hostility and negative self perception. At the positive level, psychological well-being is examined referring to personal growth, positive relations with others, purpose in life, self acceptance, environmental mastery and autonomy. To achieve all these purposes, Brief Symptom Inventory and Scale of Psychological Well-Being are carried out.

Significant differences were found between male and female students on shame, independent self construal, positive relations with others and self acceptance. The score of female students was higher than the male's. The first year students reported greater interdependent self construal than last year students. The study revealed that shame proneness was a significant predictor of depression, anxiety, negative self perception, personal growth, positive relations with others, self acceptance, environmental mastery and autonomy. While intrinsic religious orientation predicted positive relations with other and autonomy, extrinsic religious orientation predicted personal growth at the significant level. In addition, interdependent self construal predicted depression, positive relations with others and autonomy; independent self construal predicted depression, anxiety, somatization, hostility, negative self perception, positive relations with others, self acceptance, environmental mastery and autonomy.

In the end, the results were discussed within the context of some of the mainstream theories in psychology and also compared to the results obtained by the previous researches.

**Key Words**

Self-conscious emotion, shame proneness, religious orientation, self-construals, psychological well-being.



## İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	i
ÖZET.....	iii
ABSTRACT.....	v
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLolar.....	x
EKLER.....	xi
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ.....	1
I.I.    ÖZ BİLİNCE İLİŞKİN NEGATİF DUYGULAR.....	6
I.I.I.    Utanç ve Suçluluk.....	6
I.I.II.   Utanç ve Suçluluk Yaşantıları Arasındaki Benzerlik ve Farklılıklar.....	10
I.I.III.  Psikopatolojide Utanç ve Suçluluğun Rolü.....	15
I.I.IV.  Psikopatolojide Utanç ve Suçluluk Üzerine Görgül Çalışmalar.....	17
I.I.V.    Utanç ve Cinsiyet.....	19
I.II.   DİNİ YÖNELİMLER.....	19
I.II.I.   Dini Yönelimler ve Psikolojik İyilik Hali.....	22
I.II.II.  Dini Yönelimlerin Ölçülmesi.....	24
I.II.III. Dini Yönelimler, Utanç ve Psikolojik İyilik Hali.....	26
I.II.IV.  Dini Yönelimler ve Cinsiyet.....	27
I.III.  BENLİK KURGULARI.....	27
I.III.I.  Benlik Kurguları ve Duygular.....	31
I.III.II. Benlik Kurguları ve Psikolojik İyilik Hali.....	33
I.IV.   ARAŞTIRMANIN AMACI.....	35
BÖLÜM II.....	38
YÖNTEM.....	38
II.I.   DENEKLER.....	38
II.II.  VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	38
II.II.I.  Kişisel Bilgi Formu.....	38
II.II.II. Öz Bilince İlişkin Duyuş Testi 3 (The Test of Self-Conscious Affect-Tosca 3) .....	39
II.II.III. Dini Yönelim Ölçeği (The Religious Orientation Scale-Ros)...	42
II.II.IV.  Benlik Kurgusu Ölçeği (Self-Construal Scale).....	46
II.II.V   Kısa Semptom Envanteri-KSE (Brief Symptom Inventory-	

BSI).....	46
II.II.VI. Psikolojik İyilik Hali Ölçeği (Scale of Psychological Well-Being).....	47
II.III. İŞLEM.....	51
<b>BÖLÜM III.....</b>	<b>52</b>
<b>BULGULAR.....</b>	<b>52</b>
III.I. BETİMSSEL İSTATİSTİKLER.....	52
III.II.I. CİNSİYET, SINIF, UTANÇ EĞİLİMİ, DİNİ YÖNELİMLER VE BENLİK KURGULARI ARASINDAKİ İLİŞKİLER.....	54
III.II.II. UTANÇ EĞİLİMİ, İÇSEL DİNİ YÖNELİM, DIŞSAL DİNİ YÖNELİM, BAĞIMSIZ BENLİK KURGUSU VE BAĞLAŞIK BENLİK KURGUSUNUN CİNSİYET VE SINIF YÖNÜNDEN KARŞILAŞTIRILMASI.....	55
III.III. PSİKOLOJİK İYİLİK HALİNİN YORDANMASINA İLİŞKİN BULGULAR.....	55
III.III.I Depresyon.....	56
III.III.II Kaygı.....	60
III.III.III Somatizasyon.....	63
III.III.IV Düşmanlık.....	66
III.III.V. Olumsuz Benlik Algısı .....	69
III.III.VI. Kişisel Gelişim.....	72
III.III.VII. Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma.....	75
III.III.VIII. Kendini Kabul Etme.....	78
III.III.IX. Çevre İle İlişkilerde Hakimiyet Kurma.....	81
III.III.X. Özerklik.....	85
<b>BÖLÜM IV.....</b>	<b>88</b>
<b>TARTIŞMA.....</b>	<b>88</b>
IV.I. CİNSİYET, SINIF, UTANÇ EĞİLİMİ, DİNİ YÖNELİMLER VE BENLİK KURGULARI ARASINDAKİ İLİŞKİLER.....	88
IV.II. UTANÇ EĞİLİMİ, DİNİ YÖNELİMLER VE BENLİK KURGULARININ CİNSİYET VE SINIF YÖNÜNDEN KARŞILAŞTIRILMASI.....	91
IV.III. PSİKOLOJİK İYİLİK HALİNİN YORDANMASI.....	95
IV.III.I. Psikolojik İyilik Hali ile Utanç Eğilimi İlişkisi.....	96
IV.III.II. Psikolojik İyilik Hali ile Dini Yönelimlerin İlişkisi.....	98

IV.III.III Psikolojik İyilik Hali ile Benlik Kurgularının İlişkisi.....	101
IV.III.IV. Psikolojik İyilik Hali ile Cinsiyet İlişkisi.....	107
IV.IV. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	108
KAYNAKÇA.....	114
EKLER.....	133



## TABLOLAR

<b>Tablo 1</b>	Cinsiyet ve Sınıfa Göre Utanç, İçsel Dini Yönelim, Dışsal Dini Yönelim, Bağımsız Benlik Kurgusu, Bağlaşık Benlik Kurgusu, Depresyon, Kaygı, Somatizasyon, Düşmanlık, Olumsuz Benlik Algısı, Kişisel Gelişim, Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Kurma, Kendini Kabul Etme, Çevre İle İlişkilerde Hakimiyet Kurma ve Özerklikten Alınan Puanların Ortalama ve Standart Sapmaları.....	52
<b>Tablo 2</b>	Cinsiyet, Sınıf, Utanç Eğilimi, İçsel Dini Yönelim, Dışsal Dini Yönelim, Bağımsız Benlik Kurgusu ve Bağlaşık Benlik Kurgusu Arasındaki İlişkiler .....	54
<b>Tablo 3</b>	Depresyonun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	59
<b>Tablo 4</b>	Kaygının Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	62
<b>Tablo 5</b>	Somatizasyon Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	65
<b>Tablo 6</b>	Düşmanlığın Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	68
<b>Tablo 7</b>	Olumsuz Benlik Algısının Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	71
<b>Tablo 8</b>	Kişisel Gelişimin Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	74
<b>Tablo 9</b>	Diğerleri İle Olumlu İlişkiler Kurmanın Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	77
<b>Tablo 10</b>	Kendini Kabul Etmenin Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	80
<b>Tablo 11</b>	Çevre İle İlişkilerde Hakimiyet Kurmanın Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	84
<b>Tablo 12</b>	Özerkliğin Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	87

## EKLER

<b>EK-1</b>	Kişisel Bilgi Formu.....	<b>133</b>
<b>EK-2</b>	ÖBİDT 3'deki Faktörler için Maddeler, Özdeğer, Açıklanan Varyans Yüzdeleri ve Yük Değerleri.....	<b>134</b>
<b>EK-3</b>	Dini Yönelim Ölçeği Maddeleri, Madde Puan Ortalama ve Standart Sapmaları ile Madde-Toplam Puan Korelasyonları.....	<b>138</b>
<b>EK-4</b>	DYÖ Maddelerine Uygulanan Temel Bileşenler Analizi Sonuçları....	<b>140</b>
<b>EK-5</b>	DYÖ Toplam ve Alt Ölçek (Faktör) Toplam Puanları Arasındaki Korelasyonlar.....	<b>141</b>
<b>EK-6</b>	Benlik Kurgusu Ölçeği.....	<b>142</b>
<b>EK-7</b>	Kısa Semptom Envanteri.....	<b>144</b>
<b>EK-8</b>	Psikolojik İyilik Hali Ölçeği Maddeleri, Madde Puan Ortalama ve Standart Sapmaları ile Madde-Toplam Puan Korelasyonları.....	<b>148</b>
<b>EK-9</b>	PİHÖ Maddelerine Uygulanan Temel Bileşenler Analizi Sonuçları...	<b>151</b>
<b>EK-10</b>	PİHÖ Toplam ve Alt Ölçek (Faktör) Toplam Puanları Arasındaki Korelasyonlar.....	<b>153</b>
<b>EK-11</b>	Özgeçmiş.....	<b>154</b>

***Bu çalışma "Cumhuriyet Üniversitesi  
tarafından desteklenmiştir."***





## BÖLÜM I

### GİRİŞ

Bu çalışmada utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurgularının psikolojik iyilik hali üzerindeki farklılaşan etkileri ile tüm bu değişkenler arasındaki ilişkiler araştırılmıştır.

Öz bilince ilişkin utanç, suçluluk vb. negatif duygular insanların günlük hayatlarında zaman zaman yaşadığı ortak duygulardır. İnsanların hoşlanmamalarına rağmen bu duyguların bireyler ve kurdukları ilişkiler için yararlı işlevleri vardır. Bununla birlikte bu duyguların aşırı ve kronik düzeyde yaşanması durumunda sosyal ve duygusal uyum problemleri ortaya çıkabilmektedir. Öz bilince ilişkin duygular evrensel duygular olmalarına rağmen farklı kültürlerde çok farklı şekillerde kavramsallaştırılmakta (Fischer, Manstead, Mosquera ve Rodriguez, 1999) ve bireylerin psikolojik iyilik hali üzerinde farklı doğurgulara yol açabilmektedir. Utanç ve suçluluk yaşantılarının ruh sağlığı üzerindeki etkileri psikoloji literatüründe geniş ölçüde ilgilenilen ve tartışılan konulardandır (Lutwak ve Ferrari, 1996; Pulakos, 1996; Tangney, Wagner, Barlow, Marschall ve Gramzow, 1996; Tangney, Wagner, Flecter ve Gramzow, 1992). Araştırmacılar utancın ruh sağlığı üzerinde depresyon, öfke (anger) gibi çeşitli negatif sonuçları olduğunu göstermektedir (Harder, Cutler ve Rockart, 1992; Tangney, Miller, Flicker ve Barlow, 1996; Lutwak ve Ferrari, 1996; Pulakos, 1996; Tangney, Wagner, Barlow, Marschall ve Gramzow, 1996; Tangney, Wagner, Flecter ve Gramzow, 1992). Ayrıca, utancın narsistik, antisosyal ve sınır kişilik bozukluğunun temel öğelerinden biri olduğu ileri sürülmektedir (Harder, 1995). Suçluluk ise psikotik depresyonun bir özelliği olmasına rağmen genellikle utançtan daha az patojeniktir (Tangney, Wagner ve Gramzow, 1992). Suçluluk duyguları bireylerin diğerlerine verdikleri zarar üzerine odaklanmalarına yol açmaktadır. Bu zarar bireyleri diğerleri için tamir edici ve bakım verici davranışlar göstermeye güdülemektedir. Suçluluk duygularının empati, özgecilik ve bakım verme (care-giving) gibi tamir edici davranışlara ve olumlu sosyal davranışlara yol açtığı görülmüştür (Baumeister, vd., 1994; Wicker vd., 1983).

Psikopatolojide utanç ve suçluluğun en kapsamlı tartışması analitik yönelimli teorilerde bulunmaktadır. Bununla birlikte bu teoriler utanca karşı suçluluk vurgularında oldukça

farklılaşmaktadır. İlk dönem psikoanalitik perspektif büyük ölçüde suçluluğun patolojik doğurguları üzerine odaklanmıştır. Örneğin Freud (1909/1955, 1917/1957/, 1924/1961; akt. Tangney, Burggraf ve Wagner, 1995) melankoli, saplantılı nevroz (obsessional neuroses), mazoşizmi kapsayan psikolojik problemlerde suçluluğun rolünü vurgulamıştır. Daha yakın zamanlarda ise, utanç psikopatolojinin psikodinamik yönelimli kavramlaştırmalarında önemli yer almıştır. Utanç depresyon, narsisizm, çift kutuplu hastalıklar (bipolar illness), şizofreni ve eş istismarı gibi bozuklukların temel ögesi olarak ele alınmıştır (Lansky, 1987; Morrison, 1987; Nathanson, 1987).

Psikopatolojide utanç ve suçluluğun nasıl farklılaştığına ilişkin radikal olarak farklı, etkili ve çoğu araştırmacı tarafından benimsenen ayrım Helen Blok Lewis (1971) tarafından yapılmıştır. Lewis (1971) bu duygular arasındaki temel farkın utanç ve suçluluk yaşantılarındaki benliğin rolüne dayandığını ileri sürmüştür. Utanç yaşantısı, değerlendirmenin odağı olan benlik ile doğrudan ilgilidir. Suçlulukta ise benlik negatif değerlendirmenin ana ögesi değildir. Daha ziyade yapılan veya yapılmayan şey üzerine odaklanılır (Lewis, 1971). Lewis (1971)'e göre benlik veya davranış üzerine yapılan bu farklı vurgu "utanç" ve "suçluluk" olarak isimlendirilen çok farklı yaşantılara yol açmaktadır. Dolayısı ile çeşitli durumlarda insanların yaşadığı utanç ve suçluluğun derecesinde bireysel farklılıklar olmaktadır. Dahası Lewis (1971, 1987b) duygusal stildeki böyle bireysel farkların (utanç eğilimine karşı suçluluk eğilimi) psikolojik semptomların oluşumu ile farklı şekillerde ilişkili olduğunu ileri sürmüştür. Lewis'e göre utanç eğilimli bireyler birincil olarak özellikle depresyon gibi duygusal bozukluklara açık iken suçluluk eğilimli bireyler paranoya, obsesif-kompulsif sendromlar gibi düşünce ile ilgili bozukluklara daha açıktır.

Daha yeni literatürde de suçluluk kişisel standartlar ihlal edildiği zaman ortaya çıkan bir kendini eleştirme biçimi olarak tanımlanmıştır (Tangney, Wagner, Flecter ve Gramzow, 1992). Suçlulukta ilgilenilen şey bazı spesifik hareketlerdir. Bu nedenle bireyin davranışı bir dereceye kadar benliğin dışında değerlendirilmektedir. Yapılan kötü şey hakkında pişmanlık, üzüntü vardır ve bir eylemin anısı, düşüncesi ya da eylemsizlikten dolayı ortaya çıkan bir gerilim vardır. Suçlulukta bu gerilim şu an için tamir edici eyleme yönelik güdüleyici güç ve gelecek için ise öğretici bir tepki olur. Bununla birlikte Tangney, Wagner, Flecter ve Gramzow (1992)'a göre utanç tecrübesi

çok daha fazla acı verici, yok edici ve uyumsuzlaştırıcıdır. Utanç da ilgilenilen şey benliğin tümüdür. Kötü ve mahçup edici eylem güçsüz ve/veya değersiz benliğin yansıması olarak görülür. Utanç küçük düşme (humiliation), öz bilinçlilik ve açığa çıkma duygusunu içermektedir.

Bu çalışmada utanç yaşantıları psikoanalitik literatürde tanımlandığı şekliyle ele alınmıştır. Konu psikoanalitik kuramcılarının utanç ve suçluluk olgularını anlama ve tanımlama için geliştirmiş oldukları tanımlar ve günümüzde bu alandaki katkılar dikkate alınarak incelenmeye çalışılmıştır.

Literatürde utanç ve psikolojik iyilik hali ile ilişkili olduğu gösterilen bir faktör bireyin dini yönelimidir (Chau, vd., 1990; Richards, 1991; Richards, Smith ve Davis, 1989; Schumaker, 1992; Bergin, Master ve Richards, 1987). Bazı çalışmalarda utanç ve suçluluğun aşırı dindarlıkla ilişkili olduğu saptanmış olmasına rağmen, genelde yüksek düzeyde dindarlık ve patolojik utanç ve suçluluk yaşantıları arasındaki ilişki konusunda sonuçlar tutarsızdır (Chau, vd., 1990; Richards, 1991; Richards, Smith ve Davis, 1989; Schumaker, 1992; Bergin, Master ve Richards, 1987). Dinin bireyin psikolojik iyilik hali üzerinde belirleyici veya yararlı etkiye sahip olup olmadığı da birçok araştırmacı tarafından tartışılan bir konudur (Bergin, 1980 a,b; Crawford, Handal ve Weiner, 1989; Ellis, 1980; Sharkey, Malony, 1986). Ellis (1980) dindarlığın irrasyonel düşünce ve duygusal rahatsızlığa (emotional disturbance) eşlik ettiğini iddia ederken, Bergin (1983) dindarlığın psikopatolojinin karşılığı (counterpart) olduğu görüşüne destek bulunmadığını ileri sürmüştür. Yapılan görgül araştırmaların bulguları tutarsız olmakla birlikte birçok araştırmacı bu konudaki bulguların karışık olduğu konusunda fikir birliği içindedir (Gorsuch, 1988). Bu araştırmacılar açık tanımlama ve açıklayıcı teorik klavuz bulunmamasının bu alanda karışıklığa yol açtığını ileri sürmektedirler (Gorsuch, 1988).

Çeşitli dini yönelimlerin kullanımı aracılığıyla sağlanan teorik klavuz alanları içsel yönelim (intrinsic orientation toward religion), dışsal yönelim (extrinsic orientation toward religion) ve sorgulama (quest) olmak üzere üç temel dini yönelim olduğunu ileri sürmektedir (Gorsuch, 1988). İçsel dini yönelime sahip olarak adlandırılan bireyler dini inançlarına bütünüyle bağlı olarak tanımlanır ve dinin etkisi yaşamlarının tüm yönlerinde görülür. Diğer taraftan dışsal dini yönelime sahip olanlar korunma, sosyal statü, teselli (Allport ve Ross, 1967), güçlü bir iç gruba katılma (Genia ve Shaw, 1991)

ve benliklerini koruma (ego defence) (Kahoe ve Meadow, 1981) için dini kullanan bireyler olarak tanımlanmaktadır. Bununla birlikte dine dışsal nedenlerle yönelmeyi inceleyen çalışmaların çoğu dine dışsal yönelimin dışsal-kişisel (extrinsic-personal) ve dışsal-sosyal (extrinsic-social) olarak iki boyutta ele alınabileceğini ileri sürmektedir (Gosuch ve Mcpherson, 1989; Gorsuch ve Venable, 1983; Leong ve Zachar, 1990; Maltby, 1999a). Dini inançları sorgulama boyutunda ise bireyler varoluşla ilgili sorularla açık uçlu ve duyarlı bir diyalog içindedirler. Sorgulama yöneliminin üç dini faktörü kapsadığı düşünülmektedir. İlki varoluşsal sorulara yönelme yeteneğidir. İkincisi bireylerin dinle ilgili şüphe ve öz eleştirilere pozitif olarak yaklaşma eğilimleridir. Üçüncüsü dini inançları değiştirmeye açıklıktır (Batson vd., 1993).

Bu çalışmada din ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi ele almada en etkili açıklama biçimi olduğu ileri sürülen Allport'un (1963) içsel-dışsal dini güdülenme teorisi test edilecektir. Allport'a göre dindar olmaya ilişkin farklı güdüler ruh sağlığı için farklı doğurgulara sahiptir. Dışsal olarak güdülenmiş olan birey dini, güçlü iç grup edinmek, yaşamına reçete sağlamak veya gerçeklere karşı psikolojik korunma elde etmek için kullanmaktadır. İçsel olarak güdülenmiş olan birey için ise dini inançlar yaşam deneyimlerine anlam veren, yaşamdaki tercihleri için temel işlev gören ve kendisi için nihai amaç olarak yaşanmaktadır (Genia ve Shaw, 1991). Allport (1963) dine araçsal, yararcı yaklaşım olan dışsal yaklaşımın içsel güdülenmeden daha az sağlıklı olduğunu ileri sürmüştür. Genel olarak çalışmalar, dine içsel yönelim ile psikolojik sıkıntı arasında anlamlı negatif ilişki ve dine dışsal yönelim ile psikolojik sıkıntı arasında anlamlı pozitif ilişki olduğunu göstermektedir (Baker ve Gorsuch, 1982; Genia, 1996; Genia ve Shaw, 1991; Koenig, 1995; Maltby ve Day, 2000; Maltby, Lewis ve Day, 1999; Nelson, 1989; Park vd., 1990; Watson, Morris ve Hood, 1989). Örneğin içsel dini yönelim ve kaygı arasında anlamlı negatif ilişki, dışsal dini yönelim ve kaygı arasında anlamlı pozitif ilişki saptanmıştır (Baker ve Gorsuch, 1982; Bergin vd., 1987). Bununla birlikte dini yönelim ve depresyon ölçümleri karşılaştırıldığı zaman araştırma bulguları daha az tutarlıdır. Bazı çalışmalarda dine içsel yönelim depresyon ölçümlerinden daha düşük puan alma ile ilişkili (Genia, 1996; Genia ve Shaw, 1991; Koenig, 1995; Nelson, 1989; Watson, Morris ve Hood, 1989), dine dışsal yönelim ise depresyon ölçümlerinden daha yüksek puan alma ile ilişkili bulunurken, diğer bazı çalışmalarda

işsel dini yönelimin depresyonla pozitif ilişkiye sahip olduğu, dışsal dini yönelimin depresyonla anlamlı ilişki göstermediği saptanmıştır (Bergin vd., 1987; Park vd., 1990).

Çalışmamızın diğer bir önemli odağı benlik kurguları ile utanç ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkidir. Benlik kurguları insanların kendileri hakkındaki inançlarının bütününe ifade etmek amacıyla kullanılmaktadır. Benlik kavramının açıklanmasında en güçlü çerçeve, Markus ve Kitayama'nın (1991) benlik kurguları teorisidir. Çalışmada ele alınan bu teorinin temel varsayımına göre bireyler, kendi ve diğerleri arasındaki ilişkiyi kurmada geniş ölçüde farklılaşmaktadır. İyi gelişmiş bağımsız benlik kurgusu (interdependent self construal) olan bireyler kendilerini sosyal bağlamlarından görece olarak özerk görmekte ve böylece benlik kavramları birincil olarak içsel faktörler tarafından tanımlanmaktadır. Böyle bireyler duygusal olarak benzersiz nitelik, özellik ve yeteneklerini vurgulamak ve geliştirmek için çaba harcama eğilimindedir. Buna karşılık iyi gelişmiş bağlaşıklık benlik kurgusuna (interdependent self construal) sahip olan bireyler kendilerini sosyal bağlamları ile birbirine kenetlenmiş olarak görmekte ve benlik kavramları büyük ölçüde ilişkisel kavramlarla tanımlanmaktadır. Böyle bireylerin başlıca amacı diğerleri ile uyumlu ilişkiyi sürdürmek, sosyal normlara, rollere ve sorumluluklara yakışır hayat sürmektir (Abe, 2004).

Markus ve Kitayama'ya (1991) göre benlik kurguları psikolojik süreç ve bunu izleyen duygu, biliş ve davranışlar üzerinde yaygın ve önemli etkiye sahiptir. Markus ve Kitayama (1991) öfke, engellenme, gurur gibi bireyin işsel yüklemelerini yansıtan duyguları "ego odaklı duygular" (ego-focused emotions) olarak tanımlamakta ve bu duyguların bağımsız benlik yapısında kendini gösterdiğini ileri sürmektedirler. Diğer insanlara karşı duyarlı olma, diğerinin bakış açısıyla olaylara yaklaşabilme, sempati, utanç gibi duyguları içeren "diğeri odaklı duygular" (other-focused emotions) ise ağırlıklı olarak bağlaşıklık benlik yapısına sahip bireylerde gözlenmektedir.

Çoğu çalışma ergenlerin öznel iyilik haline ilişkin duygularının kendilerini tanımlama şekillerinden etkilendiğini göstermiştir (Kwan, Bond ve Singelis, 1997). Singelis ve Sharkey (1995) mahcubiyetin (embarrassability) bağlaşıklık ile pozitif, bağımsızlık ile negatif ilişki gösterdiğini saptamışlardır. Benzer şekilde Okazaki (1997) negatif değerlendirilme korkusunun bağlaşıklıkla pozitif, bağımsızlıkla negatif ilişki gösterdiğini bulmuştur. Yüksek düzeyde bağlaşıklık insanlar bu boyutta düşük puana



sahip olan bireylerden daha yüksek düzeyde sosyal kaygı yaşamaktadır (Norasakkunkit ve Kalick, 2002; Okazaki, 1997). Bazı araştırmacılar bağımsız benlik kavramının bağlaşıklık benlik kavramına göre nörotisizmle daha az ilişkili olduğunu ileri sürerken (Kwan, Bond ve Singelis, 1997), diğer bazı araştırmacılar bireyci kültürlerde yaşayan bireylerden bağlaşıklık benlik kavramına sahip olanların bağımsız benlik kavramına sahip olanlardan daha yüksek yaşam doyumu bildirdiğini ileri sürmüşlerdir (Bettencourt ve Dorr, 1997). Aynı zamanda, toplulukçu kültürlerde bağlaşıklık benlik kavramı bağımsız benlik kavramının yordayabildiği kadar kuvvetli bir şekilde bireylerin yaşam doyumunu yordayabilmektedir (Kwan vd., 1997; Suh, Diener, Oishi ve Triandis, 1998).

Bundan sonraki kısımlarda, araştırmanın temel konusu olan değişkenlere ve aralarındaki ilişkilere dair daha ayrıntılı bilgiler sunulmuştur.

## **I.I. ÖZ BİLİNCE İLİŞKİN NEGATİF DUYGULAR**

### **I.I.I. Utanç ve Suçluluk**

Ruh sağlığı üzerinde farklı doğurgulara sahip olan utanç ve suçluluk yaşantılarında önemli farklılıklar vardır. Günümüz psikologları önceki psikoanalitik teorileri daha ayrıntılı hale getirerek utanç ve suçluluk yaşantılarını açıklamayı ve tanımlamayı sürdürmektedirler. Utanç ve suçluluk gibi öz bilinç ilişkili negatif duyguları tanımlamada çeşitli zorluklar bulunmaktadır. Bu zorlukların başında bireyin benzer durumlarda bu iki öz bilinç duygusu ile beraber mahcubiyet (embarrassment), küçük düşme (humiliation) ve/veya rezil olma (disgrace) duygusu gibi diğer duyguları da yaşayabilmesi gelmektedir. Literatürde sıklıkla ortaya çıkan soru, utanç kavramı ile bir öz duygudan mı, yoksa örneğin mahcubiyet, utangaçlık (shyness) ve küçük düşme gibi farklı konumlarda defalarca yeniden ortaya çıkan, farklı yoğunluk düzeylerine sahip duygulardan mı söz edildiği sorusudur. Bu duyguları birbirinden ayırt etmenin zorluğuna rağmen Miller'e (1996) göre gerçek utanç (shame-proper), bir kimsenin kendi suçluluk ve/veya eksikliklerini kabul etmenin, kendini küçük veya kusurlu olarak yargılamanın ve diğerlerinin gözünde neye benzediğinin ortaya çıkmasının tetiklediği kişisel ve acı dolu hisleri içeren bir kavramdır. Utanç hisleri mahcubiyet ve küçük

düşmeden farklı olarak içsel ve kişiseldir ve dışarıdaki kişiler tarafından bireye dayatılması gerekmez.

Utanç ve suçluluk arasındaki ayrımı büyük ölçüde ihmal eden Freud (1961) ilk çalışmalarında utancı cinsel olarak teşhirci dürtülere karşı bir karşıt tepki geliştirme olarak tanımlamıştır. Freud (1961)'a göre utanç, oedipus kompleksin çözülmesi ile ortaya çıkan zihinsel güçlerin, özellikle cinsel ve saldırgan dürtüleri ve içtepileri (impulse) sınırlamaya çalışması ile ortaya çıkan gerilimden kaynaklanır. Bununla birlikte Freud (1961) daha sonraki çalışmalarında süperego çatışmaları ile ilişkide hissedilen suçluluğun bilişsel anlamına odaklanarak utanç kavramının duygusal içeriğini gözardı etmiş ve psikopatolojinin kaynağı olarak süper ego ve aşırı düzeyde gelişmiş suçluluk duygularına daha fazla vurgu yapmıştır (akt. Tangney ve Dearing, 2002). Erikson (1950) utancı benlik kontrolü ve özerkliği ifade eden anal dönem mücadelesine bağlamıştır. Utanç ve kendinden şüphe duymanın (self-doubt) kişiliğin daha fazla veya daha az kalıcı özelliği olup olmaması anal dönem sorunlarını çevreleyen kişiler arası dinamiklere ve gelişimin bu dönemi boyunca çocuğun özerklik duygusunun gördüğü hasarın boyutuna bağlıdır. Erikson (1950)'a göre utanç, tuvalet eğitimi ve vücut temizliği gibi egonun başarması gereken belli görevlere bir tepkidir. Çünkü bu durum jenital olarak teşhir olmayı gerektirmektedir. Bu durumda utanç, benliğin en özel yanlarını diğerlerine açma ile ilgili bir yaşantı olmaktadır. Erikson (1950) ayrıca utancın gelişimsel olarak suçluluktan önce geldiğini ileri sürerek utancı suçluluktan daha ilkel bir duygu olarak görmüş ve gelişim evresinde daha alt sıraya yerleştirmiştir (akt., Broucek, 1991).

Piers ve Singer (1953) utancı benlik (ego) ve benlik ideali (ego ideali), suçluluğu ise ego ve süper ego arasında gelişen bir gerilim olarak tanımlamışlardır. Bu durumda utanca ben ve ideal ben veya beklenti ve gerçekleşen arasındaki farklılığın neden olduğu ileri sürülmektedir. Bu farklılığın utancın özelliği olan kendini küçük görme veya değersizlik hisleriyle sonuçlanacağı ifade edilmektedir. Piers ve Singer (1953)'a göre süper egonun koymuş olduğu sınır ihlal edildiği zaman suçluluk, ego ideali tarafından konmuş olan amaca ulaşamadığı zaman utanç duyguları ortaya çıkmaktadır. Utançta ima edilen bilinçdışı tehlike, anne baba ideallerini yaşatamamaktan dolayı terk edilme korkusu, suçlulukta ise içselleştirilmiş anne baba

standartları ihlal edildiği için cezalandırılma ve kastrasyon korkusudur (akt., Tangney ve Dearing, 2002). Bununla birlikte son zamanlarda psikoanalistler ego idealini süperegonun bir parçası olarak görmekte ve ego idealinden süperegoyu ayırt etmemektedirler.

Kohut (1971) Piers ve Singer (1953) tarafından ileri sürülen fikri reddetmektedir. Utanç gelişmemişliği ve parçalanmış büyüklük duygusu (split-off grandiosity) ile ezilmiş olan benliği yansıtmaktadır. Kohut (1971) bir kutbunda büyüklük duygusunu taşıyan benlik (grandiose self), diğer kutbunda idealize edilen benlik nesnesi (idealized self object) olan iki kutuplu bir benlik varsayar. Büyüklük duygusu içeren benliğin gelişmesi (gelişim optimal ilerleme gösterecekse eğer) çocuğun gelişiminin erken dönemlerinde bakım veren, büyüten önemli kişiler tarafından yeterli yansıtmayı (mirroring) gerektirir. Diğer bir ifade ile Kohut (1971)'a göre açıkça tanımlanmış, yeterince güçlü bir benliğin gelişmesi, kişinin anne babası tarafından cesaretlendirilmesini ve empati gösterilmesini gerektirir. Sağlıklı çocuk hayran olduğu anne babası ile etkileşimlerini yansıtarak bu büyüklük çabalarını içselleştirmektedir. Çocuk idealize ettiği anne babası ile empatik alışveriş (empathic exchanges) yoluyla bağlanma, iç içe geçme ve bağlantılı olma duygusu yaşar. Çocukla anne baba benlik nesnesi (parental self-object) ilişkisinin yetersiz olduğu koşulda benlik duygusu hasar görmekte ve utanç meydana gelmektedir (akt. Broucek, 1991).

Broucek (1991)'e göre ise birey gerçek ve büyüklük duyguları taşıyan benliği arasında bir tutarsızlık olduğunu kabul ettiği anlarda utanç yaşar. Benzer şekilde Lewis (1992) utancın, bireyin amaç ve standartlarını karşılamadığını algıladığında kişisel değerinin zedelenmesinden kaynaklandığını ileri sürmüştür. Morrison (1989) utancı idealize edilen nesnenin (idealized object) gözünde önemli ve tek olma için şiddetli bir arzu duyma olarak tanımlamıştır (akt., Lewis, 1992). Levin (1967) ise utancın cinsel dürtüleri düzenleyen iç denge mekanizmalarının temel ögesi olduğunu ileri sürmüştür. Ona göre utancın işlevi cinsel dürtüleri bastırma ve kişiyi reddedilme riskinden korumaktır (akt., Broucek, 1991).

Lewis (1971), diğerleri tarafından narsisistik öfke (narcissistic rage) olarak tanımlanan düşmanca, küçük düşürücü öfke (hostile, humiliated fury) ve utanç arasında ilişki olduğunu ileri sürmüştür. Utanç başlangıçta benliğe yönelikken, onaylamayan,



reddeden diğeri imgesini içerdigi için, düşmanlık duyguları reddeden diğeri misillemeye dönüşmektedir. Utanç irrasyonel ve amaca ulaşmayı zorlaştıran bir öfke başlatma eğilimindedir. Çünkü kişisel gurur veya benlik değerinin kaybı nedeniyle gösterilen bu öfke zayıflamış benliği harekete geçirecek ve aynı zamanda arkadan gelecek eleştiriler için bireyin tedbir almasına yol açarak geçici bir rahatlık sağlayacaktır.

Tipik olarak mahçubiyetin ilk biçimleri olarak isimlendirilen özbilinçli duygular 18-20 ay civarına kadar gelişmez. Utanç, suçluluk, gurur gibi daha karmaşık özbilinç duyguları üçüncü yaşın sonlarında, hatta daha geç ortaya çıkmaktadır (Lewis, Alessandri ve Sullivan, 1992). Öz bilince ilişkin duygular tutarlı benlik temsilinin oluşumu ve benlik farkındalığı gibi kapasiteler gerektirdiğinden daha geç gelişmektedir (Tangney ve Dearing, 2002). Ayrıca çocukların uygun sosyal davranışlara ilişkin standartları, özel kuralları ve kendi davranışlarının diğeri tarafından böyle standartlara göre değerlendirileceğini anlamaya başlamaları gerektiği için öz bilince ilişkin duygular daha geç belirmektedir (Lewis vd., 1989).

Utançta çocuğun benliğinin geneline yüklemde bulunduğu, suçlulukta ise çocuğun ahlaki davranış veya ihlaller açısından bir hareket üzerine odaklandığı varsayılmaktadır. Psikoanalitik literatürün ilk dönemlerinde suçluluğun üst düzey bir duygu olduğu kabul edilmekteydi. Daha yakın zamanlarda bebek ve çocuklar üzerine yapılan çalışmalarla bu hipotez çürütülmüştür. Çocuklarda utanca bağlı yüz kızarmasının ikibuçuk yaşında, suçluluğa bağlı empatinin ve nesne farkındalığının (object-awareness) iki yaşında görüldüğü bildirilmiştir (Lewis, vd., 1992). Çocuklar iki yaş gibi erken bir dönemde ahlaki standartlara bağlılık, diğeri sıkıntısı ile empati ve herhangi bir ihlali izleyen kaygı göstermektedirler (Kagan ve Lamb, 1987). İki yaşında çocuklar aynı zamanda eylemleri yargılamak için değerlendirici kelimeler kullanmaya başlamaktadırlar (Bretherton, Fritz, Zahn-Waxler ve Ridgeway, 1986). Ayrıca oyuna dalmış iki yaş çocuklarına ilişkin doğal gözlemler, çocukların saldırgan davranışlardan sonra tamir edici çaba gösterdiklerine dair kanıtlar sağlamaktadır (Cummings, Hollenbeck, Iannotti, Radke-Yarrow ve Zahn-Waxler, 1986). Her iki duygunun da yaklaşık aynı gelişimsel dönemde ortaya çıkma olasılığını vurgulayan bu çalışmalar

ışığında anılan duygulardan birini diğlerinden daha ilkel veya geri olarak etiketlemek mümkün değildir.

### I.I.II. Utanç ve Suçluluk Yaşantıları Arasındaki Benzerlik ve Farklılıklar

Tarihsel olarak bakıldığında klinik, sosyal ve gelişim psikolojisi literatüründe sıklıkla utanç ve suçluluk arasında açık ayrım yapılmadığı görülmektedir. Çoğunlukla “suçluluk” her iki duygunun fenomenolojik yönlerini dile getiren kapsayıcı bir terim olarak kullanılmıştır. Gerçekten de utanç ve suçluluk birçok önemli özelliği paylaşmaktadır. İlk olarak utanç ve suçluluk genel olarak ahlaki duygular sınıfı içinde gruplandırılmaktadır. Çünkü her iki duygunun da davranışları düzenlemede özellikle ahlaki davranışları geliştirmede ve çeşitli ahlaki ihlallere ket vurmada rolü olduğu düşünülmektedir (Tangney, 1995). Aynı zamanda bu iki duygu benliğe başvurma sürecini (self-referential processes) gerektirdiği için “öz bilince ilişkin duygular” sınıflaması içinde yer almaktadır (Lewis, 1990).

Utanç ve suçluluk genel olarak bazı kişisel başarısızlık veya ihlallere tepki olarak ortaya çıkan negatif duygulardır (Tangney, 1995). Her ikisi de bir çeşit içsel yüklemeye gerektirmektedir. Aynı zamanda bu duygular genellikle kişiler arası bağlamda yaşanmaktadır (Baumeister, Stillwell, Heatherton, 1995). Ayrıca utanç ve suçluluğa yol açan durumlar oldukça benzerdir (Tangney, 1995). Kişisel utanç ve suçluluk deneyimlerine ilişkin çocuk ve yetişkinlerden elde edilen anlatıların (narrative accounts) analizleri *klasik* utanca sebep olan veya suçluluğa sebep olan durumların çok az olduğunu göstermektedir (Tangney, 1992). Yalan söyleme, aldatma, çalma, başka birine yardım etmeyi başaramama, anne babaya itaatsizlik gibi olayların çoğu bazı insanlar tarafından utanç hisleri ile ilgili, diğere bazı insanlar tarafından ise suçluluk hisleri ile ilgili görülmektedir. Utanç veya suçluluğu eşit olarak ortaya çıkarma olasılığı olan ahlaki ihlallerden farklı olarak sosyal anlamda uygun olmayan davranış gibi ahlaki olmayan başarısızlık veya kusurların utancı ortaya çıkarma olasılığının daha fazla olduğunu gösteren bazı çalışmalar bulunmaktadır. Çocuk ve yetişkinlerle yapılan çalışmalarda iş yerinde, okulda veya spor ortamlarında başarısızlık ve sosyal gelenekleri ihlal etme davranışlarının suçlulukla ilgili olduğunun ileri sürüldüğü görülmektedir (Tangney, Miller, Flicker, Barlow, 1996).

Bu iki duygu arasında bazı benzerlikler olmasına rağmen artan teorik ve görgül literatür utanç ve suçluluk yaşantılarında önemli farklılıkların altını çizmektedir (Lewis, 1971; Lindsay-Hartz, 1984; Lindsay-Hartz, de Rivera ve Mascolo, 1995; 1992, 1995; Tangney, vd., 1992; Wicker, Payne ve Morgan, 1983). Utanç ve suçluluğun nasıl farklılaştığına ilişkin radikal olarak farklı, etkili ve çoğu araştırmacı tarafından benimsenen ayrım Helen Blok Lewis tarafından yapılmıştır. Lewis (1971) bu duygular arasındaki temel farkın benliğin, utanç ve suçluluk yaşantılarındaki rolüne dayandığını ileri sürmektedir. Utanç yaşantısı doğrudan değerlendirmenin odağı olan benlik ile ilgilidir. Suçlulukta ise benlik negatif değerlendirmenin ana ögesi değildir. Daha ziyade yapılan veya yapılmayan şey üzerine odaklanılmaktadır (Lewis, 1971). Araştırmacıya göre benlik veya davranış üzerine yapılan bu farklı vurgu “utanç” ve “suçluluk” olarak isimlendirilen çok farklı yaşantılara yol açmaktadır.

Utanç tüm benliğin genel olarak olumsuz şekilde tetkik edilmesini içeren çok acı verici bir duygudur. Benlik bazı standartlara göre değerlendirilir ve yetersiz, başarısız, kötü ve değersiz olarak görülür. Utanç hislerine sıklıkla küçülme, küçüklük ve güçsüzlük duyguları ve gerçek veya hayal edilen seyircilerin önünde bu duruma maruz kalma hissi eşlik eder. Utanç duygusunda başkaları fark etmese bile sıklıkla bireyin kusurlu benliğinin diğerlerine nasıl görüldüğü imgesi yer almaktadır (Tangney, 1995). H.B. Lewis (1971) sadece utanca özgü olduğunu ileri sürdüğü benliğin işleyişinde bölünmeden de bahsetmektedir. Buna göre gözleyen benlik (observing self), odak noktası olan benliği (focal self) değersiz görmektedir. Utanç düşük benlik değeri gibi benliğin daha bütüncül ve kalıcı bilişsel kavramlaştırmalarından farklı biçimde görelilik olarak gelip geçici bir duygudur. Yani, utanç hisleri özel başarısızlık veya ihlalden doğmaktadır. Bununla birlikte utancı içeren süreç, suçluluğu içeren süreçten daha geniştir. “Kötü davranış” basitçe özür veya tamiri gerektiren sınırlı bir ihlal olarak görülmez. Bunun yerine incitici, hoş gitmeyen davranış kusurlu ve kabul edilemez benliğin yansıması olarak görülür. Benliğe bu şekilde odaklanıldığı için utanç yaşantılarının benliğe ilişkin çatışmalı düşüncelere yol açma olasılığı vardır.

Buna karşın suçluluk birincil olarak belli davranışlarla ilgilidir. Tüm benlikten bir dereceye kadar ayrı belirli bir davranışın negatif değerlendirilmesini içerdiği için de suçluluk yaşantıları utanç yaşantılarından daha az acı verici ve yıkıcıdır. Böylece

suçluluk bireyin öz kimliğini (core identity) etkilemez, benlik sağlam ve bütün olarak kalır. Yine de suçluluk hisleri acı dolu olabilir. Suçluluk yaşayan insanlar sıklıkla özel ihlallere ilişkin saplantı veya sürekli rahatsızlık bildirmişlerdir (yapılan kötü şeyi yapmamış olma veya farklı şekilde davranmış olmayı arzu etme gibi olumsuz olay üzerinde tekrar tekrar düşünme). Benlik yerine davranış sorun edildiği için suçluluk yaşayan insanlar benliğe daha az odaklanır ve diğerleri üzerinde davranışlarının etkisini sorgulama olasılıkları artar.

Utanç ve suçluluk kişilerarası bağlamda sonraki davranışlar için çok farklı güdülere yol açması bakımından da farklılaşmaktadır (Ferguson vd., 1991; Lidsay-Hartz, 1984; Wicker vd., 1983). Utanç benliğin bütün olarak cezayı gerektirecek şekilde yargılanması ile ilişkili olduğu için bireyde uzak durma, kaçma, saklanma ve geri çekilme arzusuna yol açmakta ve yoğun duygusal tepkiye neden olmaktadır. Bu kişiler ayrıca utancı ortaya çıkaran durumlarda ortamda bulunan kişilere saldırma eğilimindedirler (Tangney, 1995). Diğer taraftan suçluluk özel bir davranışın negatif değerlendirilmesinden kaynaklandığı için daha az yoğun duygusal tepkilere yol açmakta ve bireyi düzeltici davranışa güdülemektedir (Tangney vd., 1995; Tangney ve Salovey, 1999; Lidsay-Hartz, 1984). Belirli davranıştan dolayı suçluluk hissettiği zaman insanlar genellikle yapılan “kötü şey” için vicdan azabı, pişmanlık ve gerilim duygusu yaşamaktadır. Bu duygular diğeri yönelimli odakla birleşince insanları yapılan kötü şeyi tamir etmeye, özür dilemeye veya itiraf etmeye güdülemektedir (Tangney, 1995).

İnsanlar suçluluğa sebep olan olaylar tanımladığı zaman utanca sebep olan olayları tanımladığından daha fazla diğeri yönelimli empati (other-oriented empathy) kurmaktadır (Leith ve Baumeister, 1998). Diğer bir ifade ile suçluluk eğilimi taşıyan bireyler genel olarak empatik bireylerdir. Buna karşın utanç eğilimli bireylerin diğeri yönelimli empati için yetersiz kapasiteye sahip olduğu ve kişisel sıkıntı duymaya eğilimli oldukları görülmektedir (Tangney, 1991). Negatif olaylar için sıklıkla kendini suçlayan, utanç yaşayan kişiler aynı zamanda öfkeye eğilimlidirler (Tangney ve Dearing, 2002).

Utanç uyum sağlayıcı (adaptive) veya uyumu bozucu (maladaptive) olarak işlev görebilir. Birey, tek bir negatif eylemi veya özelliği kimliğinin bütünü olarak kabul

ettiği zaman utanç duygusu uyumu bozucu olabilmektedir. Bu kabul bireyin kendini çaresiz ve pasif hissetmesine neden olmaktadır (Lindsay-Hartz, De Rivera ve Mascolo, 1995). Ancak utanç, sosyal onay görmeme veya yüz kızartıcı duruma düşme korkusundan dolayı bireye uyumsuz davranışlardan kaçınması için baskı yaparsa uyum sağlayıcı olmaktadır.

Antropolojik literatürde geçmişte vurgulanan tanımlara göre utanç, kamusal duygulara (public emotion), suçluluk ise kişisel (private emotion) duygulara dair duygulardır. Bu bakış açısından utanç, bazı kusurlu ve uygunsuz davranışların kamusal ortamda açığa çıkmasını (public exposure) izleyen duygusal bir tepkidir. Tersine suçluluğun bireyin kişisel standartlarını ihlal etmeye ilişkin içselleştirilmiş bilinçli reaksiyonu olduğu ve bunun birey tamamen yalnız olduğu zaman hissedilebileceği ileri sürülmektedir (Ausubel, 1955; Benedict, 1946, akt. Tangney, Miller, Flicker, Barlow, 1996). Bununla birlikte son zamanlarda yapılan utanç ve suçluluk yaşantılarına ilişkin çocuk ve yetişkinlerin otobiyografik yaşantılarına dayanan araştırmalarda kamusal/kişisel ayrımı görülmemektedir (Tangney, Marschall, Rosenberg, Barlow ve Wagner, 1994; akt. Tangney ve Dearing, 2002). Böyle duygusal olayların analizi göstermiştir ki, utanç ve suçluluk duyguları diğerleri bulunduğu zaman daha sık yaşanmasına rağmen utanç da suçluluk kadar yalnız olunduğu zaman yaşanan duygulardandır. Diğer bir deyişle kamusal yaşamda onaylanmama utanç hissine özgü bir ön koşul değildir (Tangney, Miller, Flicker, Barlow, 1996).

Çeşitli yöntemler aracılığıyla elde edilen birçok bulgu utanç ve suçluluğun ayrı duygusal yaşantılar olduğunu ve bilişsel, duyusal ve güdüsel boyutlar açısından farklılaştığını desteklemektedir. Bu çalışmalar vaka analizleri (qualitative case study analyses) (Lewis, 1971; Lindsay-Hartz 1994; Lindsay-Hartz, De Rivera ve Mascolo, 1995), utanç ve suçluluk öykülerinin içerik analizi (Ferguson, Stegge ve Damhuis, 1990; Tangney, 1992; Tangney, Marschall, Rosenberg, Barlow ve Wagner, 1994, akt. Tangney ve Dearing, 2002), katılımcıların kişisel utanç ve suçluluk yaşantılarının niceliksel olarak derecelendirmesine dayanmaktadır (Ferguson, Stegge ve Damhuis, 1991; Tangney, Miller, Flicker ve Barlow, 1996; Wicker, Payne ve Morgan, 1983; Wallbott ve Scherer, 1995). Örneğin, Tangney (1993) yaptığı bir çalışmada 65 genç yetişkinden kişisel utanç ve suçluluk yaşantılarını tanımlamalarını istemiştir. Utanç



deneyimlerinin anlamlı derecede daha acı verici ve tanımlanmasının daha zor olduğunu saptamıştır. İnsanlar utanç yaşadığı zaman fiziksel olarak daha küçük, diğerlerinden daha aşağı ve durum üzerinde daha az kontrol sahibi hissetmişlerdir. Suçlulukla karşılaştırıldığı zaman utanç yaşantılarının diğerleri tarafından gözleniyor olma duygusunu içermeye olasılığının ve saklanma isteğinin daha fazla, buna karşın itiraf etme isteğinin daha az olduğu saptanmıştır (akt., Tangney ve Dearing, 2002).

Gore ve Harvey (1995) 208 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmalarında utanç ve suçluluk arasındaki farkı araştırmışlardır. Bilinç Boyutları Ölçeği'nin (Dimensions of Consciousness Questionnaire) kullanıldığı çalışmada kişisel olmayan kuralları ihlal etme (impersonal transgression), diğer kişiye zarar verme (harm to another person) ve güveni kötüye kullanma (trust violation) olarak adlandırılan üç suçluluk kümesi ile sosyal uygunsuzluk (social impropriety) ve ortaya çıkan yetersizlik (exposed inadequacy) olarak isimlendirilen iki utanç kümesi saptamışlardır. Bu kümeler yüksek yapı geçerliği ve önemli teorik anlamlılığa sahiptir. Bulgulara göre utanç sosyal standart ve tepkiler nedeniyle, suçluluk sınırları ihlal (transgression) ve ihanet etme (betrayal) nedeniyle ortaya çıkan duygular olarak algılanmıştır. Bununla birlikte hem utanç ve suçluluk kümeleri içinde, hem de utanç ve suçluluk kümeleri arasında, beş senaryo kümesi birbirleri ile ilişkili bulunmuştur. Araştırmacılar bu sınırlamayı ortak varyansın sadece yöntem hatasından kaynaklanmadığını, aynı olayların suçluluk ve utancın bir araya gelen türleri gibi birçok duyguyu eş zamanlı olarak ortaya çıkarabileceğini ileri sürmüşlerdir.

Lutwak ve Ferrari (1996) suçluluk ve utanç arasındaki farkı ortaya koyduğu bir çalışmada kadın ve erkekler arasındaki ahlaki duygulanım ve bilişsel süreç farklılıkları üzerine odaklanmışlardır. Bulgular kadınların erkeklerden daha yüksek oranda utanç ve suçluluk bildirdiğini göstermiştir. Erkekler için yapılan ayrı faktör analizlerinde utancın öz eleştirel (self-critical) bilişlerle yüklü iken suçluluğun mükemmeliyetçilik (perfectionism) boyutları ile yüklü olduğu gözlenmiştir. Kadınlar için bu ayırım açık değildir. Kadınlarda utanç hem öz eleştirel bilişlerle hem de mükemmeliyetçilikle yüküdür ve mükemmeliyetçilik özellikle sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçilik olarak bulunmuştur.

Tangney, Wagner, Flecter ve Gramzow (1992), yaptıkları bir çalışmada utanç ve suçluluğun duyuşsal deneyimlerini ayırma ve bu duyguların öfke ve düşmanlık yaşantıları için farklı doğurguları üzerine odaklanmışlardır. Buna göre utanç eğilimi öfke uyarılması, düşmanlık, sinirlilik, nefret, şüphecilik, paranoid düşünce ve negatif olaylar için diğerlerini suçlama eğilimini kapsayan çeşitli olumsuz duygular ve bilişsel süreçlerle pozitif ilişki göstermiştir. Diğer taraftan utanç olmaksızın sadece suçluluk eğilimi (shame-free guilt), suçlanmanın dışsallaştırılması (externalization of blame) ile negatif ilişki göstermiştir. Bunu utanç göstermeyen bireylerin negatif yaşam olayları için sorumluluk kabul ettiklerini ileri sürerek açıklamışlardır. Tangney, Wagner, Barlow Marschall ve Gramzow (1996) daha sonraki çalışmalarında öfkeye gösterilen yapıcı ya da yıkıcı tepkilerle utanç eğilimi ve suçluluk eğilimi arasındaki ilişki açıklamışlardır. Bulgulara göre utanç eğilimli bireyler her yaşta, daha az utanç eğilimli akranlarından daha fazla öfke yaşamaktadır. Dahası utanç eğilimli kişi öfkelenmekten sonra güdüleri ve davranışları doğrudan, dolaylı ve/veya yer değiştirmiş saldırganlığa yol açmaktadır. Böylece suçluluğun sorumluluk duygusuyla daha fazla ve diğerlerini doğrudan suçlama olasılığıyla daha az ilişkili olduğu bulunmuştur. Utanç ise öfke, düşmanlık, paranoid düşünce, kuşkucu olma, sinirlilik ve gücenme ile ilişkili bulunmuştur.

### **I.I.III. Psikopatolojide Utanç ve Suçluluğun Rolü**

Psikopatolojide utanç ve suçluluğun en kapsamlı ele alınışı analitik yönelimli teorilerde yapılmaktadır. Ancak bu teorilerde utanç ve suçluluk oldukça farklı şekillerde vurgulanmaktadır. İlk dönem psikoanalitik perspektif, büyük ölçüde suçluluğun patolojik doğurguları üzerine odaklanmıştır. Örneğin Freud (1909/1955, 1917/1957/, 1924/1961) melankoli, saplantılı nevroz ve mazoşizmi kapsayan psikolojik sorunlarda suçluluğun rolünü vurgulamıştır (akt. Tangney, Burggraf ve Wagner, 1995). Freud 'a göre id dürtüleri (id impulse) ve ego yönelimli eylemler (ego-directed action) süperego standartları ile çatıştığı zaman, süperego suçluluk hisleri ve benliği cezalandırıcı (self-punitive) çeşitli manevralar ile misilleme yapmaktadır. Bu da önemli psikolojik belirtilere yol açmaktadır. Başka bir deyişle Freud'a göre kabul edilemeyen dürtülerden ortaya çıkan suçluluk açık psikopatolojiye yol açan kendini cezalandırma sürecini

ortaya çıkarmaktadır. Utanç, psikoanalitik yaklaşımın erken evrelerinde çok daha az merkezi bir rol oynamıştır. Freud utancı büyük ölçüde cinsel olarak teşhirci dürtülere yönelik bir karşıt tepki geliştirme durumu ile ilişkilendirmiştir (Freud, 1905, 1953 akt., Tangney, Burggraf ve Wagner, 1995). Son zamanlarda birçok kuramcı Freud'un görelî olarak utancı ihmal etmesinin onun ego ve benlik arasında ayırım yapmayı başaramaması kadar suçluluğa sebep olan oedipal konular ve ego, id ve süpereo arasındaki içsel psişik çatışmayı (intrapsychic conflict) vurgulayan yapısal teori (structural theory) üzerine çok daha fazla odaklanmasının bir sonucu olabileceğini ileri sürmüştür (Lewis, 1971, Lewis, 1987a). Örneğin, A.P. Morrison (1989) Freud'un benlik ideali (ego ideal), narsizm ve kendini kabul etme (self-regard) kavramlarını daha derinlemesine izlemiş olsaydı utancın doğurguları ve doğası üzerine daha ileri incelemeler yapabileceğini belirtmiştir (akt. Tangney, vd. 1995). Lewis (1971) ise Freud'un hastalarının utanç yaşantılarını suçluluk yaşantıları olarak yanlış şekilde etiketlediğini ileri sürmüştür.

Benlik psikolojisinin ortaya çıkması ile utanç duygusu psikopatolojinin dinamik kavramlaştırmasında önemli bir yer almıştır. Psikoanalitik yönelimli klinikçi ve kuramcılar utancı, depresyon, çift kutuplu hastalıklar, şizofreni, narsisizm ve eş istismarı gibi bozuklukların temel ögesi olarak tanımlamışlardır (Lansky, 1987; Nathanson, 1987; N.K. Morrison, 1987). Bu teorilerin bazılarında utanç psikopatolojinin nedeni olarak, diğerlerinde benlik sistemindeki temel bir kusurun sonucu olarak ele alınmıştır. Bununla birlikte anılan teorilerin paylaştığı nokta utanç üzerine odaklanmak olmuştur. Suçluluk büyük ölçüde ihmal edilmiş ve geleneksel Freudiyen kuramda olduğu gibi bu iki duygu arasındaki fark kaybolmuştur (Tangney, Wagner ve Gramzow, 1992; Tangney, Burggraf ve Wagner, 1995).

Psikopatolojide utanç ve suçluluğun farklılaşan rolünü ortaya koyan birkaç kuramcıdan biri olan Helen Blok Lewis (1971) çeşitli durumlarda insanların yaşadığı utanç ve suçluluğun derecesinde bireysel farklılıklar olduğunu belirtmiştir. Dahası Lewis (1971, 1987b) duygusal stildeki böyle bireysel farkların (utanç eğilimine karşı suçluluk eğilimi) psikolojik semptomların oluşumu ile farklı şekillerde ilişkili olduğunu ileri sürmüştür. Lewis'e göre utanç eğilimli bireyler birincil olarak özellikle depresyon gibi



duygusal bozukluklara daha açık iken suçluluk eğilimli bireyler paranoya, obsesif-kompulsif sendromlar gibi düşünce ile ilgili bozukluklara daha açıktır.

Lewis (1971)'in formülleştirmesi psikodinamik ve bilişsel ilkelerin bütünleştirilmesini ifade etmektedir. Bilişsel tarzlardaki bireysel farklar (alana bağımlı, alandan bağımsız) süperego fonksiyonunun (utanç-eğilimi ve suçluluk eğilimi) karşıt biçimlerine yol açmakta ve bu bilişsel ve duygusal tarzlar beraberce farklı semptomlar oluşturmaktadır. Alan bağımlı bireyin daha az farklılaşmış bütünsel benliği, daha az farklılaşmış utanç yaşantılarına ve nihayet depresyon gibi duygu bozukluklarına açıktır. Buna karşılık alandan bağımsız bireyin daha açık şekilde farklılaşmış benliği, benlik ve davranış arasında farklılaşmayı gerektiren suçluluk yaşantılarına ve "alan"ı benlikten ayırt etmeyi gerektiren obsesif ve paranoid semptomlara açıktır (Tangney, Wagner ve Gramzow, 1992).

Özetle çeşitli psikolojik kuramlarda utanç ve/veya suçluluk psikolojik semptomların oluşumunda önemli faktörler olarak saptanmıştır. Bununla birlikte bu kuramlar bozukluklar açısından suçluluk veya utancın önemi konusunda tutarsızdırlar. Bu tutarsızlık büyük ölçüde birçok kuramsal perspektifte utanç ve suçluluk arasında açık bir ayırım yapılamamasına yüklenebilmektedir (Tangney, Burggraf ve Wagner, 1995).

#### **I.IV. Psikopatolojide Utanç ve Suçluluk Üzerine Görgül Çalışmalar**

Utanç ve suçluluk yaşantılarının psikolojik iyilik hali üzerindeki etkileri psikoloji literatüründe oldukça tartışılan ve ilgi çeken konulardan biridir (Lewis, 1992; Lutfak ve Ferrari, 1996; Pulakos, 1996; Tangney, Wagner, Barlow, Marschall ve Gramzow, 1996; Tangney, Wagner, Fletcher ve Gramzow, 1992). Ancak utanç, suçluluk ve psikopatoloji arasındaki ilişkiye dair görgül araştırmalar utanç ve suçluluğu ölçme zorluklarından dolayı konu ile ilgili kuramların çok gerisinde kalmıştır (Tangney, Burggraf, Wagner, 1995).

Sıfat tarama listesi kullanılarak utanç ve suçluluğun ölçüldüğü çalışmalarda hem utanç eğilimi, hem de suçluluk eğilimi psikolojik semptomlarla ilişkili bulunmuştur (Harder, 1995; Harder vd., 1992). Bu çalışmalarda H.B. Lewis (1971) tarafından ileri sürüldüğü

gibi utanca karşı suçlulukla ilişkili semptomlar arasında tutarlı farklılıklar saptanmamıştır.

Diğer taraftan Lewis'in (1971) benliğe karşı davranış ayırımına dayanan ölçüm araçları kullanıldığı zaman sonuçlarda önemli farklılıklar ortaya çıkmıştır. Çocuk ve yetişkinlerle yapılan bağımsız çalışmalarda utanç olmaksızın suçluluk eğilimlerinin (shame-free guilt) psikolojik uyumsuzlukla ilişkili olmadığı, buna karşın utanç eğilimlerinin psikolojik problemlerin çoğu ile ilişkili olduğu saptanmıştır (Tangney vd., 1995; Tangney, Wagner ve Gramzow, 1992; Tangney ve Dearing, 2002). Görgül çalışmalarda depresyon, kaygı, saplantılı düşünce örüntüsü, paranoid düşünce, narsizm, nörotisizm, psikotisizm, öfke, düşmanlık, yeme bozukluğu semptomları, düşük benlik değeri ve sosyopatiji kapsayan pek çok psikolojik semptom ve utanç eğilimi arasında tutarlı ilişkiler olduğu gösterilmiştir (Gilbert, Pehl ve Allan, 1994; Tangney, 1992; Harder, 1995; Harder ve diğ., 1992; Tangney ve diğ., 1995; Tangney, Wagner ve Gramzow, 1992; Wurmser, 1987; Tangney, Wagner, Flecter ve Gramzow, 1992; Tangney ve Dearing, 2002). Utanç eğilimi ve psikolojik semptomlar arasındaki ilişki çeşitli ölçme yöntemleri, yaş grupları ve örneklerle yapılan çalışmalarda gözlenmiştir (Tangney ve Dearing, 2002).

Örneğin, Tangney, Wagner ve Gramzow (1992) Öz Bilince İlişkin Duyuş Testi (TOSCA-Tangney, Wagner ve Gramzow, 1989), Semptom Tarama Listesi 90 (SCL 90-Derogatis, Lipman ve Covi, 1973), Beck Depresyon Envanteri (Beck, 1972) ve Durumluk-Sürekli Kaygı Envanterini (Spielberger, Gorsuch ve Lushene, 1970) kullanarak 245 ve 234 üniversite öğrencileri ile iki ayrı çalışma yapmışlardır. Her iki çalışmada utanç eğilimi somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, psikotisizm, paranoid düşünce, düşmanlık-öfke, kişiler arası duyarlılık, kaygı, fobik kaygı, depresyon, sürekli kaygı, durumluk kaygı gibi psikopatolojinin onbir göstergesi ile anlamlı pozitif ilişki göstermiştir. Diğer taraftan suçluluk eğilimi, psikopatoloji ile sadece orta derecede ilişkilidir ve kısmi korelasyon analizi orta derecedeki bu ilişkinin bütünüyle utanç ve suçluluk arasındaki paylaşılan varyanstan kaynaklandığını ortaya koymaktadır.

Tangney ve Dearing (2002) tarafından Öz Bilince İlişkin Duyuş Testi (TOSCA-Tangney, Wagner ve Gramzow, 1989) ve SCL 90 (Derogatis, Lipman ve Covi, 1973)

kullanılarak yapılan üç ayrı çalışmada da utanç eğilimi somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, psikotizm, paranoid düşünce, düşmanlık-öfke, kişiler arası duyarlık, kaygı, fobik kaygı, depresyon gibi psikopatoloji göstergeleri ile anlamlı pozitif ilişki göstermiştir. Diğer taraftan suçluluk eğilimi psikopatoloji ile önemsenmeyebilecek bir ilişki göstermiş, hatta utanç olmaksızın suçluluk eğiliminin bazı durumlarda psikolojik semptomlarla negatif ilişki gösterdiği saptanmıştır.

Utanç ve suçluluk eğilimini değerlendirmede çok farklı yöntemler kullanılmış olması psikolojik semptomlarla suçluluk eğilimleri ilişkisinde gözlenen tutarsızlığı açıklamaktadır (Tangney, Burggraf ve Wagner, 1995). Örneğin senaryo temelli ölçek olan TOSCA ve türevleri ile yapılan çalışmalarda utanç, depresyon, anksiyete, psikotizm ve öfke gibi uyum bozuklukları ile ilişkili bulunurken, suçluluk aynı değişkenlerle sadece kısmi olarak ilişkili bulunmuştur (Tangney vd., 1992). Utanç ve suçlulukla ilgili sıfat tarama listesine dayanan Kişisel Duygular Soru formu (Personal Feelings Questionnaire2-PFQ2; Harder ve Zalma, 1990)'nu kullanarak, üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada hem utanç hem suçluluk eğilimi ile depresyon ve kendini aşağılama (self-derogation) arasında anlamlı pozitif ilişki saptanmıştır (Harder vd., 1992).

#### **I.I.V. Utanç ve Cinsiyet**

Ahlaki duyguların doğasını saptamak için cinsiyet farklılıklarını araştıran çok az veri bulunmaktadır. Bununla birlikte bazı araştırmacılar kadınların erkeklere göre utanç ve suçluluk hissetmeye daha fazla eğilimli olduğunu göstermektedir (Fischer, vd., 2004; Pulakos, 1996; Lutwak ve Ferrari; 1996; Tangney ve Dearing, 2002; Harder, 1995; Harder ve Zama, 1990). Tangney ve Dearing (2002) ilkökul çocukları, alt sosyo ekonomik düzeyden ergenler, üniversite öğrencileri, anne babalar, yetişkinler ve yaşlıları kapsayan 3000 katılımcı ile yaptıkları çalışmada kadınların tutarlı bir şekilde erkeklerden daha yüksek derecede utanç ve suçluluk dile getirdiklerini göstermişlerdir. Erkeklerle karşılaştırıldığında kadınlar her yaşta daha fazla utanç ve suçluluk eğilimi taşımaktadır. Harder (1995) TOSCA'yı kullanarak çeşitli örneklerle yaptığı çalışmalarda kadınlarda erkeklerden anlamlı derecede daha yüksek utanç ve suçluluk

düzeyi saptamıştır. Ancak bu çalışmalarda örneklem büyüklüğünün yetersiz olduğu göze çarpmaktadır.

Diğer bir çalışmada Fischer, vd. (2004) 37 ülkeden toplanmış kültürler arası verilere ilişkin analizde korku, üzüntü, öfke, tiksinti, utanç ve suçluluk duygularındaki cinsiyet farklılıklarını ortaya koymuşlardır. Kadın ve erkeklerde tiksinti, öfke gibi duyguların yoğunluğu açısından farklılık görülmezken, korku, üzüntü, utanç ve suçluluk duyguları kadınlarda erkeklere göre anlamlı derecede daha yoğundur.

## I.II. DİNİ YÖNELİM

Dini yönelim kavramı psikologlar tarafından kişinin dini inanç ve değerlerini uygulama veya yaşama biçimini tanımlamak için kullanılmaktadır (Batson ve Ventis, 1982; Allport ve Ross, 1967). Bu konudaki en popüler kavramlaştırma Gordon Allport tarafından yapılan içsel ve dışsal dindarlık ayrımıdır. İçsel dindarlık dini başlı başına bir amaç olarak ele almaktadır. Allport ve Ross'a göre (1967, s.434) içsel dini yönelime sahip olarak adlandırılan bireyler dini inançlarına bütünüyle bağlı olarak tanımlanır ve din etkisi yaşamlarının tüm yönlerinde görülür. Din bütün yaşama anlam veren bir değerler sistemidir ve kişi dinine göre günlük yaşamını sürdürme eğilimindedir (Donahue, 1985). Diğer ihtiyaçlar daha az önemlidir, bunlar mümkün olduğu kadar dini inanç ve adetlerle uyumlu hale getirilmeye çalışılır. Bireyler benimsedikleri inançları içselleştirmeye çalışır ve bunlara tam olarak uyarlar. Diğer bir ifade ile içsel olarak dindar olan kişiler kendini feda edecek tarzda dini inanç ve değerlerine bağlıdırlar. Allport içsel dindarlığın birleştirici ve bütünleştirici, hoşgörülü, olgun, önyargısız olma ve ruh sağlığı ile pozitif ilişki taşıdığını ileri sürmektedir (Allport ve Ross, 1967, s.434). İçsel olarak dindar olan kişi için kuvvetli kişisel inançlar önem taşırken dinin sosyal kazanç yönü önemli değildir.

Diğer taraftan dışsal dini yönelime sahip kişiler dini, dini olmayan amaçlarına ulaşmak için araç olarak kullanırlar (Allport ve Ross; 1967). Dışsal olarak dindar olanlar için dindar olma güdüsü sosyal, araçsal ve faydacı olan dışsal değerlere ve inançlara dayanır (Earnshaw, 2000). Kişi güvenlik, kendini doğrulama, teselli ve sosyal ilişkiler sağlama, kendini oyalama, statü ve bağışlanma, sosyal mevki ve onay elde etme, güçlü bir iç

gruba katılma (Genia ve Shaw, 1991) ve benliğini koruma (Kahoe ve Meadow, 1981) amacı gibi birçok nedenle dini kullanır. Dışsal dini yönelimde benimsenen inanç ciddiye alınmaz veya birincil ihtiyaçlara göre seçici bir şekilde biçimlendirilebilir. Teolojik bir ifade ile dışsal yönelimi olanlar Tanrıya kendilerini reddetmeksizin yönelirler (Allport ve Ross, 1967, s.434).

Dışsal dini yönelimi inceleyen çalışmaların çoğu dışsal dini yönelimin dışsal-kişisel (extrinsic-personal) ve dışsal-sosyal (extrinsic-social) olarak iki boyutta ele alınabileceğini ileri sürmüşlerdir (Gosuch ve Mcpherson, 1989; Gorsuch ve Venable, 1983; Leong ve Zachar, 1990; Maltby, 1999a). Dışsal-sosyal yönelimde din kilisede arkadaşlarla toplanma gibi bireysel sosyal ihtiyaçları karşılama ile ilişkilidir. Dışsal-kişisel yönelim ise dua ederek huzur sağlama gibi kişisel ihtiyaçları karşılama ile ilişkilidir (Gorsuch ve Mcpherson, 1989).

Batson ve Ventis (1982) ise dini yönelimin dışsal dindarlık, içsel dindarlık ve sorgulama olmak üzere üç boyut aracılığıyla anlaşılabilirliğini ileri sürerek Allport'un (1967) iki boyuttan oluşan orijinal kavramlaştırmasına üçüncü bir boyut eklemiştir. Sorgulama yönelimi karmaşık fikirleri sorgulama için istekliliği ifade etmektedir (Batson ve Schoenrade, 1991). Sorgulama yönelimli kişiler varoluşla ilgili soruları araştırmaya açıktır ve yeni bilgiler peşindedir (Batson vd., 1993). Sadece tek bir doğru cevap bulmayı önceden belirlemeksizin dini sorulara cevap ararlar (Batson vd., 1993; Batson ve Schoenrade, 1991). Sorgulama yöneliminin üç dini faktörü kapsadığı düşünülmektedir (Batson vd., 1993). İlki, karmaşıklıklarını azaltmaksızın varoluşsal (existential) soruları dikkate alma yeteneğidir. İkincisi, bireylerin din ile ilgili şüpheleri ve kendini eleştirmeyi pozitif olarak algılama eğilimidir. Üçüncüsü ise dini inançları değiştirmeye açıklık veya deneyime açıklıktır (Maltby, ve Day, 1998). Dini sorgulama yöneliminin içsel ve dışsal yönelimden farklı olduğu düşünülmektedir (Batson ve Schoenrade, 1991).

Kısaca dini yönelim boyutlarının her biri dindar olmaya ilişkin farklı güdülerini yansıtmaktadır (Earnshaw, 2000). İçsel yönelimli kişi dini başlı başına önemli bir amaç olarak kabul ederken, dışsal yönelimli kişi dini, bir amaç için yararlı bir araç olarak görür (Allport, 1966). Sorgulama yönelimli kişi ise karmaşık varoluşsal sorularla dürüstçe yüzleşir (Batson ve Schoenrade, 1991).



### I.II.I. Dini Yönelimler ve Psikolojik İyilik Hali

Din ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi açıklamada en etkili teorinin Allport'un (1963) içsel-dışsal dini güdülenme teorisi olduğu ileri sürülmektedir. Allport'a göre farklı dini güdümler ruh sağlığı için farklı doğurgulara sahiptir. Allport ruh sağlığı/patoloji değişkenleri ile farklı "kişisel dini yönelimlerin" ilgili olduğunu ileri sürmüştür. Dışsal olarak güdülenmiş olan birey dini güçlü bir iç grup edinmek, yaşamına reçete sağlamak veya gerçeklere karşı psikolojik korunma elde etmek için kullanmaktadır. İçsel olarak güdülenmiş olan birey için ise dini inançlar yaşam deneyimlerine anlam vermekte, yaşamdaki tercihleri için temel olarak işlev görmekte ve kendisi için bizzat amaç olarak yaşanmaktadır (Genia ve Shaw, 1991). Allport (1963) dine dışsal yaklaşımın içsel güdülenmeden daha az sağlıklı olduğunu ileri sürmüştür.

Dinin bireyin psikolojik iyilik hali üzerinde belirleyici veya yararlı bir etkiye sahip olup olmadığı birçok araştırmacı tarafından tartışılan bir konudur (Bergin, 1980a,b; Crawford, Handal ve Weiner, 1989; Ellis, 1980; Sharkey, Malony, 1986). Freud (1927, 1964) dini patolojik bir durum olarak ele almıştır (akt., Ventis, 1995). Benzer şekilde Ellis (1980) dindarlığın irrasyonel düşünce ve duygusal rahatsızlığa (emotional disturbance) eşlik ettiğini iddia etmiş, Dittes (1969, akt., Ventis, 1995) din ile ruh sağlığı arasında negatif ilişki olduğunu ileri sürmüştür. Buna karşın Allport (1950) ve Jung (1933) dinin ruh sağlığını güçlendirici olduğunu (akt. Ventis, 1995), Bergin (1983) dindarlığın psikopatolojinin bir karşılığı olduğu görüşüne destek bulunmadığını, Becker (1971, akt., Ventis, 1995) ise din ile ruh sağlığı arasında pozitif ilişki olduğunu ileri sürmüştür.

Din ve ruh sağlığı ile ilgili teorik tartışmalar iki alanın büyük ölçüde birbiri ile ilişkili olduğunu varsaymaktadır (Ellis, 1990; Bergin, 1980). Görgül araştırmalara ilişkin bulgular ise tutarsız olmakla birlikte birçok araştırmacı bu konudaki bulguların karışık olduğu konusunda fikir birliği içindedir (Gorsuch, 1988, Bergin, 1983).

Yapılan çalışmalar genel olarak içsel dini yönelim ile psikolojik sıkıntı arasında anlamlı negatif ilişki, dışsal dini yönelim ile psikolojik sıkıntı arasında anlamlı pozitif ilişki olduğunu göstermektedir (Baker ve Gorsuch, 1982; Genia, 1996; Genia ve Shaw, 1991; Koenig, 1995; Maltby ve Day, 2000; Maltby vd., 1999; Bergin, Masters ve Richards,

1987; Watson, Morris ve Hood, 1987, 1989; Donahue, 1985). Örneğin içsel dini yönelim ile yaşam doyumu ve psikolojik uyum (Zwingman, 1991; Watson, vd. 1994; akt., Wulf, 1997), içsel kontrol ve daha sağlıklı kişilik fonksiyonları (Bergin, vd. 1987), benlik değeri (Nelson, 1990), yaşamdaki amaçlar (Bolt, 1975, akt., Wulf, 1997) ve suçluluk eğilimi (Chau, vd., 1990; Richards, 1991) arasında pozitif ilişki bulunmuştur. İçsel dini yönelim ile kaygı ve özellikle ölüm kaygısı (Bergin, vd., 1987; Baker ve Gorsuch, 1982), nörotisizm (Chau, vd., 1990) ve depresyon (Nelson, 1989; Genia, 1996) arasında ise negatif ilişki bulunmuştur. Dışsal dini yönelim, kaygı (Bergin, vd. 1987), depresyon (Genia, ve Shaw, 1991) ve ölüm korkusu (Kraft, vd., 1987) ile anlamlı pozitif ilişki göstermiştir. Çalışmalar genellikle tutarlı olarak içsel dini yönelim ile kaygı arasında anlamlı negatif ilişki, dışsal dini yönelim ile kaygı arasında anlamlı pozitif ilişki bulunduğunu gösterirken (Baker ve Gorsuch, 1982; Bergin ve ark, 1987) dini yönelim ile depresyon ölçümleri karşılaştırıldığı zamanki bulgular daha az tutarlıdır. Bazı çalışmalarda içsel dini yönelim depresyon ile düşük düzeyde ilişkili (Genia, 1996; Genia ve Shaw, 1991; Koenig, 1995; Watson, Morris ve Hood, 1989), dine dışsal yönelim ise depresyon ile yüksek düzeyde ilişkili bulunmuştur. Diğer bazı çalışmalarda ise içsel dini yönelim depresyonla pozitif ilişki gösterirken, dışsal dini yönelimin depresyonla anlamlı bir ilişki göstermediği saptanmıştır (Bergin vd., 1987; Park vd., 1990).

Din ve ruh sağlığı üzerine yapılan çalışmalara ilişkin meta-analiz bulgularının %30 unda din ve ruh sağlığı arasında ilişki olmadığı, % 47 sinde pozitif ilişki ve % 23 ünde ise negatif ilişki görüldüğü tespit edilmiştir (Bergin, 1983). Gartner vd. (1991) tarafından daha sonra yapılan literatür taramasında yukardaki farklılıkların bazılarının kullanılan ölçme araçlarına bağlı olarak ortaya çıkabileceği ileri sürülmüştür. Pozitif ilişki gösteren çoğu çalışmada ruh sağlığı, ilaç kullanıp kullanmama vb. direkt gözlenebilen davranışlar aracılığıyla değerlendirilmiştir. Tersine negatif ilişki gösteren çalışmaların çoğunda ruh sağlığı kendini gerçekleştirme vb. içsel yapıları ölçme iddiasında olan soru formları kullanılarak değerlendirilmiştir. Gartner vd. (1991)'e göre bu soru formlarının geçerlik ve güvenilirliği düşüktür. Din ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi ele alan araştırmalarda elde edilen çelişkili sonuçlar için diğer bir sebep ise geniş bir yapıya sahip olan ruhsal bozuklukların kaygı ve suçluluk gibi belli bozuklukların ölçümünün yapılarak değerlendirilmesidir. Ayrıca psikolojik

uyumsuzluğu belirtmek için bozuklukları ölçmek yeterli olabilirken bireylerin ruh sağlığını değerlendirebilmek için uyumun pozitif yönlerini kapsayan ölçümlerin de alınması gerekliliği ileri sürülmüştür (Crawford vd., 1989; Spilka vd., 1985).

### **I.II.II. Dini Yönelimlerin Ölçülmesi**

İçsel ve dışsal dini yönelim ayrımı psikolojide dini tutum ve davranışları ve din ile sağlık arasındaki ilişkiyi araştırmada kullanılan yararlı bir ayırmadır (Gorsuch, 1988; Kirkpatrick ve Hood, 1990). Dine içsel yönelim bireyin kişisel olarak köklü bir şekilde dindar olması şeklinde tanımlanır (Maltby, 1999). Tersine dışsal yönelimli birey güçlü bir iç gruba üye olma (Genia ve Shaw, 1991), sosyal statü, korunma ve teselli sağlama (Allport ve Ross, 1967) veya ego koruma (Kahoe ve Meadov, 1981) amaçlarına hizmet etmek için dine yönelmektedir.

Bu iki dini yönelimi ölçmek için tasarlanan araştırmalarda yaygın olarak Dini Yönelim Ölçeği (Allport ve Ross, 1967) ve Genel İçsel-Dışsal Dindarlık Ölçeği (Gorsuch ve Venable, 1983) kullanılmaktadır. Allport ve Ross tarafından geliştirilen (1967) Dini Yönelim Ölçeği 11 dışsal, 9 içsel olmak üzere 20 maddeden oluşmaktadır. Kişinin içselleştirdiği ve uyguladığı dini inanç ve değerlerin derecesini ölçen ölçekteki bazı maddeler “Hayata bakışımın temelinde dini inançlarım yatar” (madde 13; içsel), “Dini bir cemaate üye olmamın bir nedeni toplum içinde bana mevki kazandırmasıdır” (madde 15; dışsal) şeklinde ifade edilmektedir. Ölçek orijinalinde sürekliliği olan ve içsel dışsal şeklinde iki kutuplu tek bir boyut olarak kavramlaştırılmıştır. Bu kavramlaştırma yerini, içsel dışsal yönelimin iki bağımsız sürekli bütünden oluştuğu görüşüne bırakmıştır. Allport ve Ross (1967), ölçeği içsel ve dışsal dini yönelim olarak iki farklı alt ölçekten oluşacak şekilde yeniden formüle etmişlerdir. Böylece içsel dindarlık, dışsal dindarlık, ayrışmamış din karşıtlığı veya dindar olmama (indiscriminately antireligious or nonreligious) ve ayrışmamış din taraftarlığından (indiscriminately proreligious) oluşan dördümlü sınıflandırma oluşturmuşlardır (Herek, 1987). Ayrışmamış din taraftarlığı, dini uyarıcılara farklılaşmamış bilişsel yönelimi ifade etmektedir. Ayrışmamış din taraftarlığı her iki ölçek üzerinde yüksek puan almayı, ayrışmamış din karşıtlığı veya dindar olmama her iki ölçek üzerinde düşük puan almayı ifade etmektedir (Allport ve Ross, 1967; Hood, 1970).



Bunun yanında dini yönelim ölçeği maddeleri, cevaplama formatı ve puanlama yöntemleri açısından değişim geçirmiştir (Gorsuch ve McPherson, 1989; Gorsuch ve Venable, 1983; Leong ve Zachar, 1990; Maltby ve Lewis, 1996). Özellikle içsel, dışsal dindarlığın ölçümünü yaş, dindar olan ve olmayan bireyler ve Amerikalı ve Amerikalı olmayan örneklem için evrensel hale getirmeye çabalayan üç girişim vardır (Maltby, 1999). İlki yetişkinler ve okul çocukları için içsel dışsal dindarlığın ölçümünü kolaylaştırmak amacıyla “Genel İçsel-Dışsal Dindarlık Ölçeği” (Age Universal I-E Scale)’nin oluşturulmasıdır (Gorsuch ve Venable, 1983). Bu ölçek Dini Yönelim Ölçeğinden (Allport ve Ross, 1967) elde edilmiştir ve ölçeğin her bir maddesi Dini Yönelim Ölçeğindeki maddeleri yansıtmak için tasarlanmıştır. Sadece içsel dışsal dini yönelimi ölçmek için basitleştirilmiş bir dil kullanılmıştır (Gorsuch ve Venable, 1983). Genel İçsel-Dışsal Dindarlık Ölçeği Allport ve Ross’un orijinal Dini Yönelim Ölçeğinde yer alan maddelere benzer 12’si dışsal, 8’i içsel 20 maddeden oluşmaktadır. Maddeler “Dine inanmama rağmen yaşamdaki pek çok diğer şey benim için daha önemlidir” (madde 20; dışsal), “Çok sık olarak Allah’ın varlığını kuvvetli bir şekilde hissederim”(madde 7; içsel) şeklindedir. İkinci olarak içsel ve dışsal yönelimin orijinal Dini Yönelim Ölçeğinde bulunan maddelerin bazılarını kapsadığı durumda daha iyi ölçülebileceği ileri sürülmüştür (Kirkpatrick, 1989; Leong ve Zachar, 1990). Ayrıca Kirkpatrick (1986) dışsal dini yönelim ölçeğinin faktör analizine göre iki farklı alt ölçekten oluştuğunu belirtmiştir. Alt ölçeklerden biri kişisel maddeleri içermekte ve dışsal-kişisel yönelim olarak adlandırılmakta, diğeri sosyal yönelimli maddeleri içermekte ve dışsal-sosyal yönelim olarak adlandırılmaktadır (akt. Gorsuch, 1988). Benzer şekilde Amerika ve Avustralya örneklemelerinde Leong ve Zachar (1990), Dini Yönelim Ölçeği’nin içsel maddelerinin beşinin çıkartılması ile bir faktör, dışsal maddelerinin ise dışsal-sosyal ve dışsal-kişisel olmak üzere iki faktörden oluştuğunu ileri sürmüştür. Gorsuch ve Mcpherson (1989) Genel İçsel-Dışsal Dindarlık Ölçeğinden Leong ve Zachar (1990) tarafından saptananlara benzer maddeler ayırt etmişlerdir.

İçsel dışsal dindarlık ölçümlerinin dindar kişilerle sınırlanabileceği de ileri sürülmüştür (Gorsuch ve Mcpherson, 1989; Kirkpatrick, 1989). Bu tartışmaya cevap olarak Maltby ve Lewis (1996) içsel dışsal dindarlık ölçeğinin cevap formatını değiştirmeyi önermiştir. Bu değişim “tamamen katılıyorum” ifadesinden “tamamen katılmıyorum” ifadesine uzanan beş dereceli cevaplama formatını ve yönergeyi değiştirmeyi

içermektedir. Maltby ve Lewis (1996) cevaplayıcılardan maddenin içerdiği davranış veya tutumun kendilerini betimleyip betimlemediğini belirtmelerini istemişlerdir. Maddeler içsel veya dışsal dindarlığın kanıtı olarak görülen (1) ‘evet’, (2) “kararsızım” ve (3) ‘hayır’ şeklinde üç dereceli bir ölçek üzerinde puanlanmıştır. Maltby ve Lewis (1996) içsel ve dışsal ölçeklerin Amerika, İngiliz ve İrlanda örneklemelerinde psikometrik açıdan işlediğini belirtmişlerdir. Batson ve arkadaşları ise daha açık fikirli bir dini yaklaşımı değerlendirmek için ise Sorgulama ölçeğini geliştirmişlerdir (Batson ve Schoenrade 1991; Batson ve Ventis, 1982).

### **I.II.III. Dini Yönelimler, Utanç ve Psikolojik İyilik Hali**

Literatürde utanç, dini yönelim ve psikolojik iyilik hali arasındaki üçlü ilişkiler de araştırılmıştır. Genelde yüksek düzeyde dindarlık ve utanç yaşantıları ile ruh sağlığı arasındaki ilişki konusunda elde edilen sonuçlar tutarsızdır (Chau, vd., 1990; Richards, 1991; Richard, Smith ve Davis, 1989; Bergin, Master ve Richards, 1987).

Chau vd. (1990) Dini yönelim Ölçeği (Allport ve Ross, 1967), Bilinç Boyutları Soru Formu (DCQ, Johnson, vd. 1987) ve Eysenck Kişilik Envanteri-R’ı (Eysenck ve Barrett, 1985) kullanılarak üniversite öğrencilerinden oluşan iki ayrı örneklemle (Hawaii ve Missouri) çalışma yapmışlardır. Çalışmada içsel dindarlık Hawaii’li kadın örnekleminde psikotizm ve suçluluk ile anlamlı pozitif ilişki, Hawaii’li erkek örnekleminde nörotizm ile anlamlı negatif ilişki; Missouri’li kadın örnekleminde dışa dönüklükle anlamlı pozitif ilişki, nörotizmle anlamlı negatif ilişki göstermiştir. Dışsal dindarlık ise Missouri’li erkek örnekleminde utanç ile anlamlı pozitif ilişki, Hawaii’li kadın örnekleminde ise nörotizm ile anlamlı pozitif ilişki göstermiştir.

Richards (1991) tarafından 268 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmada içsel dindarlık utanç ve iyilik hali ile anlamlı ilişki göstermezken; dışsal dindarlık utanç ile anlamlı pozitif ilişki göstermiştir. Pulakos (1996) tarafından yapılan bir başka çalışmada da aşırı dindarlığın utanç ile anlamlı negatif ilişki gösterdiği saptanmıştır. Görüldüğü gibi dini yönelimlerin diğer değişkenlerle gösterdiği ilişki çok az sayıdaki çalışmada incelenmiştir. Dolayısıyla, çalışmamızın ilgili literatüre dini yönelimler ile

psikolojik iyilik hali ve utanç eğilimlerinin ilişkisi konusunda katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

#### **I.II.IV. Dini Yönelimler ve Cinsiyet**

Din konusunda yapılan bilimsel çalışmalardan elde edilen tutarlı bulgulardan biri kadınların erkeklerden daha fazla dindar olduğudur. Bu örüntü, çocuklar, ergenler, genç yetişkinler ve daha yaşlı yetişkinlerde değişmemektedir (Batson, Schoenrade ve Ventis, 1993). Donahue (1985) tarafından yapılan meta analizde kadınların daha yüksek düzeyde içsel dindarlık gösterdiği, ancak dışsal dindarlıkta cinsiyetler arası bir fark olmadığını saptanmıştır.

#### **I.III. BENLİK KURGULARI**

Benlik kurgusu bireyin “diğerlerinden ayrı olarak kendisi ve diğerleri ile ilişkilerine dair duygu, düşünce ve eylemlerinin bütünü” olarak tanımlanmaktadır (Singelis, 1994, p.581; Singelis ve Sharkey, 1995). Markus ve Kitayama (1991) insanların kendilerini, diğerlerini ve diğerleri ile kendilerinin ilişkilerini anlama ve açıklama biçimlerini kültürün etkilediğini ileri sürmektedirler. Markus ve Kitayama (1991)’ya göre bireyin duygu, düşünce ve güdülerini çeşitli şekillerde etkileyen ve bireye yol gösteren iki farklı benlik kurgusu biçimi tanımlanabilir. Bunlar: bağımsız benlik kurgusu ve bağlaşıklık benlik kurgusudur.

Bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurguları arasındaki temel fark bu benlik kurguları tarafından vurgulanan diğerleri ile kenetlenme (connectedness) ve ayrışıklığın (separateness) derecesidir (Markus ve Kitayama, 1991; Singelis, 1994). Markus ve Kitayama ‘ya (1991) göre bağımsız benlik kurgusunun temel özelliği benliğin bağımsız ve özerk bir kişi olarak algılanmasıdır. Benlik sosyal bağlamdaki ilişki ve rollerden ayrı, istikrarlı, eşsiz ve sınırları belli bir varlık olarak görülür. Bağımsız benlik kurgusunda davranışları düzenleyen temel güç düşünce, duygu, amaç, yetenek ve ihtiyaç gibi bireyin içsel özellikleridir ve diğerlerinin içsel özelliklerinden önce gelir. Bu içsel özellikler süreklilik ve devamlılık gösterir. İçsel özelliklerini ve kendi amaçlarını gerçekleştirme, kendini ifade etme, eşsiz olma, gurupta sivrime ve açık

iletişime önem verme bağımsız benlik kurgusunu oluşturan öğelerin içerdiği özelliklerdir (Markus ve Kitayama, 1991; Singelis, 1994).

Bağımsız benlik kurgusu ayrışıklık, bireysellik ve kendine özgü olmanın idealleştirildiği ve vurgulandığı bireyci Batı kültürlerini temsil etmektedir. Bireyci Batı kültürlerinde bireylerin bu tip benlik kurgusuna sahip olma eğilimlerinin yüksek olduğuna yönelik iddialar çeşitli çalışmalarda desteklenmiştir (Singelis 1994, Yamada ve Singelis, 1999).

Buna karşın bağlaşıklık benlik kurgusunun temel özelliği, benliğin diğerleri ile bağlı ve daha büyük bir bütünün parçası olarak algılanmasında yer alır. Bağlaşıklık benliğe sahip olan kişi bir gruba ait olmaya ve uymaya çalıştığı için yukarıda bahsedilen içsel özellikler bireyin içinde bulunduğu duruma göre değişebilmektedir (Markus ve Kitayama, 1991; Singelis, 1994). Diğer bir ifade ile bağlaşıklık benliği olan kişi bir grupta içsel niteliklerini göstermez ve vurgulamaz. Grubun amaçları ve ihtiyaçları bireyin ihtiyaç ve arzularından önce gelir (Markus ve Kitayama, 1991; Singelis, 1994). Bu nedenle bağlaşıklık benlik sosyal bağlama göre değişebilen ve esnek olan ilişkisel bir benliktir. Statü, rol ve ilişki gibi dışsal, kamusal özelliklere önem verme, ait olma ve uyma, uygun davranışı gösterme, dolaylı iletişim kurma ve diğerlerinin düşüncelerini okuma bağlaşıklık benlik kurgusunu oluşturan öğelerin içerdiği özelliklerdir. Kişiler arası ilişkilerde uyum ve çeşitli durumlara uyma yeteneği bağlaşıklık benlik kurgusu için benlik değerinin kaynağıdır. Bu nedenle bağlaşıklık benlik dolaylı olarak iletişimde bulunma ve diğerlerinin duygularına ve ifade edilmemiş olan düşüncelerine ihtimam gösterme eğilimindedir. Davranışlar bağlaşıklık benlik doğrultusunda düzenlenirken diğerlerine, ilişkilere ve bağlamsal faktörlere dayanılır (Markus ve Kitayama, 1991; Singelis, 1994). Bağlaşıklık benlik kurgusu Batılı olmayan (toplulukçu) sosyal sistemleri temsil etmektedir (Markus ve Kitayama, 1991). Bu kültürlerde uyumlu etkileşim ve kurallara uyma yoluyla insanların bağlılığına önem verilir (Singelis ve Sharkey, 1995). Toplulukçu veya Batılı olmayan kültürlerde bireylerin bu tip benlik kurgusuna sahip olma eğilimlerinin yüksek olduğuna yönelik iddialar çeşitli çalışmalarda desteklenmiştir (Singelis, 1994, Yamada ve Singelis, 1999).

Araştırmacılar önceleri sıklıkla bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurgularını bir boyutun zıt kutupları olarak kavramlaştırmış olmalarına rağmen, günümüz çalışmalarında ayrı

boyutlar olarak ele alınmasının daha uygun olduğu ileri sürülmektedir. Benliğin basit bir bilişsel yapı olmadığı daha ziyade birbiriyle ilgili ve bazen çatışan veya çelişen benliklerin karmaşık ve çok yüzeyli olduğu ileri sürülmektedir (Markus ve Wurf, 1987).

Bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurguları herhangi bir kültürde veya toplumda birlikte var olabilmektedir (Markus ve Kitayama, 1991; Singelis, 1994; Yamada ve Singelis, 1999; Gudykunst vd. 1996). Bir kültürde daha bireyci veya daha toplulukçu olma eğiliminin hakim olması o kültürdeki bireyler için daha bağımsız veya daha bağlaşıklık olma eğilimini ortaya çıkarmaktadır. Diğer bir ifadeyle her ikisi birlikte var olsa da bu örüntülerden birinin baskın olma eğilimi güçlüdür. Bu eğilimler farklı kültürlerde birey davranışını kavramlaştırmanın basitleştirilmesini sağlamakta ve bağımsız benlik kurgusuna sahip insanın bireyci kültürlerde, bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip insanın toplulukçu kültürlerde yaşadığı varsayımına yol açmaktadır. Kültür ve benlik kurgusu üzerine yapılan çalışmalarda bireyciliğin daima bağımsızlık ile, toplulukçuluğun daima bağlaşıklık ile özdeş sayılamayacağı ortaya konmuştur (Matsumoto, 1999; Raeff, 1997). Benzer şekilde bağımsız ve bağlaşıklık benlik görüşü bireyde birlikte varolabilmektedir (Raeff, 1997; Singelis, 1994; Yamada ve Singelis, 1999; Ting-Toomey, vd. 2001). Örneğin bazı araştırmacılar bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurgularının her ikisinin bir kişide birlikte varolabileceğini ileri sürerek benliğe ilişkin dört tip tanımlamışlardır (Yamada ve Singelis, 1999; Ting-Toomey, vd. 2001). Bunlar her iki benlik kurgusunun da eşit derecede iyi düzeyde gelişmiş olduğu “iki kültürlü örüntü” (bicultural), bağımsız benlik kurgusunun kuvvetli, bağlaşıklık benlik kurgusunun zayıf olduğu “Batı” (Western) örüntüsü, bağımsız benlik kurgusunun zayıf, bağlaşıklık benlik kurgusunun kuvvetli olduğu “geleneksel” (traditional) örüntü ve bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurgularının her ikisinin de zayıf şekilde gelişmiş olduğu “kültüre yabancılaşmış olma” örüntüsüdür. Benliğin biçimlenmesinde kültürün önemini vurgulayan Triandis (1989) benliği, özel benlik (private self), kamusal benlik (public self) ve kolektif benlik (collective self) gibi üç alanda kavramlaştırmıştır. Özel benlik bireyin sahip olduğu kişilik özellikleri ve davranış biçimlerinin tanımlandığı bilişsel algıdır. Kamusal benlik bireyin diğer insanların kendisi hakkındaki genellenmiş düşüncelerine yönelik algıdır. Kolektif benlik ise benliğin aile, iş ortamı, aşiret gibi kolektif ortamlarda ortaya çıkan yönleri ile ilgili bilişsel algıdır. Madson ve



Trafimow (2001) ise benlik bilişini özel (private), kolektif (collective) ve topluluk merkezci (allocentric) düzeyde ele almışlardır. Buna göre özel benlik algısı kişisel nitelikleri, özellikleri, inanç ve davranışları ifade eder. Kolektif benlik algısı ortak kaderin paylaşıldığı düşünülen diğer insanları, iç gurupları veya demografik gurupları ifade eder. Topluluk merkezci algılar ise diğerlerinin görüşlerine duyarlılığı, karşılıklı bağımlılığı ifade eder. Diğer taraftan Sedikides ve Brewer (2001) ise benlik yönelimini bireysel, kolektif ve ilişkisel benlik olarak üç düzeyde ele almışlardır. Diğerlerinden farklılaşarak elde edilen bireysel benlik bireyin kendine özgü biricik özelliklerini yansıtmaktadır. Daha büyük sosyal grubun üyesi olarak elde edilen kolektif benlik bireyin iç gurup ve dış gurubu ayıran benlik kavramını içermektedir. Önemli algılanan diğer kişilerle özüm senerek elde edilen ilişkisel benlik ise bireyin yakın çevresindeki diğer bireylerle ilişkisini ve özdeşimini içermektedir.

Kültürümüze yönelik benlik kuramları incelendiğinde İmamoğlu'nun (1998) "Dengeli Ayrışma Bütünleşme Modeli" ve Kağıtçıbaşı'nın (1994) "Karşılıklı Duygusal Bağlılık Modeli" ni görmekteyiz. Dengeli Ayrışma Bütünleşme Modeli'ne göre benlik, bireysel gelişim yönelimi ile ilişkisel yönelim gibi iki temel yönelimin yol açtığı dört benlik tipi açısından tanımlanmaktadır. Bunlardan ikisi bireysel gelişim yönelimi boyutunun iki zıt kutbunda yer alan "bireyleşme" ve "kalıplaşma" örüntülerine göre şekillenen "kopuk bireyleşme" ve "kopuk kalıplaşma" dır. Diğer ikisi ise ilişkisel yönelim boyutunun iki zıt kutbunda yer alan "kopukluk" ve "bütünleşme" örüntülerine göre şekillenen "ilişkisel bireyleşme" ve "ilişkisel kalıplaşma" dır. Modele göre her insan bu iki eğilime birden sahiptir. Birey kendi potansiyelini gerçekleştirmeye çalışırken başkaları ile de bütünleşmeye gereksinim duymaktadır. Ayrışma ve bütünleşme birbirini tamamladığı ölçüde dengeli gelişme gerçekleşmektedir (İmamoğlu, 1998). Kağıtçıbaşı (1994) ise bağımsızlık ve bağlaşıklık modellerine dayalı kuramsallaştırmanın bizim ülkemiz gibi ilişkisellik kültürünün hala geçerliğini koruduğu ülkelerde farklı şekilde yapılandırılması gerektiğini ileri sürmüş ve Karşılıklı Duygusal Bağlılık Modeli'ni geliştirmiştir. Modelde hem özerk hem de ilişkili olunabileceğini belirterek "özerk-ilişkisel benlik" gelişimini vurgulamıştır.

### I.III.I. Benlik Kurguları ve Duygular

Literatürde duyguların benlik kurgularına göre farklılaştığı ileri sürülmektedir (Markus ve Kitayama, 1991; Kitayama, Markus ve Matsumoto, 1995; Kitayama, Markus ve Kurokawa, 2000; Kitayama vd., 2002). Özellikle bazı duygular kendini gerçekleştirme ve kendi değer ve dünya görüşünü ifade etme gibi bağımsızlığı içeren amaçları gerçekleştirirken yaşanan başarı veya başarısızlıktan doğmaktadır. Birey bağımsızlığını ifade eden amaçları gerçekleştirdiği ve bu nedenle kendini yeterli, ahlaki olarak beğenilen ve özerk bir varlık olarak gördüğü zaman *pozitif duygular* ortaya çıkmaktadır. Gurur, yüksek benlik değeri algısı ve üstünlük hissi gibi duygular çoğunlukla amaçlar, arzular veya haklar gibi içsel özelliklerin doyumundan kaynaklanmaktadır (örn. amaçlarımı gerçekleştirdim, diğerlerinden daha iyi performans gösterdim gibi) (Kitayama, Markus ve Matsumoto, 1995; Kitayama, Karasawa, Mesquita, 2004). Bununla birlikte bağımsızlığa ulaşma çabası, bir başka deyişle ayrışma, bazı sebeplerle engellenirse *negatif duygular* ortaya çıkar. Öfke ve engellenme gibi negatif duygular amaç, arzu ve hakların engellenmesinden (örn. bana adaletsiz davranıldı gibi) ve böylece bağımsız bir varlık olarak benlik duygusuna bir tehdit algılanmasından kaynaklanmaktadır. Sonuçta bu duygular tehlikeyi ortadan kaldırmak ve benliğin bağımsızlığını ve özerkliğini yeniden sağlamak ve savunmak için kişiyi güdüler. Bu nedenle anılan duygular ortaya çıktığı zaman benliğin bağımsızlığı ve sosyal kopukluğu kabul edilmiş olur (Kitayama, Markus ve Matsumoto, 1995; Kitayama, Karasawa, Mesquita, 2004).

Genellikle bireyin içsel özelliklerinin desteklenmesi, doyumunu veya engellenmesinden kaynaklanan bu tür duygular “sosyal olarak kopma” (socially disengaging) veya “ego odaklı duygular” olarak isimlendirilmektedir (Markus ve Kitayama, 1991; Kitayama, Markus ve Matsumoto, 1995; Kitayama, Karasawa, Mesquita, 2004). Kopma (disengage) duyguları benliğin bağımsızlığına işaret eder ve özelde onları gerçekleştirme ve kamuda ifade etme çabalarına yol açar. Sonuç olarak bağımsız bir varlık olarak benlik kurgusunu, pekiştirmek ve sürdürmek için bu duyguları ifade etme ve yaşama geçirmede beceri kazanmak zorundadır. Bireyin içsel özelliklerini ifade etmesi kültürel olarak onaylanan bağımsız benliği yansıttığı için “ego odaklı duygular” bağlaşıklık benliğe sahip olanlardan çok bağımsız benliğe sahip olanlar tarafından ifade



edilmekte ve yaşanmaktadır (Kitayama, Markus ve Matsumoto, 1995; Kitayama, Markus ve Kurokawa, 2000).

Diğer bazı duygular ise toplumsal olarak paylaşılan değer ve görüşlere uyma veya ilişkideki diğer kişilerle bağlılığı gerçekleştirme gibi ilişki kurma amaçlarını yerine getirmedeki başarı veya başarısızlıktan ortaya çıkmaktadır. Birey böyle amaçları gerçekleştirdiği zaman *pozitif duygular* doğmaktadır. Örneğin saygı hissi, yakınlık hissi, bağlılık hissi, cemiyetle ortak hisler gibi bazı pozitif duygular diğerleri ile bağlı olmaktan kaynaklanmaktadır. Bu duygular algılandığı ve ifade edildiği zaman, sosyal ilişkideki bağlılık ve benliğin bağlaşıklığı duygusu onaylanmaktadır. Bununla birlikte birey, bağlaşıklık olma amacını yerine getirmeyi başaramazsa *negatif duygular* ortaya çıkar. Utanç, suçluluk ve borçluluk duygusu gibi negatif duygular genellikle süregelen bir ilişkiye tam olarak katılmayı (“ona rahatsızlık verdim”) veya diğerlerinin beklentilerini doğrulamayı başaramamaktan (“insanların benden şunu yapmamı beklediler, ama ben yapamadım”), böylece tamamen bağlaşıklık bir varlık olarak benlik duygusuna tehdit algılamaktan kaynaklanmaktadır. Bu duygular ortaya çıktığı zaman kişiyi diğerleriyle uyumlu bağlaşıklığı ve bağı yeniden sağlayarak tehlikeyi ortadan kaldırmak için güdüler. Bu yüzden bu duyguların, benliği diğerlerine bağlama olasılığı vardır (Kitayama, Markus ve Matsumoto, 1995; Kitayama, Karasawa, Mesquita, 2004).

Genellikle diğer kişilere duyarlı olma, diğerlerinin bakış açısından bakma, diğerlerine bağlı olmayı başarma veya diğerlerinin beklentilerini gerçekleştirmeyi ve süregelen bir ilişkiye tam olarak katılmayı başaramamaktan kaynaklanan duygular “sosyal katılıma yönelik” (socially engaging) duygular veya “diğeri odaklı duygular” olarak adlandırılır (Markus ve Kitayama, 1991; Kitayama, Karasawa, Mesquita, 2004). Sosyal katılıma yönelik duygular benliğin diğerleri ile bağlaşıklığına işaret eder. Bireyler benlik kurgusunun bağlaşıklık bir varlık olarak pekiştirilmesi ve sürdürülmesi için bu duyguları ifade etmek ve yaşama geçirmede beceri geliştirmek zorundadır. Bağlaşıklık benliğin birincil görevi diğerleri ile bağları sürdürmek olduğu için diğeri odaklı duygular bağımsız benliğe sahip olanlardan çok bağlaşıklık benliğe sahip kişiler arasında daha sıklıkla ifade edilmekte ve yaşanmaktadır (Kitayama, Markus ve Matsumoto, 1995; Kitayama, Markus ve Kurokawa, 2000).

Pozitif ayrışık duygular (örn. gurur, üstünlük hissi, kendini yeterli hissetme) sıklıkla benliğin pozitif değerlendirilmesine dayanır ve “öz bilinç”(self conscious) olarak tanımlanırken, pozitif katılıma yönelik duygular (yakınlık hisleri, dostluk duyguları, biri için mutluluk hissetme, saygı hisleri gibi) diğerlerinin pozitif yönde değerlendirilmesinden kaynaklanır ve “diğerinin bilincinde olma” (other conscious) şeklinde tanımlanır. Tersine negatif ayrışık duygular (örn., öfke, engellenme, küskünlük hisleri) diğerlerinin negatif değerlendirilmesine dayanır ve “diğerinin bilincinde olma” şeklinde tanımlanırken, negatif katılıma yönelik duygular (örn. utanç, suçluluk, borçluluk hisleri, biri için üzüntü hissetmek) ise benliğin negatif değerlendirilmesine dayanır ve “öz bilinç” olarak tanımlanır.

Diğer bazı duygular ise daha soyut ve geneldir. Örneğin mutluluk hem katılıma yönelik hem de ayrışık olumlu yaşantılardan doğabilir. Benzer şekilde mutsuzluk, olumsuz katılımlı veya ayrışık yaşantılardan ortaya çıkabilir. Böyle duygular genel duygular olarak adlandırılır.

Literatürde benlik kurguları ve öz bilince ilişkin duygular arasındaki ilişkiyi ele alan çok az sayıda görgül bulgu bulunmaktadır. Singelis ve Sharkey (1995) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada mahçubiyet ile bağımsız benlik kurgusu anlamlı negatif ilişki, bağlaşıklık benlik kurgusu anlamlı pozitif ilişki göstermiştir.

Literatürde benlik kurguları ve dini yönelimler arasındaki ilişkiyi ele alan herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

### **I.III.II. Benlik Kurguları ve Psikolojik İyilik Hali**

Literatürde bağımsız ve bağlaşıklık benlik kavramının psikolojik iyilik hali üzerindeki etkisine ilişkin sonuçlar çelişkilidir (Bettencourt ve Dorr, 1997; Kwan, Bond ve Singelis, 1997). Bazı araştırmacılar bağlaşıklık benlik kurgusunun duygusal sıkıntının bir göstergesi olarak görülebileceğini (Norasakkunkit ve Kalick, 2002) ve bağımsız benlik kavramına göre nörotisizmle daha fazla ilişkili olduğunu ileri sürmektedir (Kwan, Bond ve Singelis, 1997).

Buna karşın bazı araştırmacılar bireyci kültürlerde yaşayan bağlaşıklık benlik kavramına sahip bireylerin bağımsız benlik kavramına sahip olanlardan daha yüksek derecede yaşam doyumu bildirdiğini ileri sürmektedirler (Bettencourt ve Doff, 1997). Aynı zamanda toplulukçu kültürlerde sosyal normlara ve ilişki uyumuna değer verme gibi bağlaşıklık benlik özelliklerinin bireylerin yaşam doyumunu bağımsız benlik özellikleri düzeyinde yordayabildiğini ileri sürülmüştür (Kwan, Bond ve Singelis, 1997; Suh, Diener, Oishi ve Triandis, 1998). Ayrıca diğer bazı araştırmacılar bağlaşıklık benlik kurgusunun bir özelliği olarak görülen ilişkisellik faktörünün iyilik halini güçlendireceğini belirtmişlerdir. Bu araştırmacılara göre kişi olumsuz yaşam olayları ile karşılaştığı zaman kuvvetli sosyal bağlar, patolojik semptomların ortaya çıkmasına karşı koruyucu işlev görmektedir (Henderson, Byrne, Duncan-Jones, Scot ve Adcock, 1980).

Çeşitli çalışmalarda sosyal kaçınma, kişisel sıkıntı ve negatif değerlendirilme korkusunun bağlaşıklık benlik kurgusu ile pozitif, bağımsız benlik kurgusu ile negatif ilişki gösterdiği saptanmıştır (Norasakkunkit ve Kalick, 2002; Okazaki, 1997). Yüksek düzeyde bağlaşıklık özellikleri olan insanlar bu boyutta düşük puana sahip bireylerden daha yüksek düzeyde sosyal kaygı yaşantısı göstermektedir (Norasakkunkit ve Kalick, 2002; Okazaki, 1997). Benlik kurguları ile sosyal kaygı semptomları arasındaki bu ilişki Amerikan ve Japon üniversite öğrencileri ile yapılan kültürler arası bir başka çalışmada desteklenmiştir (Dinel, Kleinknecht ve Tanaka-Matsumi, 2002). Moscovitch, Hofmann ve T. Litz (2004) tarafından yapılan diğer bir çalışmada ise erkeklerde sosyal kaygı ile bağlaşıklık pozitif yönde, bağımsızlık ile negatif yönde ilişki göstermiş, kadınlarda bunun tersi bir örüntü ortaya çıkmıştır. Tüm grupta bağımsızlık sosyal kaygı ile negatif ilişki gösterirken bağlaşıklık sosyal kaygı ile ilişkisiz bulunmuştur.

Araştırmalar bağımsız benlik kurgusuna sahip bireylerde bireyin özerklik ve bireysellik duygusunun onaylanmasının, bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip bireylerde ise bireyin diğerleri ile ilişkisinin ve grup üyeliğinin onaylanmasının iyilik hali ile pozitif yönde ilişkili olduğunu saptamıştır (Kwan, Bond, ve Singelis, 1997; Triandis, Leung, Villeral ve Clack, 1985). Örneğin Kwan, Bond ve Singelis (1997) bir çalışmalarında bağımsız benlik kurgusuna sahip bireylerde benlik değerinin, bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip bireylerde ise ilişki uyumunun, iyilik halinin önemli bir yordayıcısı olduğunu ortaya

koymuşlardır. Daha yeni bir çalışmada ise Kitayama, Markus ve Kurokawa (2000) Amerika'da bağımsızlık ve kişiler arası ayrışıklığın "iyi hisler" ile ilgili olduğunu, Japonya'da ise bağlaşıklık ve kişiler arası ilişkiselliğin "iyi hisler" ile özdeşleştirildiğini saptamışlardır. Benzer şekilde diğer bazı çalışmalarda da iyilik hali ve topluluk merkezilik (allocentrism) arasındaki ilişkide kolektif benlik değerinin ve sosyal desteğin rolü vurgulanmıştır (Sinha ve Verme, 1994; Bettencourt ve Dorr, 1997). Bağımsız benlik kurgusu ve bireyci tutumların oluşturduğu bireycilik, benlik değeri ve arkadaş doyumunu aracılığıyla; bağlaşıklık benlik kurgusu ve toplulukçu tutumların oluşturduğu toplulukçuluk ise aile doyumunu aracılığıyla yaşam doyumunu yordamıştır (Benet-Martinez ve Karakitapoğlu-Aygün, 2003). Dengeli ayrışma-bütünleşme modelinde optimal ve sağlıklı gelişme için ayrışma ve bütünleşme ihtiyaçlarının dengelenmesi gerektiğini ileri süren İmamoğlu (1998) ise bir çalışmasında ilişki benlik kurgusunun benlik ve aile yaşamındaki doyum gibi öznel iyilik halinin iki ölçümü ile doğrudan ilişkili olduğunu bildirmektedir (İmamoğlu, 2003).

Özetle bu çalışmalar bireylerin öznel iyilik halinin bağımsız kültürlerde büyük ölçüde içsel faktörler tarafından, bağlaşıklık kültürlerde ise hem içsel hem ilişki benlik faktörler tarafından etkilendiğini göstermektedir.

#### **I.IV ARAŞTIRMANIN AMACI**

Bu çalışmada utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurgularının psikolojik iyilik hali üzerindeki farklılaşan etkileri ile bu değişkenlerin tümü arasındaki ilişkiler araştırılmıştır.

Literatürde utanç eğilimlerinin psikolojik iyilik hali ile ilişkili olduğu birçok çalışmada saptanmıştır (Tangney ve Dearing, 2002, Tangney ve diğ., 1995; Tangney, Wagner ve Gramzow, 1992). Öte yandan dini yönelimlerin (Gorsuch, 1988, Bergin, 1983) ve benlik kurgularının (Bettencourt ve Dorr, 1997; Kwan, Bond ve Singelis, 1997) psikolojik iyilik hali üzerindeki etkisine ilişkin çelişkili sonuçlar bulunmaktadır. Bu araştırmanın utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurgularının bireyin psikolojik iyilik hali üzerindeki etkisini betimlemeyi sürdüren çalışmalara katkıda bulunması amaçlanmaktadır. Dolayısıyla çalışmada utanç eğilimi, dini yönelimler, benlik

kurguları ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkiler üzerine odaklanılmıştır. Benlik kurguları ile psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkinin çok az araştırıldığı, benlik kurguları ile utanç eğilimi, benlik kurguları ile dini yönelimler arasındaki ilişkiye yönelik herhangi bir görgül çalışmanın olmadığı dikkat çekmektedir. Ayrıca, farklılaşan benlik kurgularının utanç ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide düzenleyici (moderating) etkisine ilişkin herhangi bir çalışmaya rastlanmadığı için utanç duyguları ile psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide dini yönelimlerin yanı sıra benlik kurgularının da düzenleyici bir etkisinin olup olmadığı araştırılmıştır.

Ayrıca ilgili çalışmaların çoğunun Batıda ya da Doğu ve Güney Asya ülkelerinde yapılmış olduğu göz önüne alındığında Türkiye’de yapılan bu çalışmanın ilgili literatüre katkı sağlayacağı da düşünülmüştür. Birincil olarak Amerika, Kanada ve Batı Avrupa ülkelerindeki orta sınıftan toplanan örneklemelerden geliştirilen ruh sağlığı teorilerinin evrensel değer ve anlam taşıdığı varsayılmaktadır. Oysa psikolojik ve duygusal yapıların kültüre özgü kavramlaşmalarının gelişimine katkıda bulunmak çok önemli görülmektedir. Bu, hem psikolojik tedavi gereksinimi olan çok farklı insanları klinik açıdan daha iyi anlamak hem de yeni psikolojik ve gelişimsel teoriler oluşturmak veya mevcut teorileri değiştirmek için gerekli bir çabadır.

Yukarıda değinilenlerden hareketle bu çalışmada üniversite öğrencilerinden elde edilen bulgulara dayanılarak utancın negatif sonuçlarının Türkiye’de üniversite öğrencilerinde etkili olup olmadığı incelenecek, bulgular dini yönelimlerin ve benlik kurgularının psikolojik iyilik hali üzerindeki etkisine ilişkin literatürdeki çelişkili sonuçlarla karşılaştırılacaktır.

Bu çalışmada utanç yaşantıları psikoanalitik teorilere ve son dönem çalışmalardaki tanımlara göre ele alınmıştır. Utanç eğilimi, Öz Bilince İlişkin Duyuş Testi 3’ün (Tangney vd., 2000) utanç eğilimi alt ölçeği ile değerlendirilmiştir. İçsel ve dışsal dini yönelimler, Dini Yönelim Ölçeği (Allport ve Ross, 1967), bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurguları ise Benlik Kurgusu Ölçeği (Singelis, 1994) ile değerlendirilmiştir. Psikolojik iyilik halinin kapsamlı değerlendirmesini yapmak amacı ile hem Kısa Semptom Envanteri (Derogatis, 1992) hem de Psikolojik İyilik Hali Ölçeği (Ryff, 1989) kullanılmıştır.

Araştırmada aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

1- Yordayıcı değişkenler olan, cinsiyet (kız, erkek), üniversitedeki sınıf (1. ve 4. sınıf), utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurguları arasında anlamlı ilişkiler var mıdır?

2- Utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurguları cinsiyete ve üniversitedeki sınıfa göre farklılık göstermekte midir?

3- Cinsiyet, üniversitedeki sınıf, utanç eğilimi, dini yönelim ve benlik kurgusu değişkenlerinin psikolojik iyilik halinin ilgili alt boyutlarını yordamaya katkısı var mıdır?

a- Utanç ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide dini yönelimlerin düzenleyici (moderating) etkisi var mıdır?

b- Utanç ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide benlik kurgularının düzenleyici etkisi var mıdır?



## BÖLÜM II

### YÖNTEM

#### II.I. KATILIMCILAR

Araştırmanın örneklemini Sivas Cumhuriyet Üniversitesi birinci ve dördüncü sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. 331'i kız ve 184'ü erkeklerden oluşan toplam 515 katılımcının 276'sı birinci sınıf, 211'i dördüncü sınıf öğrencisidir. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşları 17 ile 29 arasında değişmektedir. Betimsel istatistikler bulgular bölümünde ayrıntılı olarak verilmiştir. Katılımcılar gönüllülük esasına dayalı olarak seçilmiştir.

#### II.II. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada veri toplama aracı olarak “Kişisel Bilgi Formu”, Öz Bilince İlişkin Duyuş Testi 3 (The Test of Self-Conscious Affect 3-Tosca 3, Tangney, Dearing, Wagner ve Gramzow (2000), Dini Yönelim Ölçeği (The Religious Orientation Scale-ROS, Allport ve Ross, 1967), Benlik Kurgusu Ölçeği (Self- Construal Scale, Singelis, 1994), Kısa Semptom Envanteri (Brief Symptom Inventory-BSI, Derogatis, 1992) ve Psikolojik İyi Hali Ölçeği (Scale of Psychological Well-Being, Ryff, 1989) kullanılmıştır. Anılan ölçeklerle ilgili bilgiler aşağıda verilmiştir.

##### II.II.I. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, katılımcıların yaşı, cinsiyeti, üniversitedeki sınıfı, bölümü, anne, baba mesleği, anne, baba eğitim durumu, yaşanılan yer gibi demografik bilgileri içeren sorulardan oluşmaktadır. Araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formunun bir örneği EK 1’de sunulmuştur.



### II.II.II. Öz Bilince İlişkin Duyuş Testi 3 (The Test of Self-Conscious Affect 3-Tosca 3)

Çalışmada Tangney, Dearing, Wagner ve Gramzow (2000) tarafından geliştirilen Öz Bilince İlişkin Duyuş Testi 3 kullanılmıştır. Ölçek aracılığıyla utanç eğilimi, suçluluk eğilimi, benliğe ilişkin gurur, davranışa ilişkin gurur, suçluluğun dışsallaştırılması ve ilişkilerden kopma-ilgisizlik gibi altı kategoride bireysel farkların değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. 11 negatif, 5 pozitif 16 kısa senaryodan oluşan bir ölçektir. Benliğe ilişkin gurur bireyin kişilik özelliği olarak ele alınmakta, davranışa ilişkin gurur ise bireyin davranışlarıyla gurur duymasını ifade etmektedir. Gurur sadece pozitif senaryolar üzerinden puanlanmaktadır. Utanç ve suçluluk maddeleri çeşitli utanç ve suçluluk olgularını ölçmek için tasarlanmıştır. Üç ayrı çalışmada alt ölçekler için elde edilen güvenilirlik ranjları; utanç için cronbach alpha, .76-.88, suçluluk için cronbach alpha, .70-83, suçluluğun dışsallaştırılması için cronbach alpha, .66-.80, ilişkilerden kopma-ilişkisizlik için cronbach alpha, .60-.77, benliğe ilişkin gurur için cronbach alpha, .41-72 ve davranışa ilişkin gurur için cronbach alpha, .51-.72 arasında değişmektedir (Tangney ve Dearing, 2002).

Katılımcılardan her bir senaryo için kendilerini o durumun ortasındaymiş gibi hissederek tipik tepkilerini hayal etmeleri istenir. Her bir senaryonun altında duygu, düşünce ve davranışları içeren dört ya da beş ifade yer almaktadır. Örneğin; “Bir arkadaşınızla öğle yemeğinde buluşmayı kararlaştırmışsınız; fakat, bu randevunuzu öğleden sonra saat 5’te hatırlayarak onu bekletmiş olduğunuzu fark ediyorsunuz” senaryosu için “Düşüncesiz biri” olduğumu düşünürüm” ifadesi utanç eğilimini ölçmeyi amaçlamaktadır. Katılımcılardan her bir senaryo için tasvir edilen durumlara “hiç katılmıyorum”, “pek katılmıyorum”, “kararsızım”, “biraz katılıyorum”, “tamamen katılıyorum” seçeneklerinden kendilerine uygun olanı işaretlemeleri istenmektedir. Bu ölçekte “hiç katılmıyorum” 1 puan, “tamamen katılıyorum” ise 5 puandır. Bu çalışmada utanç alt ölçeğinden alınan puanlar araştırmanın yordayıcı değişkenlerinden utanç eğiliminin göstergesi olarak kullanılmıştır.

Ölçeğin Türkçe formunun oluşturulması, geçerlik, güvenilirlik çalışması araştırmacı tarafından yapılmıştır. Öz Bilince İlişkin Duyuş Testi 3’ün İngilizce orijinali önce üç

öğretim üyesi tarafından bağımsız olarak Türkçe'ye çevrilmiştir. Bu çeviriler birbirleri ile karşılaştırılarak kelime seçimi, okunma kolaylığı ve anlaşılma düzeyi açısından yeniden gözden geçirilmiştir. Daha sonra bu çeviriler konunun uzmanı (sosyal psikolog) üç yargıcı tarafından tekrar incelenmiş ve bütün maddeler üzerinde uzlaşa sağlanmıştır. Çeviri işleminden sonra ölçek bir grup katılımcıya uygulanarak, anlaşılmakta güçlük çekilen madde olup olmadığı gözden geçirilmiştir. Daha sonra maddeler üzerinde son düzeltmeler yapılmış ve ölçek, geçerlik ve güvenirlik çalışması için hazır hale gelmiştir.

Ölçek, çalışmanın amacını, cevapların gizli tutulacağını ve elde edilen bilgilerin sadece istatistiksel karşılaştırmalar için kullanılacağını belirten bir açıklama ilave edilerek deneklere sınıf ortamında ve grup halinde uygulanmıştır. Katılımcılardan kimlik belirtici bilgi istenmemiştir. Ölçek Sivas Cumhuriyet Üniversitesi 1., 2., 3. ve 4. sınıflarda okuyan toplam 712 gönüllü katılımcıya uygulanmıştır. Bu katılımcılardan 515'i araştırmada cevap aranan sorulara ilişkin analizlerde de yer almıştır.

Analizlere geçilmeden önce dağılımın normallik, doğrusallık ve 'homoscedasticity' özelliklerini karşılama durumları test edilmiştir. Her bir değişken için "tek değişkenli aşırı değerler" madde puanları Z puana çevrilerek hesaplanmış ve  $\pm 3.29$ 'un ( $p < .001$ ; iki yönlü test) dışında kalan değerler silinmiştir. Bütün değişkenler için "çok değişkenli aşırı değerler", mahalobis uzaklığı kullanılarak hesaplanmıştır.  $sd=69$  ve  $\alpha = .01$  düzeyi için Ki-Kare kritik değeri ( $\chi^2 = 99.607$ )'dan büyük olan veriler silinmiştir. Tek değişkenli ve çok değişkenli aşırı değerlerin silinmesi sonucunda 505 denek analize katılmıştır. Katılımcıların % 67.9'u (343) kız, % 32.1'i (162) erkektir. Tüm grubun yaş ortalaması 21.50'dir ( $S=2.14$ ,  $Ranj=17-29$ ).

Öz Bilince İlişkin Duyuş Testi 3'ün yapı geçerliğini incelemek amacı ile faktör analizi yapılmıştır. Çeşitli faktör analizleri denenmiştir. Yapılan varimax rotasyonlu faktör analizi, özdeğeri 1.0'dan büyük olan 11 faktör olduğunu göstermiştir. Bu 11 faktör toplam varyansın % 38.145'ini açıklamaktadır. EK 2'de her bir faktörün maddeleri, özdeğeri, açıkladığı varyans, Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları ve madde-toplam puan ve madde-faktör (altölçek) toplam puan korelasyonları verilmiştir.

Faktör analizi sonucunda Öz Bilince İlişkin Duyuş Testi 3'ün sadece birinci faktörde yer alan maddeleri özgün çalışmadaki utanç eğilimi alt ölçeği maddeleri ile benzer yapıda bulunmuştur. Bunun yanında özgün ölçekte ilişkilerden kopma-ilişkisizlik alt boyutunda bulunan 2d maddesi ile suçluluk alt boyutunda bulunan 9d maddesi birinci faktörde yer almıştır. Birinci faktörle içerik olarak uygun hale getirtmek için 2d maddesi ters madde olarak kodlanmıştır. Özgün çalışmadaki diğer beş alt ölçekte yer alan maddeler çalışmamızda karışık halde on faktöre dağılmıştır. Bu madde dağılımı orijinal ölçekle uyuşmamaktadır. Ayrıca bu on faktörün her birinin açıkladıkları varyans toplam varyansın açıklanmasına %5 'in altında katkıda bulunmaktadır.

Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek amacıyla Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı, iki yarım test güvenilirliği ve tüm maddeler için madde-toplam puan korelasyonları hesaplanmıştır. Tüm ölçeğin iç tutarlık katsayısı Cronbach alfa =.73, iki yarım güvenilirliği .70 olarak belirlenmiştir. Ayrıca ölçekte belirlenen 11 faktör için ayrı ayrı güvenilirlik hesaplamaları yapılmıştır. Her bir faktör için Cronbach alfa katsayısı sırasıyla (EK 2) .69, -.24, .54, .19, .55, .56, .44, .54, .49, .33, .41, iki yarım güvenilirlikleri sırasıyla .72, -.68, .56, .22, .49, .55, .24, .58, .44, .13, .48 olarak bulunmuştur. Ölçeğin her bir maddesi için madde bırakma tekniği ile madde-toplam korelasyonları hesaplanmıştır. EK 2'de görüldüğü gibi bu korelasyonlar .02 ile .39 arasında değişmektedir. Ölçeğin "Kendimi kötü hisseder ve durumu düzeltmek için çaba harcarım" şeklindeki 5d. maddesi toplam puanla en düşük (.02), "O anda oradan yok olmak isterdim" şeklindeki 13b. maddesi ise en yüksek korelasyonları vermiştir (.39). Ölçeğin tümü için bulunan Cronbach alfa katsayısı (.73) ölçeğin kabul edilebilecek iç tutarlığa sahip olduğunu göstermiştir. Ancak ölçeğin diğer faktörleri açısından bakıldığında sadece utanç faktörünün kabul edilebilir Cronbach alfa'ya sahip olduğu (.69), diğer on faktörün ise kabul edilebilecek Cronbach alfaya sahip olmadığı görülmektedir. Utanç faktörünün iki yarım güvenilirliği .72'dir. Güvenirlik konusunda yapılan madde-toplam puan korelasyon analizi de ölçeğin her bir maddesinin ölçek ile aynı boyutta ölçme yaptıklarını istatistiksel olarak ortaya koymamaktadır (İgili bulgular EK 2'de verilmiştir). Diğer yandan, faktör analizi sonuçları da Tangney vd.'nin (2000) bulgularına paralellik göstermemektedir. Bulgular, yapı geçerliğinin sağlanmadığını göstermiştir. Tüm bulgular değerlendirildiğinde, Öz Bilince İlişkin Duyuş Testi 3'ün sadece utanç alt faktörünün güvenilirliğinin ve yapı geçerliğinin olduğu belirtilebilir.

### II.II.III. Dini Yönelim Ölçeği (The Religious Orientation Scale-Ros)

Çalışmada kullanılan, Allport ve Ross (1967) tarafından geliştirilen Dini Yönelim Ölçeği likert tipi bir ölçektir. 9 maddesi içsel dini yönelimi, 11 maddesi dışsal dini yönelimi ifade eden 20 maddeden oluşmuştur. Orijinal ölçek kültüre uyarlanırken İlahiyat Fakültesi öğretim üyesi iki kişi ve Kur'an hocası bir kişinin görüşleri alınarak "Şartlar engellemediği sürece ibadetimin gereklerini yerine getiririm" maddesinin karşılığı olarak "Şartlar engellemediği sürece her gün beş vakit namaz kılarım", "Senede bir kere malımın zekatını veririm", "Şartlar engellemediği sürece insanın ömründe bir kez hacca gitmesi gerektiğini düşünürüm" ve "Şartlar engellemediği sürece ramazan ayında oruç tutarım" maddeleri ölçeğe ilave edilmiştir. Böylece orijinal ölçekteki bir maddeye karşılık dört madde eklenmesi ile uyarlanan ölçekteki madde sayısı 23'e çıkmıştır. Katılımcılardan "hiç katılmıyorum", "pek katılmıyorum", "kararsızım", "biraz katılıyorum", "tamamen katılıyorum" seçeneklerinden kendilerine uygun olanı işaretlemeleri istenmektedir. Ölçekte "hiç katılmıyorum" 1 puan, "tamamen katılıyorum" ise 5 puandır. Çeşitli çalışmalarda ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlık katsayılarının içsel dini eğilim alt ölçeği için .67 ile .93, dışsal dini eğilim alt ölçeği için .76 ile .85 arasında değiştiği bildirilmiştir (Donahue, 1985).

Dini Yönelim Ölçeği'nin İngilizce orijinali önce üç öğretim üyesi tarafından bağımsız olarak Türkçe'ye çevrilmiştir. Bu çeviriler birbirleri ile karşılaştırılarak kelime seçimi, okunma kolaylığı ve anlaşılma düzeyi açısından düzenlenmiştir. Daha sonra bu çeviriler konunun uzmanı (sosyal psikolog) üç yargıcı tarafından tekrar incelenmiş ve bütün maddeler üzerinde uzlaşa sağlanmıştır. Çeviri işleminden sonra ölçek bir grup katılımcıya uygulanarak, anlaşılmakta güçlük çekilen madde olup olmadığı gözden geçirilmiştir. Daha sonra maddeler üzerinde son düzeltmeler yapılarak ölçek, geçerlik ve güvenilirlik çalışması için hazır hale getirilmiştir.

Ölçek, çalışmanın amacı, cevapların gizli tutulacağı ve elde edilen bilgilerin sadece istatistiksel karşılaştırmalar için kullanılacağına belirtildiği bir açıklama ilave edilerek deneklere sınıf ortamında grup halinde uygulanmıştır. Katılımcılardan kimlik belirtici bilgi istenmemiştir. Ölçek Sivas Cumhuriyet Üniversitesi 1., 2., 3. ve 4. sınıflarda okuyan toplam 587 gönüllü katılımcıya uygulanmıştır. Bu katılımcılardan 515'i araştırmada cevap aranan sorulara ilişkin analizlerde de yer almıştır.

Analizlere geçilmeden önce dağılımın normallik, doğrusallık ve 'homoscedasticity' özelliklerini karşılama durumları test edilmiştir. Her bir değişken için "tek değişkenli aşırı değerler" madde puanları Z puana çevrilerek hesaplanmış ve  $\pm 3.29$ 'un ( $p < .001$ ; iki yönlü test) dışında kalan değerler silinmiştir. Bütün değişkenler için "çok değişkenli aşırı değerler" mahalonobis uzaklığı kullanılarak hesaplanmıştır.  $sd=23$  ve  $\alpha = .01$  düzeyi için Ki-Kare kritik değeri ( $\chi^2=41.638$ )'dan büyük olan veriler silinmiştir. Böylece toplam 87 deneğin analiz dışı bırakılmasıyla, analize 500 denek üzerinden devam edilmiştir. Katılımcıların % 66.8'i (334) kız, % 33.2'i (166) erkektir. Tüm grubun yaş ortalaması 21.51'dir ( $S=2.20$ ,  $Ranj=17-29$ ).

Dini Yönelim Ölçeği'nin yapı geçerliğini incelemek amacı ile faktör analizi yapılmıştır. Yapılan varimax rotasyonlu faktör analizi özdeğeri 1.0'dan büyük olan 3 faktör olduğunu göstermiştir. EK 4'de görüldüğü gibi bu üç faktör toplam varyansın % 49.281'ini açıklamaktadır. Maddelerle ilgili olarak tanımlanan 3 faktörün açıkladıkları ortak varyanslarının ise 0.188 ile 0.685 arasında değiştiği görülmektedir. 3 faktörün döndürme sonuçları incelendiğinde, 6, 14, 1, 3, 18, 7, 22, 13, 8, 16, 10. maddelerin ilk faktörde, 23, 12, 2, 5, 9, 11, 19. maddelerin ikinci faktörde, 15, 21, 4, 20 ve 17. maddelerin üçüncü faktörde daha yüksek değerler verdikleri anlaşılmaktadır. Maddeler incelendiğinde içsel dini yönelimi ölçmeye yönelik maddelerin birinci faktörde, dışsal dini yönelimi ölçmeye yönelik maddelerin iki ve üçüncü faktörde toplandığı göze çarpmaktadır. Sözel yapıları incelendiğinde ikinci faktörde toplanan maddelerin dışsal-kişisel dini yönelimi, üçüncü faktörde toplanan maddelerin dışsal-sosyal dini yönelimi ölçmeye yönelik maddeler olduğu görülmektedir. Bu nedenle 1. faktöre içsel dini yönelim, 2. faktöre dışsal-kişisel dini yönelim, 3. faktöre dışsal-sosyal dini yönelim adını vermek mümkündür. Dolayısı ile çalışmamızda Dini Yönelim Ölçeği'nin içsel, dışsal-kişisel ve dışsal-sosyal olmak üzere üç faktöre sahip olduğunu ileri süren çalışmalarla benzer bulgular elde edilmiştir (Kirkpatrick, 1989; Leong ve Zachar, 1990; Gosuch ve Mcpherson, 1989; Gorsuch ve Venable, 1983; Maltby, 1999a). Allport ve Ross (1967) un orijinal çalışmasında olduğu gibi birçok çalışmada dışsal dini yönelim tek bir faktör olarak ele alındığı için analiz iki faktör yapısına zorlanmıştır. Bunun sonucunda Allport ve Ross'un (1967) sonuçlarının aynısı olarak içsel ve dışsal dini yönelim alt ölçekleri elde edilmiştir. İki faktörlü analizde içsel dini yönelimi ölçen



maddeler üç faktörlü analize benzer şekilde birinci faktör altında, dışsal-sosyal ve dışsal-kişisel dini yönelimi ölçen maddeler ise ikinci faktör altında yer almıştır. Çalışmamızda dışsal dini yönelim tek faktör olarak ele alınmış ve dışsal-kişisel ve dışsal-sosyal alt ölçeklerinin toplam puanı ile değerlendirilmiştir.

Faktör analizi sonucunda içsel dini yönelim alt ölçeğinin maddeleri, özgün çalışmadakine oldukça benzer sonuçlar göstermiştir. Bu maddelerden 6, 10 ve 18. maddeler özgün formda dışsal dini yönelim alt ölçeğine ait iken bu çalışmada içsel dini yönelim boyutunda yer almış ve kuramsal beklentilere uyması için ters madde olarak kodlanmıştır. Orijinal ölçekte içsel dini yönelim faktörü altında yer alan 5. ve 11. madde ise çalışmamızda dışsal-kişisel dini yönelim faktöründe yer almıştır. Bu maddelerden ikinci faktörle içerik olarak uyumsuz olan 5. maddenin ölçekten çıkarılması 11. maddenin ise bu faktör altında yer alması uygun bulunmuştur. Bunun dışında ilave edilen 9. madde birinci ve ikinci faktörlerde yüksek özdeğer taşımıştır. Maddenin içerik olarak ikinci faktörle daha uyumlu olduğu düşünüldüğü için bu faktör altında yer almasına karar verilmiştir. EK 4’de her bir faktörün maddeleri, özdeğeri, açıkladığı varyans, Cronbach alfa içtutarlık katsayıları ve madde-altölçek toplam puan korelasyonu verilmektedir. EK 4’de görüldüğü gibi birinci faktörde yer alan maddelerin faktör yük değerleri .767 ile .404 arasında; ikinci faktörde yer alan maddelerin faktör yük değerleri .684 ile .455 arasında; üçüncü faktörde yer alan maddelerin faktör yük değerleri .648 ile .334 arasında değişmektedir. Dini Yönelim Ölçeği’nin içsel dini yönelim alt ölçeği için maddelerin madde-altölçek toplam puanları ile korelasyonu .36 ile .82, dışsal-kişisel dini yönelim alt ölçeği için .58 ile .75 ve dışsal-sosyal dini yönelim alt ölçeği için .40 ile .71 arasında değişmektedir (EK 4).

Alt ölçeklerin birbiri ile uyum geçerliği korelasyon matrisi ile incelendiğinde, içsel dini yönelim ölçeğinin dışsal-kişisel ve dışsal-sosyal dini yönelim ölçeği ile korelasyonunun sırasıyla .60 ve .49 olduğu, dışsal-kişisel dini yönelim ölçeğinin dışsal-sosyal dini yönelim ölçeği ile korelasyonunun .50 olduğu görülmektedir (EK 5). İçsel, dışsal-kişisel ve dışsal-sosyal dini yönelim ölçeklerinin tüm ölçek ile korelasyonları sırası ile .92, .81 ve .70’dir.

Dini Yönelim Ölçeği’nin güvenilirliğini belirlemek amacıyla, iç tutarlık katsayısı, iki yarım güvenilirliği ve tüm denekler için madde-toplam puan korelasyonları

hesaplanmıştır. Tüm ölçeğin iç tutarlık katsayısı Cronbach alfa=.90, iki yarım güvenilirliği .89 olarak hesaplanmıştır. İçsel, dışsal-kişisel ve dışsal-sosyal dini yönelim alt ölçeklerinin iç tutarlık katsayıları sırası ile .90, .74, .60, iki yarım güvenilirlikleri sırasıyla .79, .82, .59 'dur (EK 4). Çeşitli çalışmalarda ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlık katsayıları içsel dini eğilim alt ölçeği için .67 ve .93, dışsal dini eğilim alt ölçeği için .76 ve .85 arasında değişmektedir (akt., Donahue, 1985). Buna göre, Dini Yönelim Ölçeği ve alt faktörlerinin iç tutarlık güvenilirliği açısından oldukça iyi değerlere sahip olduğu söylenebilir.

Ayrıca yine ölçeğin her bir maddesi için madde bırakma tekniği ile madde-toplam puan korelasyonları hesaplanmıştır. EK 3'de maddeler ve madde ortalama ve standart sapmalarıyla birlikte gösterilen bu korelasyonların .17 ile .79 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeğin "Dini bir cemaate üye olmamın bir nedeni toplum içinde bana mevki kazandırmasıdır" olarak ifade edilen 15. maddesi toplam puanla en düşük (.17), "Hayatın anlamıyla ilgili pek çok soruyu cevaplandığı için din benim açımdan özellikle önemlidir" olarak ifade edilen 22. maddesi ise en yüksek korelasyonları vermiştir (.79).

Ölçeğin güvenilirliği ile ilgili bulgulara bakıldığında psikometrik özellikler yönünden yeterli düzeyde olduğu görülmektedir. Dini Yönelim Ölçeği'nin iç tutarlık güvenilirliği orijinal çalışmalar ile yüksek benzerlik göstermektedir. Ölçeğin tümü için bulunan Cronbach alfa katsayısı (.90) ölçeğin oldukça yüksek iç tutarlığa sahip olduğunu göstermiştir. Ölçeğin üç alt boyutu açısından; içsel dini yönelim yüksek bir Cronbach alfa'ya sahip iken; dışsal-kişisel dini yönelim oldukça iyi kabul edilebilecek bir Cronbach alfa değerine (.74) ve dışsal-sosyal dini yönelim ise kabul edilebilecek düzeyde bir Cronbach alfaya sahiptir (.60). Güvenirlik konusunda yapılan toplam madde korelasyon analizi de ölçek maddelerinin, altında toplandıkları faktörler ile aynı boyutta ölçme yaptıklarını istatistiksel olarak göstermiştir. Tüm bu bulgular değerlendirildiğinde, Dini Yönelim Ölçeği'nin güvenilir olduğu belirtilebilir.

Sonuç olarak bu çalışmadan elde edilen bulgulara dayanarak Dini Yönelim Ölçeği'nin Türkçe geçerlik ve güvenilirliğinin umut verici olduğu düşünülmektedir. Bu bulgular ışığında Dini Yönelim Ölçeği'nin öğrenci örneklemini üzerinde kullanılmasında herhangi bir sorun olmadığı düşünülmektedir.



#### II.II.IV. Benlik Kurgusu Ölçeği (Self-Constraint Scale)

Singelis (1994) tarafından geliştirilen ölçek iki alt boyut ve 24 maddeden oluşan 5'li Likert tipi bir ölçektir. Alt boyutlar bağımsız ve bağlaşıklık üzere iki farklı benlik kurgusunu saptamak üzere oluşturulmuştur. Katılımcılardan “hiç katılmıyorum”, “pek katılmıyorum”, “kararsızım”, “biraz katılıyorum”, “tamamen katılıyorum” seçeneklerinden kendilerine uygun olanı işaretlemeleri istenmektedir. Bu ölçekte “hiç katılmıyorum” 1 puan, “tamamen katılıyorum” ise 5 puandır. Ölçekten alınabilecek en düşük toplam puan 24, en yüksek toplam puan 120'dir. Ölçeğin orijinal formunda bağımsız alt boyutu için Cronbach alpha .69, bağlaşıklık alt boyutu için Cronbach alpha .73'dir. Ölçeğin Türkçe formunun oluşturulması, geçerlik ve güvenirlik çalışması Kurt (2000) tarafından yapılmıştır. Kurt'un (2000) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada bağımsız alt boyutu için Cronbach alpha .61, bağlaşıklık alt boyutu için Cronbach alpha .67 bulunmuştur. Benlik Kurgusu Ölçeğinin bir örneği EK 6'da verilmiştir.

#### II.II.V. Kısa Semptom Envanteri-KSE (Brief Symptom Inventory-BSI)

Derogatis (1992) tarafından geliştirilen bu envanter somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişilerarası duyarlılık, depresyon, kaygı bozukluğu, düşmanlık (hostility), fobik kaygı (phobic anxiety), paranoid düşünce (paranoid ideation) ve psikotizm (psychoticism) olmak üzere dokuz semptom boyutunu saptamaya yönelik 53 maddeden oluşan beş'li Likert tipi bir ölçektir. Ölçek dokuz alt ölçeğin yanı sıra semptom rahatsızlık indeksi, belirti toplamı indeksi ve rahatsızlığın ciddiyeti indeksi olmak üzere üç global indeks ve ek maddelerden oluşmaktadır. Bu ölçümler ruh sağlığını ayrıntılı bir şekilde değerlendirmemize imkan vermektedir. Güvenirlik ranjları; cronbach alpha .84-.87, test tekrar test güvenirlikleri .64-.80 arasındadır. Madde toplam korelasyonları .50'nin üzerindedir (Derogatis, 1993, akt. Şahin ve Durak, 1997). Yapı geçerliği çeşitli çalışmalarda desteklenmiştir. Her madde denekler tarafından “hiç yok”, “biraz var”, “orta derecede var”, “epey var”, “çok fazla var” a doğru değişen bir ölçek üzerinde 1 ile 5 arasında derecelendirilmektedir.

KSE'nin Türkçe formunun oluşturulması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmıştır. KSE'nin geçerliğine ilişkin kanıtlar ölçüt bağıntılı geçerlik, yapı geçerliği ve faktör analizi sonucunda elde edilmiştir. Üç ayrı çalışma sonucunda KSE'nin alt ölçeklerinin ve üç global indeks puanlarının Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ile  $-.14$  ve  $-.34$  arasında, Strese Boyuneğicilik Ölçeği ile  $.16$  ve  $.42$  arasında, Beck Depresyon Envanteri ile  $.34$  ve  $.70$  arasında, Strese Yatkinlik Ölçeği ile  $.24$  ve  $.36$  arasında, Offer Yalnızlık Ölçeği ile  $.34$  ve  $.57$  arasında değişen ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir. Faktör analizi sonucunda ise envanterin “kaygı”, “depresyon”, “olumsuz benlik”, “somatizasyon” ve “düşmanlık” olmak üzere 5 faktörden oluştuğu bulunmuştur. KSE'nin güvenilirliğine ilişkin kanıtlar testin iç tutarlık katsayısı hesaplanarak elde edilmiştir. Üç ayrı çalışmada ölçeğin toplam puanından elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlık katsayılarının  $.95$  ve  $.96$ , arasında değiştiği görülmüştür. Alt ölçekler için elde edilen Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları ise sırası ile  $.87$ ,  $.88$ ,  $.87$ ,  $.75$ ,  $.76$ 'dır (Şahin, Savaşır, 1997).

Kısa Semptom Envanteri, Psikolojik İyilik Hali Ölçeği ile birlikte yordanan değişken olan psikolojik iyilik halinin kapsamlı bir şekilde değerlendirilmesini sağlamaktadır. Kısa Semptom Envanterinin bir örneği EK 7'de verilmiştir.

#### **II.II.VI. Psikolojik İyilik Hali Ölçeği (Scale of Psychological Well-Being)**

Ryff (1989) tarafından geliştirilen ölçek 84 maddeden oluşan Likert tipi bir ölçektir. Psikolojik iyilik hali ölçeği özerklik (autonomy), çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma (environmental mastery), kişisel gelişim (personal growth), diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma (positive relations with others), yaşamdaki amaçlar (purpose in life) ve kendini kabul etme (self acceptance) olmak üzere her biri 14 maddeden oluşan altı boyuttan meydana gelmektedir. Alt ölçeklerin maddeleri ölçekte karışık olarak sıralanmaktadır. Katılımcılardan “hiç katılmıyorum”, “pek katılmıyorum”, “kararsızım”, “biraz katılıyorum”, “tamamen katılıyorum” seçeneklerinden kendilerine uygun olanı işaretlemeleri istenmektedir. Bu ölçekte “hiç katılmıyorum” 1 puan, “tamamen katılıyorum” ise 5 puandır. Her bir alt ölçek için güvenilirlik ranjları; özerklik için cronbach alpha  $.83$ , çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma için cronbach alpha  $.86$ , kişisel gelişim için cronbach alpha  $.85$ , diğerleri ile olumlu ilişkiler için cronbach alpha

.88, yaşamdaki amaçlar için cronbach alpha .88 ve kendini kabul etme için cronbach alpha .91 dir.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması, geçerlik güvenirlik çalışmaları araştırmacı tarafından yapılmıştır. Psikolojik iyilik hali ölçeğinin İngilizce orijinali önce üç öğretim üyesi tarafından bağımsız olarak Türkçe'ye çevrilmiştir. Bu çeviriler birbirleri ile karşılaştırılarak kelime seçimi, okunma kolaylığı ve anlaşılma düzeyi açısından yeniden düzenlenmiştir. Daha sonra bu çeviriler konunun uzmanı (sosyal psikolog) üç yargıcı tarafından tekrar incelenmiş ve bütün maddeler üzerinde uzlaşa sağlanmıştır. Çeviri işleminden sonra ölçek bir grup katılımcıya uygulanarak, anlaşılmakta güçlük çekilen madde olup olmadığı gözden geçirilmiştir. Daha sonra maddeler üzerinde son düzeltmeler yapılmış ve ölçek, geçerlik ve güvenirlik çalışması için hazır hale getirilmiştir.

Ölçek, çalışmanın amacı, cevapların gizli tutulacağı ve elde edilen bilgilerin sadece istatistiksel karşılaştırmalar için kullanılacağını belirten bir açıklama ilave edilerek deneklere sınıf ortamında grup halinde uygulanmıştır. Katılımcılardan kimlik belirtici bilgi istenmemiştir. Ölçek Sivas Cumhuriyet Üniversitesi 1. ve 4. sınıflarda okuyan toplam 515 gönüllü katılımcıya uygulanmıştır. Bu katılımcıların tamamı araştırmada cevap aranan sorulara ilişkin analizlerde de yer almıştır.

Analizlere geçilmeden önce dağılımın normallik, doğrusallık ve 'homoscedasticity' özelliklerini karşılama durumları test edilmiştir. Her bir değişken için "tek değişkenli aşırı değerler" madde puanları Z puana çevrilerek hesaplanmış ve  $\pm 3.29$ 'un ( $p < .001$ ; iki yönlü test) dışında kalan değerler silinmiştir. Bütün değişkenler için "çok değişkenli aşırı değerler" mahalonobis uzaklığı kullanılarak hesaplanmıştır.  $sd=84$  ve  $\alpha = .01$  düzeyi için Ki-Kare kritik değeri ( $\chi^2=112.34$ )'dan büyük olan veriler silinmiştir. Böylece tek değişkenli ve çok değişkenli aşırı değerlerin silinmesi sonucunda 366 denek analize katılmıştır. Katılımcıların % 69.4'ü (254) kız, %30.6'sı (112) erkektir. Tüm grubun yaş ortalaması 21.43'dır ( $S=2.20$ , Ranj=17-29).

Psikolojik İyilik Hali Ölçeği'nin yapı geçerliğini incelemek amacı ile faktör analizi yapılmıştır. Yapılan varimax rotasyonlu faktör analizi özdeğeri 1.0'dan büyük olan 7 faktör olduğunu göstermiştir. Bu 7 faktör toplam varyansın % 39.193'ünü

açıklamaktadır. Maddelerle ilgili olarak tanımlanan 7 faktörün açıkladıkları ortak varyanslarının ise 0.109 ile 0.589 arasında değiştiği görülmüştür. 7 faktörün döndürme sonuçları EK 9 görülmektedir. Orijinal ölçekte olduğu gibi “çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma” şeklinde adlandırılan birinci faktörde yer alan 31, 7, 60, 55, 61, 73, 20 ve 54. maddeler özgün ölçekte diğer faktörler altında yer aldığı için ve içerik olarak bu faktörle uyuşmadığı için ölçekten çıkarılmıştır. İkinci faktör “kendini kabul etme” olarak isimlendirilmiş ve bu faktör altında yer alan 51, 21, 39, 34, 3, 33, 81, 57. maddeler özgün ölçekte diğer faktörler altında yer aldığı için ve içerik olarak bu faktörle uyuşmadığı için ölçekten çıkarılmıştır. Üçüncü faktörden özgün ölçekte diğer faktörler altında yer alan ve içerik olarak bu faktörle uyuşmayan 64, 77, 59, 70, 40, 47, 10, 46. maddeler çıkarılmış ve bu faktör “diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma” olarak adlandırılmıştır. Dördüncü faktör “özerklik” olarak adlandırılmıştır. “kişisel gelişim” olarak adlandırılan beşinci faktörden ise özgün ölçekte diğer faktörler altında yer alan ve içerik olarak bu faktörle uyuşmayan 42. ve 63. maddeler çıkarılmıştır. Altıncı ve yedinci faktörde ikişer madde yer aldığı için bu faktörlerde yer alan maddelerin ölçekten çıkarılması uygun bulunmuştur. Ayrıca 16, 28, 29, 38, 83. maddelerin faktör yükü .32’nin altında olduğu için bu maddeler hiçbir faktör altında yer almamıştır. Böylece beş faktör altında yer alan 49 madde kalmıştır. Bu durumda ölçekten alınabilecek en düşük toplam puan 49, en yüksek toplam puan 245’dir. Psikolojik İyilik Hali Ölçeği’nin maddelerinin madde-alt ölçek toplam puan korelasyonu çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma alt ölçeği için .53-.70, kendini kabul etme alt ölçeği için .52-.73, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma alt ölçeği için .44-.66, özerklik alt ölçeği için .40-.60 ve kişisel gelişim alt ölçeği için .49-.68 arasında değişmektedir (EK 9).

EK 9’da her bir faktörün maddeleri, özdeğeri, açıkladığı varyans, Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları ve madde alt-ölçek toplam puan korelasyonu verilmektedir.

Alt ölçeklerin birbiri ile uyum geçerliği korelasyon matrisi ile incelendiğinde, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma alt ölçeğinin, kendini kabul etme, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, özerklik ve kişisel gelişim alt ölçekleri ile korelasyonları sırasıyla .58, .41, .36, .54; kendini kabul etme alt ölçeğinin diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, özerklik ve kişisel gelişim alt ölçekleri ile korelasyonları .55, .40, .34; diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma alt ölçeğinin, özerklik ve kişisel gelişim alt ölçekleri ile

korelasyonu .07, .20 ve özerklik alt ölçeği ile kişisel gelişim alt ölçeğinin korelasyonu .30 'dur. (EK 10). Çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, kendini kabul etme, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, özerklik ve kişisel gelişim alt ölçeklerinin tüm ölçek ile korelasyonları sırası ile .85, .83, .57, .62, .64'dür.

Psikolojik İyilik Hali Ölçeği'nin güvenilirliğini belirlemek amacıyla, iç tutarlık katsayısı, iki yarım güvenilirliği ve tüm denekler için madde-toplam puan korelasyonları hesaplanmıştır. Tüm ölçeğin iç tutarlık katsayısı Cronbach alfa=.91, iki yarım güvenilirliği .86 olarak hesaplanmıştır. Çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, kendini kabul etme, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, özerklik ve kişisel gelişim alt ölçeklerinin Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları sırası ile .83, .86, .77, .73 ve .74, iki yarım güvenilirlikleri sırasıyla .76, .83, .77, .73, .68'dir (EK 9).

Ayrıca yine ölçeğin her bir maddesi için madde bırakma tekniği ile madde-toplam puan korelasyonları da hesaplanmıştır. EK 8'de maddeler ile madde ortalama ve standart sapmalarıyla birlikte gösterilen bu korelasyonların .14 ile .68 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeğin "Kendimden hoşnut olmam diğer insanların beni onaylamasından daha önemlidir." şeklindeki 26. maddesi toplam puanla en düşük (.14), "Herkesin zayıflıkları vardır, fakat benim zayıflıklarım olması gerekenden daha fazla gibi gözüküyor" şeklindeki 84. maddesi ise en yüksek korelasyonları vermiştir (.68).

Ölçeğin güvenilirliği ile ilgili bulgulara bakıldığında psikometrik özellikler yönünden yeterli düzeyde olduğu görülmektedir. Psikolojik İyilik Hali Ölçeği'nin iç tutarlık güvenilirliği orijinal çalışma ile oldukça yüksek benzerlik göstermektedir. Ölçeğin tümü için bulunan Cronbach alfa katsayısı .91 ölçeğin oldukça yüksek iç tutarlığa sahip olduğunu göstermiştir. Ölçeğin 5 alt boyutu açısından; çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve kendini kabul etme alt ölçeği yüksek bir Cronbach alfaya sahip iken (sırasıyla .83, .86), diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, özerklik ve kişisel gelişim alt ölçekleri oldukça iyi kabul edilebilecek bir Cronbach alfa değerine (sırasıyla .77, .73, .74) sahiptir (EK 9).

Güvenirlik konusunda yapılan toplam madde korelasyon analizi de ölçeğin her bir maddesinin altında toplandıkları faktörler ile aynı boyutta ölçme yaptıklarını

istatistiksel olarak ortaya çıkarmıştır. Tüm bu bulgular değerlendirildiğinde, Psikolojik İyilik Hali Ölçeği'nin güvenilir olduğu belirtilebilir.

Diğer yandan, faktör analizi sonuçları, Ryff'in (1989) bulgularına paralellik göstermektedir. Bu faktörler altında toplanan maddeler incelenerek yukarıda belirtildiği gibi, 1. faktör çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, 2. faktör kendini kabul etme, 3. faktör diğerleri ile olumlu ilişkiler, 4. faktör özerklik ve 5. faktör kişisel gelişim olarak adlandırılmıştır. Ölçekte bulunan maddelerin ve alt ölçeklerin toplam ölçekten alınan puanlarla korelasyon katsayıları psikometrik açıdan istenilen düzeydedir. Ayrıca, alt ölçeklerin birbiri ile ve toplam ölçek puanlarıyla uyum içinde oldukları görülmektedir. Tüm bu bulgular, psikolojik ölçekler için en önemli görülen yapı geçerliğinin sağlandığını göstermektedir.

Sonuç olarak bu çalışmadan elde edilen bulgulara dayanarak Psikolojik İyilik Hali Ölçeği'nin Türkçe geçerlik ve güvenilirliğinin umut verici olduğu düşünülmektedir. Bu bulgular ışığında Psikolojik İyilik Hali Ölçeği'nin öğrenci örneklemini üzerinde kullanılmasında herhangi bir sorun olmadığı düşünülmektedir.

### II.III. İŞLEM

Veri toplama araçları deneklere sınıf ortamında 60-70 dakikalık bir oturumda grup halinde uygulanmıştır. Veri toplama araçlarına araştırmacının ve çalışmanın amacı, cevapların gizli tutulacağı ve elde edilen bilgilerin sadece istatistiksel karşılaştırmalar için kullanılacağını belirten bir form eklenmiştir. Katılımcılardan kimlik belirtici bilgi istenmemiştir.

Araştırmacı kullanılan veri toplama araçlarında sıra etkisini ortadan kaldırmak amacı ile ölçekleri farklı sırada olacak şekilde hazırlamış ve katılımcılara da bu şekilde uygulamıştır.



## BÖLÜM III

### BULGULAR

Giriş bölümünde belirtildiği gibi araştırmanın temel amacını cinsiyet, üniversitedeki sınıf, utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurgularının psikolojik iyilik hali üzerindeki farklılaşan etkileri ile bu değişkenlerin tümü arasındaki ilişkilerin incelenmesi oluşturmaktadır. Değinilen amaç çerçevesinde araştırmanın sorularına yanıt oluşturan istatistiksel analizler üç bölümde toplanmıştır. Birinci bölümde cinsiyet (kız, erkek) ve üniversitedeki sınıfa (1. ve 4. sınıf) göre utanç eğilimi, dini yönelimler, benlik kurguları, kısa semptom envanteri ve psikolojik iyilik hali ölçeğinin alt ölçeklerinden alınan puanların ortalamaları ve standart sapmalarını içeren betimsel istatistikler yer almıştır. İkinci bölümde, cinsiyet, üniversitedeki sınıf, utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurguları arasındaki ilişkiler ve cinsiyet ile üniversitedeki sınıfa göre utanç eğilimleri, dini yönelimler, benlik kurguları açısından anlamlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Üçüncü bölümde cinsiyet, üniversitedeki sınıf, utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurgularından psikolojik iyilik halinin ilgili alt boyutlarının yordanması ve utanç eğilimi ile psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide dini yönelimlerin ve benlik kurgularının düzenleyici (moderating) etkisine ilişkin analizler ve bulgular özetlenmiştir.

#### III.1. BETİMSSEL İSTATİSTİKLER

Araştırmada temel analizlere geçmeden önce verilerin çok değişkenli istatistik analiz sayıtlılarını karşılayıp karşılamadıkları incelenmiştir. Dağılımın normallik, doğrusallık, 'homoscedasticity' özelliklerini karşılama durumları test edilmiştir. Araştırmada kullanılan bütün değişkenlerin z puanları incelenmiş ve  $\pm 3$ 'ün üzerinde değerlere sahip olan denekler analizlere dahil edilmemiştir. Buna göre toplam 514 denekten oluşan örnekleme her değişken için z puanları incelenmiş ve bazı değişkenler üzerinde 183 deneğin tek yönlü aşırı değer taşıdığı bulunmuştur. Ayrıca Mahalonobis aralığı yoluyla çok yönlü aşırı değer taşıyan denekler belirlenmiş ve 3 deneğin çok yönlü aşırı değer taşıdığı görülmüştür ( $p < .001$ ). Toplam 186 deneğin analiz dışı bırakılmasıyla,

analizlere 328 denek üzerinden devam edilmiştir. Katılımcıların % 64.9'u (213) kız, % 35.1'i (115) erkektir. Tüm grubun yaş ortalaması 21.51'dir (S=2.10, Ranj=17-29). Katılımcıların % 53.7'si 1. sınıf (176) ve % 46.34.'ü 4. sınıf (152) öğrencisidir.

Araştırmaya katılan toplam 328 deneğin Utanç, Dini Yönelim, Benlik Kurgusu, Kısa Semptom Envanteri ve Psikolojik İyilik Hali Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldıkları puanların ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 1'de özetlenmiştir.

**Tablo 1**

Cinsiyet ve Sınıfa Göre Utanç, İçsel Dini Yönelim, Dışsal Dini Yönelim, Bağımsız Benlik Kurgusu, Bağlaşıklık Benlik Kurgusu, Depresyon, Kaygı, Somatizasyon, Düşmanlık, Olumsuz Benlik Algısı, Kişisel Gelişim, Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Kurma, Kendini Kabul Etme, Çevre İle İlişkilerde Hakimiyet Kurma ve Özerklikten Alınan Puanların Ortalama ve Standart Sapmaları

Değişkenler	KADIN		ERKEK		1. SINIF		4. SINIF	
	X	SS	X	SS	X	SS	X	SS
Utanç	42.88	8.25	42.47	8.27	39.83	7.77	40.70	7.99
İçsel DY	38.64	10.05	39.12	10.31	39.65	11.29	38.73	10.72
Dışsal DY	36.34	7.72	36.58	8.09	35.87	9.37	35.70	8.60
Bağımsız BK	48.03	4.93	47.76	5.46	46.70	5.34	47.34	4.81
Bağlaşıklık BK	45.48	5.75	45.64	5.69	44.47	6.24	44.31	6.16
Depresyon	26.44	8.94	25.98	9.13	25.40	8.09	26.13	8.19
Kaygı	23.80	6.80	23.83	7.26	23.33	7.04	23.26	6.39
Somatizasyon	14.86	4.55	14.64	4.37	14.12	4.12	14.51	4.46
Düşmanlık	14.55	4.91	14.64	4.81	14.54	4.67	14.38	4.83
Olumsuz BA	20.90	6.05	21.05	6.69	20.99	6.36	20.77	5.58
Kişisel Gel.	28.09	3.73	27.88	3.50	27.01	3.81	27.56	4.15
Diğerleriyle Ol	35.64	4.02	35.13	4.12	34.09	4.31	34.91	4.34
Kendini KE.	55.06	6.92	53.92	7.72	51.85	7.62	54.01	6.92
Çevre ile İHK	32.92	6.84	32.73	7.12	32.00	7.01	32.47	6.73
Özerklik	43.23	6.04	42.33	6.03	41.97	6.23	43.36	6.27

### III.II.I. CİNSİYET, SINIF, UTANÇ EĞİLİMİ, DİNİ YÖNELİMLER VE BENLİK KURGULARI ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Çalışmanın bu aşamasında yordayıcı değişkenler olan cinsiyet, üniversitedeki sınıf, utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurguları arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Tablo 2.'de, değişkenler arası ilişkiler gözden geçirildiğinde, utanç eğilimi ile içsel dini yönelim ( $r=.14$ ), dışsal dini yönelim ( $r=.21$ ) ve bağlaşıklık benlik kurgusu ( $r=.33$ ), arasında pozitif yönde anlamlı; bağımsız benlik kurgusu ( $r=-.24$ ) arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. İçsel dini yönelim ile dışsal dini yönelim ( $r=.74$ ) ve bağlaşıklık benlik kurgusu ( $r=.44$ ), dışsal dini yönelim ile bağlaşıklık benlik kurgusu ( $r=.45$ ), bağımsız benlik kurgusu ile bağlaşıklık benlik kurgusu ( $r=.11$ ), arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Cinsiyet ile utanç eğilimi ( $r=-.18$ ) ve bağımsız benlik kurgusu ( $r=-.12$ ) arasında anlamlı ilişkiler elde edilirken, sınıf değişkeni bağlaşıklık benlik kurgusu ( $r=-.13$ ) ile anlamlı negatif ilişki göstermiştir.

**Tablo 2**

Cinsiyet, Sınıf, Utanç Eğilimi, İçsel Dini Yönelim, Dışsal Dini Yönelim, Bağımsız Benlik Kurgusu ve Bağlaşıklık Benlik Kurgusu Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7
1.Cinsiyet	-	.112	.178**	.046	-.027	-.124	-.082
2.Sınıf		-	-.094	-.042	-.053	-.039	-.128*
3.Utanç			-	.136*	.207**	-.239**	.333**
4.İçsel DY				-	.739**	-.052	.438**
5.Dışsal DY					-	.022	.448**
6.Bağımsız BK						-	.114*
7.Bağlaşıklık BK							-

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$

### III.II.II. UTANÇ EĞİLİMİ, İÇSEL DİNİ YÖNELİM, DIŞSAL DİNİ YÖNELİM, BAĞIMSIZ BENLİK KURGUSU VE BAĞLAŞIK BENLİK KURGUSUNUN CİNSİYET VE SINIF YÖNÜNDE KARSILAŞTIRILMASI

Çalışmamızda araştırmanın amacı doğrultusunda yordayıcı değişkenlerin cinsiyet ve sınıflara göre farklılık gösterip göstermediği İki Faktörlü Varyans Analizi tekniği ile analiz edilmiştir. Analiz sonucunda, utanç eğilimi [ $F(1-324)=9.52, p<.005$ ] ve bağımsız benlik kurgusu [ $F(1-324)=4.82, p<.05$ ] üzerinde cinsiyet değişkeninin anlamlı temel etkisinin olduğu gözlenmiştir. Bu sonuçlara göre, kız öğrenciler utanç eğilimi ( $X=42.88$ ) ve bağımsız benlik kurgusu ( $X=48.03$ ) açısından erkek öğrencilerden (sırayla,  $X=42.47, X=47.76$ ) anlamlı derecede daha yüksek puan almışlardır. Buna karşın, içsel dini yönelim, dışsal dini yönelim ve bağlaşıklık benlik kurgusu açısından cinsiyetler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bu değişkenlerden sadece bağlaşıklık benlik kurgusu [ $F(1-324)=6.42, p<.05$ ] üzerinde sınıf değişkeninin anlamlı temel etkisi olduğu gözlenmiştir. Birinci sınıf öğrencileri ( $X=44.47$ ), dördüncü sınıf öğrencilerine ( $X=44.31$ ) göre anlamlı derecede daha fazla bağlaşıktır. Utanç eğilimi, içsel dini yönelim, dışsal dini yönelim ve bağımsız benlik kurgusu açısından birinci ve dördüncü sınıflar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin ortak etkisi söz konusu değişkenlere ilişkin analizlerden hiç birinde anlamlı çıkmamıştır.

### III.III. PSİKOLOJİK İYİLİK HALİNİN YORDANMASINA İLİŞKİN BULGULAR

Çalışmanın bu aşamasında cinsiyet, sınıf, utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurgularının depresyon, kaygı, somatizasyon, düşmanlık, olumsuz benlik algısı, kişisel gelişim, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve özerklik boyutlarında psikolojik iyilik halini yordama gücünü belirlemek amacı ile on ayrı çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Bu çalışmada ayrıca utanç ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide dini yönelimlerin ve benlik kurgularının düzenleyici etkisi incelenmiştir. Her bir analizde cinsiyet, sınıf, utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurgularının temel etkileri ile utanç x dini yönelimler, utanç x benlik kurgularının etkileşimleri değerlendirilmiştir. Kısa Semptom Envanteri

ve Psikolojik İyilik Hali Ölçeği'nin her bir alt ölçeğinden alınan puanlar yordanan değişken olarak ele alınmış ve Çoklu Hiyerarşik Regresyon Analizi uygulanmıştır.

Psikolojik iyilik halini yordayan değişkenleri belirlemek amacı ile yapılan Hiyerarşik Regresyon analizinde yordayıcı değişkenler beş grup halinde regresyon eşitliğine dahil edilmiştir. Cinsiyet ve sınıf ilk aşamada, utanç ikinci aşamada, içsel ve dışsal dini yönelim üçüncü aşamada, bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurgusu dördüncü aşamada, utanç x içsel dini yönelim, utanç x dışsal dini yönelim, utanç x bağımsız benlik kurgusu, utanç x bağlaşıklık benlik kurgusu etkileşimleri beşinci aşamada analize girilmiştir. Böylelikle gerek her grup değişkenin etkililik ölçütü hakkında ne kadar bilgi verdiği görülmüş, gerekse regresyon analizine giren diğer gruptaki değişkenlerin yordanan değişken hakkında daha fazla bilgi verip vermediği ölçülmüştür. Çalışmada demografik değişkenler olası etkilerini kontrol etmek amacıyla ilk aşamada analize girilmiştir. Diğer grup yordayıcıların modele dahil edilme düzenine araştırmacı karar vermiştir. Hiyerarşik regresyon analizinde uygulanan genel kurala bağlı olarak (Field, 2000) ve diğer araştırma bulgularına dayanarak, sonucu yordamadaki önemine göre utanç değişkeni ikinci aşamada, dini yönelimler üçüncü aşamada, benlik kurguları dördüncü aşamada modele dahil edilmiştir. Utanç x içsel dini yönelim etkileşimi dışında, utanç x dışsal dini yönelim, utanç x bağımsız benlik kurgusu, utanç x bağlaşıklık benlik kurgusu etkileşimleri daha önce psikolojik iyilik halini yordamaya katkıları araştırılmamış yeni yordayıcılar oldukları için son aşamada analize dahil edilmiştir.

### III.III.I. Depresyon

Depresyonu yordayan değişkenleri belirlemek amacı ile yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizi Tablo 3'de verilmiştir. Tablo 3'de görüleceği gibi ilk aşamada analize girilen cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin depresyonda görülen toplam varyansın % 0.4'ünü açıklayıcı gücü olsa da depresyonun yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2, 325)=0.44].

İkinci aşamada analize dahil edilen utanç değişkeninin depresyonda görülen toplam varyansın % 4.2'sini açıkladığı görülmüştür [F değ. (1, 324)=14.18, p<.001]. Utanç değişkeninin ( $\beta$ =.209, p<.001) depresyonun yordanmasında pozitif yönde anlamlı

katkısı bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde utancın daha yüksek düzeyde depresyonu yordadığını ortaya koymuştur. Utanç değişkeni üçüncü ( $\beta=.198$ ,  $p<.001$ ) aşamada da depresyonun yordanmasında anlamlı katkıda bulunurken, dördüncü ( $\beta=.099$ ,  $p>.05$ ) ve beşinci ( $\beta=.111$ ,  $p>.05$ ) aşamada anlamlı yordayıcı olma özelliğini kaybetmiştir.

Üçüncü aşamada analize dahil edilen içsel dini yönelim ve dışsal dini yönelimin depresyonda görülen toplam varyansın % 0.3'ünü açıklayıcı gücü olsa da bunun depresyonun yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2, 322)=0.56].

Dördüncü aşamada analize dahil edilen bağımsız benlik kurgusu ve bağlaşıklık benlik kurgusunun depresyonda görülen toplam varyansın % 5'ini açıkladığı görülmüştür [F değ. (2, 320)=8.98,  $p<.001$ ]. Depresyonun yordanmasında bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=-.235$ ,  $p<.001$ ) negatif yönde, bağlaşıklık benlik kurgusu ( $\beta=.128$ ,  $p<.05$ ) pozitif yönde anlamlı katkıda bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde bağlaşıklık benlik kurgusunun daha yüksek düzeyde depresyonu ve daha yüksek düzeyde bağımsız benlik kurgusunun daha düşük düzeyde depresyonu yordadığını ortaya koymuştur. Bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=-.230$ ,  $p<.001$ ) ve bağlaşıklık benlik kurgusu beşinci aşamada da ( $\beta=.142$ ,  $p<.001$ ) depresyonun yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur.

Beşinci aşamada analize dahil edilen utanç x içsel dini yönelim, utanç x dışsal dini yönelim, utanç x bağımsız benlik kurgusu, utanç x bağlaşıklık benlik kurgusu değişkenlerinin etkileşimlerinin depresyonda görülen varyansın % 1'ini açıklayıcı gücü olsa da depresyonun yordanmasında anlamlı katkıları bulunmamıştır [F değ. (4, 316)=1.05]. Diğer bir ifade ile depresyonun yordanmasında utanç x içsel dini yönelim ( $\beta=-.020$ ,  $p>.05$ ), utanç x dışsal dini yönelim ( $\beta=.038$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=-.087$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağlaşıklık benlik kurgusunun ( $\beta=.079$ ,  $p>.05$ ) ortak etkileri anlamlı değildir.

Depresyonla yordayıcı değişkenler arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde depresyon ile bağımsız benlik kurgusu ( $r=-.230$ ) arasında düşük düzeyde negatif, utanç ( $r=.211$ ) ve bağlaşıklık benlik kurgusu ( $r=.131$ ) arasında düşük düzeyde pozitif ilişki olduğu görülmüştür.



Bulgularımız depresyonu yordamak amacı ile beş aşamada analize girilen değişkenlerden ikinci ve dördüncü aşamada analize dahil edilen değişkenlerin depresyondaki varyansın % 11.2'sini anlamlı düzeyde açıkladığını göstermiştir [F (11, 327)=3.30, p<.001)].



Tablo 3

## Depresyonun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Değişim	F Değişim	F Değ. P	B	β	t	p
<b>Aşama 1</b>	.064	.004	.004	.44	.722				
Cinsiyet						-1.167	-.064	-1.129	.260
Sınıf						-.266	-.015	-.190	.849
<b>Aşama 2</b>	.214	.046	.042	4.18	.000				
Cinsiyet						-.507	-.028	-.493	.622
Sınıf						.102	.006	.074	.941
Utanch						.220	.209	3.766	.000
<b>Aşama 3</b>	.222	.049	.003	.56	.571				
Cinsiyet						-.462	-.026	-.447	.655
Sınıf						.107	.006	.078	.938
Utanch						.209	.198	3.502	.001
İçsel D.						-.002	-.050	-.621	.535
Dışsal D.						-.002	.085	1.039	.299
<b>Aşama 4</b>	.316	.100	.051	8.98	.000				
Cinsiyet						-1.065	-.059	-1.041	.299
Sınıf						-.002	.005	.065	.948
Utanch						.105	.099	1.637	.103
İçsel D.						-.002	-.114	-1.402	.162
Dışsal D.						.104	.100	1.227	.221
Bağımsız						-.398	-.235	-4.091	.000
Bağlaşık						.186	.128	1.962	.050
<b>Aşama 5</b>	.334	.112	.012	1.05	.381				
Cinsiyet						-1.122	-.062	-1.093	.275
Sınıf						-.003	-.001	-.007	.994
Utanch						.117	.111	1.793	.074
İçsel D.						-.100	-.122	-1.480	.140
Dışsal D.						.124	.119	1.436	.152
Bağımsız						-.389	-.230	-3.963	.000
Bağlaşık						.206	.142	2.108	.036
U x İçD						-.003	-.020	-.229	.819
U x DışD						.003	.038	.423	.672
U x Bğsz						-.002	-.087	-1.548	.123
U x Bğlşk						.002	.079	1.198	.232

### III.III.II. Kaygı

Kaygıyı yordayan değişkenleri belirlemek amacı ile yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizi Tablo 4’de verilmiştir. Tablo 4’de görüleceği gibi ilk aşamada analize girilen cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin kaygıda görülen toplam varyansın % 0.6’sını açıklayıcı gücü olsa da kaygının yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamaktadır [F değ. (2, 325)=0.65].

İkinci aşamada analize dahil edilen utanç değişkeninin kaygıda görülen toplam varyansın % 4 ‘ünü açıkladığı görülmüştür [F değ. (1, 324)=13.45,  $p<.001$ ]. Utanç değişkeninin ( $\beta=.203$ ,  $p<.001$ ) kaygının yordanmasında pozitif yönde anlamlı katkısı bulunmaktadır. Bu bulgu daha yüksek düzeyde utancın daha yüksek düzeyde kaygıyı yordadığını ortaya koymuştur. Utanç değişkeni üçüncü ( $\beta=.181$ ,  $p<.001$ ) aşamada da kaygının yordanmasına anlamlı katkıda bulunurken, dördüncü ( $\beta=.088$ ,  $p>.05$ ) ve beşinci ( $\beta=.100$ ,  $p>.05$ ) aşamada anlamlılığını kaybetmiştir.

Üçüncü aşamada analize dahil edilen içsel dini yönelim ve dışsal dini yönelimin kaygıda görülen toplam varyansın % 0.12’sini açıklayıcı gücü olsa da bunun kaygının yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2, 322)=1.97].

Dördüncü aşamada analize dahil edilen bağımsız benlik kurgusu ve bağlaşıklık benlik kurgusunun kaygıda görülen toplam varyansın % 4.4’ünü açıkladığı görülmüştür [F değ. (2, 320)=7.89,  $p<.001$ ]. Bu aşamada kaygının yordanmasında bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=-.219$ ,  $p<.001$ ) negatif yönde anlamlı katkıda bulunmuştur. Bu bulgu daha düşük düzeyde bağımsız benlik kurgusunun daha yüksek düzeyde kaygıyı yordadığını ortaya koymuştur. Bağımsız benlik kurgusu beşinci aşamada da ( $\beta=-.214$ ,  $p<.001$ ) kaygının yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur.

Beşinci aşamada analize dahil edilen utanç x içsel dini yönelim, utanç x dışsal dini yönelim, utanç x bağımsız benlik kurgusu, utanç x bağlaşıklık benlik kurgusu değişkenlerinin etkileşimlerinin kaygıda görülen varyansın % 0.9 açıklayıcı gücü olsa da kaygının yordanmasında anlamlı katkıları bulunmamıştır [F değ. (4, 316)=.84]. Diğer bir ifade ile kaygının yordanmasında utanç x içsel dini yönelim ( $\beta=.004$ ,  $p>.05$ ), utanç x dışsal dini yönelim ( $\beta=.036$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=-.075$ ,

$p > .05$ ), utanç x bağlaşıklık benlik kurgusunun ( $\beta = .051$   $p > .05$ ) ortak etkileri anlamlı değildir. Bu aşamada dışsal dini yönelimin ( $\beta = .163$ ,  $p < .001$ ) kaygının yordanmasında anlamlı katkısı olduğu görülmektedir.

Kaygı ile yordayıcı değişkenler arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde kaygı ile bağımsız benlik kurgusu ( $r = -.216$ ) arasında düşük düzeyde negatif, kaygı ile utanç arasında ( $r = .204$ ) ve kaygı ile dışsal dini yönelim arasında ( $r = .146$ ) düşük düzeyde pozitif ilişki olduğu görülmektedir.

Bulgularımız kaygıyı yordamak amacı ile beş aşamada analize girilen değişkenlerden ikinci ve dördüncü aşamada analize dahil edilen değişkenlerin kaygıdaki varyansın % 11.1'ini anlamlı düzeyde açıkladığını göstermiştir [ $F(11, 327) = 3.28$ ,  $p < .001$ ].



**Tablo 4****Kaygının Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları**

Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Değişim	F Değişim	F Değ. P	B	β	t	p
<b>Aşama 1</b>	.077	.006	.006	.65	.582				
Cinsiyet						-.231	-.016	-.281	.779
Sınıf						.002	.002	.028	.987
<b>Aşama 2</b>	.214	.046	.040	13.45	.000				
Cinsiyet						.281	.019	.343	.732
Sınıf						.316	.023	.288	.773
Utanç						.170	.203	3.668	.000
<b>Aşama 3</b>	.239	.057	.012	1.97	.140				
Cinsiyet						.289	.020	.353	.724
Sınıf						.364	.026	.333	.739
Utanç						.152	.181	3.204	.001
İçsel D.						-.002	-.032	-.395	.693
Dışsal D.						.109	.132	1.612	.108
<b>Aşama 4</b>	.319	.102	.044	7.89	.000				
Cinsiyet						-.155	-.011	-.191	.849
Sınıf						.358	.026	.331	.741
Utanç						.002	.088	1.443	.150
İçsel D.						-.002	-.092	-1.134	.258
Dışsal D.						.120	.145	1.777	.076
Bağımsız						-.295	-.219	-3.820	.000
Bağlaşık						.142	.123	1.887	.060
<b>Aşama 5</b>	.334	.111	.009	.84	.503				
Cinsiyet						-.181	-.013	-.222	.824
Sınıf						.284	.021	.262	.794
Utanç						.002	.100	1.609	.109
İçsel D.						-.002	-.095	-1.159	.247
Dışsal D.						.135	.163	1.967	.050
Bağımsız						-.288	-.214	-3.686	.000
Bağlaşık						.151	.130	1.940	.053
U x İçD						.004	.004	.042	.966
U x DışD						.003	.036	.404	.687
U x Bğsz						-.002	-.075	1.338	.182
U x Bğlşk						.003	.051	.775	.439

### III.III.III. Somatizasyon

Somatizasyonu yordayan değişkenleri belirlemek amacı ile yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizi Tablo 5’de verilmiştir. Tablo 5’de görüleceği gibi ilk aşamada analize girilen cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin somatizasyonda görülen toplam varyansın % 0.8’ini açıklayıcı gücü olsa da somatizasyonun yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2, 324)=0.89].

İkinci aşamada analize dahil edilen utanç değişkeninin somatizasyonda görülen toplam varyansın % 0.3 ‘ünü [F değ. (1, 324)=1.10,  $p>.05$ , ], üçüncü aşamada analize dahil edilen içsel dini yönelim ve dışsal dini yönelimin somatizasyonda görülen toplam varyansın % 0.5’ini [F değ. (2, 322)=0.76,  $p>.05$ ] açıklayıcı gücü olsa da bu değişkenlerin somatizasyonun yordanmasında anlamlı katkıları bulunmamıştır.

Dördüncü aşamada analize dahil edilen bağımsız benlik kurgusu ve bağlaşıklık benlik kurgusunun somatizasyonda görülen toplam varyansın %3.1’ini açıkladığı görülmüştür [F değ. (2, 320)=5.12,  $p<.001$ ]. Bu aşamada bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=-.177$ ,  $p<.003$ ) somatizasyonun yordanmasında negatif yönde anlamlı katkıda bulunmuştur. Bu bulgu daha düşük düzeyde bağımsız benlik kurgusunun daha yüksek düzeyde somatizasyonu yordadığını ortaya koymuştur. Bağımsız benlik kurgusu beşinci aşamada da ( $\beta=-.172$ ,  $p<.003$ ) somatizasyonun yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur.

Beşinci aşamada analize dahil edilen utanç x içsel dini yönelim, utanç x dışsal dini yönelim, utanç x bağımsız benlik kurgusu, utanç x bağlaşıklık benlik kurgusu değişkenlerinin etkileşimlerinin somatizasyonda görülen varyansın % 0.2 açıklayıcı gücü olsa da somatizasyonun yordanmasında anlamlı katkıları bulunmamıştır [F değ. (4, 316)=0.15]. Diğer bir ifade ile somatizasyonun yordanmasında utanç x içsel dini yönelim ( $\beta=-.029$ ,  $p>.05$ ), utanç x dışsal dini yönelim ( $\beta=.006$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=-.037$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağlaşıklık benlik kurgusunun ( $\beta=-.002$ ,  $p>.05$ ) ortak etkileri anlamlı değildir.



Somatizasyonla yordayıcı değişken arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde somatizasyon ile bağımsız benlik kurgusu ( $r=-.136$ ) arasında düşük düzeyde negatif ilişki olduğu görülmüştür.

Bulgularımız somatizasyonun yordamak amacı ile beş aşamada analize girilen değişkenlerden sadece dördüncü aşamada analize dahil edilen değişkenlerin somatizasyondaki varyansın % 4.9 'unu anlamlı düzeyde açıkladığını göstermiştir [ $F(11, 327)=1.34 p<.05$ ].



Tablo 5

## Somatizasyon Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Değişim	F Değişim	F Değ. P	B	β	t	p
<b>Aşama 1</b>	.091	.008	.008	.89	.445				
Cinsiyet						-.793	-.086	-1.509	.132
Sınıf						-.531	-.060	-.744	.457
<b>Aşama 2</b>	.108	.012	.003	1.10	.295				
Cinsiyet						-.698	-.076	-1.308	.192
Sınıf						-.478	-.054	-.668	.505
Utancı						.002	.059	1.049	.295
<b>Aşama 3</b>	.127	.016	.005	.76	.468				
Cinsiyet						-.641	-.069	-1.196	.233
Sınıf						-.507	-.057	-.707	.480
Utancı						.002	.058	1.004	.316
İçsel D.						-.002	-.102	-1.232	.219
Dışsal D.						.002	.078	.939	.349
<b>Aşama 4</b>	.216	.047	.031	5.12	.006				
Cinsiyet						-.863	-.093	-1.607	.109
Sınıf						-.487	-.055	-.682	.496
Utancı						-.002	-.022	-.346	.730
İçsel D.						-.002	-.155	-1.846	.066
Dışsal D.						.002	.085	1.014	.311
Bağımsız						-.153	-.177	-2.993	.003
Bağlaşıklık						.002	.117	1.744	.082
<b>Aşama 5</b>	.220	.049	.002	.15	.964				
Cinsiyet						-.843	-.091	-1.556	.121
Sınıf						-.491	-.056	-.683	.495
Utancı						-.003	-.015	-.230	.818
İçsel D.						-.002	-.154	-1.806	.721
Dışsal D.						.002	.079	.917	.360
Bağımsız						-.149	-.172	-2.870	.004
Bağlaşıklık						.002	.114	1.644	.101
U x İçD						-.003	-.029	-.314	.754
U x DışD						.004	.006	.069	.945
U x Bğsz						-.003	-.037	-.629	.530
U x Bğlşk						-.004	-.002	-.024	.981

### III.III.IV. Düşmanlık

Düşmanlığı yordayan değişkenleri belirlemek amacı ile yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizi Tablo 6'da verilmiştir. Tablo 6'da görüleceği gibi ilk aşamada analize girilen cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin düşmanlıkta görülen toplam varyansın % 0.3'ünü açıklayıcı gücü olsa da düşmanlığın yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2, 325)=0.29].

İkinci aşamada analize dahil edilen utanç değişkeninin düşmanlıkta görülen toplam varyansın % 0.2'sini [F değ. (1, 324)=0.72], üçüncü aşamada analize dahil edilen içsel dini yönelim ve dışsal dini yönelimin düşmanlıkta görülen toplam varyansın % 0.6'sını [F değ. (2, 322)=1.02] açıklayıcı gücü olsa da bu değişkenlerin de düşmanlığın yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır.

Dördüncü aşamada analize dahil edilen bağımsız benlik kurgusunun ve bağlaşıklık benlik kurgusunun düşmanlıkta görülen toplam varyansın % 2'sini açıkladığı görülmüştür [F değ. (2, 320)=3.28,  $p < .05$ ]. Bu aşamada düşmanlığın yordanmasında bağımsız benlik kurgusu ( $\beta = -.152$ ,  $p < .05$ ) negatif yönde anlamlı katkıda bulunmuştur. Bu bulgu daha düşük düzeyde bağımsız benlik kurgusunun daha yüksek düzeyde düşmanlığı yordadığını ortaya koymuştur. Bağımsız benlik kurgusu beşinci aşamada da ( $\beta = -.138$ ,  $p < .05$ ) düşmanlığın yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur.

Beşinci aşamada analize dahil edilen utanç x içsel dini yönelim, utanç x dışsal dini yönelim, utanç x bağımsız benlik kurgusu, utanç x bağlaşıklık benlik kurgusu değişkenlerinin etkileşimlerinin düşmanlıkta görülen varyansın % 1.7'sini açıklayıcı gücü olsa da düşmanlığın yordanmasında anlamlı katkıları bulunmamıştır [F değ. (4, 316)=1.37]. Diğer bir ifade ile düşmanlığın yordanmasında utanç x içsel dini yönelim ( $\beta = -.027$ ,  $p > .05$ ), utanç x dışsal dini yönelim ( $\beta = .046$ ,  $p > .05$ ), utanç x bağımsız benlik kurgusu ( $\beta = -.132$ ,  $p > .05$ ), utanç x bağlaşıklık benlik kurgusunun ( $\beta = .030$ ,  $p > .05$ ) ortak etkileri anlamlı değildir.

Düşmanlıkla yordayıcı değişkenler arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde düşmanlık ile bağımsız benlik kurgusu ( $r=-.136$ ) arasında düşük düzeyde negatif ilişki olduğu görülmüştür.

Bulgularımız düşmanlığı yordamak amacı ile beş aşamada analize girilen değişkenlerden dördüncü aşamada analize dahil edilen değişkenlerin düşmanlıktaki varyansın % 4.8 'ini anlamlı düzeyde açıkladığını göstermiştir [ $F(11, 327) = 1.31, p < .001$ ].



Tablo 6

## Düşmanlığın Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Değişim	F Değişim	F Değ. P	B	B	t	p
<b>Aşama 1</b>	.051	.003	.003	.29	.835				
Cinsiyet						.114	.011	.198	.843
Sınıf						-.002	-.003	-.032	.975
<b>Aşama 2</b>	.070	.005	.002	.72	.397				
Cinsiyet						.119	.020	.340	.734
Sınıf						.002	.002	.029	.977
Utanç						.002	.048	.848	.397
<b>Aşama 3</b>	.106	.031	.006	1.02	.362				
Cinsiyet						.235	.023	.400	.690
Sınıf						.002	.003	.032	.974
Utanç						.002	.034	.592	.554
İçsel D.						-.002	-.072	-.868	.386
Dışsal D.						.002	.118	1.407	.161
<b>Aşama 4</b>	.176	.031	.020	3.28	.039				
Cinsiyet						-.002	-.001	-.020	.984
Sınıf						-.002	-.007	-.082	.935
Utanç						-.003	-.016	-.255	.799
İçsel D.						-.002	-.099	-1.172	.242
Dışsal D.						.002	.139	1.648	.100
Bağımsız						-.144	-.152	-2.555	.011
Bağlaşık						.002	.025	.373	.710
<b>Aşama 5</b>	.218	.048	.017	1.37	.245				
Cinsiyet						.002	.002	.026	.979
Sınıf						-.123	-.013	-.156	.876
Utanç						.003	.009	.135	.893
İçsel D.						-.002	-.097	-1.139	.256
Dışsal D.						.002	.147	1.709	.088
Bağımsız						-.130	-.138	-2.301	.022
Bağlaşık						.002	.024	.348	.728
U x İçD						-.003	-.027	-.295	.768
U x DışD						.003	.046	.491	.624
U x Bğsz						-.002	-.132	-2.258	.052
U x Bğlşk						.003	.030	.441	.660

### III.III.V. Olumsuz Benlik Algısı

Olumsuz benlik algısını yordayan değişkenleri belirlemek amacı ile yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizi Tablo 7’de verilmiştir. Tablo 7’de görüleceği gibi ilk aşamada analize girilen cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin olumsuz benlik algısında görülen toplam varyansın % 0.2’sini açıklayıcı gücü olsa da olumsuz benlik algısının yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2, 325)=0.24].

İkinci aşamada analize dahil edilen utanç değişkeninin olumsuz benlik algısında görülen toplam varyansın % 9.2 ‘sini açıkladığı görülmüştür [F değ. (1, 324)=32.99,  $p<.001$ ]. Utanç değişkeninin ( $\beta=.310$ ,  $p<.001$ ) olumsuz benlik algısının yordanmasında pozitif yönde anlamlı katkısı bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde utancın daha yüksek düzeyde olumsuz benlik algısını yordadığını ortaya koymaktadır. Utanç değişkeni üçüncü ( $\beta=.285$ ,  $p<.001$ ), dördüncü ( $\beta=.187$ ,  $p>.05$ ) ve beşinci ( $\beta=.207$ ,  $p>.05$ ) aşamada da olumsuz benlik algısının yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur.

Üçüncü aşamada analize dahil edilen içsel dini yönelim ve dışsal dini yönelimin olumsuz benlik algısında görülen toplam varyansın % 1.6’sını açıklayıcı gücü olsa da bunun olumsuz benlik algısının yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2, 322)=2.80].

Dördüncü aşamada analize dahil edilen bağımsız benlik kurgusu ve bağlaşıklık benlik kurgusunun olumsuz benlik algısında görülen toplam varyansın % 6.7’sini açıkladığı görülmüştür [F değ. (2, 320)=13.02,  $p<.001$ ]. Bu aşamada olumsuz benlik algısının yordanmasında bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=-.280$ ,  $p<.001$ ) negatif yönde anlamlı katkıda bulunmuştur. Bu bulgu, daha düşük düzeyde bağımsız benlik kurgusunun daha yüksek düzeyde olumsuz benlik algısını yordadığını ortaya koymuştur. Bağımsız benlik kurgusu beşinci aşamada da ( $\beta=-.270$ ,  $p<.05$ ) olumsuz benlik algısının yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur.

Beşinci aşamada analize dahil edilen utanç x içsel dini yönelim, utanç x dışsal dini yönelim, utanç x bağımsız benlik kurgusu, utanç x bağlaşıklık benlik kurgusu değişkenlerinin etkileşimlerinin olumsuz benlik algısında görülen varyansın % 2.5’ini



açıkladığı görülmüştür [F değ. (4, 316)=2.48,  $p<.05$ ]. Olumsuz benlik algısının yordanmasında utanç x bağımsız benlik kurgusunun ( $\beta=-.119$ ,  $p<.05$ ) ortak etkisinin anlamlı katkıları olduğu görülmüştür. Olumsuz benlik algısı üzerinde bağımsız benlik kurgusu ve utancın etkileşimini yorumlamak için tekrar regresyon analizi yapılmıştır. Bu amaçla bağımsız benlik kurgusu puanları düşük, orta ve yüksek olmak üzere üç guruba ayrılmıştır. Ortalamanın bir standart sapma aşağısı düşük bağımsız benlik kurgusu, ortalamanın bir standart sapma yukarısı yüksek bağımsız benlik kurgusu olarak alınmıştır. Sonuçlar bağımsız benlik kurgusunun düşük düzeyi ile utancın olumsuz benlik algısının daha kuvvetli yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur ( $\beta=.456$ ,  $p<.001$ ). Yüksek bağımsız benlik kurgusu, utanç ile olumsuz benlik kurgusu arasındaki ilişkide etkiye sahip değilken ( $\beta=.087$ ,  $p>.05$ ), orta düzeyde bağımsız benlik kurgusunun utanç ve olumsuz benlik algısı arasındaki ilişkide anlamlı etkiye sahip ( $\beta=.215$ ,  $p<.001$ ) olduğu görülmüştür. Diğer bir deyişle bağımsız benlik kurgusunun düşük seviyesi utanç ve olumsuz benlik algısı arasında daha kuvvetli pozitif ilişki ortaya çıkarmıştır.

Yordanan değişkenlerle yordayıcı değişkenler arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde olumsuz benlik algısı ile bağımsız benlik kurgusu ( $r=-.317$ ) arasında orta düzeyde negatif, olumsuz benlik algısı ile utanç arasında ( $r=.298$ ) düşük düzeyde pozitif, olumsuz benlik algısı ile utanç x bağımsız benlik kurgusu ( $r=-.095$ ) etkileşimi arasında düşük düzeyde negatif ilişki olduğu görülmektedir.

Bulgularımız olumsuz benlik algısını yordamak amacı ile beş aşamada analize girilen değişkenlerden ikinci, dördüncü ve beşinci aşamada analize dahil edilen değişkenlerin olumsuz benlik algısındaki varyansın % 20.3'ünü anlamlı düzeyde açıkladığını göstermiştir [F (11, 327)=6.67,  $p<.001$ ].

Tablo 7

Olumsuz Benlik Algısının Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi  
Sonuçları

Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Değişim	F Değişim	F Değ. P	B	β	t	p
<b>Aşama 1</b>	.047	.002	.002	.22	.866				
Cinsiyet						.243	.019	.331	.741
Sınıf						.231	.019	.232	.817
<b>Aşama 2</b>	.308	.095	.092	32.99	.000				
Cinsiyet						.941	.073	1.321	.188
Sınıf						.620	.050	.650	.516
Utanç						.232	.310	5.743	.000
<b>Aşama 3</b>	.332	.110	.016	2.80	.062				
Cinsiyet						.887	.069	1.248	.213
Sınıf						.702	.057	.739	.461
Utanç						.214	.285	5.194	.000
İçsel D.						.002	.043	.541	.589
Dışsal D.						.002	.093	1.167	.244
<b>Aşama 4</b>	.421	.177	.067	13.02	.000				
Cinsiyet						.323	.025	.464	.643
Sınıf						.533	.043	.577	.564
Utanç						.140	.187	3.214	.001
İçsel D.						-.003	-.013	-.172	.864
Dışsal D.						.002	.128	1.640	.102
Bağımsız						-.337	-.280	-5.103	.000
Bağlaşık						.002	.069	1.112	.267
<b>Aşama 5</b>	.450	.203	.025	2.48	.044				
Cinsiyet						.326	.025	.472	.638
Sınıf						.368	.030	.401	.689
Utanç						.155	.207	3.512	.001
İçsel D.						-.003	-.009	-.118	.906
Dışsal D.						.113	.153	1.952	.052
Bağımsız						-.325	-.270	-4.923	.000
Bağlaşık						.002	.077	1.205	.229
U x İçD						-.003	-.040	-.475	.635
U x DışD						.002	.139	1.628	.104
U x Bğsz						-.002	-.119	-2.233	.026
U x Bğlşk						.003	.028	.454	.650

### III.III.VI. Kişisel Gelişim

Kişisel gelişimi yordayan değişkenleri belirlemek amacı ile yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizi Tablo 8’de verilmiştir. Tablo 8’de görüleceği gibi ilk aşamada analize girilen cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin kişisel gelişimde görülen toplam varyansın % 2.1’ini açıklayıcı gücü olsa da kişisel gelişiminin yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2 325)=2.28]. Ancak cinsiyet değişkeninin ikinci ( $\beta=-.149$ ,  $p<.05$ ), üçüncü ( $\beta=-.149$ ,  $p<.05$ ), dördüncü ( $\beta=-.142$ ,  $p<.05$ ) ve beşinci ( $\beta=-.145$ ,  $p<.05$ ) aşamalarda kişisel gelişimin yordanmasında anlamlı katkısı olduğu görülmüştür.

İkinci aşamada analize dahil edilen utanç değişkeninin kişisel gelişimde görülen toplam varyansın % 1.5’ini açıkladığı görülmüştür [F değ. (1, 324)=4.91,  $p<.05$ ]. Utanç değişkeninin ( $\beta=-.123$ ,  $p<.05$ ) kişisel gelişiminin yordanmasında negatif yönde anlamlı katkısı bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde utancın daha düşük düzeyde kişisel gelişimi yordadığını ortaya koymuştur. Utanç değişkeni üçüncü ( $\beta=-.080$ ,  $p>.05$ ), dördüncü ( $\beta=-.064$ ,  $p>.05$ ) ve beşinci ( $\beta=-.074$ ,  $p>.05$ ) aşamada anlamlı yordayıcı olma özelliğini kaybetmiştir.

Üçüncü aşamada analize dahil edilen içsel dini yönelim ve dışsal dini yönelimin kişisel gelişimde görülen toplam varyansın % 4.4’ünü açıklayıcı gücü olduğu görülmektedir [F değ. (2, 322)=7.63,  $p>.05$ ]. Bu aşamada dışsal dini yönelim ( $\beta=-.253$ ,  $p<.05$ ) kişisel gelişimin yordanmasında negatif yönde anlamlı katkıda bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde dışsal dini yönelimin daha düşük düzeyde kişisel gelişimi yordadığını ortaya koymuştur. Dışsal dini yönelim dördüncü ( $\beta=-.260$ ,  $p<.001$ ) ve beşinci ( $\beta=-.258$ ,  $p<.05$ ) aşamada da kişisel gelişimin yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur.

Dördüncü aşamada analize dahil edilen bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurgularının kişisel gelişimde görülen toplam varyansın % 03’ünü açıklayıcı gücü olsa da bunun kişisel gelişim yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2, 320)=0.35].

Beşinci aşamada analize dahil edilen utanç x içsel dini yönelim, utanç x dışsal dini yönelim, utanç x bağımsız benlik kurgusu, utanç x bağlaşıklık benlik kurgusu değişkenlerinin etkileşimlerinin kişisel gelişimde görülen varyansın % 0.3’ünü açıklayıcı gücü olsa da kişisel gelişimin yordanmasında anlamlı katkıları bulunmamıştır

[F değ. (4, 316)=0.26]. Diğer bir ifade ile kişisel gelişimin yordanmasında utanç x içsel dini yönelim ( $\beta=.008$ ,  $p>.05$ ), utanç x dışsal dini yönelim ( $\beta=-.040$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=.037$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağlaşıklık benlik kurgusunun ( $\beta=.037$ ,  $p>.05$ ) ortak etkileri anlamlı değildir.

Kişisel gelişimle yordayıcı değişkenler arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde kişisel gelişim ile dışsal dini yönelim arasında ( $r=-.221$ ) ve kişisel gelişim ile utanç arasında ( $r=-.094$ ) düşük düzeyde negatif ilişki, kişisel gelişim ile cinsiyet arasında da ( $r=-.137$ ) düşük düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

Bulgularımız kişisel gelişimi yordamak amacı ile beş aşamada analize girilen değişkenlerden ikinci ve üçüncü aşamada analize dahil edilen değişkenlerin kişisel gelişimdeki varyansın % 8.4'ünü anlamlı düzeyde açıkladığını göstermiştir [F (11, 327)=2.41,  $p<.05$ ].

Tablo 8

## Kişisel Gelişimin Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Değişim	F Değişim	F Değ. P	B	β	t	p
<b>Aşama 1</b>	.144	.021	.021	2.28	.080				
Cinsiyet						-1.006	-.127	-2.243	.026
Sınıf						.143	.019	.234	.815
<b>Aşama 2</b>	.188	.035	.015	4.91	.027				
Cinsiyet						-1.176	-.149	-2.601	.010
Sınıf						.002	.006	.078	.938
Utanç						-.002	-.123	-2.215	.027
<b>Aşama 3</b>	.281	.079	.044	7.63	.001				
Cinsiyet						-1.183	-.149	-2.659	.008
Sınıf						-.003	-.001	-.009	.993
Utanç						-.002	-.080	-1.429	.154
İçsel D.						.002	.058	.722	.471
Dışsal D.						-.115	-.253	-3.136	.002
<b>Aşama 4</b>	.285	.081	.002	.35	.702				
Cinsiyet						-1.121	-.142	-2.479	.014
Sınıf						.002	.002	.029	.977
Utanç						-.002	-.064	-1.037	.301
İçsel D.						.002	.066	.805	.422
Dışsal D.						-.118	-.260	-3.159	.002
Bağımsız						.002	.049	.839	.402
Bağlaşık						-.003	-.008	-.118	.906
<b>Aşama 5</b>	.290	.084	.003	.26	.903				
Cinsiyet						-1.151	-.145	-2.524	.012
Sınıf						.002	.005	.069	.945
Utanç						-.002	-.074	-1.166	.244
İçsel D.						.002	.058	.695	.488
Dışsal D.						-.117	-.258	-3.073	.002
Bağımsız						.002	.043	.723	.470
Bağlaşık						.004	.001	.014	.988
U x İçD						.004	.008	.091	.928
U x DışD						-.003	-.040	-.441	.660
U x Bğsz						.003	.037	.653	.514
U x Bğlşk						.003	.037	.551	.582

### III.III.VII. Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma

Diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmayı yordayan değişkenleri belirlemek amacı ile yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizi Tablo 9'da verilmiştir. Tablo 9'da görüleceği gibi ilk aşamada analize girilen cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmada görülen toplam varyansın % 3.5'ini açıklayıcı gücü olduğu görülmektedir [F değ. (2, 325)=3.90,  $p<.05$ ]. Diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmanın yordanmasında cinsiyetin ( $\beta = -.188$ ,  $p<.001$ ) anlamlı katkısı bulunmaktadır. Kızlarda ( $X=35.64$ ,  $SS=4.02$ ) erkeklerden ( $X=34.09$ ,  $SS=4.31$ ) daha yüksek düzeyde diğerleri ile olumlu ilişki saptanmıştır.

İkinci aşamada analize dahil edilen utanç değişkeninin diğerleri ile olumlu ilişkilerde görülen toplam varyansın % 0.9'unu açıklayıcı gücü olsa da [F değ. (1, 324)=2.92  $p>.05$ ] bu aşamada diğerleri ile olumlu ilişkilerin yordanmasında ( $\beta = -.095$ ,  $p>.05$ ) anlamlı katkısı bulunmamıştır. Utanç değişkeni üçüncü ( $\beta = -.112$ ,  $p<.05$ ), aşamada diğerleri ile olumlu ilişkilerin yordanmasında anlamlı katkı sağlamıştır.

Üçüncü aşamada analize dahil edilen içsel dini yönelim ve dışsal dini yönelimin diğerleri ile olumlu ilişkilerde görülen toplam varyansın % 1.9'unu açıklayıcı gücü olduğu görülmüştür [F değ. (2, 322)=3.20,  $p<.05$ ]. Bu aşamada içsel dini yönelim ( $\beta = .158$ ,  $p<.05$ ) diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmanın yordanmasında pozitif yönde anlamlı katkıda bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde içsel dini yönelimin daha yüksek düzeyde diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmayı yordadığını ortaya koymuştur.

Dördüncü aşamada analize dahil edilen bağımsız benlik kurgusu ve bağlaşıklık benlik kurgusunun diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmada görülen toplam varyansın % 13'ünü açıkladığı görülmüştür [F değ. (2, 320)=26.12,  $p<.001$ ]. Diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmanın yordanmasında, bağımsız benlik kurgusu ( $\beta = .282$ ,  $p<.001$ ) ve bağlaşıklık benlik kurgusu ( $\beta = .234$ ,  $p<.015$ ) pozitif yönde anlamlı katkıda bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurgularının daha yüksek düzeyde diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmayı yordadığını ortaya koymuştur. Bağımsız benlik kurgusu ( $\beta = .271$ ,  $p<.001$ ) ve bağlaşıklık benlik kurgusu ( $\beta = .256$ ,  $p<.015$ ) beşinci aşamada da diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmanın yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur



Beşinci aşamada analize dahil edilen utanç x içsel dini yönelim, utanç x dışsal dini yönelim, utanç x bağımsız benlik kurgusu, utanç x bağlaşıklık benlik kurgusu değişkenlerinin etkileşimlerinin diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmada görülen varyansın % 08'ini açıklayıcı gücü olsa da diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmanın yordanmasında anlamlı katkıları bulunmamıştır [F değ. (4, 316)=0.78]. Diğer bir ifade ile diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmanın yordanmasında utanç x içsel dini yönelim ( $\beta=-.060$ ,  $p>.05$ ), utanç x dışsal dini yönelim ( $\beta=.000$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=.049$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağlaşıklık benlik kurgusunun ( $\beta=.069$   $p>.05$ ) ortak etkileri anlamlı değildir.

Diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ile yordayıcı değişkenler arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ile bağımsız benlik kurgusu ( $r=.338$ ) arasında orta düzeyde pozitif, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ile bağlaşıklık benlik kurgusu ( $r=.254$ ) ve diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ile içsel dini yönelim ( $r=.115$ ) arasında düşük düzeyde pozitif, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ile utanç arasında ( $r=-.057$  düşük düzeyde negatif, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ile cinsiyet ( $r=-.177$ ) arasında düşük düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

Bulgularımız diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmayı yordamak amacı ile beş aşamada analize girilen değişkenlerden birinci, üçüncü ve dördüncü aşamada analize dahil edilen değişkenlerin diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmadaki varyansın % 20.2'sini anlamlı düzeyde açıkladığını göstermiştir [F (11, 327)=6.65,  $p<.001$ ].

Tablo 9

Diğerleri İle Olumlu İlişkiler Kurmanın Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Değişim	F Değişim	F Değ. P	B	β	t	p
<b>Aşama 1</b>	.187	.035	.035	3.90	.009				
Cinsiyet						-1.648	-.188	-3.350	.001
Sınıf						-.614	-.073	-.920	.358
<b>Aşama 2</b>	.209	.043	.009	2.92	.088				
Cinsiyet						-1.793	-.205	-3.602	.000
Sınıf						-.695	-.083	-1.042	.298
Utanç						-.002	-.095	-1.709	.088
<b>Aşama 3</b>	.249	.062	.019	3.20	.042				
Cinsiyet						-1.887	-.216	-3.802	.000
Sınıf						-.620	-.074	-.934	.351
Utanç						-.002	-.112	-1.988	.048
İçsel D.						.002	.158	1.964	.050
Dışsal D.						-.002	-.029	-.358	.721
<b>Aşama 4</b>	.441	.194	.132	26.12	.000				
Cinsiyet						-1.368	-.156	-2.921	.004
Sınıf						-.122	-.015	-.197	.844
Utanç						-.002	-.086	-1.500	.135
İçsel D.						.002	.140	1.814	.071
Dışsal D.						-.002	-.129	-1.667	.096
Bağımsız						.231	.282	5.190	.000
Bağlaşık						.165	.234	3.801	.000
<b>Aşama 5</b>	.450	.202	.008	.78	.539				
Cinsiyet						-1.426	-.163	-3.029	.003
Sınıf						-.116	-.014	-.185	.853
Utanç						-.002	-.105	-1.778	.076
İçsel D.						.002	.125	1.606	.109
Dışsal D.						-.002	-.126	-1.603	.110
Bağımsız						.222	.271	1.942	.000
Bağlaşık						.181	.256	4.027	.000
U x İçD						-.003	-.060	-.713	.476
U x DışD						.006	.000	.001	.999
U x Bğsz						.003	.049	.915	.361
U x Bğlşk						.003	.069	1.100	.272

### III.III.VIII. Kendini Kabul Etme

Kendini kabul etmeyi yordayan değişkenleri belirlemek amacı ile yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizi Tablo 10'da verilmiştir. Tablo 10'da görüleceği gibi ilk aşamada analize girilen cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin kendini kabul etmede görülen toplam varyansın % 4.5'ini açıklayıcı gücü bulunmuştur [F değ. (2, 325)=5.11,  $p<.001$ ]. Bu aşamada kendini kabul etmenin yordanmasında cinsiyetin ( $\beta=-.207$ ,  $p<.05$ ) anlamlı katkısı bulunmuştur. Cinsiyet değişkeni ikinci ( $\beta=-.242$ ,  $p<.001$ ), üçüncü ( $\beta=-.246$ ,  $p<.001$ ), dördüncü ( $\beta=-.177$ ,  $p<.001$ ) ve beşinci ( $\beta=-.180$ ,  $p<.001$ ), aşamada da kendini kabul etmenin yordanmasında anlamlı katkı sağlamıştır. Kızlarda ( $X=55.06$ ,  $SS=6.92$ ) erkeklerden ( $X=53.92$ ,  $SS=7.72$ ) daha yüksek düzeyde kendini kabul etme saptanmıştır.

İkinci aşamada analize dahil edilen utanç değişkeninin kendini kabul etmede görülen toplam varyansın % 3.9'unu açıkladığı görülmüştür [F değ. (1, 324)=13.64,  $p<.001$ ]. Utanç değişkeninin ( $\beta=-.201$ ,  $p<.001$ ) kendini kabul etmenin yordanmasında negatif yönde anlamlı katkısı bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde utancın daha düşük düzeyde kendini kabul etmeyi yordadığını ortaya koymuştur. Utanç değişkeni üçüncü ( $\beta=-.207$ ,  $p<.001$ ) aşamada da kendini kabul etmenin yordanmasında anlamlı katkıda bulunurken, dördüncü ( $\beta=-.093$ ,  $p>.05$ ) ve beşinci ( $\beta=-.096$ ,  $p>.05$ ) aşamada anlamlılığını kaybetmiştir.

Üçüncü aşamada analize dahil edilen içsel dini yönelim ve dışsal dini yönelimin kendini kabul etmede görülen toplam varyansın % 0.3'ünü açıklayıcı gücü olsa da bunun kendini kabul etmenin yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2, 322)=0.53].

Dördüncü aşamada analize dahil edilen bağımsız benlik kurgusunun ve bağlaşıklık benlik kurgusunun kendini kabul etmede görülen toplam varyansın % 15'ini açıkladığı görülmüştür [F değ. (2, 320)=31.28,  $p<.001$ ]. Bu aşamada kendini kabul etmenin yordanmasında bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=.406$ ,  $p<.001$ ) pozitif yönde anlamlı katkıda bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde bağımsız benlik kurgusunun daha yüksek düzeyde kendini kabul etmeyi yordadığını koymuştur. Bağımsız benlik kurgusu beşinci aşamada da ( $\beta=.402$ ,  $p<.001$ ) kendini kabul etmenin yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur.

Beşinci aşamada analize dahil edilen utanç x içsel dini yönelim, utanç x dışsal dini yönelim, utanç x bağımsız benlik kurgusu, utanç x bağlaşıklık benlik kurgusu değişkenlerinin etkileşimlerinin kendini kabul etmede görülen varyansın % 0.5'ini açıklayıcı gücü olsa da kendini kabul etmenin yordanmasında anlamlı katkıları bulunmamıştır [F değ. (4, 316)=0.57]. Diğer bir ifade ile kendini kabul etmenin yordanmasında utanç x içsel dini yönelim ( $\beta=.097$ ,  $p>.05$ ), utanç x dışsal dini yönelim ( $\beta=-.085$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=.032$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağlaşıklık benlik kurgusunun ( $\beta=.028$ ,  $p>.05$ ) ortak etkileri anlamlı değildir.

Kendini kabul etme ile yordayıcı değişkenler arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde kendini kabul etme ile bağımsız benlik kurgusu ( $r=.442$ ) arasında orta düzeyde pozitif, kendini kabul etme ile utanç arasında ( $r=-.158$ ) düşük düzeyde negatif, kendini kabul etme ile cinsiyet ( $r=-.209$ ) arasında düşük düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

Bulgularımız kendini kabul etmeyi yordamak amacı ile beş aşamada analize girilen değişkenlerden birinci, ikinci ve dördüncü aşamada analize dahil edilen değişkenlerin kendini kabul etmedeki varyansın % 24.2'sini anlamlı düzeyde açıkladığını göstermiştir [F (11, 327)=8.38,  $p<.001$ ].

Tablo 10

Kendini Kabul Etmenin Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi  
Sonuçları

Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Değişim	F Değişim	F Değ. P	B	β	t	p
<b>Aşama 1</b>	.212	.045	.045	5.11	.002				
Cinsiyet						-3.167	-.207	-3.697	.000
Sınıf						.774	.053	.665	.506
<b>Aşama 2</b>	.290	.084	.039	13.64	.000				
Cinsiyet						-3.704	-.242	-4.343	.000
Sınıf						.474	.032	.415	.679
Utanç						-.179	-.201	-3.693	.000
<b>Aşama 3</b>	.295	.087	.003	.53	.591				
Cinsiyet						-3.770	-.246	-4.397	.000
Sınıf						.527	.036	.460	.646
Utanç						-.185	-.207	-3.733	.000
İçsel D.						.002	.064	.800	.424
Dışsal D.						-.002	-.012	-.152	.879
<b>Aşama 4</b>	.486	.237	.150	31.28	.000				
Cinsiyet						-2.710	-.177	-3.396	.001
Sınıf						1.069	.073	1.008	.314
Utanç						-.002	-.093	-1.655	.099
İçsel D.						.002	.117	1.554	.121
Dışsal D.						-.002	-.087	-1.160	.247
Bağımsız						.582	.406	7.675	.000
Bağlaşıp						.002	.013	.223	.824
<b>Aşama 5</b>	.492	.242	.005	.57	.685				
Cinsiyet						-2.762	-.180	-3.439	.001
Sınıf						1.145	.078	1.074	.284
Utanç						-.002	-.096	-1.675	.095
İçsel D.						.002	.112	1.469	.143
Dışsal D.						-.002	-.078	-1.015	.311
Bağımsız						.576	.402	7.514	.000
Bağlaşıp						.002	.014	.219	.827
U x İçD						.003	.097	1.172	.242
U x DışD						-.003	-.085	-1.023	.307
U x Bğsz						.003	.032	.610	.542
U x Bğlşk						.003	.028	.460	.646

### III.III.IX. Çevre İle İlişkilerde Hakimiyet Kurma

Çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmayı yordayan değişkenleri belirlemek amacı ile yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizi Tablo 11'de verilmiştir. Tablo 11'de görüleceği gibi ilk aşamada analize girilen cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmada görülen toplam varyansın % 0.6'sını açıklayıcı gücü olsa da çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2, 325)=0.63].

İkinci aşamada analize dahil edilen utanç değişkeninin çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmada görülen toplam varyansın % 11'ini açıkladığı görülmüştür [F değ. (1, 324)=40.15,  $p<.001$ ]. Utanç değişkeninin ( $\beta=-.338$ ,  $p<.001$ ) çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın yordanmasında negatif yönde anlamlı katkısı bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde utançın daha düşük düzeyde çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmayı yordadığını ortaya koymuştur. Utanç değişkeni üçüncü ( $\beta=-.318$ ,  $p<.001$ ), dördüncü ( $\beta=-.253$ ,  $p<.001$ ) ve beşinci ( $\beta=-.275$ ,  $p<.001$ ) aşamada da çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur. Cinsiyet değişkeni ikinci ( $\beta=-.113$ ,  $p<.05$ ), ve üçüncü ( $\beta=-.108$ ,  $p<.05$ ) aşamada çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur.

Üçüncü aşamada analize dahil edilen içsel dini yönelim ve dışsal dini yönelimin çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmada görülen toplam varyansın % 1.2'sini açıklayıcı gücü olsa da bunun çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2, 322)=2.11].

Dördüncü aşamada analize dahil edilen bağımsız benlik kurgusu ve bağlaşıklık benlik kurgusunun çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmada görülen toplam varyansın % 5.2'sini açıkladığı görülmüştür [F değ. (2, 320)=10.01,  $p<.001$ ]. Bu aşamada bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=.236$ ,  $p<.001$ ) çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın yordanmasında pozitif yönde anlamlı katkıda bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde bağımsız benlik kurgusunun daha yüksek düzeyde çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmayı yordadığını ortaya koymuştur. Bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=.223$ ,  $p<.001$ ) beşinci aşamada da çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur.



Beşinci aşamada analize dahil edilen utanç x içsel dini yönelim, utanç x dışsal dini yönelim, utanç x bağımsız benlik kurgusu, utanç x bağlaşıklık benlik kurgusu değişkenlerinin etkileşimlerinin çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmada görülen varyansın % 2.8'ini açıklayıcı gücü olduğu görülmüştür [F değ. (4, 316)=2.82, p>.05]. Bu aşamada çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın yordanmasında utanç x dışsal dini yönelim ( $\beta=-.194$ , p<.05) ve utanç x bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=.122$ , p<.05) etkileşimleri anlamlı katkıda bulunmuştur. Diğer bir ifade ile çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın yordanmasında utanç x dışsal dini yönelim ve utanç x bağımsız benlik kurgusunun ortak etkileri anlamlıdır. Çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma üzerinde bağımsız benlik kurgusu ile utancın ve dışsal dini yönelim ile utancın etkileşimini yorumlamak için regresyon analizleri yapılmıştır. Bu amaçla bağımsız benlik kurgusu ve dışsal dini yönelim puanları düşük, orta ve yüksek olmak üzere üç guruba ayrılmıştır. Ortalamanın bir standart sapma aşağısı bu boyutlarda düşük, ortalamanın bir standart sapma yukarısı ise bu boyutlarda yüksek düzey olarak alınmıştır. Elde edilen sonuçlar bağımsız benlik kurgusunun düşük düzeyinde utancın çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın daha kuvvetli yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur ( $\beta=-.556$ , p<.001). Yüksek bağımsız benlik kurgusu utanç ile çevre ile hakimiyet kurma arasındaki ilişkide etkiye sahip değilken ( $\beta=-.082$ , p>.05), orta düzeyde bağımsız benlik kurgusu da utanç ve çevre ile hakimiyet kurma arasındaki ilişkide anlamlı etkiye sahiptir ( $\beta=-.244$ , p<.001). Bağımsız benlik kurgusunun düşük düzeyi utanç ile çevre ile hakimiyet kurma arasında daha kuvvetli negatif ilişki ortaya çıkarmıştır. Öte yandan daha düşük ( $\beta=-.275$ , p>.05). ve daha yüksek ( $\beta=-.162$ , p>.05) düzeylerde dışsal dini yönelim, utanç ile çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma arasındaki ilişkide etkiye sahip değilken, orta düzeyde dışsal dini yönelimde utanç ile çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma arasındaki ilişkide anlamlı etkiye sahiptir ( $\beta=-.326$ , p<.001). Dışsal dini yönelimin orta düzeyi, utanç ile çevre ile hakimiyet kurma arasında daha kuvvetli negatif ilişki ortaya çıkarmıştır.

Çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ile yordayıcı değişkenler arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ile bağımsız benlik kurgusu ( $r=.307$ ) arasında orta düzeyde pozitif, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ile utanç arasında ( $r=-.315$ ) orta düzeyde negatif, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ile cinsiyet ( $r=-.063$ ) arasında düşük düzeyde, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ile

utanç x bağımsız benlik kurgusu etkileşimi arasında ( $r=.083$ ) düşük düzeyde pozitif, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ile utanç x dışsal dini yönelim etkileşimi arasında ( $r=-.043$ ) düşük düzeyde negatif ilişki olduğu görülmüştür.

Bulgularımız çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmayı yordamak amacı ile beş aşamada analize girilen değişkenlerden ikinci, dördüncü ve beşinci aşamada analize dahil edilen değişkenlerin çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmadaki varyansın % 20.7'sini anlamlı düzeyde açıkladığını göstermiştir [ $F(11, 327)=6.86, p<.001$ ].



Tablo 11

Çevre İle İlişkilerde Hakimiyet Kurmanın Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Değişim	F Değişim	F Değ. P	B	B	t	p
<b>Aşama 1</b>	.076	.006	.006	.63	.595				
Cinsiyet						-.784	-.054	-.952	.342
Sınıf						.647	.047	.578	.564
<b>Aşama 2</b>	.340	.116	.110	40.15	.000				
Cinsiyet						-1.637	-.113	-2.073	.039
Sınıf						.171	.012	.161	.872
Utanç						-.284	-.338	-6.336	.000
<b>Aşama 3</b>	.357	.127	.012	2.11	.122				
Cinsiyet						-1.564	-.108	-1.980	.049
Sınıf						.002	.006	.078	.938
Utanç						-.267	-.318	-5.851	.000
İçsel D.						-.002	-.068	-.807	.420
Dışsal D.						-.002	-.054	-.692	.489
<b>Aşama 4</b>	.423	.179	.052	10.01	.000				
Cinsiyet						-.976	-.068	-1.251	.212
Sınıf						.401	.029	.387	.699
Utanç						-.213	-.253	-4.366	.000
İçsel D.						-.002	-.034	-.442	.659
Dışsal D.						-.002	-.100	-1.285	.200
Bağımsız						.319	.236	4.300	.000
Bağlaşik						.002	.018	.288	.773
<b>Aşama 5</b>	.455	.207	.028	2.82	.025				
Cinsiyet						-1.043	-.072	-1.348	.179
Sınıf						.623	.045	.606	.545
Utanç						-.232	-.275	-4.691	.000
İçsel D.						-.002	-.048	-.612	.541
Dışsal D.						-.002	-.114	-1.458	.146
Bağımsız						.302	.223	4.079	.000
Bağlaşik						.002	.019	.292	.771
U x İçD						.003	.090	1.069	.286
U x DışD						-.002	-.194	-2.291	.023
U x Bğsz						.002	.122	2.294	.022
U x Bğlşk						.003	.030	.478	.633

### III.III.X. Özerklik

Özerkliği yordayan değişkenleri belirlemek amacı ile yapılan hiyerarşik çoklu regresyon analizi Tablo 12'de verilmiştir. Tablo 12'de görüleceği gibi ilk aşamada analize girilen cinsiyet ve sınıf değişkenlerinin özerklikte görülen toplam varyansın % 1.9'unu açıklayıcı gücü olsa da özerkliğin yordanmasında anlamlı katkısı bulunmamıştır [F değ. (2, 325)=2.05].

İkinci aşamada analize dahil edilen utanç değişkeninin özerklikte görülen toplam varyansın % 5.7' sini açıkladığı görülmüştür [F değ. (1, 324)=20.01,  $p<.001$ ]. Utanç değişkeninin ( $\beta=-.244$ ,  $p<.001$ ) özerkliğin yordanmasında negatif yönde anlamlı katkısı bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde utancın daha düşük düzeyde özerkliği yordadığını ortaya koymuştur. Utanç değişkeni üçüncü ( $\beta=-.196$   $p<.001$ ) aşamada da özerkliğin yordanmasına anlamlı katkıda bulunurken dördüncü ( $\beta=.008$ ,  $p>.05$ ) ve beşinci ( $\beta=.019$ ,  $p>.05$ ) aşamada anlamlılığını kaybetmiştir. İlk aşamada özerkliğin yordanmasında anlamlı katkısı olmayan cinsiyet değişkeni ikinci ( $\beta=-.153$ ,  $p<.05$ ), üçüncü ( $\beta=-.141$ ,  $p<.05$ ), dördüncü ( $\beta=-.101$ ,  $p<.05$ ) ve beşinci ( $\beta=-.101$ ,  $p<.05$ ) aşamalarda özerkliğin yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur.

Üçüncü aşamada analize dahil edilen içsel dini yönelim ve dışsal dini yönelimin özerklikte görülen toplam varyansın % 6.4'ünü açıklayıcı gücü bulunmuştur [F değ. (2, 322)=11.88,  $p<.001$ ]. Bu aşamada özerkliğin yordanmasında içsel dini yönelimin ( $\beta=-.150$ ,  $p<.001$ ) negatif yönde anlamlı katkısı bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde içsel dini yönelim daha düşük düzeyde özerkliği yordadığını ortaya koymuştur. İçsel dini yönelim değişkeni dördüncü ( $\beta=.002$ ,  $p>.05$ ) ve beşinci ( $\beta=-.004$ ,  $p>.05$ ) aşamada özerkliğin anlamlı yordayıcısı olma özelliğini kaybetmiştir.

Dördüncü aşamada analize dahil edilen bağımsız benlik kurgusu ve bağlaşıklık benlik kurgusunun özerklikte görülen toplam varyansın %18.5'ini açıkladığı görülmüştür [F değ. (2, 320)=43.77,  $p<.001$ ]. Bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=.359$ ,  $p<.001$ ) pozitif yönde, bağlaşıklık benlik kurgusu ( $\beta=-.415$ ,  $p<.001$ ) negatif yönde özerkliğin yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur. Bu bulgu daha yüksek düzeyde bağımsız benlik kurgusunun daha yüksek düzeyde özerkliği ve daha yüksek düzeyde bağlaşıklık benlik kurgusunun daha düşük düzeyde özerkliği yordadığını ortaya koymuştur.

Beşinci aşamada analize dahil edilen utanç x içsel dini yönelim, utanç x dışsal dini yönelim, utanç x bağımsız benlik kurgusu, utanç x bağlaşıklık benlik kurgusu değişkenlerinin etkileşimlerinin özerklikte görülen varyansın % 1.1'ini açıklayıcı gücü olsa da özerkliğin yordanmasında anlamlı katkıları bulunmamıştır [F değ. (4, 316)=1.36]. Diğer bir ifade ile özerkliğin yordanmasında utanç x içsel dini yönelim ( $\beta=-.109$ ,  $p>.05$ ), utanç x dışsal dini yönelim ( $\beta=.053$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağımsız benlik kurgusu ( $\beta=-.098$ ,  $p>.05$ ), utanç x bağlaşıklık benlik kurgusunun ( $\beta=.060$   $p>.05$ ) ortak etkileri anlamlı değildir.

Özerklik ile yordayıcı değişkenler arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde özerklik ile bağımsız benlik kurgusu ( $r=.318$ ) arasında orta düzeyde pozitif, özerklik ile utanç arasında ( $r=-.224$ ) düşük düzeyde negatif, özerklik ile bağlaşıklık benlik kurgusu ( $r=-.413$ ) arasında orta düzeyde negatif, özerklik ile içsel dini yönelim ( $r=-.278$ ) arasında düşük düzeyde negatif, özerklik ile cinsiyet ( $r=-.099$ ) arasında düşük düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

Bulgularımız özerkliği yordamak amacı ile beş aşamada analize girilen değişkenlerden ikinci, üçüncü ve dördüncü aşamada analize dahil edilen değişkenlerin özerklikteki varyansın % 33.6'sını anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir [F (11, 327)=13.30,  $p<.001$ ].

Tablo 12

## Özerkliğin Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Değişim	F Değişim	F Değ. P	B	B	t	p
<b>Aşama 1</b>	.137	.019	.019	2.05	.106				
Cinsiyet						-1.411	-.110	-1.943	.053
Sınıf						1.114	.091	1.131	.259
<b>Aşama 2</b>	.276	.076	.057	20.01	.000				
Cinsiyet						-1.957	-.153	-2.732	.007
Sınıf						.810	.066	.843	.400
Utanc						-.182	-.244	-4.473	.000
<b>Aşama 3</b>	.374	.140	.064	11.88	.000				
Cinsiyet						-1.802	-.141	-2.590	.010
Sınıf						.626	.051	.672	.502
Utanc						-.146	-.196	-3.640	.000
İçsel D.						-.002	-.150	-1.935	.050
Dışsal D.						-.002	-.126	-1.617	.107
<b>Aşama 4</b>	.570	.325	.185	43.77	.000				
Cinsiyet						-1.293	-.101	-2.060	.040
Sınıf						.240	.020	.288	.774
Utanc						.003	.008	.150	.881
İçsel D.						.003	.002	.033	.974
Dışsal D.						-.002	-.102	-1.447	.149
Bağımsız						.430	.359	7.209	.000
Bağlaşık						-.428	-.415	-7.372	.000
<b>Aşama 5</b>	.580	.336	.011	1.36	.247				
Cinsiyet						-1.291	-.101	-2.054	.041
Sınıf						.179	.015	.214	.830
Utanc						.002	.019	.362	.717
İçsel D.						-.003	-.004	-.058	.954
Dışsal D.						-.002	-.104	-1.457	.146
Bağımsız						.439	.366	7.320	.000
Bağlaşık						-.416	-.403	-6.951	.000
U x İçD						-.003	-.109	-1.411	.159
U x DışD						.003	.053	.685	.494
U x Bğsz						-.002	-.098	-2.009	.055
U x Bğlşk						.003	.060	1.045	.297

## BÖLÜM IV

### TARTIŞMA

Araştırmanın temel amacı yordayıcı değişkenler olan cinsiyet, üniversitedeki sınıf, utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurguları arasındaki ilişkileri, cinsiyet ve sınıfa göre utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurguları arasındaki farklılıkları ve tüm yordayıcı değişkenlerin psikolojik iyilik halindeki değişmeye katkısını saptamaktır. Bu amaç doğrultusunda oluşturulan araştırma sorularına uygun istatistiksel analizlerle cevap aranmış ve elde edilen bulgular, temel alınan teoriler ve diğer araştırma bulguları çerçevesinde tartışılmıştır.

Tartışma bölümü dört ayrı başlık altında ele alınmıştır. İlk alt bölümde cinsiyet, sınıf, utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurguları arasındaki ilişkiler üzerinde durulmuştur. Daha sonra yordayıcı değişkenler açısından cinsiyet ve sınıflar arasında farklılık olup olmadığına ilişkin bulguların tartışılmasına yer verilmiştir. Üçüncü bölümde cinsiyet, sınıf, utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurgularından psikolojik iyilik halinin yordanmasına ilişkin bulgular tartışılmıştır. Son alt bölümde ise, araştırmadan elde edilen bulgular bir bütün olarak değerlendirilmiş, sonuç ve öneriler özetlenmiştir.

#### IV.I. CİNSİYET, SINIF, UTANÇ EĞİLİMİ, DİNİ YÖNELİMLER VE BENLİK KURGULARI ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Çalışmamızda utanç eğilimi ile içsel dini yönelim ve dışsal dini yönelim arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Yapılan az sayıdaki çalışmada içsel dindarlık ve utanç arasında anlamlı ilişki bulunmazken, dışsal dindarlık ile utanç bazı çalışmalarda ilişkisiz, bazılarında ise anlamlı pozitif ilişki göstermiştir (Chau, vd., 1990; Richards, 1991; Richard, Smith ve Davis, 1989; Bergin, Master ve Richards, 1987). Çalışmamızda içsel ve dışsal dindarlık ile utanç eğilimi arasında anlamlı pozitif ilişki bulunması her iki dini yönelime sahip öğrencilerin bir hata yaptıkları veya ahlaki kuralları ihlal ettikleri



zaman bütün olarak benliklerini değersiz ve kusurlu olarak değerlendirme olasılıklarının yüksek olduğunu düşündürmektedir.

Araştırmamızda utanç eğilimi ile bağlaşıklık benlik kurgusu arasında pozitif yönde anlamlı; bağımsız benlik kurgusu arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Utanç duyguları toplumsal olarak paylaşılan değer ve görüşlere uyma veya ilişkideki diğer kişilerle bağlılığı kurma amaçlarını yerine getirmedeki başarısızlıktan ortaya çıkabilmektedir. Çalışmamızda utancın, kızlarda daha fazla görüldüğü, diğer yandan her iki dini yönelim ve benlik kurgusuyla ilişkili olduğu saptanmıştır. Bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip öğrencilerin süregelen bir ilişkiye tam olarak katılmayı veya diğerlerinin beklentilerini gerçekleştirme başaramadığı ve mevcut bağlaşıklık benlik duygusuna tehdit algıladığı için utanç düzeyinin daha yüksek olabileceği düşünülmektedir. Bunun yanında bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip olanlar, utancın önemli bir özelliği olan benliğin diğerleri tarafından değerlendirilmesine yönelik kaygıyı daha fazla taşıyacakları için utanç eğilimi artmıştır. Bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip insanlar için utanç duygularını hissetmenin ve ifade etmenin daha fazla destek gördüğü, böylece uygun ve kabul edilebilir bir duygu olarak da algılandığı düşünülmektedir. Utancı yaşama ve ifade etme bireyin kendisi ve iç grubu arasındaki bağı kurmaya yardım ettiği için bağlaşıklık arttıkça utanç eğiliminin arttığı söylenebilir. Buna karşın kendini gerçekleştirme ve kendi değer ve dünya görüşünü ifade etme gibi benliğin bağımsızlığını ifade eden amaçları gerçekleştirme ise utancın azalmasıyla ilişkili olmaktadır. Çalışmamızdaki sonuçlara göre, üniversite öğrencileri benliğin bağımsızlığını ifade eden amaçları gerçekleştirdiği ölçüde kendini yeterli, ahlaki olarak beğenilen ve özerk bir varlık olarak görmekte, bağımsızlık düzeyi arttıkça utanç düzeyinin azaldığı düşünülmektedir. Literatürdeki çok sınırlı araştırma bulgularına göre, toplulukçu toplumlarda bireyci toplumlara göre mahcubiyetin daha yoğun ve daha uzun süre yaşandığı saptanmıştır (Edelmann ve Neto, 1989). Dolayısı ile benlik kurguları ve utanç arasındaki ilişkiye yönelik bulgularımızın çok sınırlı düzeyde kalan literatüre katkı açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Çalışmamızda içsel dini yönelim ile dışsal dini yönelim arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Donahue (1985) tarafından yapılan 34 çalışmanın meta-analizinde içsel dini yönelim ile dışsal dini yönelim arasındaki ilişki -.58 ile .24 arasında

değişmektedir. Çalışmamızda içsel dini yönelim ile dışsal dini yönelim arasında kuvvetli pozitif ilişki elde edilmesi örneklemin özellikleriyle açıklanabilir. Üniversite öğrencilerinden oluşan örneklemin dini ilgileri olan (ilahiyat fakültesi öğrencisi olma, dini bir gruba üye olma, vb.) veya aşırı dindar bireylerden oluşmamasına bağlı olarak içsel ve dışsal dini yönelim arasındaki ilişkinin pozitif yönde arttığı düşünülmektedir. Bu durum üniversite öğrencilerinin dini uyarıcılara farklılaşmamış bilişsel tarzda yöneldiğini akla getirmektedir.

Bulgularımız içsel dini yönelim ve dışsal dini yönelim ile bağlaşıklık benlik kurgusu arasında pozitif yönde, anlamlı ilişki olduğunu göstermiştir. İçsel dindarlık birleştirici, bütünleştirici, hoşgörülü, olgun, önyargısız, diğerlerinin ihtiyaçlarına duyarlı ve ilgili olmakla ilişkilidir. Öte yandan dışsal dindarlık sosyal, araçsal ve faydacı olan dışsal değer ve inançlara dayanmaktadır. Kişi güvenlik elde etme, teselli bulma, sosyallik sağlama, statü, bağışlanma, sosyal mevki ve onay elde etme, güçlü bir iç gruba katılma ve benliğini koruma gibi ego-savunucu amaçlarla dini kullanmaktadır. Dolayısı ile her iki dini yönelimde de sosyal bağlama uyum sağlayan ve esnek olan ilişki bir benlik söz konusudur. Çalışmamızda statü, rol ve ilişki gibi dışsal, kamusal özelliklere önem verme, ait olma, uyma, uygun davranışı gösterme ve diğerlerinin düşüncelerini okuma gibi özellikleri içeren bağlaşıklık benlik kurgusu puanları arttıkça dini yönelim puanlarının artması, ancak bağımsız benlik kurgusunun her iki dini yönelimle anlamlı ilişki göstermemesi birey olmak ile dini inançlar arasında ayrım yapıldığını göstermektedir. Öte yandan, bağımsız benlik kurgusu ile bağlaşıklık benlik kurgusu arasında elde edilen pozitif yönde, anlamlı ilişkilerin de bazı araştırmacıların ileri sürdüğü gibi bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurgularının bireyde birlikte varolabileceğine işaret etmektedir (Raeff, 1997; Singelis, 1994; Triandis, 1989).

Cinsiyet ile utanç eğilimi ve bağımsız benlik kurgusu arasında saptanan anlamlı ilişkiler, sınıf değişkeni ile bağlaşıklık benlik kurgusu arasındaki anlamlı ilişkiler ve utanç eğilimi, dini yönelimler ile benlik kurgularının cinsiyet ve sınıf yönünden karşılaştırılmasına ilişkin bulgular bir sonraki bölümde tartışılmıştır.

#### IV.II. UTANÇ EĞİLİMİ, DİNİ YÖNELİMLER VE BENLİK KURGULARININ CİNSİYET VE SINIF YÖNÜNDEN KARŞILAŞTIRILMASI

Çalışmamızda utanç eğilimi, bağımsız benlik kurgusu gibi yaşantıların cinsiyete göre anlamlı fark gösterdiği bulunmuştur. Önceki bulgularla tutarlı olarak kız öğrenciler erkek öğrencilerden daha yüksek düzeyde utanç eğilimi göstermişlerdir (Tangney, 1990; Lutwak ve Ferrari, 1996; Fischer, vd., 1999; Harder, 1995; Pulakos, 1996). Duygulardaki cinsiyet farklarının cinsiyet kalıpyargılarına ilişkin sosyalleşmenin bir sonucu olduğu söylenebilir. Bir başka deyişle, duyguların kadın ve erkeklerin toplum içinde işgal ettiği rollere bağlı olarak sosyalleşmelerinin bir ürünü olduğu düşünülmektedir. Kadınlar erkeklere göre ücreti temel alan işlere daha az yönelmekte ve ücret için çalıştıkları zaman tıpkı anne ve eş olma gibi ev içindeki bakım verici rollerine uygun olan öğretmenlik, hemşirelik gibi meslekleri tercih etmektedir. Buna karşılık erkekler maddi kaynak sağlamaya yönelmekte ve ücret temelli bir işte rol almayı tercih etmektedir. Cinsiyet farklılıklarına dayanan roller kadın ve erkeklerden beklenen davranışları, sosyal kalıpyargıları şekillendirdiği için, bu rol farklarının sosyal davranıştaki cinsiyet farklarını meydana getirdiği düşünülmektedir. Kadın ve erkekler rollerini başarılı bir şekilde yerine getirmek için farklı duygular ve duygu ifadeleri kullanmak zorundadırlar. Güç, özerklik ve rekabeti hedefleyen erkek rolüne ilişkin güçlülük ve atılganlık beklentileri güçlülük duygularını (öfke, aşağılama) pekiştirirken, bireyin negatif olaylarla baş etme yeteneksizliğini, suçluluk ve incinebilirliğini ima eden güçsüzlük duygularını (utanç, suçluluk, korku, gibi) kırmaktadır. Buna karşın sosyal ilişkilerdeki uyumu devam ettirmesi beklenen kadın rolünde güçlülük duyguları kırılmakta ve güçsüzlük duyguları artmaktadır (Fischer, vd., 2004). Kadınlar diğerlerini sevmeye, duyarlı ve bağlı olmaya teşvik edilmekte ve diğerlerine karşı yükümlülüklerinin daha fazla farkında olmaları beklenmektedir. Sosyal uyumu sürdürme, diğerlerini sevmeye ve onlara bağlanma aynı zamanda kadınları sevgiyi kaybetme tehlikesine karşı duyarlı hale getirdiği ve diğerlerinin düşüncelerine bağımlılıklarını arttırdığı için utanç eğilimini güçlendiren bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır.

Lewis'e (1971) göre erkek cinsiyet rolünde özellikle utanç olmak üzere öz bilince ilişkin duygular inkar edilme eğilimindedir. Çalışmamızda da kız öğrencilerin erkek

öğrencilerden daha fazla utanç bildirmesi cinsiyet kalıpyargıları temelinde sosyalleşmesine bağlı olarak daha fazla utanç eğilimli olmasının yanında bu duyguyu erkeklerden daha fazla kabul ettiğini veya duyguları hakkında daha açık olma eğilimi taşıdığını yansıtıyor olabilir. Ayrıca başarısızlıkları için erkeklerden daha fazla içsel yükleme yapma eğilimi (Lewis, Alessandri ve Sullivan, 1992) ve daha yüksek düzeyde benlik farkındalığı (Arndt, Goldenberg, 2004) kız öğrencilerin daha fazla utanca eğilimli reaksiyon göstermelerine yol açıyor olabilir. Kadınların benlik farkındalığının duygusal etkilerine daha açık olması da yine kadın ve erkekler arasındaki toplumsal cinsiyet rollerindeki farklı beklentilere yüklenebilir.

Araştırmacılara göre sosyalleşme sürecinde özellikle aile çocuğun öz bilince ilişkin bu tür duyguları yaşama eğiliminin şekillenmesinde anahtar rol oynamaktadır. Çocukların ahlaki duygu stiline (moral emotional style) büyük ölçüde anne babalarının disiplinlerini algılama şekillerine bağlı olduğu ileri sürülmektedir (Rosenberg, 1998, akt. Tangney ve Dearing, 2002). Buna göre yapılan yanlış davranıştan ziyade kişi üzerine odaklı disiplin anlayışı çocukları utanca eğilimli kılmaktadır. Ayrıca yapılan hatalı davranışı tamir etmek için yeterli fırsat verilmemesi çocukların davranışlarının negatif sonuçlarını saptamalarına engel olmaktadır. Böylece hatalı davranışlarını düzeltmek için gerekli problem çözme becerilerini geliştirmeleri güçleşmektedir. Bu da kişisel başarısızlığa tepki olarak ortaya çıkan utanca yol açabilmektedir. Çalışmamızda kız öğrencilerin erkek öğrencilerden daha yüksek düzeyde utanç eğilimi göstermiş olmalarının bir nedeni anne babaların özellikle ülkemizde erkek ve kız çocukları için farklı disiplin yöntemlerini kullanıyor olmaları ile de açıklanabilir. Anne babaların kız çocuklarının hatalı davranışlarında ve başarısızlık durumlarında onların utanç eğilimini arttırıcı tepkiler verme olasılıklarının daha yüksek olduğu düşünülmektedir. Davranışa değil tüm benliğe odaklı mesajlar, tiksinti ifade etme, alay etme, koşullu onaylama ve sevgiyi geri çekme gibi disiplin tekniklerinin kız çocuklarıyla ilişkilerde daha fazla kullanıldığı düşünülmektedir. Erkek çocuklara ise daha çok davranışa odaklı mesajlar verilmekte veya empati gösterilmektedir. Bu sosyalleşme yaşantıları kızların negatif benlik değerlendirmesi yapmalarına yol açabilmektedir. Dolayısı ile utanç eğiliminin erkeklerde kızlardan daha düşük düzeyde görülmesinde rol oynayabilmektedir.

Utanç konusundaki cinsiyet farklılıkları sadece kişisel beyana dayalı (self-report) ölçeklerden elde edilen bulgulara dayanmamaktadır. Gerçek utanç ve suçluluk yaşantılarını temsil eden çalışmalarda da benzer bulgular elde edilmiştir. Alessandri ve Lewis (1996) 2,5-5 yaş arası çocuklarla yaptıkları çalışmalarda, kızların başarısızlık durumundan sonra erkeklere göre daha fazla utanç davranışı (çökmüş bir vücut, öne eğilmiş baş, vb.) gösterdiklerini ortaya koymuştur. Yeni yürümeye başlayan çocuklarla yapılan bir çalışmada araştırmacının oyuncağını kırdıktan sonra kız çocukların daha fazla utanç ifade eden davranışlar, erkek çocukların ise kaçma davranışları gösterdikleri gözlenmiştir (Barrett, Zahn-Waxler ve Cole, 1993).

Araştırmamızın diğer bir bulgusu kız öğrencilerin erkek öğrencilerden anlamlı derecede daha yüksek düzeyde bağımsız benlik kurgusuna sahip olduğu, bağlaşıklık benlik kurgusu açısından ise cinsiyetler arasında anlamlı fark olmamasıdır. Kızlar kişiler arası ilişkilere önem verme ve uyum sağlama yeteneğini geliştirmek, diğerlerinin duygularına ve düşüncelerine ihtimam göstermek ve bağlaşıklık benlik kurgusu geliştirmek üzere sosyalleştirilmektedir. Buna karşın erkekler özerk, bağımsız ve kendine güvenli olacak şekilde toplumsallaştırılmaktadır. Bir başka ifade ile kadınlar diğerlerine bağlı, benzer ve bağlaşıklık olma gibi ilişkileri açısından kendilerini tanımlarken, erkekler diğerlerinden ayrılıkları ve eşsizlikleri açısından kendilerini tanımlamaktadır. Bazı araştırma bulguları da kadınların erkeklerden daha bağlaşıklık, erkeklerin kadınlardan daha bağımsız olduğunu göstermiştir (Kashima, vd., 1995; Triandis, vd., 1995; Verkuyten ve Mason, 1996).

Bütün anılan bulgulara rağmen bu araştırmanın bulguları kız öğrencilerin sosyal bağlamlarından ayrı ve özerk olma gibi bireyci değerleri gerektiren üniversite ortamına daha iyi uyum sağlayabilmek için kendi amaçlarını gerçekleştirme, kendini ifade etme, eşsiz olma, gurupta sivrilme gibi bağımsız benlik kurgusu özelliklerini daha fazla güçlendirmek zorunda kalmış olabileceklerini düşündürmektedir. Ayrıca üniversite öğrencisi olmak kız öğrencilerin kendilerini sadece diğerleri ile ilişkileri bağlamında tanımlamanın ötesinde, kişisel özellikleri ve yetenekleri ile de tanımlamalarına yol açmış olabilir.

Çalışmamızda dini yönelimler açısından ise cinsiyetler arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Oysa kadınların ergenlik, genç yetişkinlik ve ileri yetişkinlik boyunca erkeklerden daha dindar olduğuna yönelik çeşitli görgül bulgular bulunmaktadır



(Batson, vd., 1993). Bu durum kiliseye gitme, kutsal kitap okuma (Harrison, 1983; Field, 1993, akt.; Francis ve Wilcox, 1996), dua etme (Poloma ve Gallup, 1991, akt. Spilka, vd., 2003), inanç ve tutumlar (Greeley, 1992, akt., Francis ve Wilcox, 1996) üzerine yapılan çeşitli çalışmalarda desteklenmiştir. Donahue (1985) tarafından yapılan meta-analizde 67 çalışmadan sadece 7 sinde içsel dışsal dini yönelim açısından cinsiyet farklılıkları ele alınmıştır. Bu çalışmalardan ikisinde her iki dini yönelim açısından cinsiyet farklılıkları bulunmamış, dördünde kadınlar daha yüksek içsel dini yönelim gösterirken, dışsal dini yönelimde cinsiyetler arası fark bulunmamıştır. Bir çalışmada ise cinsiyet ve dini yönelimler arasında anlamlı ilişki elde edilmemiştir. Araştırmacı bu bulguları kadınların daha yüksek düzeyde içsel dini yönelim gösterdiği ancak dışsal dini yönelimde cinsiyet farkının bulunmadığı şeklinde yorumlamıştır. Daha sonra yapılan bazı araştırmalarda kadınların hem içsel hem dışsal dini yönelim boyutlarında erkeklerden anlamlı derecede daha yüksek puan aldığı (Maltby ve Day, 2004) ya da dini yönelimlerle cinsiyet arasında anlamlı ilişki bulunmadığı yönünde bulgular (Genia ve Shaw, 1991) saptanmıştır. Çalışmalarda ortaya çıkan çelişkili bulgular dindarlıkta gözlenen cinsiyet farklılıklarının cinsiyetin gerçek işlevi olmadığı (Thompson, 1991) görüşü ile tutarlı olabilir. Buna göre dindarlık kadın veya erkek olmaktan çok toplumsal cinsiyet yönelimi tarafından etkilenmektedir. Dolayısı ile dindar olma kadınsı (feminine) yönelimli insanlara uygun bir yaşantıdır. Çalışmamızda kızlarla erkekler arasında özellikle içsel dini yönelim açısından anlamlı cinsiyet farkının görülmemesi örneklemin üniversite öğrencilerinden oluşması ile açıklanabilir. Üniversiteli kız öğrencilerde kadınsı yönelimin daha düşük düzeyde buna karşın bireyleşme eğiliminin daha yüksek olması beklenebilir. Ayrıca üniversite ortamının fiziksel ve sosyal koşulları kız öğrencilerin “dini geleneklere uygun biçimde yaşama” olarak tanımlanan içsel dindarlığa uyan yaşam sürdürmelerini zorlaştırıyor olabilir, ya da gerçekte dini yönelimler açısından cinsiyetler arasında anlamlı farklılık olmayabilir.

Çalışmamızda bağlaşıklık benlik kurgusu sınıflara göre anlamlı fark gösterirken, utanç eğilimi, bağımsız benlik kurgusu, dini yönelimler sınıflara göre anlamlı fark göstermemiştir. Birinci sınıf öğrencilerinin son sınıf öğrencilerine göre anlamlı derecede daha fazla bağlaşıklık olduğu bulunmuştur. Üniversitede bulunmanın ve üniversite eğitiminin, gelişimsel veya olgunlaşmayla ilgili değişimlerin ve anne baba baskısından uzaklaşma gibi etkenlerin öğrencilerin birinci sınıfa göre son sınıfta daha az bağlaşıklık

olmasını hazırladığı düşünülmektedir. Literatürde üniversite eğitimi boyunca dini inanç ve tutumlarda değişimin olup olmadığı konusuna yönelik çalışmalarda çelişkili sonuçlar elde edilmiştir. Bazı araştırmalarda, üniversite eğitiminin öğrencilerin dini inançlarını liberalleştirme doğrultusunda etkili olduğu ileri sürülmüştür. 40'dan fazla araştırma üzerinde yapılan taramada birinci sınıf üniversite öğrencileri ile son sınıflar karşılaştırıldığında, son sınıf öğrencilerinin daha az dindar, muhafazakar ve geleneksel olduğu, Tanrının varlığı ve etkisi konusunda daha fazla şüpheli olduğu saptanmıştır (Feldman, 1969, akt., Spilka, vd., 2003). Buna karşılık bazı çalışmalarda öğrencilerin üniversite yıllarında daha az dindar olduğuna ilişkin görüşler desteklenmemiştir (Hunsberger, 1978, akt., Spilka, vd., 2003). Üniversite öğrenimi boyunca dine ilişkin değişimlerin, özellikle dindarlığın azalmasına yönelik eğilimin, ağırlıklı olarak ilk yılda gerçekleştiğinin ileri sürüldüğü bulgularda mevcuttur. Çalışmamızda ise birinci ve dördüncü sınıf öğrencileri arasında dini yönelimler bakımından anlamlı farkın çıkmama nedenlerinden biri verilerin toplanma zamanı ile ilgili olabilir. Verilerin eğitim yılının son ayında toplanması nedeniyle birinci sınıf öğrencilerinin dini tutumlarında olası değişikliklerin gerçekleşmiş olması son sınıflarla aralarında anlamlı fark görülmemesine yol açmış olabilir. Günümüzde geleneksel ahlaki tutumlar ve muhafazakarlığa yönelik eğilimlerin artmasının üniversite eğitiminin dini tutumların değişmesinde etkili olmadığını da düşündürmektedir.

#### **IV.III. PSİKOLOJİK İYİLİK HALİNİN YORDANMASI**

Bu çalışmanın temel amaçlarından biri, cinsiyet, sınıf, utanç eğilimi, benlik kurguları ve dini yönelimlerin depresyon, kaygı, somatizasyon, düşmanlık, olumsuz benlik algısı, kişisel gelişim, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve özerklik boyutlarında psikolojik iyilik halini yordama gücünü belirlemektir. Bu amaçla on ayrı çoklu Hiyerarşik Regresyon analizi yapılmıştır. Çalışmada ayrıca utanç ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide benlik kurguları ve dini yönelimlerin düzenleyici etkisi incelenmiştir. Her bir analizde cinsiyet, sınıf, utanç eğilimi, benlik kurguları ve dini yönelimlerin temel etkileri ile utanç x benlik kurguları, utanç x dini yönelimlerin etkileşimleri değerlendirilmiştir.



#### IV.III.I. Psikolojik İyilik Hali ile Utanç Eğilimi İlişkisi

Araştırmamızda utanç eğilimi ile depresyon, kaygı, olumsuz benlik algısı arasında pozitif yönde anlamlı, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve özerklik arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Bulgularımız utanç eğiliminin, depresyon, kaygı, olumsuz benlik algısı, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, kendini kabul etme, kişisel gelişim, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve özerkliği anlamlı düzeyde yordadığını göstermiştir. Utanç eğilimi somatizasyon ve düşmanlığın yordanmasında anlamlı katkıda bulunmamıştır.

Girişte de belirtildiği gibi utanç depresif geri çekilmeye çok benzer şekilde kişinin diğer kişi ile duygusal olarak ilgisini azaltmasına yol açarak bireyin diğeri ile ilişkisini engellemekte ya da utanç nedeni ile engellenen, zayıf düşen benliğin narsistik öfkeye benzer şekilde kendini utandıran diğerine karşı saldırgan protesto tepkileri göstermesine yol açmaktadır. Utanç başlangıçta benliğe yönelikken onaylamayan reddeden diğerleri imgesini içerdiği için bu düşmanlık kolayca reddeden diğerine yönelik misillemeye dönüşmektedir. Dolayısı ile irrasyonel bir öfke başlatma eğilimindedir. Kişisel gurur veya benlik değerinin kaybı nedeniyle gösterilen bu öfke zayıflamış benliği harekete geçirecek ve aynı zamanda arkadan gelecek kınamalar için bireyin tedbir almasını sağlayarak geçici bir rahatlık sağlayacaktır. Son dönem görgül literatürde utanç ile düşmanlık arasında pozitif ilişki olmasına rağmen çalışmamızda utancın düşmanlığı anlamlı düzeyde yordamaması, buna karşın depresyonun yordanmasında anlamlı katkıda bulunması Türkiye’de utanan bireyin düşmanlık yerine, boyun eğme ve içe kapanma gibi davranışlar gösterebileceğini, depresyona girme eğiliminde olabileceğini akla getirmektedir. Bu davranış diğerine saldırmak yerine bireyin kendi benliğine yönelik saldırıdır. Ayrıca düşmanlığın kişiler arası ilişkilere engel olması, diğerleriyle bağlantısını koparmaya neden olması utanç duygularının düşmanlık duygularına yol açma olasılığının örnekleminizde daha az görülme nedeni olabilir. Bu nedenle çalışmamızda üniversite öğrencilerinin düşmanlık göstermek yerine diğer kişi ile duygusal ilişkisini azaltmayı tercih etmiş olduğu düşünülmektedir.

Çalışmamızda utanç ve kaygı arasında anlamlı pozitif ilişki görülmüş ve utanç kaygının yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur. Utanç duygusu benliğin kendi ve

diğerlerinin gözünde nasıl göründüğüne ve standartları karşılamadaki algılanan eksikliklere ilişkin değerlendirmelere bağlı olarak ortaya çıktığı için kaygıya yol açmaktadır. Ayrıca utanç eğiliminin kişiler arası ilişkilerin kaybına yol açması olasılığı veya benliğe yönelik olarak algılanan ahlaki ve ahlak dışı tehditler içermesinin üniversite öğrencilerinde kaygıya neden olduğu düşünülmektedir. Çeşitli çalışmalarda utanç ve somatik şikayetler arasında anlamlı ilişki saptanmasına rağmen araştırmamızda utanç eğilimi ve somatizasyon arasında anlamlı ilişki elde edilmemiştir. Utancın somatizasyonu anlamlı düzeyde yordamadığı görülmüştür. Bu çalışmalarda utanç açıkça sergilenen kaygı semptomlarının en tipik örneği olan histerik durumlarla ilişkilendirilmiş (Lewis, 1985) olmasına rağmen üniversite öğrencilerinden oluşan örneklemimizde utanç ile histerik karakter stili ve narsisistik saplantı ile ilişkili olan somatik yollar aracılığıyla kaygı ifade etme eğilimi arasında ilişki görülmemiştir. Dolayısı ile üniversite öğrencilerinde daha yüksek düzeyde utanç eğiliminin daha yüksek düzeyde kaygıyı yordadığı, ancak bu kaygının somatik yollarla dışa vurulmadığı düşünülmektedir.

Araştırmamızda utanç ile olumsuz benlik algısı arasında anlamlı pozitif ilişki, buna karşın kendini kabul etme ile arasında anlamlı negatif ilişki bulunmuştur. Utanç kendini kabul etme ve olumsuz benlik algısını anlamlı düzeyde yordamıştır. Daha yüksek düzeyde utanç daha yüksek düzeyde olumsuz benlik algısını ve daha düşük düzeyde kendini kabul etmeyi yordamıştır, çünkü utanç duyguları bir kimsenin kendi eksikliklerini kabul etmesinin, kendini kusurlu olarak yargılamasının ve diğerlerinin gözünde neye benzediğinin ortaya çıkmasının tetiklediği bir durumdur. Bazı standartlara göre değerlendirilip yetersiz, başarısız, kötü ve değersiz olarak görülen benliğin ya da “ben” ve “ideal ben” arasındaki farklılığın neden olduğu utanç duygularının çalışmamızda üniversite öğrencilerinde kendini küçük görme veya değersizlik hisleriyle sonuçlandığı düşünülmektedir. Artan utanca bağlı olarak da öğrenciler daha düşük düzeyde kendini kabul etme ve daha yüksek düzeyde olumsuz benlik algısı yansıtmışlardır. Aynı zamanda utanç duyguları, olumsuz benlik algısı ve benliğin bütün olarak cezayı gerektirecek şekilde yargılanması ile ilişkili olduğu için diğerlerinden uzak durma, kaçma, saklanma ve geri çekilme arzusuna yol açmaktadır. Bu durumun öğrencilerin diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmasına engel olduğu düşünülmektedir. Ayrıca utanca bağlı olarak yaşanan küçüklük ve güçsüzlük durumuna gerçek veya hayal edilen seyircilerin önünde maruz kalındığı hissini öğrencinin çevre üzerinde hakimiyet

kurmasını olumsuz yönde etkileyeceği de açıktır. Dolayısı ile çalışmamızda görüldüğü gibi utanç yaşayan bireyin hem kendini kabul etmesi hem de çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurması oldukça güç hale gelmiştir. Daha yüksek düzeyde utancın daha düşük düzeylerde diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve kendini kabul etmeyi yordadığını ortaya koymuştur.

Aynı zamanda çalışmamızda utanç ile özerklik arasında anlamlı negatif ilişki saptanmıştır. Daha yüksek düzeyde utanç beklenilebileceği gibi daha düşük düzeyde özerkliği yordamıştır. Üniversite öğrencilerinde utanç düzeyi arttıkça kendini yeterli, ahlaki olarak beğenilen bir varlık olarak görme olasılığı azalacağı için benliğin bağımsızlığını ifade eden amaçların gerçekleştirilmesinin ve özerkliğin azalacağı düşünülmektedir. Ayrıca utanç benliğin bütün olarak cezayı gerektirecek şekilde yargılanması ile ilişkili olduğu için bireyde uzak durma, kaçma, saklanma ve geri çekilme arzusuna yol açmaktadır. Bulgularımız da daha yüksek düzeyde utancın daha düşük düzeyde kişisel gelişimi yordadığını göstermiştir. Utancın özelliği olan benliğe ilişkin içsel, kalıcı ve genel negatif değerlendirmelerin öğrencinin kendini çaresiz ve pasif hissetmesine neden olarak kişisel gelişimi için çaba göstermesine engel olduğu düşünülmektedir.

#### **IV.III.II. Psikolojik İyilik Hali ile Dini Yönelimlerin İlişkisi**

Bu araştırmanın temel amaçlarından biri dini yönelimler ve psikolojik hali arasındaki ilişkileri ve dini yönelimlerin psikolojik iyilik halini ne derece yordadığını incelemektir. Daha önce belirtildiği gibi çalışmada dindarlık değişkeni içsel ve dışsal dindarlık olarak isimlendirilen yönelimleri kapsamış ve Allport ve Ross (1967) tarafından geliştirilen dini yönelim ölçeği ile değerlendirilmiştir. Dışsal olarak dindar olan insanlar statü, güvenlik, kendini haklı çıkarma ve sosyallik elde etmenin aracı olarak dini kullanırken, içsel dindarlar dışsal sonuçlarını dikkate almaksızın inançlarını içselleştirip yaşamaktadırlar. Allport (1963) 'a göre dindar olmanın bu farklı güdülerini ruh sağlığı için farklı doğurgulara sahiptir. Ona göre içsel olarak güdülenme dışsal olarak güdülenmeden daha sağlıklıdır. Allport'un içsel dini yönelime sahip olanların dışsal dini yönelime sahip olanlardan daha sağlıklı olduğuna yönelik teorisi çeşitli çalışmalarla desteklenmiştir. Girişte belirtildiği gibi içsel dini yönelim çeşitli çalışmalarda psikolojik

iyilik hali göstergeleri olan kaygı ve depresyon ile anlamlı negatif, sosyallik, iyilik hali hissi, sorumluluk, toplumsallaşma, öz-kontrol, tolerans, iyi izlenim bırakma, entelektüel yetkinlik, genel benlik değeri, kendini gerçekleştirme, kimlik entegrasyonu, yüksek benlik değeri ve çeşitli durumlarla baş etme için daha kuvvetli içsel kaynağa sahip olma yaşam doyumu, yaşamdaki anlam ve amaç ile anlamlı pozitif ilişki göstermiştir. Ancak bazı araştırmalarda içsel dini yönelim psikolojik iyilik hali ile anlamlı ilişki göstermemiştir (Richards, 1991). Çalışmamızda içsel dini yönelim olumsuz benlik algısı ve diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma arasında anlamlı pozitif ilişki, kişisel gelişim, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve özerklik ile anlamlı negatif ilişki göstermiştir. İçsel dini yönelim özerklik ve diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmanın yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur. Daha yüksek içsel dindarlık düzeyi, daha yüksek düzeyde diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmayı ve daha düşük düzeyde özerkliği yordamıştır. İçsel dini yönelim, depresyon, kaygı, olumsuz benlik algısı, kişisel gelişim, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, somatizasyon ve düşmanlığın yordanmasında anlamlı katkıda bulunmamıştır. Değınilen bulgulardan hareketle araştırmamızın örneklemini oluşturan üniversite öğrencilerinde içsel dini yönelimin sosyal ilişkiler dışında genel olarak bireylerin psikolojik iyilik halini yordamadığı söylenebilir. Bazı araştırmacılar dini ilgilerin diğerleri ile yakın ilişkiler kurmayı ve algılanan sosyal desteğın daha yüksek olmasını sağlayarak, stres verici yaşam olaylarının fiziksel ve ruhsal sağıık üzerindeki etkisini ve yalnızlık duygularını azaltacağını ileri sürmüşlerdir (Cohen ve Wills, 1985; Ellison ve George, 1994; Steinitz, 1981). Dini ilginin bir grup tarafından kabul edilme, topluluk olma duygusu ve yararlılık hislerini güçlendireceğı iddia edilmiştir (Steinitz, 1981). Çalışmamızın bulgularına göre üniversite öğrencilerinden oluşan örnekleminizde, daha yüksek düzeyde içsel dini yönelimin diğerleri ile daha olumlu ilişkiler kurulmasında etkili olmakla birlikte öğrencilere yeterli yakın ilişki kurma fırsatını sağlamadığı düşünölebilir. Buna bağılı olarak üniversite öğrencilerinde içsel dini yönelimin sosyal destek, sosyal ilişki ve sosyal katılım yoluyla psikolojik iyilik halini olumlu yönde etkilemediğini ve olumsuz yaşam olaylarının (depresyon vb.) zarar verici etkilerinden daha fazla korunma olasılığı sunmadığını ileri sürebiliriz. Ayrıca psikolojik iyilik halini güçlendiren olası mekanizmalardan biri olan pozitif dini baş etme stratejilerinin (Tanrı ile güvenli ilişki, Tanrının duygusal gücün, destek ve doyumun kaynağı ve bağışlayıcı

olduğu inancı, vb., (Pargament, vd., 1998) üniversite öğrencileri tarafından benimsenmediği de düşünülmektedir. Bunun yerine negatif dini baş etme yöntemleri (Tanrının cezalandırıcı olarak algılandığı, bireylerin kendileri problem çözmekten ziyade problem çözme sorumluluğunun Tanrıya vererek çözümün Tanrının çabası ile gerçekleşmesinin beklendiği, vb. baş etme biçimleri) (Pargament, vd., 1998) kullanılıyor olabilir. Psikolojik iyilik halini pozitif yönde etkilemeyen negatif dini baş etme tarzında bireyler Tanrının kendisini terk ettiği inancına sahip olabilir veya maruz kaldıkları olumsuz durumları günahkar davranışları için bir tür ceza olarak algılıyor olabilirler. İçsel dindarlık, birleştirici, bütünleştirici, hoşgörülü, olgun ve önyargısız olma ve diğerlerinin ihtiyaçlarına duyarlılık eğilimiyle ilişkili olduğundan üniversite öğrencilerinde yüksek düzeyde içsel dindarlığın düşük düzeyde özerkliği yordadığı ileri sürülebilir. Tüm bulgulardan hareketle içsel dini yönelimin veya Tanrıya inancın psikolojik iyilik halini güçlendirdiği görüşünün bu çalışmamızda geçerli olmadığı söylenebilir.

Dışsal dini yönelim ise bazı çalışmalarda kaygı, depresyon, somatizasyon, sosyal işlev görememe, genel benlik değeri, kimlik bütünlüğü ile anlamlı ilişki göstermiş, diğer bazı çalışmalarda, kaygı, kendine ve diğerlerine yönelik olumsuz tutum ve depresyon ile anlamlı pozitif ilişki, statü için kapasite, sosyallik, sosyal varlık gösterme, iyi hissetme, sorumluluk, tolerans, iyi izlenim bırakma, entelektüel yetkinlik, kendini gerçekleştirme ile anlamlı negatif ilişki göstermiştir. Çalışmamızda ise dışsal dini yönelim beklendik doğrultuda kaygı, olumsuz benlik algısı ile anlamlı pozitif ilişki, kişisel gelişim, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve özerklik ile anlamlı negatif ilişki göstermiştir. Dışsal dini yönelim kişisel gelişimin yordanmasına negatif yönde anlamlı katkıda bulunmuştur. Buna göre daha yüksek düzeyde dışsal dini yönelim daha düşük düzeyde kişisel gelişimi yordamaktadır. Öte yandan dışsal dini yönelim depresyon, kaygı, olumsuz benlik algısı, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, somatizasyon, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, özerklik ve düşmanlığın yordanmasına anlamlı katkıda bulunmamıştır. Dışsal dini yönelim düzeyi arttıkça kişisel gelişimin azaldığı algısı üniversite öğrencilerinin kendilerini geliştirerek güç, prestij, statü, vb. elde etmek yerine bunları dini kullanarak elde etme eğilimi taşıdıklarını düşündürmektedir. Dini kullanarak güç, statü, vb. elde etme arayışının öğrencilerin kişisel gelişimlerini olumsuz yönde etkilediği ve bunun da farkında olabilecekleri düşünülmektedir. Nitekim dışsal



dindarlık arttıkça olumsuz benlik algısı da artmaktadır. Ayrıca dışsal dini yönelime sahip olma öğrencilerin alternatif baş etme yöntemlerini kullanmalarını engelleyerek de kişisel gelişim algılarını olumsuz yönde etkilemiş olabilir.

Özetle çalışmamızda içsel dini yönelimdeki artış genel olarak öğrencilerin psikolojik iyilik halindeki artışa yol açmamaktadır. Dinin duygusal, bilişsel ve maddi yararlarına yol açan sosyal destek ve ilişki sunduğu, iyimserlik duygusunu geliştirdiği ve bireyin yaşamına daha fazla anlam verdiği, acı çekmeyi ruhu arındırma ve daha yüksek ruhani mertebeye ulaşma gibi pozitif anlamda görüp, acı çekmenin negatif algısını değiştirdiği ve böylece psikolojik iyilik halini arttırdığı hipotezleri (Idler, 1987) çalışmamızda desteklenmemiştir. İçsel dini yönelimin üniversite öğrencilerinin yaşamına pozitif bir yaklaşım çerçevesi sağlamadığı, amaç ve anlam duygusu katmadığı düşünülmektedir. İçsel dini yönelimin ruh sağlığının önemli bir ögesi olan pozitif benlik algısını arttırmaya hizmet eden Tanrı tarafından seviliyor olma hislerini güçlendirmede ileri sürülebilir. Hatta bulgulara dayanılarak davranış sonuçlarının Tanrı gibi bir gücün kontrolü altında olduğuna inanmanın bireylerin psikolojik iyilik halini negatif yönde etkilediği de düşünülmektedir. Dolayısı ile dinin iyilik hali duygusunu sağlamanın önemli bir yolu olduğunu belirtmek pek mümkün görülmemektedir. Problemleri çözme ve açıklama için bir güç sağladığı, etkili ve yeterli bir benlik duygusunu güçlendirmeye hizmet ettiği, kişisel kimlik, yön ve anlam duygusu için kaynak sağladığı tartışmaya açık bir konudur.

#### **IV.III.III. Psikolojik İyilik Hali ile Benlik Kurgularının İlişkisi**

Bu araştırmanın temel amaçlarından biri de kültürler boyunca bireyin düşünce, duygu ve eylemlerinin belirleyicileri olduğuna inanılan (Markus ve Kitayama, 1991; Singelis, 1994; Triandis, 1994) bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurgularının psikolojik iyilik halini ne derecede yordadığını incelemektir. Benlik kurguları ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmalar henüz sınırlı düzeydedir. Bu nedenle, çalışmamızın ortaya koyduğu sonuçların bu konudaki literatüre katkısının önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırma bulgularımız, bağlaşıklık benlik kurgusu ile depresyon, kaygı, olumsuz benlik algısı ve diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma arasında pozitif yönde anlamlı, özerklik ile negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur. Bağlaşıklık benlik kurgusu depresyon, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmayı pozitif yönde, özerkliğin yordanmasına ise negatif yönde anlamlı katkıda bulunmuştur. Bağlaşıklık benlik kurgusu kaygı, somatizasyon, düşmanlık, olumsuz benlik algısı, kişisel gelişim, kendini kabul etme ve çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmayı anlamlı düzeyde yordamamıştır.

Literatürde, bağımsız ve bağlaşıklık benlik kurgularının psikolojik iyilik hali üzerindeki etkisine ilişkin çelişkili sonuçlar bulunmaktadır. Bazı araştırmalarda bağlaşıklık benlik kurgusu Afrikalı, Asyalı ve Latin Amerikalılarda psikolojik sıkıntıların negatif, yaşam doyumunun pozitif yordayıcısı olarak saptanmıştır. Araştırmalar toplulukçu kültürlerde topluluk merkezci (allocentric) eğilimi olan bireylerde daha yüksek kalitede öznel iyilik hali yaşandığını ileri sürmüşlerdir (Sinha ve Verma, 1994; Verkuyten ve Kwa, 1994). Dolayısıyla toplulukçu kültürlerde sosyal norm ve ilişki uyumuna önem verme gibi bağlaşıklık benlik kavramının özelliklerinin, bağımsız benlik kavramındaki kadar kuvvetli şekilde bireylerin yaşam doyumunu yordayabildiği görülmektedir. Buna karşın Avrupalı ve Asyalı-Amerikalı örneklerle yapılan bazı çalışmalarda bağlaşıklık arttıkça psikolojik sıkıntı düzeyi de artmıştır. Özellikle Avrupalı-Amerikalılarda bağlaşıklık benlik kurgusu psikolojik sıkıntıları olumlu yönde, yaşam doyumunu negatif yönde yordamıştır (Okazaki, 1997, 2000; Norasakkunkit ve Kalick, 2002). Bununla birlikte bazı çalışmalarda bireyci kültürlerde yaşayan ve bağlaşıklık benlik algısı yüksek olan bireylerde bağımsız benlik kavramına sahip olanlardan daha fazla yaşam doyumunu saptanmıştır. Bettencourt ve Dorr, (1997) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada Amerika’da topluluk merkezilik ile öznel iyilik hali arasında pozitif ilişki, birey merkezilik (idiocentrism) ile öznel iyilik hali arasında negatif ilişki saptanmıştır. Dolayısı ile bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip olmanın toplulukçu bir kültürde yaşanıldığı takdirde psikolojik iyilik hali ile pozitif ilişki göstermesi beklenebilir. Bireyci kültürde ise bağlaşıklık benlik kavramına sahip olmak psikolojik iyilik hali ile hem pozitif hem negatif ilişki gösterebilmektedir (Okazaki, 1997, 2000; Norasakkunkit ve Kalick, 2002; Bettencourt ve Dorr, 1997). Bu bağlamda bulgularımızın Türkiye’nin ve Türkiye’de üniversite öğrencisi olmanın toplulukçu-bireyci değerlerin neresinde yer aldığına bağlı olarak değerlendirilmesi gerekir. Çukur’un (1999) kültürel psikoloji ile ilgili yazısında



belirttiği gibi Türkiye, bazı çalışmalarda toplulukçu sınıflamasına girerken (Hofstede, 2000), bazı uygulamalı çalışmalarda kültürümüzün bir bütün olarak toplulukçu uça yer almadığı görülmüştür (Göregenli, 1995; İmamoğlu, 1998; Kağıtçıbaşı, 1998). Geleneksel ahlak, din ve sosyal kültürel değerler bakımından toplulukçuluk eğilimleri kültürümüzde önemini korumakla birlikte, küreselleşme ve ekonomik gelişmeye paralel olarak bireycilik eğilimlerinden de etkilenmektedir (Göregenli, 1995; İmamoğlu, 1998; Kağıtçıbaşı, 1998). Bu bağlamda özellikle üniversite öğrencilerini çevreleyen bireyci değerler içinde bağlaşıklık benlik yapısına sahip olmanın psikolojik iyilik hali ile pozitif ilişki göstermeyeceği düşünülmektedir. Nitekim araştırmamızda bağlaşıklık arttıkça depresyon düzeyi de artmıştır. Bağlaşıklığın diğerleri tarafından sevmeye ve sosyal bağlama aşırı duyarlılığa neden olması bağlaşıklık arttıkça öğrencilerin daha fazla sosyal kaygı yaşama nedenini açıklamaktadır. Kişiler arası ilişkilerde uyum ve çeşitli durumlara uyma yeteneği bağlaşıklık benlik kurgusu için benlik değerinin kaynağı olduğundan çalışmamızda bağlaşıklık arttıkça diğerleri ile olumlu ilişkiler de artmıştır. Bağlaşıklığın diğerleri tarafından değerlendirilmeye ve sosyal bağlama duyarlılığının artmasına sebep olması da yüksek düzeyde bağlaşıklık üniversite öğrencilerinin diğerleri ile olumlu ilişkiler kurmasının nedeni olarak açıklanabilir.

Araştırmamızda bağımsız benlik kurgusu ile depresyon, kaygı, somatizasyon, düşmanlık, olumsuz benlik algısı arasında negatif yönde anlamlı, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, kendini kabul etme, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve özerklik arasında ise pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Bağımsız benlik kurgusu depresyon, kaygı, somatizasyon, düşmanlık, olumsuz benlik algısı, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve özerkliğin yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur. Daha yüksek düzeyde bağımsız benlik kurgusu daha düşük düzeyde depresyon, kaygı, somatizasyon, düşmanlık ve olumsuz benlik algısı, daha yüksek düzeyde kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve özerkliği yordamıştır.

Avrupalı ve Asyalı-Amerikalı örneklerle yapılan çalışmalardan elde edilen bulgular, sosyal kaygı, depresyon, sosyal kaçınma ve sıkıntının bağımsız benlik kurgusu ile negatif ilişki gösterdiğini ortaya koymuştur. Kim, Kasser ve Lee (2003) tarafından Kuzey Koreli ve Amerikalı Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada bağımsız

benlik kavramı ile psikolojik iyilik hali göstergeleri sayılan kendini gerçekleştirme, gelişebilme ve mutluluk pozitif ilişki göstermiştir. Her iki ülke örneklemini için ayrı olarak yapılan regresyon analizi bağımsız benlik kavramı ile kendini gerçekleştirme, gelişebilme ve mutluluk arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Buna karşın bazı araştırmalarda bağımsız benlik kurgusu Afrikalı, Asyalı ve Latin Amerikalılarda psikolojik sıkıntıların pozitif, buna karşın yaşam doyumunun negatif yordayıcısıdır. Dolayısıyla bağımsız benlik kurgusuna sahip olmanın bireyci kültürlerde psikolojik iyilik hali ile pozitif ilişki gösterebileceği ileri sürülebilir. Toplumcu kültürde ise bağımsız benlik kavramına sahip olmak psikolojik iyilik hali ile hem pozitif hem negatif ilişki gösterebilmektedir.

Bağımsız benlik kurgusuna sahip olan bireyler kendilerini sosyal bağlamdan ayrı ve özerk olarak görme eğilimindedir. Dolayısıyla bağımsız benlik kavramına sahip üniversite öğrencilerinin kendi ihtiyaçlarının daha önemli olduğuna inandığı ve duygu, düşünce ve davranışlarını bu ihtiyaçlar etrafında düzenlediği düşünülmektedir. Bu tarz bir benlik kurgusuna sahip olmak üniversite öğrencilerinde kendini gerçekleştirme, kendi eşsizliğini, içsel özellik ve amaçlarını ve benlik değerini yüceltmek için daha fazla güdülenme yaratacaktır. Buna karşın bağlaşıklık benlik yapısına sahip olan öğrenciler kendilerini sosyal gruplarındaki diğerlerine bağlı, bütünleşmiş ve ait olunan sosyal grubun bir uzantısı olarak görme eğiliminde olacaklardır. Buna bağlı olarak da önemli gördükleri diğerlerinin duygu, düşünce ve davranışları ile uyumu sürdürmeye çabalayacaklardır.

Bağımsız benlik kavramına sahip olanlar kendi duygularının ve haklarının gruplarınınkinden daha önemli olduğuna inanırken, bağlaşıklık benlik kavramına sahip olanlar tüm grubun uyumlu işleyişine ve kalıcılığına odaklanacaktır. Dolayısıyla kendi bireysel psikolojik ihtiyaçlarına odaklanan öğrencilerin, davranışlarının sosyal normlarla uyumlu olmasına önem veren öğrencilerden daha yüksek düzeyde psikolojik iyilik hali göstermesi beklenebilecektir. Buna karşın bağlaşıklık benlik kavramına sahip olanların diğerleri üzerine odaklandığı ve davranış, ifade ve arzularını ait oldukları grubun kabullerine uyacak şekilde düzenlendiği düşünülmektedir. Böyle dışsal etkenlere odaklanma öğrencilerin kendi psikolojik ihtiyaçlarına daha az dikkat etmesine yol açacağı için psikolojik iyilik hali üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkisi olması

beklenmemektedir. Ayrıca bağımsız benlik kavramına sahip olan öğrencilerin kendi psikolojik ihtiyaçları ile uygun amaçlara yöneldiği, bağlaşıklık benlik kavramına sahip öğrencilerin ise kişisel yönelimli değerlerle (kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, ekonomik başarı, vb.) daha az ilgilendiği düşünülmektedir. Bunun sonucu olarak da psikolojik ihtiyaçlarla ilgili içsel arzular için çaba harcayan bağımsız benlik kurgusuna sahip üniversite öğrencilerinin daha yüksek düzeyde psikolojik iyilik hali göstermesi akla uygun gelmektedir.

Diğer taraftan benlik kurgularındaki farklılıkların öğrencilerde benliği güçlendirme yanlılığındaki farklılıklara yol açarak psikolojik iyilik halini etkilediği de düşünülmektedir. Bağımsız benlik kurgusuna sahip olan öğrencilerin özel ve tek hissedecek bir benlik görüşü elde etmek, geliştirmek ve sürdürmek için daha yüksek düzeyde benliği güçlendirme eğilimi ve dolayısı ile daha yüksek düzeyde psikolojik iyilik hali gösterebileceği söylenebilir. Buna karşın iç gurupla uyumu sürdürmeyi amaçlayan bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip öğrenciler için benliği güçlendirme benlikle ilgili başarılması gereken bir amaç olarak görülmeyecektir. Bağımsız benlik kurgusuna sahip olan bireylerin bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip bireylerle karşılaştırıldığı zaman kendi ile ilgili gerçekçi olmayan iyimserlik gösterme eğilimlerinin daha yüksek olduğu çeşitli araştırmalarda ortaya konmuştur. Örneğin, Heine ve Lehman (1995) tarafından yapılan bir çalışmada, kendi ile ilgili gerçekçi olmayan iyimserlik gibi benliği güçlendirme yanlılığının bağımsız benlik kurgusuna sahip bireylerde daha güçlü olarak görüldüğü tespit edilmiştir. Bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip bireylerde ise benliği güçlendirme yanlılığı görülmemekte, aksine benliği küçültme yanlılığı görülmektedir (Takata, 1987).

Çalışmamızda bağlaşıklık benlik kurgusu ile depresyon, kaygı, olumsuz benlik algısı ölçümleri arasında saptanan pozitif ilişki, bağımsız benlik kurgusu ile depresyon, kaygı, somatizasyon, düşmanlık ve olumsuz benlik algısı arasındaki negatif ilişki Norasakkunkit ve Kalik (2002)'in vurguladığı gibi sağlıklı ruhsal işleyiş ile bağımsızlığın, buna karşın patolojik sayılma ile bağlaşıklığın eşit sayılmasına ilişkin yapay bir durumu da gösteriyor olabilir. Duygusal sıkıntı ölçümünde ortak bir şekilde kullanılan standardize edilmiş ölçeklerde ima edilen duygusal iyilik hali yapısı kasıtlı olmayan bir şekilde bağlaşıklık benlik kurgusu ile psikolojik sıkıntı arasında pozitif ilişki,

bağımsız benlik kurgusu ile psikolojik sıkıntı arasında negatif ilişki ortaya çıkmasına yol açmış olabilir. Diğer bir ifade ile yüksek düzeyde bağlaşıklık olmaktan dolayı bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip olan öğrenciler duygusal sıkıntı ölçümünden daha yüksek puan almış olabilirler. Benzer şekilde yüksek düzeyde bağımsız olmaktan dolayı bağımsız benlik kurgusuna sahip olan öğrenciler duygusal sıkıntı ölçümünden daha düşük puan almış olabilirler. Örneğin, Kısa Semptom Envanterinde yer alan “kendini diğerlerinden daha aşağı görme”, “diğerlerinin yanındayken yanlış bir şeyler yapmamaya çalışma”, “kendini değersiz görme”, “kolayca incinebilme, kırılma” vb. maddelerden yüksek puan elde etme bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip bireyler için yaşadıkları kültürde “normal” benlik işleyişinin bir parçası olabilirken bireyin patolojik görülmesine yol açabilecektir. Dolayısıyla benliği güçlendirmenin öneminin küçümsendiği ve sosyal durum ve ilişkilere duyarlılığın önemsendiği bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip öğrenciler birincil olarak bağımsız benlik kurgusuna sahip bireyler üzerinde standardize edilen kişinin kendisini değerlendirmesine dayalı sıkıntı ölçeklerine göre uyumsuz olarak yorumlanabilecektir. Bağımsız benlik kurgusuna sahip olanlara göre daha fazla duygusal sıkıntı gösterdiğine yönelik kişisel beyana dayalı ölçeklerden elde edilen bulgular bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip olanların daha sıkıntılı olduğunu ima etmeyebilir. Diğer bir ifade ile geleneksel olarak kullanılan sıkıntı ölçeklerinin örneklemimiz için bağımsız benlik kurgusu lehine yanlı olduğu söylenebilir. Geleneksel olarak kullanılan duygusal sıkıntı ölçeklerinin pozitif ilüzyon veya benliği güçlendirme yanlılığının varlığını ortaya koyma lehinde bir yanlılığa sahip olduğunu çeşitli araştırmacılar göstermiştir. Pozitif ilüzyon veya benliği güçlendirme yanlılığının yokluğunda duygusal sıkıntı puanları artmaktadır. Böyle ölçümlere göre Asyalılar gerçekte olduğundan daha sıkıntılı çıkmaktadır. Örneğin Okazaki (2002) tarafından yapılan bir çalışmada sosyal kaygı semptomlarının davranışsal gözlemleri, sosyal kaygının kişisel beyana dayalı ölçümlerine dayanılarak ileri sürüldüğü gibi sosyal kaygının yüksek düzeyde olduğunu doğrulamamıştır.

Ayrıca benlik kurgularına göre değişen baş etme ve kişisel kontrol stratejileri de bireylerin psikolojik iyilik halini etkilemektedir. Kendini ifade etme ve eşsiz olmaya değer veren bağımsız benlik kurgusuna sahip üniversite öğrencilerinin problem veya zorluk durumunda kendi adına açıkça konuşma, diğerleri ile yüzleşme ve direkt eylemde bulunmayı tercih edecekleri düşünülmektedir. Bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip

öğrenciler ise durumu değiştirmekten ziyade kendini değiştirme üzerine odaklanan stratejiler aracılığıyla sosyal durumlara uyum sağlamaya çabalayacaklardır. Böyle dolaylı stratejiler kendi arzu ve beklentilerini değiştirme, durumu kabul etme, daha güçlü diğerleri ile yakın özdeşim kurarak hayali kontrol yaşama için durumu yeniden yorumlamayı içermektedir (Cross, 1995). Bağlaşık benlik kurgusuna sahip olanların diğerlerinin kendisine yönelik tutumlarına aşırı derecede duyarlı olması ve eleştiri riskini azaltmak için davranışlarını sınırlama eğiliminde olması çalışmamızda bağlaşık benliği olanların psikolojik iyilik hali ile pozitif ilişki göstermemesinin nedeni olarak değerlendirilebilir. Buna karşılık bağımsız benlik kurgusuna sahip olanların tercih ettiği direkt ve açık iletişimin onların psikolojik iyilik halini pozitif yönde etkilediği düşünülmektedir.

Sonuç olarak benlik kurguları farklı aracı (mediating) değişkenler aracılığıyla psikolojik iyilik hali üzerinde farklılaşan etkilere yol açabilecektir. Kişisel amaçları elde etme, bireysellik ve bağımsızlık üzerinde yoğunlaşan bağımsız benlik kurgusuna sahip öğrenciler için psikolojik iyilik hali kişisel başarıları, benlik değeri ve çevreleri üzerindeki kontrolleri aracılığıyla sağlanacaktır. Diğerlerine bağlı olan ve diğerlerinin onaylayıp onaylamaması konusunda endişe duyan bağlaşık benlik kurgusuna sahip öğrenciler için psikolojik iyilik hali diğerleri ile uyumu sürdürmek, kabul edilmek, sosyal yükümlükleri yerine getirmek gibi kişiler arası ilişkiler aracılığıyla sağlanacaktır. Bağlaşık benlik kurgusuna sahip öğrencilerde sosyal kabul veya ilişkilerinin gerçek kaybı veya tehdit içerdiğini algılamaları psikolojik sıkıntı yaşama olasılığına yol açarken, bağımsız benlik kurgusuna sahip öğrencilerde başarı, bağımsızlık veya kontrol kaybı algısı psikolojik sıkıntı geliştirme olasılığına yol açabilecektir.

#### **IV.III.IV. Psikolojik İyilik Hali ile Cinsiyet İlişkisi**

Cinsiyetin psikolojik iyilik halini ne derece yordadığını incelemek, araştırmanın amaçlarından birini oluşturmaktadır. Çalışmamızda cinsiyet, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, kişisel gelişim, kendini kabul etme ve özerkliği anlamlı düzeyde yordamıştır. Kız öğrenciler diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, kişisel gelişim, kendini kabul etme ve özerklik açısından erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek puan almışlardır. Cinsiyet



depresyon, kaygı, somatizasyon, düşmanlık, olumsuz benlik algısı ve çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın yordanmasında anlamlı katkı sağlamamıştır.

Cinsiyet farklılıklarındaki sosyal rol beklentilerine uygun olarak kadınların ve erkeklerin farklı duygusal beceri ve tutumlara sahip olması beklenmektedir. Araştırma bulgularının çoğu da duygulardaki cinsiyet farklılıklarını açıklamada sosyal rol beklentileri ile tutarlı sonuçlar vermektedir. Çeşitli çalışmalarda erkeklerde kadınlardan daha düşük düzeyde depresyon (Nolen, Hoeksema, 1987), öfke (Kopper, Epperson, 1996) ve kaygı (Turk, vd., 1998) saptanmıştır. Bununla birlikte bazı çalışmalarda depresyon (Kring, Gordon, 1998) ve sosyal kaygıda (Moscovitch, vd., 2004) cinsiyetler arası anlamlı fark bulunmamıştır. Bu çalışmalarla tutarlı olarak araştırmamızda cinsiyetler arası fark bulunmaması üniversite öğrencisi erkeklerin de çaresizlik, güçsüzlük ve incinebilirliklerini ifade etme ve duygusal yaşantılarını paylaşma konusunda daha açık olabileceğini düşündürmektedir. Ayrıca gençleri bekleyen işsizlik ve ekonomik sorunlar ailede ev geçimini sağlamakla yegane yükümlü birey olma rolünün devam etmesi nedeniyle depresyon, kaygı, vb. durumlarda kız öğrencilerle aralarında olması beklenen anlamlı farkların ortadan kalkmış olabileceği düşünülmektedir. Buna karşın kadınlar ilişkileri temelinde kendilerini tanımladıkları için kız öğrencilerin diğerleri ile olumlu ilişki kurma eğilimlerinin erkek öğrencilere göre daha fazla olduğu düşünülmektedir.

#### IV.IV. SONUÇ VE ÖNERİLER

Hatırlanacağı gibi çalışmamızda cinsiyet, sınıf, utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurguları arasındaki ilişkiler ele alınmış, cinsiyet ve sınıflar arasında utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurguları açısından anlamlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Bunun yanında cinsiyet, sınıf, utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurgularının psikolojik iyilik halini yordama düzeyi araştırılmıştır. Psikolojik iyilik hali hem depresyon, kaygı, somatizasyon, düşmanlık ve olumsuz benlik algısı düzeyleri gibi olumsuz boyutta, hem kişisel gelişim, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve özerklik düzeyleri olarak olumlu boyutta ele alınmıştır.

Araştırma bulgularımıza göre utanç eğilimi ile içsel dini yönelim, dışsal dini yönelim ve bağlaşıklık benlik kurgusu arasında pozitif yönde anlamlı; bağımsız benlik kurgusu arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. İçsel dini yönelim ile dışsal dini yönelim ve bağlaşıklık benlik kurgusu arasında, dışsal dini yönelim ile de bağlaşıklık benlik kurgusu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Aynı zamanda bağımsız benlik kurgusu ile bağlaşıklık benlik kurgusu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurgularının cinsiyete ve sınıfa göre değişip değişmediğine ilişkin elde edilen bulgular kız öğrencilerin utanç ve bağımsız benlik kurgusu açısından erkek öğrencilerden anlamlı derecede daha yüksek puan aldığını ortaya koymuştur. Bağlaşıklık benlik kurgusu ve her iki dini yönelim açısından cinsiyetler arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Cinsiyet, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve kendini kabul etme boyutlarında psikolojik iyilik halinin yordanmasına anlamlı katkıda bulunmuştur. Kızlar erkeklerden daha yüksek düzeyde diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve kendini kabul etme puanı almıştır. Utanç eğilimi, her iki dini yönelim ve bağımsız benlik kurgusu açısından sınıflara göre anlamlı bir fark bulunmazken, birinci sınıf öğrencilerinin dördüncü sınıf öğrencilerine göre anlamlı derecede daha yüksek bağlaşıklık benlik kurgusuna sahip oldukları görülmüştür. Sınıf değişkeni psikolojik iyilik halinin yordanmasına anlamlı katkıda bulunmamıştır.

Araştırmamızda utanç eğilimi, depresyon, kaygı, olumsuz benlik algısı, kişisel gelişim, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve özerklik gibi boyutları içeren psikolojik iyilik halini anlamlı düzeyde yordamıştır. Utanç bazı psikoanalitik kuramların ilk dönemlerinde ve batılı örneklemelerden elde edilen daha yeni görgül çalışmalarda patolojik bir duygu olarak ortaya konmuştur. Çalışmamızın temel bulgusu da utancın depresyon, kaygı, gibi negatif sonuçları olan işlevleri bozucu bir duygu olduğuna ilişkin görüşleri desteklemektedir. Diğer bir ifade ile üniversite öğrencilerinden oluşan örneklemimizden elde edilen bulgulara dayanılarak utancın negatif sonuçlarının kültürler arası etkisi olduğu ileri sürülebilir. Bununla birlikte utanç ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide aracı olabilecek başka faktörler olabileceği de açıktır. Duygusal destek veya paylaşımın yokluğu, güçsüzlük veya zayıflık duyguları, anne babaların disiplin tarzları hem utanç eğilimi hem de psikolojik iyilik hali üzerinde etki eden faktörler olabilir. Ayrıca hem utanç eğiliminin hem de psikopatolojinin çeşitli formlarının ortak etiolojik



kökenleri de olabilir. Utanç geçici de olsa uyum sağlayıcı benlik işleyişinin bozulmasına yol açan, tahrip edici bir yaşantıdır. Bu nedenle benlik işleyişindeki tekrar eden bozulmalardan dolayı çeşitli durumlarda utanç yaşama eğilimi insanları çeşitli psikolojik bozukluklara daha açık hale getirmektedir. Bu nedenle sosyalleşme sürecinde çocuğun utanç gibi öz bilince ilişkin duygularının şekillenmesinde anahtar rol oynadığı için özellikle aileye büyük görev düşmektedir. Çocuklara hatalı davranışlarını tamir etmek için yeterli fırsat verilmeli ve hatalı davranışları düzeltmeleri için gerekli problem çözme becerilerini geliştirmeleri desteklenmelidir. Böylece kişisel başarısızlığa tepki olarak ortaya çıkan utanç duygularına yol açılmamış olacaktır. Yapılan yanlış davranıştan ziyade kişiye odaklı disiplin anlayışının çocukları utanca eğilimli kıldığı göz önünde bulundurulmalıdır. Davranışa değil tüm benliğe odaklı mesajlar, tiksinti ifade etme, alay etme, koşullu onaylama ve sevgiyi geri çekme gibi utanca yol açan disiplin tekniklerinin kullanılmaması için bakım verenler, anne babalar ve öğretmenlere büyük sorumluluk düşmektedir.

Çalışmada ele aldığımız ve literatürde utanç ve psikolojik iyilik hali ile ilişkili olduğu gösterilen bir başka faktör bireyin dini yönelimidir. Bazı çalışmalarda utancın aşırı dindarlıkla ilişkili olduğu saptanmış olmasına rağmen, genelde yüksek düzeyde dindarlık ve patolojik utanç yaşantıları arasındaki ilişki konusunda sonuçlar tutarsızdır. Ayrıca dinin bireyin psikolojik iyilik hali üzerinde belirleyici veya yararlı etkiye sahip olup olmadığı da birçok araştırmacı tarafından tartışılan bir konudur. Çelişkili bulgular elde edilmekle birlikte genel olarak bulgular, içsel dini yönelim ile psikolojik iyilik hali arasında anlamlı pozitif ilişki ve dışsal dini yönelim ile psikolojik iyilik hali arasında anlamlı negatif ilişki olduğunu göstermiştir. Çalışmamız, içsel dini yönelimin diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve özerklik, dışsal dini yönelimin ise kişisel gelişimin yordanmasında anlamlı katkısı olduğunu göstermektedir. Dini yönelimler utanç ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide düzenleyici değişken olarak analize girildiğinde utanç x dışsal dini yönelim etkileşimleri sadece çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur. Daha düşük ve daha yüksek düzeylerde dışsal dini yönelim, utanç ile çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma arasındaki ilişkide etkiye sahip değilken, orta düzeyde dışsal dini yönelimin utanç ile çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma arasındaki ilişkide anlamlı etkiye sahip olduğu görülmüştür. Diğer bir ifade ile orta düzeyde dışsal dini yönelim, utanç ile çevre ile hakimiyet kurma arasında

daha kuvvetli negatif ilişki ortaya çıkarmıştır. İçsel dini yönelim ve psikolojik iyilik hali arasında pozitif ilişki olduğunu ileri süren çalışmalar ile tutarlı ilişki elde edilememesinin bir nedeni, çalışmamızda din ile ilgili olmayan birçok değişkenin bireylerin psikolojik iyilik halini etkiliyor olmasına bağlanabilir. Bu olası değişkenler içsel dini yönelimin bireyin psikolojik iyilik hali üzerindeki etkilerini gölgeliyor olabilir. Ayrıca öğrencilerin dini aktiviteye katılıp katılmadığına ve kullandıkları dini baş etme biçimlerine bakılmamış olması da çalışmanın bir sınırlılığıdır. Öğrenciler içsel dini yönelime sahip olmakla birlikte psikolojik iyilik halini olumlu yönde etkileyecek yakın ilişki kurma, sosyal destek, sosyal bağ ve sosyal katılım sağlayacak dini aktivitelere katılmıyor olabilirler. Benzer şekilde içsel dini yönelime sahip öğrencilerin negatif dini baş etme yöntemleri kullanıyor olmaları içsel dini yönelimin psikolojik iyilik hali üzerindeki olumlu etkisini sınırlıyor olabilir. Bununla birlikte bulgularımıza dayanarak danışmanlık hizmetlerine yönelik bazı öneriler yapılabilir. İçsel dindarlık arttıkça diğerleri ile olumlu ilişkilerin artmasında olduğu gibi dini faktörler terapötik olarak gelişimin lehinde güç sağlamakta kullanılabilir. Örneğin dini topluluklardan sosyal destek elde etmek gibi.

Çalışmanın diğer bir önemli odağı benlik kurguları ile psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkidir. Belirtilmiş olduğu gibi literatürde bağımsız ve bağlaşıklık benlik kavramının psikolojik iyilik hali üzerindeki etkisine ilişkin sonuçlar çelişkilidir. Araştırmamızda benlik kurgularının psikolojik iyilik halinin yordanmasında anlamlı katkıları olup olmadığı incelendiğinde, bağlaşıklık benlik kurgusunun, depresyon, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve özerkliğin, bağımsız benlik kurgusunun ise depresyon, kaygı, somatizasyon, düşmanlık, olumsuz benlik algısı, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma, diğerleri ile olumlu ilişkiler kurma ve özerkliğin yordanmasında anlamlı katkıları olduğu görülmüştür. Benlik kurguları utanç ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide düzenleyici değişken olarak analize girildiğinde ise utanç x bağımsız benlik kurgusu etkileşimleri çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve olumsuz benliğin yordanmasında anlamlı katkıda bulunmuştur. Bulgularımız bağımsız benlik kurgusunun daha düşük düzeyinde utancın çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmanın daha kuvvetli yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur. Orta düzeyde bağımsız benlik kurgusu da utanç ve çevre ile hakimiyet kurma arasındaki ilişkide anlamlı etkiye sahipken, daha yüksek düzeyde bağımsız benlik kurgusu utanç ile

çevre ile hakimiyet kurma arasındaki ilişkiye anlamlı katkıda bulunmamaktadır. Diğer bir ifade ile bağımsız benlik kurgusunun düşük düzeyi utanç ve çevre ile hakimiyet kurma arasında daha kuvvetli negatif bir ilişki ortaya çıkarmıştır. Ayrıca sonuçlar bağımsız benlik kurgusunun daha düşük düzeyi ile utancın olumsuz benliğin daha kuvvetli yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur. Daha yüksek düzeyde bağımsız benlik kurgusu, utanç ile olumsuz benlik kurgusu arasındaki ilişkide etkiye sahip değilken, orta düzeyde bağımsız benlik kurgusunun utanç ve olumsuz benlik arasındaki ilişkide anlamlı etkiye sahip olduğu görülmüştür. Diğer bir deyişle bağımsız benlik kurgusunun daha düşük seviyesi utanç ve olumsuz benlik arasında daha kuvvetli pozitif ilişki ortaya çıkarmıştır.

Sonuç olarak kişinin özellikleri kültürünün özellikleri ile uyduğu ölçüde kişi çevreyle uyumlu olacak, yaşam doyumu ve psikolojik iyilik hali artacaktır. Tersine kişi çevre uyumu zayıf olduğunda düşük düzeyde yaşam doyumuna yol açabileceği düşünülmektedir. Benlik kurguları ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmamız aynı kültür içindeki bireyler tarafından farklı bir şekilde yaşanan psikolojik sıkıntıları anlamamanın önemine dikkat çekmektedir. Psikolojik sıkıntılarda benlik kurgularının rolünü açıklamak için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır. Bununla birlikte bu tür çabalar araştırmacıların duygusal sıkıntı işaretlerini araştırmaya başlamadan bireyin benlik eğilimlerini hesaba katması ve danışmanların hastalarının algıladıkları kültürel standartları karşılamamanın önemine yüklediği değeri bilmeleri açısından önem kazanmaktadır.

Çalışmanın çeşitli sınırlılıkları bulunmaktadır. Katılımcıların üniversite öğrencisi olması bulguların genel popülasyona veya psikiyatrik popülasyona genellenebilirliğini sınırlamaktadır. Farklı yaş, eğitim ve klinik hasta gurubunu kapsayan çalışmalar yapılmalıdır. Ayrıca çalışma Müslümanlarla sınırlı olduğu için bulguların diğer dinlere genellenebilir olduğu iddia edilemez.

Çalışmadaki bütün yapıların ölçülmesi bireyin kişisel beyanına dayalı ölçekler ile yapılmıştır. İyilik hali ölçümlerinin tümü, olası çarpıtma ve yanlılıklara açıktır. Psikolojik iyilik hali ve benlik kurguları arasındaki ilişkilere yönelik çalışmalar psikolojik iyilik halinin kişisel beyana dayanmayan göstergelerini de kapsamalıdır. Psikolojik iyilik hali ölçümleri ile benlik kurguları ilişkisindeki farklılıklar psikolojik

iyilik haline yönelik bilgi verme istekliliğindeki benlik kurgusu farklılıklarından kaynaklanıyor olabilir.

Çalışma betimsel bir çalışma olup bu alandaki çoğu çalışmada olduğu gibi nedensel ilişkileri ortaya koymamaktadır.

Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinde utanç, dini yönelimler ve benlik kurguları gibi temel psikolojik yaşantılar ile psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkilere bakıldığında, utanç eğilimi ve özellikle bağımsız benlik kurgusunun hemen tüm iyilik hali göstergelerini yordamaya anlamlı katkısı bulunduğu izlenmektedir. Utanç duygularının arttığı durumlarda psikolojik iyilik haline ilişkin depresyon, kaygı düzeyi, düşmanlık ve olumsuz benlik algısı artarken, dolayısıyla iyilik hissi azalırken, bağımsız benlik kurgusunun öne çıktığı üniversite öğrencilerinde bunun tersi görülmekte, iyilik halinin olumsuz göstergeleri azalırken, kendini kabul etme, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurma ve özerklik gibi olumlu yönlerinde artış yaşanmaktadır. Bu durum üniversite öğrencilerinde kültürümüz ve kişisel gelişim açısından modernleşmenin ve bireyleşmenin taşıdığı öneme işaret etmektedir. Buna karşın daha geleneksel bir dünya görüşüyle bağdaştırılabilecek dini yönelimlerin olumsuz benlik algısına, depresyona, kaygıya, somatizasyona ve düşmanlığa doğrudan bir katkısı olmasa bile kişisel gelişim ve özerkliğe doğrudan olumsuz katkıda bulunması, çevre ile ilişkilerde hakimiyet kurmaya da utanç duygusu ile etkileşim halinde katkıda bulunması, dini yönelimlerin psikolojik iyilik halinin olumlu gelişimine bir yarar sağlamadığı söylenebilir. Öte yandan psikolojik iyilik halinin bütün olumlu göstergelerinde kızların kendilerini daha iyi hissetmeleri, en azından üniversite ortamının kızların sağlığına olumlu katkıda bulunduğuna işaret etmektedir. Dolayısıyla uygulamaya yönelik çalışmalarda, üniversite eğitiminin önemli sayılabilecek katkısı, bu alanda özellikle erkekler açısından da bağımsızlık-bireyleşme teşvik edilirken, utanç duygularının azaltılmasının önemi göz önünde bulundurulmalıdır.

## KAYNAKLAR

- Abe, A.J.A. "Self-esteem, perception of relationship, and emotional distress: A cross-cultural study." *Personal Relationship*, 11, 2004: 231-247.
- Alessandri, S.M. ve M. Lewis. "Differences in pride and shame in maltreated and nonmaltreated preschoolers." *Child Development*, 67, 1996: 1857-1869.
- Allan, S., P. Gilbert ve K. Goss. "An exploration of shame measures: II: Psychopathology." *Personality and Individual Differences*, 17, 1994:719-722.
- Allport, G.W. "Religious context of prejudice." *Journal for the Scientific Study of Religion*, 5, 1966: 447-457.
- Allport, G. W. ve J. M. Ross. "Personal religious orientation and prejudice." *Journal of Personality and Social Psychology*, 5, 1967: 432-433.
- Arndt, J., J.L. Goldenberg. "From self-awareness to shame-proneness: Evidence of causal sequence among women." *Self and Identity*, 3, 2004: 27-37.
- Baker, M. ve R. Gorsuch. "Trait anxiety and intrinsic-extrinsic religiousness." *Journal for the Scientific Study of Religion*, 21, 1982: 119-122.
- Barrett, K.C., C. Zahn-Waxler ve P.M. Cole, "Avoiders versus amenders-Implications for the investigation of guilt and shame during toddler-hood?" *Cognition and Emotion*, 7, 1993: 481-505.
- Batson, C:D., ve W.L. Ventis. *The Religion Experience*. New York, N.Y: Oxford University Pres. 1982.
- Batson, C.D. ve P.A. Schoenrade. "Measuring religion as quest: Validity Concerns," *Journal for the Scientific Study of Religion*, 30, (4), 1991: 416-430.

- Batson, C.D., P.A. Schoenrade ve W.L. Ventis. Religion and the Individual. A Social Psychological Perspective. New York: Oxford University Press. 1993.
- Baumeister, R. F., A. M. Stillwell ve T.F. Heartherton. "Guilt: An interpersonal Approach." *Psychological Bulletin*, 115, 2, 1994: 243-267.
- Baumeister, R. F., A. M. Stillwell ve T.F. Heartherton. Interpersonal Aspects of Guilt: Evidence from Narrative Studies. In J.P. Tangney ve K.W. Fischer (Eds), *Self-Conscious Emotions*. New York: The Guilford Pres.1995.
- Benet-Martinez, V. ve Karakitapoğlu-Aygün, Z. "The interplay of cultural syndromes, and personality in predicting life-satisfaction: Comparing Asian-and European-Americans." *Journal of Cross-Cultural Psychology*, Vol.34, 2003, 38-60.
- Bergin, A. E., K. S. Master ve P. S. Richards. "Religiousness and mental health reconsidered: A study of an instrinsicially religious sample." *Journal Of Counseling Psychology*, 34, 1987: 197-204.
- Bergin, A. E. "Psychotherapy and religious values." *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 1980a: 95-105.
- Bergin, A. E. "Religiosity and humanistic values: A reply to Ellis and Walls." *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 1980b: 642-645.
- Bergin, A. E. "Religiosity and psychological well-being: A critical re-evaluation and meta-analysis." *Professional Psychology: Research and Practice*, 14, 1983: 170-184.
- Bergin, A. E., K. S. Masters ve P. S., Richards. "Religiousness and psychological well-being re-considered: A study of an intrinsically religious sample." *Journal of Counselling Psychiatry*, 34, 1987: 197 – 204.



- Bettencourt, B. A. ve N. Doff. "Collective self-esteem as a mediator of the relationship between allocentrism and subjective well-being." *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 1997: 955-964.
- Bretherton, I., J. Fritz, C. Zahn-Waxler ve Ridgeway. "Learning to talk about emotions: A functionalist perspective." *Child Development*, 57, 1986: 529-548.
- Broucek, F. *Shame and the Self*. New York: Guildford. 1991.
- Chau, L.L., R.C. Johnson, J.K. Bowers, T.J. Darvill ve G.P. Danko. "Intrinsic and extrinsic religiosity as related to conscience, adjustment, and altruism." *Personality and Individual Differences*, Vol. 11. No. 4. 1990:397-400.
- Cohen, S. ve T.A. Wills. "Stres, social support and the buffering hypothesis." *Psychological Bulletin*, 98, 2, 1985: 310-357.
- Crawford, M. E., P. J. Handel ve R. L. Weiner. "The relationship between religion and mental distress." *Review of Religious Research*, 31, 1989: 16-22.
- Cross, S.E. "Self Construals, Coping, and Stress in Cross-Cultural Adaptation." *Journal of Cross-Cultural Psychology*, Vol. 26 No.6, 1995.
- Cummings, E.M., B. Hollenbeck, R.J. Iannotti, M. Radke-Yarrow ve C. Zahn-Waxler. Early organization of altruism and aggression: Developmental patterns and individual differences. In C. Zahn-Waxler, E.M. Cummings ve R.J. Iannotti. (Eds.). *Altruism and aggression: Biological and Social Origins*. New York: Cambridge University Press. 1986.
- Çukur, C.Ş. "Kültürün psikoloji bilimindeki yeri üzerine görüşler." *Türk Psikoloji Yazıları*, 1, 3, 1999:1-16.
- Derogatis, L.R. *The brief symptom Inventory (BSI), Administration, scoring and procedures Manual=II*. Clinical Psychometric Research Inc. 1992.

- Dinnel, D.L., R.A. Kleinknecht ve J. Tanaka-Matsumi. "A cross-cultural comparison of social phobia symptoms." *Journal of psychopathology and Behavioral Assessment*, 24, 2002:75-84.
- Donahue. M. J. "Intrinsic an extrinsic religiousness:Review and meta analysis." *Journal Of Personality And Social Psychology*, 48, 1985: 400-419.
- Donahue M. J. "Intrinsic an extrinsic religiousness:The emprical research." *Journal For The Scientific Study Of Religion*, 24, 1985: 418-432.
- Edelmann, R.J. ve F. Neto. "Self-reported expression and consequences of embarrassment in Portugal and the U.K." *International Journal of psychology*, 24, 1989: 351-366.
- Ellis, A. "Psychotherapy and atheistic values: A response to A. E. Bergin's 'psychotherapy and religious values.'" *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 1980: 635 – 639.
- Ellison, C.G. ve L.K. George. "Religious involvement, social ties, and social support in a southeastern community." *Journal for The Scientific Study of Religion*, 33 (1), 1994: 46-61.
- Earnshaw, E.L. "Religious orientation and meaning in life: An exploratory study." 2000.
- Ferguson, T. J., H. Stegge ve I. Damhuis. "Children's understanding of guilt and shame." *Child Development*, 62, 1991: 827-839.
- Field, A. *Discovering Statistics using SPSS for Windows*. London: Sage Publications. 2004.
- Fischer, A. H., A. S. R. Manstead ve P. M. Rodriguez Mosquera. "The role of honour related vs. indivudualistic values in conceptualizing pride, shame, and anger:

Spanish and Dutch Cultural Prototypes." *Cognition And Emotion*, 13 (2), 1999: 149-179.

Fischer, A.H., A.S.R. Manstead, P.M.R. Mosquera ve A.E.M. van Vianen. "Gender and culture differences in emotion." *Emotion*. Vol. 4, No.1. 2004: 87-94.

Francis, L.J. ve C. "Wilcox. Religion and gender orientation." *Personality Individual Differences*, Vol. 20, No. 1, 1996:119-121.

Gartner, J., D. Larson ve G. Allen. "Religious commitment and mental health: A review of the emprical literature." *Journal of Psychology and Theology*, 19 (1). 1991: 6-25.

Genia, V. "I, E, Quest, and fundamentalism as predictors of psychological and spiritual well-being." *Journal for the Scientific Study of Religion*, 35, 1996:56-64.

Genia, V. ve D. G. Shaw. "Religion, intrinsic-extrinsic orientation, and depression." *Review of Religious Research*, 32, 1991: 274-283.

Gilbert, P., J. Pehl ve S. Allan. "The phenomenology of shame and guilt:An empirical investigation." *British Journal of Medical Psychology*, 67, 1994: 23-36.

Gilbert, P. "The relationship of shame , social anxiety and depression: The role of the evaluation of social Rank." *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7, 2000: 174-189.

Gore, E. J. ve O. J. Harvey. "A factor analysis of a scale of shame and guilt: dimensions of conscience questionnaire." *Personality And Individual Differences*, 19 (5), 1995: 769-771.

Gorsuch, R.L. "Psychology of religion." *Annual Review of Psychology*, 39, 1988: 201-221.

- Gorsuch, R. L. ve S. E. McPherson. "Intrinsic/Extrinsic measurement: I/E-revised and single-item scales." *Journal for the Scientific Study of Religion*, 28, 1989: 348-358.
- Gorsuch, R. L. ve G. D Venable. "Development of an "Age-Universal" I-E scale." *Journal for the Scientific Study of Religion*, 12, 1983: 181-197.
- Göregenli, M. "Kültürümüz açısından bireycilik-toplulukçuluk eğilimleri: Bir başlangıç çalışması." *Türk Psikoloji Dergisi*, 10, 1995:1-14.
- Gramzow, R. ve J.P. Tangney. "Proneness to shame and the narcissitic personality." *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 1992: 369-376.
- Gudykunst, W. B., Matsumoto, Y., Ting-Toomey, S., & Nishida, T. "The influence of cultural individualism-collectivism, self-construals, and individual values on communication styles across cultures." *Human Communication Research*, 22, 1996:510-543.
- Harder, D.W., ve A. Zalma. "Two promising shame and guilt scales: A construct validity comparison." *Journal of Personality Assessment*, 55, 1990: 729-745.
- Harder, D.W., L. Cutler ve L. Rockart. Assessment of shame and guilt and their relationship to psychopathology." *Journal of Personality Assessment*, 59(3), 1992: 584-604.
- Harder, D.W. Shame and Guilt Assessment, and Relationships of Shame and Guilt-Proneness to psychopathology. In J.P. Tangney ve K.W. Fischer (Eds), *Self-Conscious Emotions*. New York: The Guilford Pres.1995.
- Heine, S. ve D. R. Lehman. "Cultural variation in unrealistic optimism: Is the west more vulnerable than the east?" *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 1995:595-607.

- Herek, G.M. "Religious orientation and prejudice: A comparison of racial and sexual attitudes." *Personality and Social Psychology Bulletin*, 13(1), 1987:34-44.
- Hood, R.W. "Religious orientation and the report of religious experience." *Journal for the Scientific Study of Religion*, 9, 1970:285-91.
- Idler, E.L. "Religious involvement and the health of the elderly." *Social Forces*, 66, 1987: 226-238.
- İmamoğlu, E.O. "Individuation and relatedness: Not opposing but distinct and complementary." *Genetic Social and General Psychology Monographs*, 129(4), 2003:367-402.
- İmamoğlu, O. "Individualism and Collectivism in a Model and Scale of Balanced Differentiation and Integration." *Journal of Psychology*, Vol. 132, Issue 1, p95, 11p. 1998.
- Kagan J. ve S. Lamb. (Eds.). *The Emergence of Morality in Young Children*. Chicago: University of Chicago Press. 1987.
- Kağıtçıbaşı, Ç. A Critical Appraisal of Individualism and Collectivism: Toward a New Formulation. In U. Kim, H.C. Triandis, Ç. Kağıtçıbaşı, and G. Yoon (Eds.), *Individualism and Collectivism*. Thousand Oaks, CA: Sage publication. 1994.
- Kağıtçıbaşı, Ç. *Kültürel Psikoloji: Kültür bağlamında insan ve aile*. İstanbul:Altan Matbaacılık Lti. Şti., 1998.
- Kahoe, R. D. ve M. J. Meadow. "A developmental perspective on religious orientation dimensions." *Journal of Religion and Health*, 20, 1981: 8-17.
- Karakitapoğlu-Aygün, Z. "Self-construal, perceived parenting styles and well-being in different cultural and socio-economic contexts". (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara: ODTÜ, 2002.

- Kashima, Y., S. Yamaguchi, U. Kim, S. Choi, M.J. Gelfand ve M. Yuki. "Culture, gender, and self: A perspective from individualism-collectivism research." *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 1995: 925-937.
- Kim, Y., T. Kasser ve H. Lee. "Self concept, aspirations, and wellbeing in South Korea and United States." *The Journal of Social Psychology*, v.143, i.3. 2003: p 277(14).
- Kirkpatrick, L. A. "A psychometric analysis of the Allport–Ross and Feagin measures of the intrinsic–extrinsic religious orientation." *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 1, 1989:1–31.
- Kirkpatrick, L. A. ve R.W., Jr. Hood. "Intrinsic-extrinsic religious orientation: The boon or bane of contemporary psychology of religion?" *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29, 1990: 442-462.
- Kitayama, S., M.R. Markus ve H. Matsumoto. Culture Self and Emotion : A cultural perspective on "self-conscious emotions. In J.P. Tangney ve K.W. Fischer (Eds), *Self-Conscious Emotions*. New York: The Guilford Pres.1995.
- Kitayama, S., H.R. Markus ve M. Kurokawa. "Culture, emotion, and well-being: Good feelings in Japan and the United States." *Cognition and Emotion*, 14, 2000: 93-124.
- Kitayama, S., M. Karasawa ve B. Mesquita. Collective and Personal Processes in regulating emotions: Emotion and Self in Japan and US. IN P. Philippot and R.S. Feldman (Eds), *The Regulation of Emotion*. Lawrence Erlbaum. 2004.
- Koenig, H. G. "Religion and older men in prison." *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 10, 1995: 219–230.
- Kopper, B.A. ve D.L. Epperson. "The experience and expression of anger: Relationships with gender, gender role socialization, depression, and mental



- health functioning.” *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 43, No. 2. 1996: 158-165.
- Kraft, W.A., W.J. Litwin ve S.E. Barber. “Religious orientation and assertiveness: relationship to death anxiety.” *Journal of Social Psychology*. 127, 1987:93-95.
- Kring, A.M., ve A.H. Gordon. “Sex differences in emotion: Expression, experience, and physiology.” *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1998:686-703.
- Kurt, A. “Benlik tipleri ile ilgili üç kavramsal model ve ölçeğin kültür ve toplumsal cinsiyetle ilişkili olarak karşılaştırılması.” (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara: ODTÜ, 2000.
- Kwan, V. S. Y., M. H. Bond ve T. M. Singelis. “Pancultural explanations for life satisfaction: Adding relationship harmony to self-esteem.” *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1997: 1038-1051.
- Lansky, M.R. Shame and domestic violence. In D.L. Nathanson (Ed.), *The many of shame*. New York: Guilford, 1987.
- Larry Ventis, W. “The relationships between religion and mental health.” *Journal of Social Issues*, 51 (2),1995: 33-49.
- Leith, K. P. ve R. F. Baumeister. “Empathy, shame, guilt, and narratives of interpersonal conflicts: Guilt prone people are better at perspective taking.” *Journal of Personality*, 66, 1998: 1-38.
- Leong, F. T. L. ve P. Zachar. “An evaluation of Allport's Religious Orientation Scale across one Australian and two United States samples.” *Educational and Psychological Measurement*, 50, 1990: 359–368.

Lewis M., M. W. Sullivan, C. Stanger ve M. Weis. "Self development and self-conscious emotions." *Child Development*, 60, 1989: 146-156.

Lewis, M., S. M. Alessandri ve M. W. Sullivan. "Differences in shame and pride as a function of children's gender and task difficulty." *Child Development*, 63, 1992: 630-638.

Lewis, M. *Shame: The Exposed Self*. The Free Press, New York. 1992

Lewis, H.B. *Shame and guilt in neurosis*. New York: International Universities Press. 1971.

Lewis, H. B. "Sex differences in superego mode as related to sex differences in psychiatric illness." *Social Science And Medicine*, 12B, 1978: 199-205.

Lewis, H.B. Introduction: Shame-the "sleeper" in psychopathology. In H.B. Lewis (Ed.), *The role of shame in symptom formation*. Hillsdale, N.J: Erlbaum. 1987a

Lewis, H.B. The role of shame in depression over the life span. In H.B. Lewis (Ed.), *The role of shame in symptom formation*. Hillsdale, N.J: Erlbaum. 1987b.

Lindsay-Hartz, J. "Contrasting Experiences of shame and guilt." *American Behavioral Scientist*, 27, 6 1984: 689-704.

Lindsay-Hartz, J., J. De Rivera ve M.F., Mascolo. Differentiating guilt and shame and their effect on motivation. In J.P. Tangney ve K.W. Fischer (Eds), *Self-Conscious Emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride*. New York: The Guilford Press. 1995.

Lutwak, N.ve J. R. Ferrari. "Moral affect and cognitive processes: Differentiating shame from guilt among men and women." *Personality And Individual Differences*, 21 (6), 1996: 891-896.

- Madson, L., Trafimow, D. (2001). "Gender comparisons in the private, collective, and allocentric selves." *The Journal of Social Psychology*, 141, 551-559.
- Maltby, J. "The internal structure of a derived, revised, and amended measure of the religious orientation scale: the 'Age-Universal' I-E Scale-12." *Social Behavior and Personality*, 27, 1999a: 407-412.
- Maltby, J. ve Lewis, C.A. "Measuring intrinsic and extrinsic orientation towards religion: Amendments for its use among religious and non-religious samples." *Personality and Individual Differences*, 21, 1996: 937-946.
- Maltby, J. ve L. Day. "Depressive symptoms and religious orientation: examining the relationship between religiosity and depression within the context of other correlates of depression." *Personality and Individual Differences*, 28, 2000: 383-393.
- Maltby, J., C. A. Lewis ve L. Day. "Religious orientation and psychological well-being: the role of the frequency of personal prayer." *British Journal of Health Psychology*, 4, 1999: 363-378.
- Maltby, J. "The internal structure of a derived, revised, and amended measure of the religious orientation scale: the 'Age-Universal' I-E Scale-12." *Social Behavior and Personality*, 27, 1999a: 407-412.
- Maltby, J. ve L. Day. "Should never the Twain meet? Integrating models of religious personality and religious mental health." *Personality and Individual Differences*, Vol. 36. Issue 6, 2004: 1275-1290.
- Maltby, J. ve L. Day. "Amending a measure of quest religious orientation: Applicability of the scale's use among religious and non-religious persons." *Personality and Individual Differences*, 25, 1998:517-522.

- Markus, H. R. ve S. Kitayama. "Culture and self: Implicationfor cognition, emotion, and motivation." *Psychological Review*, 98 1991: 224-253.
- Miller, S. *Shame in Context*. New York: Norton, 1996
- Morrison, N.K. The role of shame in schizophrenia. In H.B. Lewis (Ed.), *The role of shame in symptom formation*. Hillsdale, N.J: Erlbaum. 1987.
- Moscovitch, D.A., S.G. Hofmann ve B.T. Litz. "The impact of selfüconstruals on social anxiety: a gender specific interaction." *Personality and Individual Differences*, 2004.
- Nathanson, D.L. A timetable for shame. In D.L. Nathanson (Ed.), *The many of shame*. New York: Guilford, 1987.
- Nelson, P. B. "Ethnic differences in intrinsic/extrinsic religious orientation and depression in the elderly." *Archives of Psychiatric Nursing*, 3, 1989: 199 – 204.
- Nelson, P. B. "Intrinsic/extrinsic religious orientation of the elderly: Relationship to depression and self-esteem." *Journal of Gerontological Nursing*, 16,1990: 29–35.
- Nolen-Hoeksema, S., J.S. Girgus, ve M.E.P. Seligman. "Sex differences in depression and explanatory style in children." Presented at the meetings of the Eastern Psychological Association, 1987.
- Norasakkunkit. V. ve S. M. Kalick. "Culture, ethnicity, and emotional distress measures: The role of self-construal and self enhancement." *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33, 2002: 56-70.
- O'Connor, L.E., J.W. Berry ve J. Weiss. "Interpersonal guilt, shame and psychological problems." *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18, 1999:181-203.

- Okazaki, S. "Sources of ethnic differences between Asian American and White American college students on measures of depression and social anxiety." *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 1997: 52-60.
- Okazaki, s. "Asian American and White-American differences on affective distress symptoms: Do symptom reports differ across reporting methods?" *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 2000:603-625.
- Okazaki , S. "Asian-American and White-American differences in expressions on social anxiety: A replication and extension". *Cultural Diversitiy and Ethnic Minority Psychology*, 8(3), 2002d:234-247.
- Pargament, K.I., B.W. Smith, H.G. Koenig ve L. Perez. " Patterns of positive and negative peligious coping with major life stressors". *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37 (4), 1998: 710-724.
- Park, C., L. H Cohen ve L. Herb. "Intrinsic religiousness and religious coping as life stress moderators for Catholics versus Protestants." *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1990: 562-574.
- Ryan, R. M., Rigby, S. Ve King, K. "Two types of religious internalisation and their relations to religious orientations and mental health." *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1993: 586-596.
- Pulakos, J. "Family environment and shame: Is there a relationship?" *Journal of Clinical Psychology*, 52 (6), 1996: 617-623.
- Raeff, C. (1997). "Individuals in Relationships: Cultural Values, Children's Social Interactions, and The Development of an American Individualistic Self." *Developmental Review*, !7, 205-238

- Richards, P.S., S.A. Smith ve L.F. Davis, "Healthy and unhealthy forms of religiousness manifested by psychotherapy clients: An empirical investigation." *Journal of Research in Personality*, 23, 1989: 506-524.
- Richards, P.S. "Religious Devoutness in College Students: Relations with emotional adjustment and psychological separation from parents." *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 38. No.2. 1991: 189-196.
- Ryff, C.D. "Beyond ponce de leon and life satisfaction: New directions in quests of successful aging." *International Journal of Behavioral Development*, 12. 1989: 35-45.
- Savaşır, I. ve N.H. Şahin (Eds). *Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*. Türk Psikoloji Derneği Yayınları. Ankara: 1997.
- Schumaker, J.R. (Ed). *Religion and Mental Health*. New York: Oxford University Press. 1992.
- Sedikides, C., Brewer, M.B. (2001). Individual self, relational self and collective Self: Partners, Opponents, or Strangers. In C. Sedikides and M.B. Brewer(Eds.), *Individual Self, Relational Self, Collective Self*. Philadelphia: Psychology Press/Taylor Francis.
- Sharkey, P. W. ve Malony, H. N. "Religiosity and emotional disturbance: A test of Ellis's thesis in his own counselling center." *Psychotherapy*, 23, 1986: 640 – 641.
- Singelis, T. M. "The measurement of independent and interdependent self-construals." *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 1994: 580-591.
- Singelis, T. M., ve W. Sharkey. "Culture, self-construal, and embarrassability." *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 26, 1995: 622-644.



- Sinha, J.P. ve J. Verma. Social support as a moderator of the relationship between allocentrism and psychological well-being. In U. Kim. H. C. Triandis, Ç. Kağıtçıbaşı, S.C. Choi ve G. Yoon (Eds), *Individualizm and collectivism: Theoriy, method and applications*. Thousand Oaks CA: Sage. 1994.
- Spilka. B., R.W. Hood ve R.L. Gorsuch. *The Psycholohy of Religion: An Emprical Approach*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice –Hall. 1985.
- Spilka. B., R.W. Hood, Jr., B. Hunsberger, R. Gorsuch. *The psycholohy of religion: An emprical approach*. Third Edition. New York: Guildford Pres. 2003.
- Steinitz, I.Y. "The local churc as support for the elderly." *Journal of gerentological social work*, 4(2), 1981:43-53.
- Stipek, D. "Differences between americans and chinese in the circumstances evoking pride, shame, guilt." *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 29 (5), 1998: 616-629.
- Suh, E., E. Diener, S. Oishi ve H. C. Triandis. "The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms." *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1998: 482-493.
- Şahin, N. H. ve A. Durak. "Kısa semptom envanteri: Türk gençleri için uyarlaması." *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31) 1994: 44-56.
- Takata, T. "Self-depreciative tendencies in self-evaluation through social comparison." *Japanese Journal of Experimental Social Psychology*, 27 (1), 1987:27-36.
- Tangney, J. P. "Moral affect: The good, the bad and the ugly." *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 1991: 598-607.
- Tangney, J.P. "Situational determinants of shame and guilt in young adulthood." *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 1992:199-206.

- Tangney, J.P. Shame and guilt in interpersonal relationship. In J.P. Tangney ve K.W. Fischer (Eds), *Self-Conscious Emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride*. New York: The Guilford Press.1995.
- Tangney, J. P. "Conceptual and methodological issues in the assesment of shame and guilt." *Behaviour Research And Therapy*, 34 (9),1996: 741-754.
- Tangney, J. P., P. E. Wagner, C. Flecter ve R. Gramzow. "Shamed into anger:The relation of shame and guilt to anger and self-reported aggression." *Journal Of Personality And Social Psychology*, 62 (4), 1992: 669-675.
- Tangney, J. P., P. E. Wagner ve R. Gramzow. "Proneness to shame, proneness to guilt and psychopathology." *Journal Of Abnormal Psychology*, 102, 1992: 469-478.
- Tangney, J.P., S.A. Burggraf, P.E. Wagner. Shame-Proneness, Guilt-Proneness, and Psychological Symptoms. In J.P. Tangney ve K.W. Fischer (Eds), *Self-Conscious Emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride*. New York: The Guilford Press.1995.
- Tangney, J. P., P. E.Wagner, D. Hill-Barlow ve D. E. Marschall, R. Gramzow. "Relation of shame and guilt to constructive versus destructive responses to anger across the lifespan." *Journal of Personality And Social Psychology*, 70 (4), 1996: 797-809.
- Tagney, J. P., R. S. Miller, L. Flicker ve D. H. Barlow. "Are shame, guilt, and embarrassment distinct emotions?" *Journal of Personality And Social Psychology*, 70, 1996: 1256-1269.
- Tangney, J. P., P. Salovey. Problematic social emotions: Shame, guilt, jealousy, and envy. In Kowalski, Robin M., Leary, Mark R. ve ark., (Eds.). *The social psychology of emotional and behavioral problems: Interfaces of social and clinical psychology*. Washington: American Psychological Association, 1999.

- Tangney, J.P., R.L., Dearing, P.E. Wagner ve R.Gramzow. The test of self-conscious affect-3 (TOSCA-3). George Mason University, Fairfax, VA. 2000.
- Tangney J.P., ve R.L. Dearing. Shame and Guilt. New York: Guilford Press. 2002.
- Tafarodi, R.W., J.M. Lang ve A.J. Smith. "Self-esteem and the cultural trade-off: Evidence for the role of individualism-collectivism." *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 30, 1999:620-640.
- Thompson, E.H. "Beneath the status characteristics: Gender variations in religiousness." *Journal for the Scientific Study of Religion*, 30, 1991: 381-394.
- Ting-Toomey, S., Oetzel, J.G., Kimberlie, Y.J. (2001). Self Construal Types and Conflict Management Styles. *Communication Reports*, Vol. 14, Issue 2.
- Tisak, M.D. ve J.H. Blok. "Preschool children's evolving conceptions of badness: A longitudinal study." *Early Education and Development*, 1(4), 1990: 300-307.
- Tracy, J. S. ve R. W. Robins. "Putting the self into self-conscious emotions: A theoretical model." *Psychological Inquiry*, 15, 2, 2004: 103-125.
- Triandis, H.C., K. Leung, M.J. Villeral ve F.L. Clack. "Allocentric versus idiocentric tendencies: Convergent and discriminant validation." *Journal of Research in Personality*, 18. 1985: 395-415.
- Triandis, H.C. "The Self And Social Behavior In Differing Cultural Contexts." *Psychological Review*, Vol. 96, No.3 1989: 506-520.
- Triandis, H.C., D.K.S. Chan, D.P.S. Bhawuk, S. Iwao ve J.B.P. Sinha. "Multimethod probes of allocentrism and idiocentrism." *International Journal of Psychology*, 30, 1995:461-480.
- Triandis, H.C., (1994). Theoretical and Methodological Approaches to the Study of Collectivism and Individualism. In U. Kim, H.C. Triandis, Ç. Kağıtçıbaşı, S.C.

Choi, G. Yoon (Eds.), *Individualism and Collectivism* (pp.41-52). London: Sage publication.

Verkuyten, M. ve K. Mason. "Culture and gender differences in the perception of friendship by adolescents." *International Journal of Psychology*, 31 1996: 207-217.

Verkuyten, M. ve G.A. Kwa. "Ethnic self-identification and psychological well-being among minority youth in the Netherlands." *International Journal of Adolescence and Youth*, 25, 1994: 19-34.

Ventis, W.L. "The relationship between religion and mental health". *Journal of Social Issues*. Vol. 51, No. 2, 1995: 33-48.

Wallbott, H.G. ve K.R. Scherer. Cultural determinants in experiencing shame and guilt. In J.P. Tangney ve K.W. Fischer (Eds), *Self-Conscious Emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride*. New York: The Guilford Press. 1995.

Watson, P. J., R. J. Morris ve Hood, R. W. "Anti-religious humanistic values, guilt, and esteem." *Journal for The Scientific Study of Religion*, 26, 1987: 535-546.

Watson, P. J., R. J. Morris ve Hood, R. W. "Sin and self-functioning: depression, assertiveness and religious commitments." *Journal of Psychology and Theology*, 17, 1989: 44-48.

Wicker, F.W., G.C. Payne, R.D. Morgan. "Participant descriptions of shame and guilt." *Journal of Motivation and Emotion*, 7, 1983: 25-39.

Wurmser, L. Shame: The veiled companion of narcissism. In D.L. Nathanson (Ed.), *The many faces of shame*. New York: Guilford Pres. 1987.

Yamada, A.M., Singelis, T.M. "Biculturalism and Self-Construction." *International Journal of Intercultural Relations*, Vol. 23, No. 5, 1999:697-709.

Wulff, D.M. *Psychology of religion: classic and contemporary*. Second Edition. John Wiley and Sons, Inc. 1997.



## EKLER

### EK 1

#### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1-Cinsiyetiniz:  1- Kız..... 2- Erkek

2-Yaşınız.....

3-Sınıfınız.....

4-Bölümünüz.....

5-Annenizin eğitim düzeyi:

1-Okur-yazar değil 2-İlkokul 3-Ortaokul 4-Lise 5-Üniversite 6-Lisansüstü

6-Babanızın eğitim düzeyi:

1-Okur-yazar değil 2-İlkokul 3-Ortaokul 4-Lise 5-Üniversite 6-Lisansüstü

7-Babanızın mesleği:

1-İşçi, tezgahdar, usta, çiftçi, çok az gelirli meslekler, vb

2-Memur, subay, küçük esnaf, vb.

3-Üst düzey bürokrat, serbest meslek sahibi (avukat, muhasebeci, vb. ), tüccar, vb.

4-Diğeri.....

8-Annenizin mesleği:

1-İşçi, tezgahdar, usta, çiftçi, çok az gelirli meslekler, vb

2-Memur, subay, küçük esnaf, vb.

3-Üst düzey bürokrat, serbest meslek sahibi (avukat, muhasebeci, vb. ), tüccar, vb.

4-Ev kadını

5-Diğeri.....

9-Yaşamınızın çoğunu geçirdiğiniz yer:

1-Köy

2-Kasaba

3-Şehir

4-Metropol (İstanbul, Ankara, İzmir)

5-Diğeri.....



## EK 2

## ÖZ BİLİNCE İLİŞKİN DUYUŞ TESTİ 3'ÜN FAKTÖR MADDELERİ, ÖZDEĞERİ, AÇIKLANAN VARYANS YÜZDELERİ VE YÜK DEĞERLERİ

Maddeler	Yükleri	r <sup>1</sup>	r <sup>2</sup>
<b>Faktör 1</b> (özdeğeri=3.29; açık. varyans=%4.77; $\alpha$ = .69; iki yar. =.72			
16c- “Keşke burada hiç olmasaydım” diye düşünürüm	.646	.37**	.63**
9b- “Çok kötü biri” olduğumu düşünürüm	.592	.26**	.62**
13b- O anda oradan yok olmak isterdim	.536	.39**	.64**
7a- Bir topu doğru dürüst atamayacak kadar beceriksiz olduğumu düşünürüm	.533	.26**	.55**
10d- “Aptalın biriyim” diye düşünürüm.	.434	.27**	.54**
2d- Bunun sadece bir kaza olduğunu düşünürüm.	-.421	.04	.18**
15a- Yetersiz ve sorumsuz biri olduğumu düşünürüm.	.415	.23**	.56**
9d- Yokuş aşağı araba kullanırken daha dikkatli olmadığım için kendimi kötü hissedirim	.363	.23**	.45**
2b- İstifa etmeyi düşünürüm.	.339	.17**	.26**
<b>Faktör 2</b> (özdeğeri=2.74; açık. varyans=% 3.97; $\alpha$ = -.24 iki yar. =-.68			
11e- Ödülü kabul etmemem gerektiğini düşünürüm.	.755	.04	.41**
11d- Kendimi yetkin hisseder ve gururlanırım.	.743	.20**	.23**
11c- Çok çalışmamın karşılığını (ödülünü) aldığımı düşünürüm	-.693	.23**	.27**
11a- Patronumun durumu iyi kavrayamadığımı düşünürüm.	.622	.14**	.55**
11b- Kendimi yalnız ve meslektaşlarımdan kopmuş gibi hissedirim.	.615	.26**	.59**
<b>Faktör 3</b> (özdeğeri=2.67; açık. varyans=% 3.87; $\alpha$ = .54, iki yar. =.56			
8d- Güvenilir bir insan olduğumu düşünürüm.	.550	.17**	.36**
6d- İyi bir iş çıkardığımı düşünürüm.	.513	.26**	.47**
6a- İkna etme konusunda sandığımdan daha iyi olduğumu düşünürüm.	.486	.33**	.49**
2a- Telaşlanır; “ya onu tamir etmeliyim, ya da başka birine	.412	.35**	.58**

tamir ettirmeliyim” diye düşünürüm.

3d- En iyi arkadaşımın eşine göz kulak olması gerektiğini düşünürüm..	.395	.30**	.57**
8e- Borcumu ödemiş olduğumdan dolayı kendimden hoşnutluk duyarım.	.363	.08*	.24**
4b- Bir günün bana yetecek kadar uzun olmadığını düşünürüm.	.338	.19**	.55**
8c- Bana yapılan iyiliğin karşılığını hemen vermek isterim.	.320	.22**	.32**

**Faktör 4** (özdeğeri=2.64; açık. varyans=% 3.83;  $\alpha$ = .19,

iki yar. =.22

12a- ”Bunun sadece bir eğlence olduğunu kimseye bir zarar vermediğini” düşünürüm.	.757	.19**	-.10*
12b- Kendimi küçülmüş, yerin dibine girmiş hissederim.	.712	.09*	.65**
12c- Arkadaşımın orada olup, kendini savunabilmesini isterdim.	.689	.10*	.64**
12d- Kusura bakmayın diye başlayarak o arkadaşımın olumlu yönlerinden söz ederim.	.674	.09*	.64**

**Faktör 5** (özdeğeri=2.35; açık. varyans=% 3.40;  $\alpha$ = .55,

iki yar. =.49

15d- “Arkadaşım yeni bir köpek alabilir” diye düşünürüm.	.535	.25**	.53**
16d- “Arkadaşım yeni süt beyazı bir halının üzerinde neden kırmızı şarap ikram etti” diye düşünürüm.	.521	.24**	.54**
15b- “Eğer arkadaşım köpeğini iyi terbiye etmiş olsaydı kaçmazdı” diye düşünürüm.	.474	.32**	.59**
9a- Hayvanın yolun ortasında olmaması gerektiğini düşünürüm.	.464	.27**	.55**
15c- Bir dahaki sefere çok daha dikkatli olacağıma yemin ederim.	-.398	.28**	.19**
10b- Hocanın benden hoşlanmadığını düşünürüm.	.367	.28**	.46**
13a- Patronum benden ne istediğini daha net bir şekilde dile getirseydi diye düşünürüm.	.357	.28**	.50**

**Faktör 6** (özdeğeri=2.30; açık. varyans=% 3.33;  $\alpha$ = .56,

iki yar. =.55

6c- “Korkağın biriyim” diye düşünürüm.	.577	.34**	.63**
4c- Projeyi başaramadığım için “firça yemeyi” hak ettiğimi düşünürüm.	.552	.27**	.55**

4a- Kendimi yetersiz hissederim.	.503	.31**	.57**
6b- Ertelemiş olduğum için pişmanlık duyarım.	.451	.21**	.49**
1a- “Düşüncesiz biri” olduğumu düşünürüm.	.410	.26**	.57**
14a- Bencil ve tembel olduğumu düşünürüm.	.360	.32**	.54**

**Faktör 7** (özdeğeri=2.17; açık. varyans=% 3.14;  $\alpha$ = .44,  
iki yar. =.24

5c- Sessiz kalmayı tercih eder ve iş arkadaşımın uzak dururum.	.726	.08	.40**
5d- Kendimi kötü hisseder ve durumu düzeltmek için çaba harcarım.	.666	.02	-.16**
5b- ”Ne yapalım hayat adil değil” diye düşünürüm.	.552	.23**	.75**
5a- Şirkette iş arkadaşımın hoşlanılmadığını düşünürüm.	.358	.32**	.80**

**Faktör 8** (özdeğeri=2.14 ; açık. varyans=% 3.10;  $\alpha$ = .54,  
iki yar. =.58

13d- “Ne yapalım, hiç kimse mükemmel değil” diye düşünürüm.	.618	.33**	.65**
10a- “Ne yapalım, bu sadece bir sınav” diye düşünürüm.	.605	.15**	.63**
4d- “Artık olan oldu” diye düşünürüm.	.510	.25**	.65**
9c- “Ne yapalım bu bir kaza” diye düşünürüm.	.440	.15**	.58**
7c- Bunun “sadece bir kaza” olduğunu düşünürüm.	.423	.04	.40**

**Faktör 9** (özdeğeri=2.10; açık. varyans=% 3.05;  $\alpha$ = .49,  
iki yar. =.44

14d- Başkalarına yardım etmiş olduğumdan dolayı kendimi çok iyi hissedirim	.649	.15**	.52**
14e- Kendimden çok hoşnut olurum.	.644	.17**	.63**
14c- “Daha az şanslı kişilere daha çok ilgi göstermeliyim” diye düşünürüm.	.450	.27**	.65**
1b- “Beni anlayışla karşılayacaktır” diye düşünürüm.	.425	.020	.65**

**Faktör 10** (özdeğeri=2.09; açık. varyans=% 3.03;  $\alpha$ = .33,  
iki yar. =.13

3c- Bu kadar etkileyici olduğum için memnuniyet duyarım.	.791	.29**	.84**
3b- Akıllı ve çekici olduğum için mutluluk duyarım.	.781	.28**	.84**

3e- Uzunca bir süre göz-göze gelmemeye çalışırım.	-.500	.21**	.27**
---	-------	-------	-------

---

**Faktör 11** (özdeğeri=1.84; açık. varyans=% 2.67;  $\alpha$ = .41,

iki yar. =.48

7b- Arkadaşımın topu yakalayabilmesi için daha fazla antrenman yapması gerektiğini düşünürüm.	.488	.25**	.52**
---	------	-------	-------

2c- Artık hiçbir şeyi sağlam yapmıyorlar diye düşünürüm.	.450	.28**	.54**
--	------	-------	-------

1d- Öğle yemeğinden önce, amirim/hocam kafamı karıştırdığı için randevuyu unuttuğumu düşünürüm.	.404	.34**	.59**
---	------	-------	-------

1c- Hemen arkadaşımı arayıp gönlünü almam gerektiğini düşünürüm.	.376	.02	-.04
--	------	-----	------

8b- Başıma şanssız olaylar geldiğini düşünürüm.	.370	.27**	.57**
---	------	-------	-------

---

\*\* p<.01 \*p<.05

$r^1$  Madde-toplam puan korelasyonu  $r^2$  Madde-altölçek toplam puan korelasyonu

Not: 3a, 6e, 7d, 8a, 10c, 13c, 14b, 16a, 16b maddelerin faktör yükü .32'nin altında olduğu için bu madde hiçbir faktör altında yer almamıştır.

## EK 3

**DİNİ YÖNELİM ÖLÇEĞİ MADDELERİ, MADDE PUAN ORTALAMA VE STANDART SAPMALARINI İLE MADDE-TOPLAM PUAN KORELASYONLARI**

Maddeler	X	S	r <sup>1</sup>
1. Dini inançlarımı, hayatımın diğer tüm alanlarına uygulamak için elimden geleni yapmaya çalışırım.	3.67	1.43	.77**
2. Dini inancın bana sağladığı en büyük yarar hüznün ve talihsizliklerle karşılaştığımda beni rahatlatmasıdır.	4.00	1.31	.55**
3. Hayata bakışımın temelinde dini inançlarım yatar.	3.78	1.37	.78**
4. Dua etmemin başlıca nedeni dua etmem gerektiğinin öğretilmesidir.	2.09	1.38	.30**
6. Dürüst ve ahlaklı bir yaşam sürdürdüğüm sürece, neye inandığım çok fazla önemli değildir. *	3.47	1.59	.61**
7. Şartlar engellemediği sürece; her gün beş vakit namaz kılarım.	3.30	1.65	.70**
8. Senede bir kere malımın zekatını veririm.			.59**
9. Şartlar engellemediği sürece; insanın ömründe bir kez hacca gitmesi gerektiğini düşünürüm	4.36	1.22	.78**
10. Kendi sosyal ve ekonomik refahımı korumak için zaman zaman dini inançlarımdan ödün vermenin gerektiğini düşünürüm.*	3.84	1.27	.26**
11. Dini amaçlı bir gruba katılacak olsam sadece kuran kurslarına yada toplumsal yardımı amaçlayan dini gruplara katıldım.	2.90	1.49	.36**
12. Dindar olmakla birlikte hayatta daha birçok önemli şey olduğuna inanıyorum	4.16	1.24	.36**
13. İnançım ile ilgili kitap okurum.	3.97	1.23	.57**
14. Dini tefeküre dalmak için zaman ayırmak benim açımdan önemlidir.	3.59	1.33	.76**
15. Dini bir cemaate üye olmamın bir nedeni toplum içinde bana mevkii kazandırmasıdır.	1.32	0.70	.17**
16. Çok sık olarak Allah'ın veya kutsal bir varlığın mevcudiyetini güçlü bir şekilde hissederim.	4.58	0.94	.62**
17. İbadet etmek bana, mutlu ve huzurlu bir hayat sağlamalıdır.	3.91	1.42	.47**
18. İnançlı biri olsam bile dinsel düşüncelerimin günlük yaşamımı ve ilişkilerimi etkilemesine izin vermem. *	2.91	1.56	.51**
19. Şartlar engellemediği sürece; ramazan ayında oruç tutarım.			.72**
20. İbadet yerleri iyi sosyal ilişkiler kurmam açısından çok önemlidir.	3.19	1.45	.66**
21. Dine ilgi duymamın başlıca nedeni ibadet yerlerinin bana sıcak bir sosyal ortam sağlamasıdır.	2.12	1.29	.44**
22. Hayatın anlamıyla ilgili pek çok soruyu cevaplandığı için din benim açımdan özellikle önemlidir.	4.11	1.24	.79**

23. İbadetin en önemli amacı kişiye huzur ve güven sağlamasıdır.	4.19	1.14	.44**
--	------	------	-------

\*\*p<.01 Ölçek maddesi ters yönlü olanlar (\*)



## EK 4

## DİNİ YÖNELİM ÖLÇEĞİ MADDELERİNE UYGULANAN TEMEL BİLEŞENLER ANALİZİ SONUÇLARI

Faktör 1 (İçsel dini yönelim)			Faktör2 (Dışsal-kişisel dini yönelim)			Faktör 3 (Dışsal-sosyal dini yönelim)		
Var. %=24.52			Var. %=17.23			Var. %=7.53		
$\alpha=.89$ ; iki yar.=.79			$\alpha=.74$ ; iki yar.=.82			$\alpha=.60$ ; iki yar.=.59		
MN	Yük	r	MN	Yük	r	MN	Yük	r
6	.767	.73**	23	.684	.64**	15	.648	.40**
14	.765	.81**	19	.636	.75**	21	.614	.71**
1	.765	.82**	12	.610	.59**	4	.613	.57**
3	.754	.82**	2	.549	.64**	20	.364	.70**
18	.739	.66**	9	.543	.74**	17	.334	.62**
7	.699	.75**	11	.455	.58**			
22	.576	.74**						
13	.553	.62**						
8	.520	.62**						
10	.404	.36**						
16	.443	.61**						

\*\*p<.01

Var.=Döndürme sonrası açıklanan varyans yüzdesi

MN= Madde no

Yük= Yüklenme

r=Madde-altölçek toplam puan korelasyonu



**EK 5****DİNİ YÖNELİM ÖLÇEĞİ TOPLAM VE ALT ÖLÇEK (FAKTÖR) TOPLAM  
PUANLARI ARASINDAKİ KORELASYONLAR**

	(1)	(2)	(3)
(1) DYÖ Toplam	-		
(2) Faktör 1	.92		
(3) Faktör 2	.81	.60	
(4) Faktör 3	.70	.49	.50

**\*\*p<.01**

## EK 6

### BENLİK KURGUSU ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki görüşlere ne derece katıldığınızı ya da katılmadığınızı belirtiniz.

**1. Etkileşimde bulunduğum otorite sahibi kişilere saygı duyarım.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**2. Yanlış anlaşılma riskini almaktansa, doğrudan “Hayır” demeyi tercih ederim.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**3. Grubum içerisinde uyumu korumak benim için önemlidir.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**4. Sınıf önünde konuşmak benim için sorun değildir.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**5. Mutluluğum çevremdekilerin mutluluğuna bağlıdır.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**6. Canlı bir hayal gücüne sahip olmak benim için önemlidir.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**7. Otobüste hocama yerimi veririm.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**8. Övgü veya ödül için ön plana çıkartılmak konusunda kendimi rahat hissederim.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**9. Alçakgönüllü insanlara saygı duyarım.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**10. Okulda da evde de aynı kişiyimdir.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**11. Grubumun yararına kendi menfaatimi feda ederim.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**12. Başlıca hedefim kendi ayaklarımın üzerinde durmaktır.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**13. Çoğu zaman insanlarla olan ilişkilerimin, kendi başarılarımdan daha önemli olduğunu düşünürüm.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**14. Kiminle birlikte olursam olayım, hep aynı şekilde davranırım.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**15. Eğitim/meslek planları yaparken ailemin tavsiyelerini göz önünde bulundurmam gerekir.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**16. Benden yaşça epey büyük olsalar bile, yeni tanıştığım insanlara isimleriyle hitap etmek konusunda rahatımdır.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**17. Grubumun aldığı kararlara saygı duymak benim için önemlidir.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**18. Yeni tanıştığım insanlara karşı açık ve içimden geldiği gibi davranmayı tercih ederim.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**19. Mutlu olmasam bile, bana ihtiyaç duyulan bir grubun içinde yer almayı sürdürürüm.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**20. Diğer insanlardan birçok yönden farklı ve kendime özgü olmak hoşuma gider.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**21. Kardeşim başarısızlığa uğrarsa kendimi sorumlu hissederim.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**22. Diğer insanlardan bağımsız kişiliğim benim için çok önemlidir.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**23. Grup üyelerinin fikirlerine kesinlikle katılmasam bile, tartışmaktan kaçınırım.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

**24. Sağlıklı olmayı her şeyden değerli görürüm.**

Hiç Katılmıyorum Pek Katılmıyorum Kararsızım Biraz Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

## EK 7

## KISA SEMPTOM ENVANTERİ

Aşağıda, insanların bazen yaşadıkları belirtiler ve yakınmaların bir listesi verilmiştir. Listedeki her maddeyi lütfen dikkatle okuyun. Daha sonra o belirtinin sizde bugün dahil son bir haftadır ne kadar var olduğunu uygun seçeneği işaretleyerek belirtiniz. Her bir madde için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir maddeyi atlamamaya özen gösteriniz.

Bu belirtiler sizde son bir haftadır ne kadar var?

## 1. İçinizde sinirlilik ve titreme hali

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

## 2. Baygınlık, baş dönmesi

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

## 3. Bir başka kişinin sizin düşüncelerinizi kontrol edeceği fikri

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

## 4. Başınıza gelen sıkıntılardan dolayı başkalarının suçlu olduğu duygusu

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

## 5. Olayları hatırlamada güçlük

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

## 6. Çok kolayca kızıp öfkelenme

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

## 7. Göğüs (kalp) bölgesinde ağrılar

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

## 8. Açık (meydanlık) yerlerden korkma duygusu

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

## 9. Yaşamınıza son verme düşünceleri

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

## 10. İnsanların çoğuna güvenilmeyeceği hissi

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

## 11. İştahta bozukluklar

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

## 12. Hiçbir nedeni olmayan ani korkular

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

## 13. Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**14. Başka insanlarla beraberken bile yalnızlık hissetmek**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**15. İşleri bitirme konusunda kendini engellenmiş hissetmek**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**16. Yalnızlık hissetmek**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**17. Hüzünlü, kederli hissetmek**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**18. Hiçbir şeye ilgi duymamak**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**19. Ağlamaklı hissetmek**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**20. Kolayca incinebilme, kırılmak**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**21. İnsanların sizi sevmediğine, kötü davrandığına inanmak**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**22. Kendini diğerlerinden daha aşağı görme**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**23. Mide bozukluğu, bulantı**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**24. Diğerlerinin sizi gözlediği yada hakkınızda konuştuğu duygusu**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**25. Uykuya dalmada güçlük**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**26. Yaptığınız şeyleri tekrar tekrar doğru mu diye kontrol etmek**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**27. Karar vermede güçlükler**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**28. Otobüs, tren, metro gibi umumi vasıtalarla seyahatlerden korkmak**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**29. Nefes darlığı, nefessiz kalmak**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**30. Sıcak, soğuk basmaları**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**31. Sizi korkuttuğu için bazı eşya yer yada etkinliklerden uzak kalmaya çalışmak**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**32. Kafanızın “bomboş” kalması**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**33. Bedeninizin bazı bölgelerinde uyuşmalar, karıncalanmalar**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**34. Günahlarınız için cezalandırılmanız gerektiği**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**35. Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**36. Konsantrasyonda (dikkati bir şey üzerinde toplama) güçlük/zorlanmak**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**37. Bedenin bazı bölgelerinde zayıflık güçsüzlük hissi**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**38. Kendini gergin ve tedirgin hissetmek**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**39. Ölme ve ölüm üzerine düşünceler**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**40. Birini dövme, ona zarar verme, yaralama isteği**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**41. Bir şeyleri kırma, dökme isteği**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**42. Diğerlerinin yanındayken yanlış bir şeyler yapmamaya çalışmak**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**43. Kalabalıklarda rahatsızlık duymak**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**44. Bir başka insana hiç yakınlık duymamak**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**45. Dehşet ve panik nöbetleri**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**46. Sık sık tartışmaya girmek**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**47. Yalnız bırakıldığında/kalındığında sinirlilik hissetmek**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**48. Başarılarınız için diğerlerinden yeterince takdir görmemek**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**49. Yerinde duramayacak kadar tedirgin hissetmek**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**50. Kendini değersiz görmek / değersizlik duyguları**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**51. Eğer izin verirsiniz insanların sizi sömüreceği duygusu**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**52. Suçluluk duyguları**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var

**53. Aklınızda bir bozukluk olduğu fikri**

Hiç yok    Biraz var    Orta derecede var    Epey var    Çok fazla var





## EK 8

**PSİKOLOJİK İYİLİK HALİ ÖLÇEĞİ MADDELERİ, MADDE PUAN ORTALAMA VE STANDART SAPMALARINI İLE MADDE-TOPLAM PUAN KORELASYONLARI**

Maddeler	X	S	r
1. Çoğu insan, beni sevecen ve şefkatli biri olarak tanır.	4.25	0.85	.25**
2. Etrafımdaki insanlara daha fazla benzemek için bazen düşünce ve hareket tarzımı değiştiririm. *	4.19	1.03	.42**
4. Ufkumu genişletecek eylemler ile ilgilenmem. *	4.53	0.80	.32**
5. Geçmişte yaptıklarımı ve gelecekte yapacaklarımı düşündüğümde genellikle kendimi iyi hissederim.	4.00	0.95	.50**
6. Hayatımı gözden geçirdiğimde yaşadıklarımın dolaylı memnuniyet duyarım.	3.87	1.02	.54**
8. Başka insanların düşüncelerine uymasa bile düşüncelerimi dile getirmekten korkmam.	4.46	0.77	.38**
9. Günlük hayatın zorunlulukları genellikle tüm gücümü tüketir. *	3.08	1.20	.48**
12. Genel olarak kendime güvenirim ve kendi hakkımda olumlu düşünürüm.	4.20	0.90	.66**
13. Kaygı ve düşüncelerimi paylaşacağım çok az yakın arkadaşım olduğundan kendimi çoğu zaman yalnız hissederim. *	3.26	1.45	.52**
14. Kararlarım başkalarının yaptıklarından pek etkilenmez.	3.86	1.00	.38**
15. Çevremdeki insanlarla ve toplumla pek uyum içinde sayılmam. *	4.07	1.19	.38**
17. Geleceğin çoğu zaman bana problemler getireceğine inandığımdan şimdiye odaklanmayı tercih ederim. *	3.54	1.26	.32**
18. Tanıdığım çoğu kişinin hayatta benden daha fazla şey elde ettiğini hiss ediyorum. *	3.23	1.19	.52**
19. Ailemdeki kişilerle ya da arkadaşlarımla özel duygu ve düşüncelerimi aktarmaktan ve onlarla karşılıklı olarak konuşmaktan keyif alırım.	4.43	0.99	.42**
22. Hayatım olduğu şekliyle güzel; yeni şeyleri denemek istemiyorum. *	3.94	1.07	.19**
23. Hayatımın bir yönü ve amacı var.	4.53	0.78	.35**
24. Fırsat verilseydi kendime ilişkin birçok şeyi değiştirdim. *	2.41	1.27	.46**
25. Yakın arkadaşlarımla problemleri hakkında benimle konuştuklarında iyi bir dinleyici olmak benim için önemlidir.	4.87	0.36	.26**
26. Kendimden hoşnut olmam diğer insanların beni onaylamasından daha önemlidir.	4.20	1.12	.14**

27. Çoğu zaman sorumluluklarımın altında ezildiğimi hissediyorum. *	2.85	1.24	.56**
30. Kişiliğimin çoğu yönünden hoşnudum.	4.34	0.84	.55**
35. Hayatta neyi başarmaya uğraştığımı pek iyi bilmiyorum. *	3.88	1.19	.48**
36. Geçmişte bazı hatalar yaptım fakat bütün olarak bakıldığında her şeyin en iyi şekilde çözüldüğünü düşünüyorum.	4.03	0.99	.49**
37. Dostluklarımdan çok şey kazandığımı düşünüyorum.	4.51	0.78	.39**
41. Geçmişte kendim için hedefler koyardım fakat şimdi bütün bunlar zamanı boşa harcamak gibi geliyor. *	4.10	1.13	.45**
43. Bana diğer insanların benden daha fazla arkadaşı var gibi görünüyor. *	3.60	1.33	.59**
44. Kendi ilkelerimi savunup yalnız kalmak yerine diğer insanlarla uyumlu olmayı tercih ederim.*	3.23	1.44	.24**
45. Her gün yapmak zorunda olduğum bütün bu şeyler ile baş edememek bende çok stres yaratıyor.	3.85	1.21	.45**
48. Genellikle kendimle ve yaşam tarzımla gurur duyarım.	4.17	0.93	.54**
49. İnsanlar beni fedakar ve zamanımı diğer kişilerle paylaşma arzusunda olan bir insan olarak tanımlarlar.	4.04	0.93	.23**
50. Genel kaniya uymasa bile görüşlerime güvenirim.	4.36	0.66	.46**
52. Bir birey olarak zaman içinde kendimi çok geliştirdiğimi sanıyorum.	4.03	0.92	.57**
53. Kendim için koyduğum planları yerine getirme açısından aktif biriyim.	4.05	0.95	.57**
56. Tartışmalı konularda fikrimi dile getirmek benim için zordur. *	3.73	1.22	.39**
62. Arkadaşlarım ya da ailem onaylamazsa verdiğim kararlardan genellikle vazgeçerim. *	3.33	1.31	.37**
65. Bazen kendimi hayatta yapılabilecek her şeyi yapmış gibi hissediyorum. *	3.69	1.14	.20**
66. Şimdiye kadarki hayatı yaşayış biçimim nedeniyle, yeni şeyler yapma konusunda cesaretim kırılmış olarak uyanıyorum. *	3.59	1.17	.58**
67. Arkadaşlarıma güvенеbileceğimi biliyorum. Onlar da bana güvенеbileceklerini bilirler.	3.69	1.31	.38**
68. Belirli bir şekilde düşünmem ya da davranmam için yapılan toplumsal baskılara boyun eğen biri değilim.	4.24	1.01	.29**
69. İhtiyaç duyduğum ilişkileri ve faaliyetleri gerçekleştirmede oldukça başarılı oldum.	4.05	0.89	.57**
71. Hayattaki amaçlarım benim için bir hayal kırıklığından çok bir tatmin kaynağı olmuştur.	4.03	0.98	.47**

72. Geçmişimde inişlerim, çıkışlarım olmuştur. Ancak genel hatlarıyla bakıldığında geçmişini değiştirmek istemezdim.	3.80	1.25	.43**
74. Hayatımda yapmış olduğum seçimleri diğer insanların nasıl değerlendirdikleri benim için önemlidir. *	2.67	1.27	.30**
75. Hayatımı beni tatmin edecek bir şekilde düzenlemede zorlanırım. *	3.30	1.16	.61**
76. Hayatımda büyük gelişmeler kaydetme ya da değişiklikler yapma uğraşından çok zaman önce vazgeçtim. *	4.14	1.00	.49**
78. Kendimi arkadaşlarım ve tanıdıklarımla kıyasladığımda kişiliğimden memnunum.	4.50	0.67	.44**
79. Arkadaşlarım ve ben birbirimizin sorunlarına anlayışla yaklaşırız.	4.47	0.80	.50**
80. Kendimi diğer insanların önem verdikleri değerlere göre değil kendi önemli gördüğüm düşüncelere göre değerlendiririm.	4.36	0.89	.27**
84. Herkesin zayıflıkları vardır, fakat benim zayıflıklarım olması gerekenden daha fazla gibi gözüküyor. *	3.73	1.13	.68**

\*\*p<.01

Ölçek maddesi ters yönlü olanlar (\*)

## EK 9

## PSİKOLOJİK İYİLİK HALİ ÖLÇEĞİ MADDELERİNE UYGULANAN TEMEL BİLEŞENLER ANALİZİ SONUÇLARI

Faktör 1 (Çevre ile İlişkilerde Hakimiyet Kurma)			Faktör2 (Kendini Kabul Etme)			Faktör 3 (Diğerleri ile Olumlu İlişkiler Kurma)		
Var. %=8.52 $\alpha$ =.83; iki yar.=.76			Var. %=8.49 $\alpha$ =.86; iki yar.=.83			Var. %=7.24 $\alpha$ =.77; iki yar.=.77		
MN	Yük	r	MN	Yük	r	MN	Yük	r
13	.624	.65**	53	.708	.73**	37	.608	.61**
43	.603	.65**	69	.571	.64**	1	.603	.63**
27	.589	.70**	52	.534	.67**	67	.556	.66**
24	.566	.62**	5	.511	.60**	25	.531	.44**
45	.536	.58**	71	.501	.58**	19	.526	.61**
84	.532	.67**	12	.499	.71**	49	.519	.61**
75	.504	.66**	48	.482	.66**	15	.515	.66**
9	.457	.62**	35	.468	.55**	79	.505	.64**
6	.418	.53**	23	.418	.52**			
18	.407	.60**	72	.386	.55**			
			36	.381	.60**			
			30	.375	.64**			
			78	.346	.53			

Faktör 4 (Özerklik)			Faktör 5 (Kişisel Gelişim)		
Var. %=4.92			Var. %=4.02		
$\alpha=.73$ ; iki yar.=73			$\alpha=.74$ ; iki yar.=.68		
MN	Yük	r	MN	Yük	r
14	.611	.60**	41	.521	.68**
80	.606	.48**	65	.501	.57**
2	.570	.53**	22	.478	.49**
8	.466	.51**	66	.465	.62**
74	.464	.56**	4	.403	.49**
62	.442	.58**	76	.394	.55**
50	.441	.46**	17	.337	.58**
26	.438	.40**			
68	.425	.49**			
56	.337	.51**			
44	.335	.52**			

\*\*P< .01

Var.=Döndürme sonrası açıklanan varyans yüzdesi

MN= Madde no

Yük= Yüklenme

r= Madde-altölçek toplam puan korelasyonu

## EK 10

**PSİKOLOJİK İYİLİK HALİ ÖLÇEĞİ TOPLAM VE ALT ÖLÇEK (FAKTÖR)  
TOPLAM PUANLARI ARASINDAKİ KORELASYONLAR**

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
(1)PİHÖ Toplam	-				
(2)PİHÖ Faktör 1	.85**				
(3)PİHÖ Faktör 2	.83**	.58**			
(4)PİHÖ Faktör 3	.57**	.41**	.55**		
(5)PİHÖ Faktör 4	.62**	.36**	.40**	.07	
(6)PİHÖ Faktör 5	.64**	.54**	.34**	.20**	.30**

\*\*p<.01

## EK 11

## ÖZGEÇMİŞ

<b>Kişisel Bilgiler</b>	
Adı Soyadı	: Fatma Gül Cirhinlioğlu
Doğum Yeri ve Tarihi	: Sivas, 1968
<b>Eğitim Durumu</b>	
Lisans Öğrenimi	: Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü
Yüksek Lisans Öğrenimi	: Cumhuriyet Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Bölümü
Bildiği Yabancı Diller	: İngilizce
<b>İş Deneyimi</b>	
Çalıştığı Kurumlar	: Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi, Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Ana Bilim Dalı, Cumhuriyet Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü.
<b>Tarih</b>	: 14.08.2006