



T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇOK BOYUTLU MÜKEMMELİYETÇİLİK VE
NARSİSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN KENDİNİ SABOTAJA ETKİSİ

YÜKSEK
LİSANS
TEZİ

FURKAN İLKER ÇELEBİ

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ANTALYA, 2019

**AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇOK BOYUTLU
MÜKEMMELİYETÇİLİK VE NARSİSİSTİK KİŞİLİK
ÖZELLİKLERİNİN KENDİNİ SABOTAJA ETKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Furkan İlker ÇELEBİ

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Demet EROL

Antalya, 2019

DOĞRULUK BEYANI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum bu çalışmayı, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yol ve yardıma başvurmaksızın yazdığımı, yararlandığım eserlerin kaynakçalardan gösterilenlerden oluştuğunu ve bu eserleri her kullanımda alıntı yaparak yararlandığımı belirtir; bunu onurumla doğrularım. Enstitü tarafından belli bir zamana bağlı olmaksızın, tezimle ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara katlanacağımı bildiririm.



05/07/2019

Furkan İlker ÇELEBİ

T.C.

AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

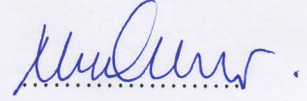
Furkan İlker ÇELEBİ'nin bu çalışması **05/07/2019** tarihinde jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı **Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık** Tezli Yüksek Lisans Programında **Yüksek Lisans Tezi** olarak **oy birliği** ile kabul edilmiştir

İMZA

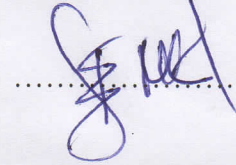
Başkan : Doç. Dr. Arzu TAŞDELEN KARÇKAY
(Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü)



Üye : Dr. Öğretim Üyesi Nur DEMİRBAŞ ÇELİK
(Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü)



Üye (Danışman): Prof. Dr. Demet EROL
(Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü)



YÜKSEK LİSANS TEZİNİN ADI: Üniversite Öğrencilerinde Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ve Narsisistik Kişilik Özelliklerinin Kendini Sabotaja Etkisi

ONAY: Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulunun tarihli ve sayılı kararıyla kabul edilmiştir.

Doç. Dr. Ramazan KARATAŞ

Enstitü Müdürü

Kendini keşfetmeye çabalayanlara...



TEŞEKKÜR

Sosyal bir varlık olan insan, diğler insanların kendisini nasıl algıladığına önem verir ve kendisi hakkındaki algısı da diğler bireylerden gelen geribildirimlerden etkilenir. Kendisine ilişkin olumlu bir algı içerisinde olmayı arzu eden birey, çevreden benlik algısını etkileyecek olumsuz geribildirimler gelmesini önlemek için algı manipülasyonu stratejilerine başvurabilir. Bu çerçevede bir algı manipülasyonu tekniği olan kendini sabotaj fenomeninin doğasını daha iyi anlamak önemli görülmüş ve bu araştırmanın konusu yapılmıştır.

Öncelikle tez yazım sürecimde verimli çalışabilmem için her türlü olanağı sağlayan, geleceğe umutla bakmamı sağlayan ve çabalarımı karşılıksız bırakmayan, değerli yorumları ve deneyimleri ile akademik yazım becerilerime yön veren tez danışmanım Prof. Dr. Demet EROL' a teşekkürlerimi sunarım.

Mesleki gelişimime değerli bilgileri ve geribildirimleri ile büyük katkılar sağlayan, aynı zamanda güler yüzlü, samimi ve destekleyici tavırları ile her zaman motive eden bireysel psikolojik danışma süpervizörüm Doç. Dr. Arzu TAŞDELEN KARÇKAY ve grupta psikolojik danışma süpervizörüm Doç. Dr. Sakine Gülfem ÇAKIR'a teşekkür ederim.

Tanıştığımız günden bugüne dürüst, fedakâr ve içten tavırlarıyla yanımda olan, tez yazım sürecimde gereken istatistik desteğini yoğun programına karşın esirgemeyen değerli dostum Ali Serdar YILDIZ'a; tez çalışmalarımın en yoğun olduğu dönemde yaşadığı tüm zorluklara karşın bana evinin kapılarını açan ve uzun süre misafir eden, içindeki iyiliğe inandığım gezgin dostum Mehmet Mustafa ÖZEN'e; yüksek lisans eğitimim boyunca yardımsever tavırları ile yanımda olan sınıf arkadaşlarıma en içten teşekkürlerimi sunarım.

İşe başladığım günden itibaren yüksek lisans eğitimimi tamamlayabilmem için bana hiçbir karşılık beklemeden destek olan, otantik liderlik tarzını ve adil yöneticiliğini kendime örnek alacağım kuruluş müdürüm Tuncay YILMAZ'a gönülden teşekkür ederim.

Beni özgür ruhlu, güven ve sevgi dolu yetiştiren annem Zahide ÇELEBİ'ye, attığım her adımda desteğini hissettiğim babam Çetin ÇELEBİ'ye; yakınlığını her zaman hissettiren kız kardeşim Feyzanur ÇELEBİ'ye destekleri için teşekkür ederim.

Kendimi keşfetme yolculuğuma büyük katkıda bulunan, aramızdaki kilometrelerce uzaklığa karşın her zaman en yakınımda hissettiğim, sevdiğim insan İlkim Yağmur TÜRK'e yanımda olduğu için teşekkür ederim.

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇOK BOYUTLU MÜKEMMELİYETÇİLİK VE NARSİSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN KENDİNİ SABOTAJA ETKİSİ

ÇELEBİ, Furkan İlker

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Demet EROL

Temmuz, 2019, 77 sayfa

Bu araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarının (uyuşmazlık, yüksek standartlar, düzen) ve narsisistik kişiliğin alt boyutlarının (güç, teşhircilik) kendini sabotaj üzerindeki yordayıcı rolünü incelemektir. Araştırmada ayrıca kendini sabotaj düzeyinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı da ele alınmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu Akdeniz Üniversitesi'nde öğrenim gören 583 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmanın bağımsız değişkenlerini cinsiyet, mükemmeliyetçiliğin alt boyutları (uyuşmazlık, yüksek standartlar, düzen) ve narsisistik kişiliğin alt boyutları (güç, teşhircilik) oluşturmaktadır. Araştırmanın bağımlı değişkeni ise kendini sabotajdır. Verilerin toplanmasında Slaney, Rice, Mobley, Trippi ve Ashby (2001) tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye uyarlaması Öngen (2009) tarafından yapılmış “Mükemmeliyetçilik Ölçeği”, Raskin ve Terry (1988) tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye uyarlaması Öngen (2010) tarafından yapılmış “Narsisistik Kişilik Envanteri”, Jones ve Rhodewalt (1982) tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye uyarlaması Akın, Abacı ve Akın (2010) tarafından yapılmış “Kendini Sabotaj Ölçeği” ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Veri toplama araçları gerekli izinler alındıktan sonra Akdeniz Üniversitesi 2018-2019 Eğitim-Öğretim Yılı Bahar Döneminde öğrenim gören öğrencilere uygulanmıştır. Yapılan t-testi analizi kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığını göstermiştir. Yapılan korelasyon analizi sonucunda kendini sabotaj ile mükemmeliyetçiliğin uyumsuzluk alt boyutu arasında pozitif yönde orta düzeyde; kendini sabotaj ile mükemmeliyetçiliğin yüksek standartlar alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde; kendini sabotaj ile narsisistik kişiliğin güç alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde; kendini sabotaj ile narsisistik kişiliğin teşhircilik alt boyutu arasında da pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler

bulunmuştur. Kendini sabotaj ile düzen alt boyutu arasında ise anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. Yapılan basit ve çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları ise mükemmeliyetçiliğin uyumsuzluk alt boyutunun ve narsisistik kişiliğin ise sadece teşhircilik alt boyutunun kendini sabotajın yordayıcıları olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: *Kendini Sabotaj, Mükemmeliyetçilik, Narsisistik Kişilik*



ABSTRACT

THE EFFECTS OF MULTIDIMENSIONAL PERFECTIONISM AND NARCISSISTIC PERSONALITY TRAITS ON SELF-HANDICAPPING AMONG UNIVERSITY STUDENTS

ÇELEBİ, Furkan İlker

Master Thesis, Guidance and Psychological Counseling Department

Thesis Instructor: Prof. Dr. Demet EROL

July, 2019, 77 Pages

The main purpose of this study is to determine the predictive role of sub-dimensions of perfectionism (discrepancy, high standards, order) and sub-dimensions of narcissism (power, exhibitionism) on the self-handicapping. The second aim of the study is to examine the gender differences with respect to self-handicapping. The study group consisted of 583 Akdeniz University students. Sub-dimensions of Perfectionism (discrepancy, high standards, order), sub-dimensions of narcissistic personality (power, exhibitionism) and gender constitute the independent variables of the study. The dependent variable of the study is self-handicapping. “The Almost Perfect Scale” developed by Slaney, Rice, Mobley, Trippi and Ashby (2001) and adapted to Turkish by Öngen (2009); “Narcissistic Personality Inventory” developed by Raskin and Terry (1988) and adapted by Öngen (2010); “Self-Handicapping Scale” developed by Jones and Rhodewalt (1982) and adapted by Akin, Abacı and Akin (2010) and “Personal Information Form” were used for data collection. Data collection tools were applied to students in the spring semester of 2018-2019 academic year. The t-test analysis showed that there is no difference between males and females with respect to self-handicapping levels. The results of the correlation analyses showed that there is a medium positive relationship between self-handicapping and discrepancy sub-dimension of perfectionism; slightly positive relationship between self-handicapping and high standards sub-dimension of perfectionism; slightly positive relationship between self-handicapping and power sub-dimension of narcissistic personality; slightly positive relationship between self-handicapping and exhibitionism sub-dimension of narcissistic personality. There is no meaningful relationship between self-handicapping and order sub-dimension of the perfectionism. The results of basic and multiple linear regression analyses showed that the discrepancy sub-dimension of perfectionism and only the exhibitionism sub-dimension of narcissistic personality are the predictors of self-handicapping.

Key words: *Self-Handicapping, Perfectionism, Narcissistic Personality*

İçindekiler

TEŞEKKÜR.....	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT.....	iv
TABLolar LİSTESİ.....	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	ix
GRAFİKLER LİSTESİ.....	x
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	4
1.3. Önem.....	4
1.4. Araştırmanın Varsayımları (Sayıtları).....	5
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	5
1.6. Tanımlar.....	5
BÖLÜM II.....	7
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	7
2.1. Kendini Sabotaj.....	7
2.1.1. Kendini Sabotaj Kavramı.....	7
2.1.2. Kendini Sabotaj Kavramının Alanyazında Ortaya Çıkışı.....	8
2.1.3. Kendini Sabotaj Stratejileri.....	10
2.1.4. Kendini Sabotajın Nedenleri.....	12
2.1.5. Kendini Sabotajın Sonuçları.....	15
2.2. Mükemmeliyetçilik.....	16
2.2.1. Mükemmeliyetçilik Kavramı.....	16
2.2.2. Mükemmeliyetçiliğin Boyutları.....	17
2.2.3. Mükemmeliyetçiliğin Ölçümü.....	18
2.3. Narsisizm.....	21
2.3.1. Narsisizm Kavramı.....	21
2.3.2. Normal (Uyumsal) Narsisizm ve Boyutları.....	22
2.4. İlgili Araştırmalar.....	24
2.4.1. Kendini Sabotaj ile İlgili Araştırmalar.....	24
2.4.1.1. Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar.....	24
2.4.1.2. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	25

2.4.2.	Kendini Sabotaj ve Mükemmeliyetçilik ile İlgili Araştırmalar.....	28
2.4.2.1.	Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	28
2.4.2.2.	Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	32
2.4.3.	Kendini Sabotaj ve Narsisizm ile İlgili Araştırmalar.....	32
2.4.3.1.	Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	33
2.4.3.2.	Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	33
BÖLÜM III.....		34
YÖNTEM.....		34
3.1.	Araştırmanın Modeli.....	34
3.2.	Evren ve Araştırma Grubu	34
3.3.	Veri Toplama Araçları.....	35
3.3.1.	Kişisel Bilgi Formu.....	36
3.3.2.	Mükemmeliyetçilik Ölçeği:.....	36
3.3.3.	Narsisistik Kişilik Envanteri:.....	37
3.3.4.	Kendini Sabotaj Ölçeği:.....	38
3.4.	Verilerin Toplanması	39
3.5.	Verilerin Analizi	39
BÖLÜM IV		46
BULGULAR.....		46
4.1.	Kendini Sabotaj Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi İlişkin Bulgular	46
4.2.	Araştırmada Kullanılan Tüm Değişkenlere İlişkin Korelasyonlar	46
4.3.	Üniversite Öğrencilerinin Mükemmeliyetçiliğın Alt Boyutlarından (Uyuşmazlık, Yüksek Standartlar ve Düzen) Aldıkları Puanların Kendini Sabotaj Puanlarını Yordamasına İlişkin Bulgular.....	47
4.4.	Üniversite Öğrencilerinin Narsisistik Kişiliğın Alt Boyutlarından (Güç ve Teşhircilik) Aldıkları Puanların Kendini Sabotaj Puanlarını Yordamasına İlişkin Bulgular	48
BÖLÜM V.....		49
TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER		49
5.1.	Sonuç ve Tartışma.....	49
5.1.1.	Üniversite Öğrencilerinin Kendini Sabotaj Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Sonuç ve Tartışma.....	49
5.1.2.	Üniversite Öğrencilerinin Mükemmeliyetçiliğın Alt Boyutlarından (Uyuşmazlık, Yüksek Standartlar ve Düzen) Aldıkları Puanların Kendini Sabotaj Puanlarını Yordamasına İlişkin Sonuçlar ve Tartışma	51
5.1.3.	Üniversite Öğrencilerinin Narsisistik Kişiliğın Alt Boyutlarından (Güç ve Teşhircilik) Aldıkları Puanların Kendini Sabotaj Puanlarını Yordamasına İlişkin Sonuçlar ve Tartışma	55
5.2.	Öneriler	58
5.2.1.	Gelecek Araştırmalara Yönelik Öneriler.....	58

5.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler	59
KAYNAKÇA	60
EKLER	69
Ek-1 Kişisel Bilgi Formu	69
Ek-2 Mükemmeliyetçilik Ölçeği.....	70
Ek-3 Narsisistik Kişilik Envanteri.....	71
Ek-4 Kendini Sabotaj Ölçeği.....	73
ÖZGEÇMİŞ	76
İNTİHAL RAPORU	77



TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Fakültelere Göre Dağılımı

Tablo 2. Araştırmada Kullanılan Verilerin Değişkenlere Göre Çarpıklık-Basıklık Katsayıları

Tablo 3. Kendini Sabotaj Toplam Puanlarının Cinsiyete Göre t-testi Sonuçları

Tablo 4. Araştırmada Kullanılan Tüm Değişkenlere İlişkin Korelasyonlar-Ortalamalar ve Standart Sapma Değerleri

Tablo 5. Mükemmeliyetçiliğin Uyuşmazlık Alt Boyutunun Kendini Sabotajı Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Tablo 6. Narsisistik Kişiliğin Alt Boyutlarının (Güç ve Teşhircilik) Kendini Sabotajı Yordamasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Tablo 7. Mükemmeliyetçiliğin ve Narsisistik Kişiliğin Alt Boyutlarının Kendini Sabotajı Yordamasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Kendini Sabotajın Yordanmasına İlişkin Yol Modeli

Şekil 2. Mükemmeliyetçilik ile Kendini Sabotaj Arasındaki İlişki

Şekil 3. Görünen Davranışlar ve Altlarında Yatan Bilişlere İlişkin Bir Örnek



GRAFİKLER LİSTESİ

Grafik 1. Kendini Sabotaj ile Uyuşmazlık Arasındaki Saçılım/Nokta Grafiği

Grafik 2. Kendini Sabotaj ile Yüksek Standartlar Arasındaki Saçılım/Nokta Grafiği

Grafik 3. Kendini Sabotaj ile Düzen Arasındaki Saçılım/Nokta Grafiği

Grafik 4. Kendini Sabotaj ile Güç Arasındaki Saçılım/Nokta Grafiği

Grafik 5. Kendini Sabotaj ile Teşhircilik Arasındaki Saçılım/Nokta Grafiği



BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Bireylerin kendilerini nasıl algıladıkları ve çevre tarafından nasıl algılandıkları onların davranışlarını etkilemekte ve bireylerin sergiledikleri performanslar da bu algıların şekillenmesinde önemli rol oynamaktadır. Çoğu zaman bireylerin, gelecekte sergileyecekleri bir performansta başarılı olabilmek için nasıl hazırlanmaları gerektiğini bilmeleri veya buna ilişkin bilgiye ulaşmakta güçlük çekmemelerine karşın göstermeleri gereken performans için gerekli hazırlığı yapmadıkları durumlar olabilir. İnsanların kendisine yönelik algılarının, gerçekleştireceği performans ile şekilleneceğini düşünen bireyde, gerçekleştireceği performans hakkındaki belirsizlikler, çevreleri tarafından yetersiz olarak algılanma olasılığını, dolayısıyla kaygıyı doğurabilir. Birey, bu kaygı karşısında gerek kendi algısını gerek çevrenin kendisi üzerindeki algısını manipüle ederek benliğine yönelen tehditleri bertaraf edebilecek bazı savunma mekanizmaları geliştirebilir. Bireyin çevre tarafından nasıl algılandığına verdiği önem, bazen o kadar ileriye gider ki, algıları manipüle etmeye çalışırken kullandığı savunma mekanizmaları aslında kendisine zarar veren ve performansını düşüren durumlar oluşmasına da neden olabilir. Kendini sabotajın da bu savunma mekanizmalarından birisi olduğu söylenebilir.

İnsanların, özellikle rekabet gerektiren ortamlarda başarısızlık beklentisiyle yüz yüze geldikleri zaman öz-değerlerini koruyabilmek amacıyla kendini koruma stratejilerine başvurabileceklerini söyleyen Jones ve Berglas (1978); Festinger'in (1954) sosyal karşılaştırma kuramını Heider'in (1958) yüklenme kuramını, Atkinson'ın (1957) başarı kuramını, Kelley'in (1971) artırma ve azaltma kuramını ve Adler'in (1913) öz-saygı psikolojisi kuramını birleştirerek bu koruma stratejilerinden birisi olan kendini sabotaj fenomenini ortaya atmıştır. Jones ve Berglas (1978), kendini sabotajı "başarısızlığı dışsallaştırma ve başarıyı içselleştirme olasılığını arttıran herhangi bir eylem veya performans düzeyinin tercih edilmesi" olarak tanımlamışlardır.

Kendini sabote eden bireyler, diğer bireylerin tepkilerine ilişkin kaygılar yaşarlar ve kendini sabotaj stratejilerinin diğer bireylerin algılarını manipüle etmek için de kullanışlı olduğu söylenebilir. Böylece kendini sabote eden birey, diğer bireylere aslında yetenekli, zeki

ve başarılı olduğunu ancak başarılı performans sergilemesini önleyen çevresel koşullar veya karşı konulamaz engeller bulunduğunu gösterecektir. Kendini sabotaj stratejileri devreye girdiğinde, başarısızlığın nedenlerini belirsizleştirir ve başarısız performansın gerçek nedeninin saptanması zor bir hal alır (Baumeister, 1997). Kendini sabotaj stratejilerine başvuran birey “kaybetmek yok” statüsündedir. Eğer bir görevde başarısız olursa, bu başarısızlık için engeller suçlanır ve bireyin yeteneği sorgulanmaz. Eğer başarılı olursa, bu başarı engele karşın ortaya çıkmış olur ve bireyin yeteneklerine ilişkin olumlu algılar çoğalır (O’Brien, 2000). Bu sonuç doğrultusunda, kendini sabotaj stratejilerinin, diğer insanların algılarını bireyin lehine manipüle etmek için birey tarafından kullanılan hem benlik koruyucu hem de benlik yüceltici işlev gören stratejiler olduğu anlaşılacaktır. Ancak kendini sabotajın öz-aldatma içermesi de madalyonun diğer yüzüdür. Birey, kendini sabotaj stratejilerini öylesine kullanmalıdır ki, bunun bir algı manipülasyonu olduğu fark edilmemelidir. Eğer fark edilirse, kendini sabotaj stratejileri amacına hizmet etmekten uzaklaşacaktır.

Kendini sabotaj stratejilerinin olası bir düşük performans için bahane sağladığını ve mükemmeliyetçiliğin de bir kişinin kendi performansı için makul olmayan yüksek standartlar koyması ile ilgili olduğunu söyleyen Kearns, Forbes, Gardiner ve Marshall (2008), kendini sabotaj ile mükemmeliyetçilik arasında bağlantı olduğunu kuramsal bir model ile ortaya koymuştur. Kearns ve diğerleri (2008), ortaya koydukları kuramsal modelin psikoloji alanyazında daha önceden yapılan çalışmalardan da destek aldığını, daha önceden de araştırmacıların mükemmeliyetçilik ile kendini sabotaj arasında ilişkiler bulunduğunu söylemişlerdir. Mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek olanlar kendini sabotaj stratejilerini daha sık kullanmaktadır. (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990; Hobden ve Pliner, 1995; Sherry, Flett ve Hewitt, 2001) (akt: Kearns ve diğerleri, 2008). Yine de bu konuda daha fazla bilimsel çalışma gerektiği söylenmektedir (Kearns ve diğerleri, 2008). Diğer yandan, yapılan araştırmalarda (Frost ve diğerleri, 1990; Hobden ve Pliner, 1995; Sherry ve diğerleri, 2001) kendini sabotaj ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiler incelenirken mükemmeliyetçiliğin uyumsal boyutunun ihmal edildiği görülmektedir. Kendini sabotaj ile mükemmeliyetçiliğin arasındaki ilişkiler ele alınırken mükemmeliyetçiliğin uyumsal boyutunun da denkleme dahil edilmesinin iki değişken arasındaki ilişki hakkında daha kapsamlı bilgiler sunacağı düşünülmektedir.

Kendini sabotaj ile mükemmeliyetçilik kişilik özelliği arasındaki ilişkinin yanı sıra kendini sabotaj ile narsisizm arasında da bağlantıları saptayan araştırmalar bulunmaktadır. Morf ve Rhodewalt (2001), narsisistlerin kendilerini tehdit altında hissettiklerinde olumlu fakat

güvensiz olarak oluşturmuş oldukları benlik kavramlarını koruyabilmek için kişiler arası savunucu davranışlar gösterebileceklerini söylemişlerdir. Bu tür çıkmazlarda bulunan kişilerin kullanabileceği bir seçenek de kendini sabotaj stratejileridir (Rhodewalt, Tragakis ve Finnerty, 2006). Jones ve Berglas (1978) kendini sabotajın yetkinlik imajları değişken başarı geçmişleri üzerine inşa edilen kişiler arasında daha yaygın olduğu görüşünü ortaya atmışlardır. Narsisistler de tam olarak böyle insanlar gibi gözükmetedir (Rhodewalt ve diğerleri, 2006). Robbins ve Dupont'a (1992) göre hem açık hem de örtük narsisistler kırılğan öz-saygıya sahiptir ve kişilerarası ortamda öz-saygıyı düzenleyici stratejiler kullanırlar. Narsisistler başarılarını kendi yeteneklerine atfederken başarısızlıklarını takım arkadaşlarına veya performansı değerlendiren kişilere atfederler (Campbell, Goodie ve Foster, 2004). Kernis ve Sun'a (1994) göre narsisistler sosyal yeterlilikleri hakkında olumlu veya olumsuz da olsa geribildirimler almak isterler. Narsisizm ölçümlerinden düşük düzeyde puan alan bireylerle karşılaştırıldığında yüksek düzeyde puan alan narsisistler, olumlu geribildirimleri daha geçerli bir teknikten veya daha yetkin bir değerlendiriciden almak isterlerken, olumsuz geribildirimleri ise daha geçersiz bir teknikten veya yetkin olmayan bir değerlendiriciden almak isterler. Bu durum ise Narsisistik Kişilik Envanteri ile tanımlanmış narsisistlerin başarıyı içselleştiren ancak başarısızlığı dışsallaştıran bireyler olduklarına dolaylı bir kanıttır (Rhodewalt ve Morf, 1995).

Alanyazın tarandığında kendini sabotaj ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiler birçok araştırma (ör. Kearns ve diğerleri, 2008; Stewart ve De George-Walker, 2014) ile ortaya konmuş olmasına karşın mükemmeliyetçiliğin hangi alt boyutlarının kendini sabotajla ilgili olduğuna ilişkin sınırlı sayıda çalışma yapıldığı görülmüştür. Alanyazında kendini sabotaj ile patolojik olmayan narsisistik kişilik arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar tarandığında ise sınırlı sayıda araştırmaya (ör. Kalyon, Dadandı ve Yazıcı, 2016) rastlanmıştır. Kendini sabotaj, çok boyutlu mükemmeliyetçilik ve patolojik olmayan narsisizm arasındaki ilişkileri ele alan bir araştırma ise bulunamamıştır. Bu araştırmanın problemini üniversite öğrencilerinde kendini sabotaj ile uyumsal ve uyumsal olmayan mükemmeliyetçilik ve patolojik olmayan narsisizm arasındaki ilişkilerin araştırılması oluşturmaktadır. Diğer yandan ulusal alanyazın tarandığında kadınların kendini sabotaj düzeylerinin daha yüksek olduğuna ilişkin araştırmalar (ör. Yavuzer, 2015), erkeklerin kendini sabotaj düzeylerinin daha yüksek olduğuna ilişkin araştırmalar (ör. Anlı, Akın, Şar ve Eker, 2015) ve kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığına ilişkin araştırmalar (ör. Değirmenci, 2017) görülmektedir. Bu doğrultuda kendini sabotaj puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı da sorusuna da cevap aranmıştır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın genel amacı üniversite öğrencilerinde uyumsal ve uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik ile patolojik olmayan narsisizmin kendini sabotaj üzerindeki yordayıcı rolünün belirlenmesidir. Araştırmanın diğer bir amacı ise, katılımcıların cinsiyetlerine göre kendini sabotaj puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını ortaya koymaktır. Yukarıda ifade edilenler doğrultusunda, uyumsal ve uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik ve patolojik olmayan narsisizmin kendini sabotaj üzerindeki yordayıcı rolünün belirlenmesi bağlamında aşağıdaki araştırma sorularına cevap aranmıştır:

- 1-Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre kendini sabotaj puanları anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?
- 2- Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından (uyuşmazlık, yüksek standartlar ve düzen) aldıkları puanlar kendini sabotaj puanlarının anlamlı bir yordayıcısı mıdır?
- 3- Üniversite öğrencilerinin narsisistik kişiliğin alt boyutlarından (güç ve teşhircilik) aldıkları puanlar, kendini sabotaj puanlarının anlamlı bir yordayıcısı mıdır?

1.3. Önem

Kendini sabotaj kavramı Berglas ve Jones'un (1978) yaptığı tanımlama ile araştırılmaya başlanmasına karşın Türkiye alanyazına Akın, Abacı ve Akın'ın (2011) yaptığı kavramsal analiz ile girmiş ve araştırılmaya başlanmıştır. Bu doğrultuda Türkiye'de yeni sayılabilecek kendini sabotaj kavramı ile ilgili büyük bir boşluk bulunmaktadır. Yurtdışında kendini sabotaj kavramı ile birçok farklı değişken ilişkilendirilmiş olmasına karşın Türk kültüründe kendini sabotaja etki eden değişkenlerin neler olabileceği konusundaki çalışmalar sınırlıdır. Alanyazın tarandığında ("Self-Handicapping", "Perfectionism", "Kendini Sabotaj", "Kendini Engelleme" ve "Mükemmeliyetçilik" anahtar kelimeleriyle Web of Science ve Ulusal Tez Merkezi veri tabanlarında) kendini sabotaj ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkilerin birçok araştırma ile ortaya konmuş olmasına karşın mükemmeliyetçiliğin hangi alt boyutlarının kendini sabotajla ilgili olduğuna ilişkin sınırlı sayıda çalışma yapıldığı görülmüştür. Alanyazında kendini sabotaj ile patolojik olmayan narsisistik kişilik arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar tarandığında

ise yurtiçinde bir araştırma ve yurtdışında iki araştırma olmak üzere toplam üç araştırmaya rastlanmıştır.

Kendini sabotaj eğiliminin özellikle üniversite öğrencilerinde yaygın olduğu bilinmekte (Kearns ve diğerleri, 2008) ve bu nedenle akademik alandaki etkileri alanyazındaki güncel araştırmaların da konusu olmuş durumdadır. Bu doğrultuda kendini sabotaj üzerine yapılan araştırmaların çoğu üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmektedir. Yapılan araştırmaların sonuçları ise üniversite öğrencilerinin kendini sabotaj düzeylerinin azaltılması için çalışmalar yürüten profesyonellerin kendini sabotaj eğilimlerinin doğasını daha iyi anlamalarına yardımcı olmaktadır. Bireysel ve kültürel farklılıklar dikkate alındığında Türk kültüründe üniversite öğrencilerinin kendini sabotaj eğilimlerine etki eden değişkenlerin farklılaşabileceği akla gelmektedir. Dolayısıyla ülkemizde kendini sabotaj eğilimlerinin azaltılmasına ilişkin tasarlanan çalışmaların etkili olabilmesinin yolunun kendini sabotaj fenomeninin Türk kültüründeki doğasını anlamaktan geçtiği düşünülmektedir.

Bu araştırmanın üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçiliğin ve patolojik olmayan narsistik kişiliğin alt boyutlarının kendini sabotaja etkisinin incelenmesiyle elde edilen bulguların ilgili alanyazına katkı sunacağı düşünülmektedir.

1.4. Araştırmanın Varsayımları (Sayıltıları)

Araştırmaya katılan öğrencilerin veri toplama araçlarına verdikleri yanıtların doğru ve samimi olduğu varsayılmıştır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Akdeniz Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerle sınırlıdır. Araştırmanın diğer bir sınırlılığı ise ölçülen özelliklerin sadece kullanılan ölçekler ile toplanan verilerle sınırlı tutulmasıdır.

1.6. Tanımlar

Kendini Sabotaj: Başarısızlığı dışsallaştırma ve başarıyı içselleştirme olasılığını arttıran herhangi bir eylemin veya performans düzeyinin tercih edilmesidir (Berglas ve Jones, 1978).

Mükemmeliyetçilik: Mükemmele ulaşmak için aşırı veya haddinden fazla çabalamak ve mükemmelden uzak herhangi bir şeyi kabul edilemez olarak algılama eğilimidir (Slaney, Mobley, Trippi, Ashby ve Johnson, 1996).

Uyumsal Mükemmeliyetçilik: Performans ile uyumlu ve ulaşılabilir nitelikte yüksek standartların yanı sıra yapılan hatalara ve başarısız sonuçlara karşı esneklik içeren ve psikolojik iyi oluşa uyum sağlayan mükemmeliyetçilik çeşididir.

Uyumsal Olmayan Mükemmeliyetçilik: Performans ile uyuşmayan nitelikte ve mantık dışı yüksek standartların yanı sıra yapılan hatalara ve başarısız sonuçlara karşı tahammülsüzlük içeren ve psikolojik iyi oluşa uyum sağlamayan mükemmeliyetçilik çeşididir.

Narsisizm: Fark edilme ve takdir görme gereksinimlerini karşılamak amacıyla sosyal çevreden benlik yüceltici deneyimler çıkarsama (arama) eğilimi olarak betimlenir (Roche, Pincus, Lukowitsky, Menard ve Conroy, 2013).

Narsisistik Kişilik: Patolojik olmayan narsisizmi ifade eder. Otorite, teşhircilik, üstünlük, hak iddia etme, sömürücülük, kendine yeterlilik ve kendini beğenmeyi içeren bir kavram olarak tanımlanmaktadır (Raskin ve Terry, 1988).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Kendini Sabotaj

2.1.1. Kendini Sabotaj Kavramı

Kendini Sabotaj kavramını ilk kez operasyonel olarak tanımlayan ve psikoloji bilimine kazandıran araştırmacılar Edward E. Jones ve Steven Berglas'tır. Söz konusu araştırmacılar, kendini sabotaj araştırmalarının öncüleri olarak bilinir. İnsanlar özellikle rekabet gerektiren ortamlarda başarısızlık beklentisiyle yüz yüze geldiklerinde öz-yeterliklerini koruyabilmek amacıyla kendini koruma stratejileri kullanabilirler. Bu stratejilerden birisi de kendini sabotajdır (Jones ve Berglas, 1978). Berglas ve Jones (1978), kendini sabotaj fenomenini “Başarısızlığı dışsallaştırma ve başarıyı içselleştirme olasılığını arttıran herhangi bir eylemin veya performans düzeyinin tercih edilmesi” şeklinde tanımlamıştır. Kendini sabote eden birey, başarılı performans sergileme ihtimalini düşürecek engellerin olduğunu iddia ederek veya bizzat kendisi engeller yaratarak benliğini korumakta ve yüceltmektedir. Eğer ki birey başarısız bir performans sergilerse, bu başarısızlık için engelleri suçlayarak başarısızlığı dışsallaştıracaktır ve benliğini koruyacaktır. Diğer bir deyişle başarısız performans yüzünden bireyin yetenekleri sorgulanmayacaktır. Eğer ki birey iyi bir performans sergilerse, engellere karşın ortaya çıkan bu başarıyı yeteneklerine atfederek içselleştirecektir ve benliğini yüceltecektir. Diğer bir deyişle tüm zorluklara karşın ortaya koyulan başarılı performans diğer bireylerden takdir görmesini sağlayacaktır. Bu doğrultuda kendini sabote eden bireyler için kısa vadede bir kazan-kazan durumunun ortaya çıktığı söylenebilir.

Snyder ve Smith (1982), kendini sabotajın bir süreç olarak düşünülebileceğini ifade etmişlerdir. Sözü edilen araştırmacılar kendini sabotajın, bireyin yetenekleri ve yetkinliği ile doğrudan ilişkili performans durumlarında, muhtemel bir yetersiz performansa bağlı olarak ortaya çıkabilecek öz-saygı kaybı karşısında bir tepki olduğundan bahsetmişlerdir. Snyder ve Smith (1982), kendini sabotajın bireye üç şekilde yardımcı olduğunu ifade eder. Bunların birincisi bireye ilişkin (bireyin kendisi tarafından veya diğer bireyler tarafından oluşturulan) yüklemelerin kontrol edilebilmesidir. Böylece birey, yetersiz performans durumunda olumsuz yüklemeleri azaltacak ve başarılı bir performans sonrası olumlu yüklemeleri arttıracaktır. İkincisi, birey öz-saygısını tehdit edici değerlendirilme durumlarından kaçabilecektir.

Üçüncüsü ise bireye ilişkin olumlu geribildirimleri en üst düzeye çıkararak ve olumsuz geribildirimleri en aza indiren mevcut çevresel koşulları süregelen hale getirilebilecektir.

Kendini sabote eden bireyler, diğer bireylerin tepkilerine ilişkin kaygılar yaşarlar ve bu nedenle kendini sabotaj stratejilerinin diğer bireylerin de algılarını manipüle etmek için kullanışlı olduğu söylenebilir. Böylece kendini sabote eden birey, diğer bireylere aslında yetenekli, zeki ve başarılı olduğunu ancak başarılı performans sergilemesini önleyen çevresel koşullar veya karşı konulamaz engeller bulunduğunu gösterecektir. Kendini sabotaj stratejileri devreye girer, başarısızlığın nedenlerini belirsizleştirir ve başarısız performansın gerçek nedeninin saptanması zor bir hal alır (Baumeister, 1997).

Kendini sabotaj fenomeninin kavramlaştırılmasına yönelik psikoloji alanyazına katkı sunan birçok araştırmacı bulunmaktadır. Örneğin; Arkin ve Baumgardner (1985), kendini sabotaj kavramını “bireyin öz-saygı düzeyini korumak ve benliğine yönelik tehditleri ortadan kaldırmak amacıyla performansını azaltıcı bir engel oluşturması veya aktif biçimde böyle bir engeli araması ve bu yolla potansiyel başarısızlığını mazur gösterecek ikna edici bir açıklama sağlaması” olarak ele almıştır. Leary ve Shepperd (1986) ise kendini sabotajı “Bireyin gelecekteki performansından elde edeceği sonuca yönelik belirsizlik yaşadığı durumlarda, olası olumsuzlukların nedenini dışsallaştırmak için kendine engeller oluşturması” şeklinde tanımlamıştır. Tice (1991) da kendini sabotajı “Bireyin benliğine yönelik bir tehditle yüzleştiğinde, benliğini korumak veya yüceltmek amacıyla sergilediği bir davranış.” olarak nitelendirmiştir.

Kendini sabotajla ilgili alanyazındaki tanımlarda vurgulanan ortak özellik, kendini sabotaj stratejilerinin başarısızlığı dışsallaştırma ve başarıyı içselleştirme amacıyla kullanılıyor olmasıdır. Kendini sabotaj stratejilerini kullanan birey, benliğini hem korumuş hem de yüceltmiş olacaktır. Kendini sabote eden birey, benliğini tehdit edebilecek ya da benliği hakkında belirsizlik yaşatabilecek performans durumlarıyla karşılaştığında, değişken benlik imajı için yıkıcı olabilecek bir başarısızlık ile karşılaşmamak için engeller olduğunu iddia ederek veya engeller oluşturarak kontrollü bir başarısızlığı göze almaktadır.

2.1.2. Kendini Sabotaj Kavramının Alanyazında Ortaya Çıkışı

Psikoloji alanyazında bireylerin performanslarına ilişkin doğru, somut ve tanımlayıcı bilgileri merak ettiklerine ilişkin bir yargı vardır ancak McClelland (1961) gibi bazı araştırmacılar bu fikre karşı çıkmış ve bireylerin her zaman performanslarına ilişkin somut ve

gerçek bilgileri kabullenmeyi arzu etmediklerini öne sürmüşlerdir. Berglas ve Jones (1978) da bu düşünceye katılmışlar, hatta bu düşünceyi Festinger'in (1954) sosyal karşılaştırma kuramı, Heider'in (1958) yükleme kuramı, Atkinson'ın (1957) başarı kuramı, Kelley'in (1971) artırma ve azaltma kuramı ve Adler'in (1913) öz-saygı psikolojisi kuramını ile birleştirerek, kendini sabotaj fenomenini ortaya atmışlardır (Akın, 2013).

Jones ve Berglas (1978) kendini sabotajın, bağıntısız başarı geribildirimi ile yakından ilişkili olduğunu düşünmüşler ve yaptıkları deneysel çalışmalarla bu denenceyi sınamayı amaçlamışlardır. Bağıntısız başarı geribildirimi, bireyin yeterli performansı göstermemesine karşın başarılı olduğuna ilişkin geribildirim almasıdır. Bağıntısız başarı geribildirimi alan bireyler, performans ile başarı arasındaki bağlantıyı kuramadıkları için başarılı olduğu söylenen performanslarının nasıl oluştuğu hakkında bilgi sahibi olamazlar.

Berglas ve Jones (1978) tarafından yapılan deneysel araştırmada katılımcılara bazı ilaçların zihinsel performans üzerindeki etkisinin inceleneceği söylenmiş ve katılımcıların yarısına çözülebilmesi mümkün olan problemler, diğer yarısına ise çözülebilmesi mümkün olmayan problemler verilmiş ve problemleri çözmeleri istenmiştir. Her bir problemten sonra katılımcılardan, cevaplarının doğruluk oranlarını derecelendirmeleri istenmiştir. İlk zekâ testleri tamamlandıktan sonra tüm katılımcılara son derece başarılı oldukları söylenerek bağıntılı (çözülebilen soruları çözen ve başarı dönütü alan katılımcılar) ve bağıntısız (çözülebilmesi mümkün olmayan soruları çözmeye çalıştıkları için başarısız olan buna rağmen başarı dönütü alan katılımcılar) başarı durumları oluşturulmuştur. Uygulanacak ikinci zekâ testinden önce, katılımcılardan performans artırıcı veya performans azaltıcı etkisi olan iki ilaçtan birisini tercih etmeleri istenmiştir. Normalde plasebo etkisi için kullanılan bu ilaçların, katılımcıların performanslarına herhangi bir etkisi bulunmamaktadır. Çözülebilmesi olası olmayan problemlere yanıt veren ve başarı geribildirimi alan katılımcılar, performans artırıcı etkisi olan ilacı kullanmaktansa performans azaltıcı etkisi olan ilacı kullanmayı tercih etmiştir. İlk zekâ testinde bağıntısız başarı geribildirimi alan katılımcılar, başarılı olduğu söylenen performanslarının nasıl oluştuğunu anlayamadıkları için performans-başarı ilişkisi hakkında bir belirsizlik yaşamışlardır. Zekâ testinin benlik imajı üzerindeki etkisi ile performans-başarı arasındaki ilişkinin belirsizliği birleşince bağıntısız başarı geribildirimi alan katılımcılar için kaygı verici bir durum ortaya çıkmıştır. Bu katılımcılar, performans artırıcı ilacı kullanıp düşük zekâ düzeyini işaret edecek bir başarısızlık riskini almak veya performans azaltıcı ilacı kullanıp ilacın etkisinin öne sürüldüğü, bireyin zekâ düzeyinin sorgulanmadığı bir başarısızlık riski almak gibi iki seçenek arasında kalmıştır. Deney sonucunda bağıntısız başarı geribildirimi alan

katılımcılar performans azaltıcı ilaçları kullanmayı tercih etmişlerdir. Böylece bağıntısız başarı geribildirimi alan katılımcılar, kendilerine ilişkin (bireyin kendisi tarafından veya diğer bireyler tarafından oluşturulan) yüklemeleri kontrol edebileceklerdir. Diğer bir deyişle birey, yetersiz performans durumunda olumsuz yüklemeleri azaltacak ve başarılı bir performans sonrası olumlu yüklemeleri arttıracaktır.

İkinci deney, birinci deneyin sonuçlarını berraklaştırmak ve deneklerin ilaç seçim süreçleriyle ilgili oluşan soruları cevaplamak için tasarlanmıştır. İkinci deneyde, çözülebilmesi mümkün olan problemler ve çözülebilmesi mümkün olmayan problemlerden oluşan testlerin bitişinin ardından herhangi bir geribildirim verilmediği bir duruma daha yer verilmiştir. Böylece bağıntılı başarı geribildirimi, bağıntısız başarı geribildirimi ve geribildirimsiz başarı koşulları oluşturulmuştur. İkinci deneyin sonuçları da birinci deneyin sonuçlarıyla paralel nitelikte olmuş ve kendini sabotaj davranışının ortaya çıkmasında başarı geribildirimiminin etkili olduğu gözlenmiştir. Berglas ve Jones'un (1978) araştırması diğer araştırmacılar tarafından, alkol kullanımının kendini sabotaj stratejisi olarak ele alındığı benzer çalışmalarda tekrarlanmış ve benzer sonuçlar elde edilmiştir (Akın, 2013).

2.1.3. Kendini Sabotaj Stratejileri

Kendini sabotaj stratejileri, sadece performanstan sonra öne sürülen basit mazeretlerden farklıdır. Kendini sabote eden bireyin, performans gerçekleşmeden önce etkin bir şekilde bu algı manipülasyonu sürecini yönetmesi gerekir. Diğer bir deyişle, kendini sabotaj stratejileri performans gerçekleşmeden önce ortaya çıkar (Urdan ve Midgley, 2001). Alanyazın incelendiğinde araştırmacıların (Hirt, Deppe ve Gordon, 1991; Leary ve Shepperd, 1986) kendini sabotaj stratejilerini sözel (iddia edilen, öz-bildirimli) kendini sabotaj ve davranışsal (elde edilen, üretilen) kendini sabotaj olmak üzere ikiye ayırdığı görülmektedir.

Sözel kendini sabotaj stratejilerinden bahsetmek gerekirse: Performans kaygısı veya sosyal kaygı yaşandığının söylenmesi, kötü bir ruh halinde olunduğunun belirtilmesi, fiziksel rahatsızlık belirtileri veya abartılı ağrı/acı bildirilmesi, travmatik durumlar yaşandığının söylenmesi ve yeterince hazırlık yapılamadığının belirtilmesi sayılabilir (Zuckerman ve Tsai, 2005).

Davranışsal kendini sabotaj stratejilerinden bahsetmek gerekirse: Performans durumuna hazırlanmak için hiç çaba gösterilmemesi, yetersiz çaba gösterilmesi veya gösterilecek performansa zarar verecek derecede fazla çaba gösterilmesi; yapılması gereken görev ve faaliyetlerin ertelenmesi, görevle ilgisiz aktivitelerde aşırı zaman kaybedilmesi, mümkün

olandan daha fazla işin bir arada yürütülmeye çalışılması sayılabilir. Ayrıca ulaşılması güç olan hedefler belirlenmesi, uykusuz kalınması, performansı engelleyecek şekilde uyuşturucu, alkol veya ilaç kullanılması, performansı arttıracak fırsatların göz ardı edilmesi ve yeteneği körelten performans ortamlarının seçilmesi de davranışsal kendini sabotaj stratejileri olarak kabul edilmektedir (Zuckerman ve Tsai, 2005).

Sözel kendini sabotaj, performansı olumsuz etkileyebilecek engellerin varlığından sadece bahsedilmesidir ve bireyin hala başarılı performans sergileyebileceğine ilişkin umudu devam etmektedir (Coudevylle, Ginis ve Famose, 2008). Bu yüzden sözel kendini sabotaj stratejilerini kullananlar performansı doğrudan baltalayacak davranışlar sergilemekten kaçınırlar ve iddia ettikleri engellerin benliklerini koruyacağına inanırlar. Örneğin; Bireyin gerçekleştireceği performans öncesinde çok kaygılı veya kötü bir ruh hali içerisinde olduğunu iddia etmesi, başarısız performansı için kabul edilebilir bir engel olmasına karşın bireyin başarılı performans sergileme ihtimalini de ciddi oranda azaltmayabilir.

Davranışsal kendini sabotaj ise performansı doğrudan olumsuz etkileyebilecek davranışların sergilenmesidir ve bireyin kötü bir performans ortaya koyacağına inanmış olması yüksek bir olasılıktır (Coudevylle ve diğerleri, 2008). Bu yüzden davranışsal kendini sabotaj stratejilerini kullananlar performansı doğrudan baltalayacak davranışlar sergilerler ve oluşturulan bu engellerin (başarısız performansa başlı başına bir gerekçe oluşturacağından) benliklerini koruyacağına inanırlar. Örneğin; Bireyin gerçekleştireceği performanstan önceki gece bir doğum günü partisine gidip aşırı alkol tüketmesi ve gerçekleştireceği performansa gecedan kalma gitmesi, başarısız performansı için başlı başına kanıt olabilecek bir engeldir ve başarılı performans sergileme olasılığını da ciddi oranda azaltır.

Davranışsal kendini sabotaj stratejileri, sözel kendini sabotaj stratejilerine göre daha pahalıya mal olmaktadır ancak kendini sabotajın hedefine ulaşması yönünden daha etkilidir. Çünkü davranışsal kendini sabotaj stratejileri daha gözlenebilir ve kontrol edilebilir olmalarının yanı sıra performansa doğrudan olumsuz etki etmekte ve daha az sorgulanmaktadır (Hirt ve diğerleri, 1991). Sözel kendini sabotaj stratejilerini kullanan kişilerin iddia ettikleri engellerin gerçekten var olduklarını kanıtlamaları gerekebilir. Oysa ki davranışsal kendini sabotaj stratejilerini kullanan bireyler ek bir kanıtı ihtiyaç duymaz.

Bireylerin hangi kendini sabotaj türünü tercih edeceklerini belirlerken bir kar-zarar hesabı yapması söz konusudur. Birey hangi kendini sabotaj stratejisinin kendisi için daha işlevsel olacağına karar verir ve tercihini yapar. Hirt ve diğerleri (1991) yaptıkları araştırmada, her iki kendini sabotaj stratejisinin de kullanımının işlevsel olduğu durumlarda katılımcıların

davranışsal kendini sabotaj stratejileri yerine daha az maliyetli olan sözel kendini sabotaj stratejilerini tercih ettiklerini bulmuştur.

Coudevylle ve diğerlerine (2008) göre, bireyler göreve ilişkin düşük öz-yeterlilik algıları nedeniyle düşük performans sergileyeceklerine kendilerini ikna ettiklerinde, kaybedecek bir şeyleri yokmuşçasına bir strateji izleyip davranışsal kendini sabotaja başvurabilirler ve böylece hem benlik imajlarını hem de toplumsal imajlarını koruyabilirler. Coudevylle ve diğerleri (2008), yaptıkları araştırmada sözel kendini sabotaj ile öz-saygı arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit etmişlerdir. Ancak sözel kendini sabotaj ile öz-yeterlilik arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Diğer yandan davranışsal kendini sabotaj ile öz-yeterlilik arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki vardır. Ancak davranışsal kendini sabotaj ile öz-saygı arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Son olarak, sözel kendini sabotaj ile performans arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Kendini sabotaj stratejilerinin kullanımı cinsiyete göre farklılıklar göstermektedir. Alanyazındaki araştırmaların ortak sonucunun; erkeklerin davranışsal kendini sabotajı daha çok tercih ettiğinin bulunması olduğu söylenebilir (Hirt, McCrea ve Borris, 2003; Hirt, McCrea ve Kimble, 2000; McCrea, Hirt ve Hendrix, 2006; McCrea, Hirt, Hendrix, Milner ve Steele, 2008; McCrea, Hirt ve Milner, 2008). Sözel kendini sabotajın ise cinsiyete göre farklılaşmadığını savunanlar (Harris ve Synder, 1986; Hendrix ve Hirt, 2009; Hirt ve diğerleri, 1991; McCrea ve diğerleri, 2008a; McCrea ve diğerleri, 2008b) bulunmaktadır. Diğer taraftan kadınların sözel kendini sabotajı daha çok tercih ettiğini savunanlar (McCrea ve diğerleri, 2006) da vardır. Hirt ve McCrea (2009), davranışsal kendini sabotajdaki cinsiyet farklılıklarının sebebinin, kadınların çaba göstermeye daha fazla değer vermesinden ve davranışsal kendini sabotajı bir öz-kontrol eksikliği olarak algılamalarından kaynaklı olabileceğini öne sürmektedir. Kadınlar davranışsal kendini sabotaja başvuran kişilere karşı daha olumsuz değerlendirmeler yapmaktadır. Erkekler ise çabaya önem vermek yerine yetkinlik ve yetenek seviyesine önem vermektedir. Ayrıca erkeklerin davranışsal kendini sabotaja ilişkin değerlendirmeleri kadınlar kadar olumsuz değildir.

2.1.4. Kendini Sabotajın Nedenleri

Kendini sabotaj ile ilgili alanyazın incelendiğinde, araştırmacıların kendini sabotaj stratejilerinin temelinde bulunan farklı güdülerden bahsettikleri görülmektedir. Kimi araştırmacılar kendini sabotaj stratejilerinin benliği korumak amacıyla (Jones ve Berglas, 1978), kimileri öz-saygıyı artırmak amacıyla (Tice, 1991), kimileri ise diğerlerinin algılarını

manipüle etmeyi amaçlayan bir öz-sunum stratejisi olarak kullanıldığını (Elliot ve Church, 2003) ifade etmektedir.

Jones ve Berglas (1978), bireyi kendini sabotaja güdüleyen temel etkenin, bireyin yeteneği ve becerileri hakkında yaşadığı belirsizlik olduğunu ifade etmektedir. Söz konusu belirsizliğin ise çocuğa övgünün nasıl verildiğini içeren ebeveyn tutumlarından kaynaklanabileceğini belirtmektedir. Jones ve Berglas, ebeveyn övgülerinin kendini sabotajla sonuçlanmasının iki farklı yoldan mümkün olabileceğini savunmaktadır. Birincisi, ebeveynlerin koşulsuz sevgi kaynaklı övgüleri ile başarıdan kaynaklanan övgülerini karıştırması olabilir. Bu durumda çocuk, başarısız performans gösterdiğinde kabul edilmeyeceğini ve sevilmeyeceğini düşüneceğinden, performansı önünde engeller oluşturarak kendini sabote edebilir. Böylece kabul edilmeyeceği ve sevilmeyeceği olasılıkları ortadan kaldırmış olur. İkincisi ise çocuğun bir performans sonrasında ebeveynlerinden performansa bağlı olmayan övgüler ve ödüller alması ile ilgilidir. Bu durumda çocuk övgülerin ve ödüllerin kaynağının ne olduğunu bilemeyecek, yeteneği ve becerileri hakkında belirsizlik yaşayacak, kaynağı belirsiz bir pozitif benlik imajı oluşturacak, gelecekteki performans değerlendirici ortamları da benlik imajını tehdit edici nitelikte görecektir. Bu doğrultuda çocuk pozitif benlik imajını koruyabilmek için olası başarısız performansına gerekçeler bulmaya çalışacak, bu durum da kendini sabotaj ile sonuçlanabilecektir.

Alanyazında öz-saygı düzeyi yüksek olan bireylerin öz-saygı düzeyi düşük ya da belirsiz olanlara göre kendini sabotaj eğiliminde daha fazla bulunacaklarına ilişkin bir bakış açısı da vardır (Tice ve Baumeister, 1990). Bu bakış açısına göre öz-saygı düzeyi yüksek bireyler, başarısızlığa alışkın olmadıkları ve kendileri için önemli olan birçok durumda başarısızlığı beklemedikleri için, başarısız bir yaşantı karşısında daha fazla yıkım yaşayabilmektedir. Öz-saygı düzeyi yüksek bireyler yüzleştikleri başarısız yaşantıların, benliklerine yönelik olumsuz yansımalarını yönetme kaygısını daha fazla yaşamaktadırlar (Tice ve Baumeister, 1990).

Rhodewalt (1994), kendini sabotaj eğilimlerinin zekanın ve yeteneğin geliştirilemeyeceğine ilişkin inançlardan kaynaklanabileceğini söylemektedir. Dweck ve Leggett'e (1988) göre bazı bireyler zekalarının ve yeteneklerinin sabit bir değere sahip olduğuna, doğuştan geldiğine ve asla değişmeyeceğine inanırlar. Bu nedenle bu bireyler başarısız performansı, o alandaki yetersizliklerini ortaya çıkaracak benliği tehdit edici bir olgu olarak görürler. Diğer yandan zekanın ve yeteneğin geliştirilebilir olduğunu düşünen bireyler ise performansın ek çaba ve azim gösterilerek yükseltilebileceğini düşünmektedirler. Rhodewalt (1994) da daha sık kendini sabote eden bireylerin, daha nadir kendini sabote eden

bireylerle karşılaştırıldığında, zekanın ve yeteneğin geliştirilemeyeceğine ilişkin bakış açısına daha çok sahip olduklarını ifade etmiştir. Paralel olarak Warner ve Moore (2004), daha sık kendini sabote eden bireylerin, akademik performansın yetenek, şans ve bağlamdan kaynaklı ortaya çıktığını, çabanın ise başarılı veya başarısız performans ile ilişkili olmadığını söylemiştir. Aynı doğrultuda, Zuckerman ve Tsai (2005) de kendini sabote eden bireylerin yetkinliğin sergilenebileceğine ancak geliştirilemeyeceğine inandıklarını ve kendi yetkinlik düzeylerine pek güven duymadıklarını ifade etmiştir. Bu inançlar sonucu bireyler kendini sabotaj stratejilerine başvurabilirler.

Elliot ve Church'e (2003) göre bireylerin kendini sabotaj stratejilerine başvurmalarının sebeplerinden birisi de başarısız olarak algılanma korkusudur. Başarısızlık korkusu olan bir bireyin bir performanstaki başarısızlık olasılığını arttıracak engeller oluşturarak kendini sabote etmesi çelişkili gözükabilir ancak kendini sabote eden bireyin hangi tür başarısızlıktan kaçtığı iyi anlaşılmalıdır. Kendini sabote eden birey bir görevde başarısız olabilir ancak bu başarısızlığın sebepleri birey tarafından oluşturulan engeller sayesinde belirsizleştirildiği için sürekli başarısız olduğunu ima edecek olumsuz yüklemelerden kurtulur. Diğer bir deyişle kendini sabote eden birey tek bir görevde başarısız olmaktan korkmamaktadır. Kendini sabote eden bireyin asıl korktuğu durum genel anlamda başarısız bir birey olarak algılanmaktır ve bu yüzden kendini sabote edebilir. Yine Elliot ve Church (2003), kendini sabotaj stratejilerine başvuran bireylerin başarıya pek değer vermediklerine ve genel anlamda başarısız olarak algılanmamak için başarıyı kolayca feda edebileceklerine değinmiştir.

Rhodewalt ve Vohs'a (2005) göre ise, kendini sabotaj stratejilerinin ortaya çıkabilmesi için gösterilecek performansın bireyin benlik imajıyla ilgili olması gerekmektedir. Eğer gösterilecek performansın başarısızlık ile sonuçlanması bireyin benlik imajını etkilemiyorsa, birey kendini sabotaj stratejilerini kullanmaya yönelmeyecektir (Rhodewalt ve Vohs, 2005).

Sonuç olarak öz-değer algılarını büyük oranda dışarıdan gelen geribildirimlere göre düzenleyen bireyler, benliklerinin değerlendirileceğini düşündükleri önemli bir performans sergilemeleri gerektiğinde, sergileyecekleri performansla yönelik yeteneklerinin yetersiz olduğunu düşünürlerse veya performanslarının sonuçlarına ilişkin belirsizlik yaşarlarsa, olası başarısızlık sonucu dışarıdan gelecek geribildirimlerin olumsuz olmasını engellemek için kendini sabotaj stratejilerine başvurabilirler. Bu bireyler öz-değerlerini koruyabilmek için veya muhtemel başarı sonucunda kendilerini olduklarından daha başarılı göstermek adına da kendini sabotaj stratejilerine başvurabilirler.

2.1.5. Kendini Sabotajın Sonuçları

Kendini sabotaj fenomenini çalışan araştırmacılar (ör. Feick ve Rhodewalt, 1997) kendini sabotajı “çift yönlü keskin kılıç” ifadesiyle betimlemektedir. Diğer bir deyişle kendini sabotaj hem olumlu hem de olumsuz etkilere sahip bir olgudur. Ancak yapılan araştırmalara göre, özellikle süreğen kendini sabotajın olumsuz etkileri, olumlu etkileri gölgede bırakmaktadır. Zuckerman ve Tsai (2005) yaptığı çalışmada, kendini sabotajın olumlu ve olumsuz sonuçlarını değerlendirmiş, kendini sabotajın kısa vadede öz saygıyı korumaya yardımcı olduğundan bahsetmiştir. Uzun vadede ise kendini sabotajın yetkinliklerle tatmin olmaya, içsel motivasyona, psikolojik iyi olma ve sağlığa olumsuz etki ettiğini bulmuşlardır. Süreğen kendini sabotajın sonuçları en az üç sebepten dolayı olumsuzdur. İlk olarak, kendini sabotaj stratejileri (örneğin, uyuşturucu tüketimi) bireyin sağlığına doğrudan zarar vermekte veya sağlığını zayıflatmaktadır. İkincisi, kendini sabotaj sonuçta performansı engellemekte ve uzun vadeli performans düşüşü ve psikolojik iyi olma üzerinde olumsuz birçok etki yaratmaktadır. Üçüncüsü, içselleştirilmiş kendini sabotaj, öz-aldatma ile ilgili gözükmemektedir (Zuckerman ve Tsai, 2005).

Yine Zuckerman ve Tsai (2005), kendini sabotajın uzun vadede düşük öz-saygıya sebep olduğunu, aynı zamanda düşük öz-saygının da daha çok kendini sabotaja sebep olduğunu ifade etmiştir. Bu yüzden süreğen kendini sabotaj stratejilerine başvuran bireyler aslında bir kısır döngü içerisine girmektedirler.

Feick ve Rhodewalt (1997), sözel kendini sabotaj stratejilerinin öğrencilerin benliğini korumaya ve yüceltmeye katkıda bulunduğunu belirtmekte ancak süreğen kendini sabotajın bireyi yaralayacağına da kabul etmektedir. Sözel kendini sabotaj stratejilerini kullanan birey sürekli olarak performansını düşürebilecek engellerin varlığından bahsederse o birey zamanla sürekli mazeret üreten, şikâyetçi, sızlanan birisi olarak algılanacaktır. Yine uyuşturucu kullanımı, tembellik gibi davranışlar aslında birer yetersizlik ve kusur göstergesidir. Bu doğrultuda kendini sabotaj stratejileri, bireyi kısa vadede performansına yönelik olumsuz geribildirimlerden ve yüklemelerden korusa dahi, uzun vadede kullanıldığında bireyin sosyal ilişkilerine olumsuz etkilerde bulunmaktadır.

Kendini sabote eden bireyler, öz-aldatma da içeren kendini sabotajın kısa vadeli olumlu etkilerine kapılarak kendini sabotaj stratejilerini kullanmayı süreğen hale getirebilirler. Sonuç olarak süreğen kendini sabotaj stratejilerinin kullanımı bireyin gerçek kapasitesini kaybetmesine de sebep olabilir (Török ve Szabó, 2018).

2.2. Mükemmeliyetçilik

2.2.1. Mükemmeliyetçilik Kavramı

Tarih boyunca insanlar üstünlük çabalarının gereği olarak en iyi olmaya çalışmışlardır. Bu yüzden mükemmeliyetçilik, mükemmeliyetçiliğin boyutları ve mükemmeliyetçilik ile ilgili olabilecek kişilik özellikleri psikoloji alanyazındaki araştırmalara sıklıkla konu olmuştur.

Mükemmeliyetçilik ile ilgili geniş bir alanyazın bulunmasına karşın, tüm araştırmacılarca kabul görmüş tek bir tanım ya da yapı bulunmamaktadır (Slaney ve diğerleri, 2001; Sondergeld, Schultz ve Glover, 2007).

Türk Dil Kurumu'nun güncel Türkçe sözlüğünde mükemmeliyetçilik “mükemmeliyetçi olma durumu” olarak tanımlanmaktadır. Mükemmeliyetçi ise “mükemmel olma yolunda aşırı çaba sarf eden kimse” olarak tanımlanmıştır (TDK, 2019).

Mükemmeliyetçilik kavramı üzerine araştırmalar yapan araştırmacıların da mükemmeliyetçilik yapısını tanımlarken öncelikli olarak sözlüklerdeki tanımlamaları kullandıkları görülmektedir. Örneğin; Slaney ve diğerleri (1996), Mükemmeliyetçilik Ölçeği-Gözden Geçirilmiş formunu geliştirirken mükemmeliyetçiliğin sözlüklerdeki tanımları olan “mükemmel ulaşmak için aşırı veya haddinden fazla çabalamak” ve “mükemmelden uzak herhangi bir şeyi kabul edilemez olarak algılama eğilimi” tanımlarını kullanmışlardır (Patterson, Wang ve Slaney, 2012).

Hamachek (1978) mükemmeliyetçileri “çabaları asla gözlerine yeterince iyi gelmeyen, daha iyisini yapabileceklerini ve yapmaları gerektiğini düşünen kişiler” olarak tanımlamıştır. Benzer şekilde Frost ve diğerlerine (1990) göre mükemmeliyetçilik, aşırı yüksek standartlar koyma ve aşırı kritik öz değerlendirmelerde bulunma eğilimi olarak tanımlanmıştır. Hill, Zrull ve Turlington (1997) ise mükemmeliyetçiliği “aşırı bir şekilde yüksek olan standartlara ulaşma ve bu standartları sağlama eğilimi” olarak tanımlarken; aynı doğrultuda “hatasız standartlara ulaşma çabası” (Hewitt, Flett, Beser, Sherry ve McGee, 2002; Slade, Newton, Butler ve Murphy, 1991) olarak tanımlayanlar da vardır.

Mükemmeliyetçiliği tanımlamadaki temel zorluk, mükemmeliyetçiliğin uyumsal yönleri ile uyumsuz olmayan yönlerinin tam olarak ayırt edilememesidir (Slaney ve Ashby, 1996; Slaney ve diğerleri, 2001). Yine de alanyazındaki mükemmeliyetçilik tanımlarına bakıldığında, aşırı yüksek standartlar belirleme eğilimine ve mükemmeliyetçiliğin olumsuz yönlerine vurgu yapıldığı anlaşılmaktadır. Bu vurgu mükemmeliyetçilik kavramını çalışan ilk araştırmacıların tanımlarında da görülmektedir (Slaney ve diğerleri, 2001).

2.2.2. Mükemmeliyetçiliğin Boyutları

Mükemmeliyetçilik ile ilgili en erken alanyazın tarandığında genellikle mükemmeliyetçiliğin olumsuz ve tek boyutlu olarak ele alındığı görülmektedir (ör. Hollander, 1965; Burns, 1980). Mükemmeliyetçiliği normal ve nevrotik olarak ayıran ilk araştırmacının ise Hamachek (1978) olduğu söylenebilir. Nevrotik olmayan mükemmeliyetçilik standartların ve hedeflerin belirlenmesinde yüksek fakat mantıksal olanları belirleme eğilimini betimler. Ancak nevrotik mükemmeliyetçilikte mantıklı olmayan hedef ve standartlara ulaşma eğilimi söz konusudur (Hamachek, 1978). Daha sonra yapılan araştırmalarda da araştırmacılar mükemmeliyetçiliğin tek boyutlu bir yapı olarak tanımlanmasının bu mükemmeliyetçiliği açıklamada yeterli olmadığı fikrinden yola çıkarak mükemmeliyetçiliğin yapısının çok boyutlu kavramsallaştırılması gerektiğini savunmuşlardır. Frost ve diğerleri (1990) ile Hewitt ve Flett'in (1990) modelleri mükemmeliyetçiliği çok boyutlu bir yapı olarak kavramsallaştırmakla beraber her ikisi de öncelikli olarak mükemmeliyetçiliğin olumsuz özelliklerine odaklanmaktadır. Mükemmeliyetçilik kavramı hakkındaki alanyazından farklı olarak Slaney ve Ashby (1996), mükemmeliyetçiliğin bazı yönlerinin bireyler için faydalı olabileceğini ifade etmişlerdir ve mükemmeliyetçiliğin yalnızca uyumsuz olmayan yönleri olan bir kişilik özelliği olarak araştırılmasının doğru olmayacağını belirttiler. Sonraki araştırmalarda ise mükemmeliyetçiliğin uyumsal ve uyumsuz olmayan yönleriyle çok boyutlu bir kişilik özelliği olarak ele alındığı görülmektedir (örneğin, Rice ve Preusser, 2002; Slaney ve diğerleri, 2001).

Uyumsal mükemmeliyetçilik, ulaşılabilir yüksek standartlar oluşturmanın yanı sıra bu standartlara ulaşmayı kolaylaştıracak bir düzene bağlılık da içermektedir (Slaney ve Ashby, 1996). Uyumsal mükemmeliyetçilik yapısına sahip bireyler, öz-yeterliliklerinin farkında oldukları için ulaşılabilir yüksek standartlar belirlemektedirler. Bu doğrultuda uyumsal mükemmeliyetçilerin standartları için çabalama ve belirledikleri standartlara ulaşabilme ihtimalleri de daha fazladır. Ayrıca uyumsal mükemmeliyetçilik kişilik özelliklerine sahip olan bireylerin kendilerinden şart ve koşulların izin verdiği oranda mükemmellik beklentileri

olacağından bu bireyler hatalar karşısında esneklik paylarını arttırabilmektedirler. Bu doğrultuda uyumsal mükemmeliyetçiler başarılı performanslarından sonra benliklerine yönelik olumlu yüklemeler yapabilirler ve başarısız performanslarından sonra da daha kabullenici olurlar. Böylece belirledikleri yüksek standartlar, uyumsal mükemmeliyetçilerin kendilerini geliştirebilmelerine katkı sağlar ve onları giriştikleri birçok alanda başarılı kılabilir (Hamachek, 1978; Slaney ve diğerleri, 2001).

Uyumsal olmayan mükemmeliyetçilik ise belirlenen yüksek standartlar ile sergilenen performans arasındaki uyumsuzluğun değerlendirilmesindeki endişelerle ilişkilidir (Rice, Ashby ve Slaney, 1998). Uyumsal olmayan mükemmeliyetçiler kendi belirledikleri standartları ya da beklentileri karşılayamazlar (Rice, Lopez ve Vergara, 2005). Ulaşılması güç düzeyde yüksek standartlar belirleme eğilimi uyumsal olmayan mükemmeliyetçilerin sık sık başarısızlık deneyimleri ve başarısızlık hissi yaşamalarına sebep olmaktadır. Uyumsal olmayan mükemmeliyetçilerin hatalara karşı tahammülsüzlük ve performansı bağlamına göre değerlendirememesi gibi özellikleri, bu bireylerin yetersizlik ve aşağılık duyguları geliştirmesine sebep olabildiği gibi umutsuzluk duygusuna kapılmalarına da yol açabilmektedir (Slaney ve diğerleri, 2001).

Yukarıdaki ifadelerden yola çıkılarak, uyum sağlayıcı mükemmeliyetçilik ve uyum sağlayıcı olmayan mükemmeliyetçilik kişilik özellikleri göz önüne alındığında, genel olarak mükemmeliyetçi bir kişilik yapısına sahip olmaktan çok ne tür bir mükemmeliyetçi kişilik yapısına sahip olunduğunun daha önemli olduğu düşünülebilir.

2.2.3. Mükemmeliyetçiliğin Ölçümü

Alanyazında mükemmeliyetçiliği farklı boyutlarıyla inceleyen çeşitli ölçekler bulunmaktadır. Mükemmeliyetçiliğe dair ilk ölçekler tek boyutlu iken sonradan geliştirilen ölçekler mükemmeliyetçiliği çok boyutlu olarak ele almaya başlamışlardır.

Frost ve diğerleri, (1990) geliştirdikleri “Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği” ile mükemmeliyetçiliği “yüksek kişisel standartlar”, “hatalara karşı kaygı duyma”, “davranışlardan şüphe duyma”, “ana baba eleştirileri”, “yüksek ana baba beklentileri” ve “düzen” adı altında olmak üzere altı alt boyutta incelemiştir. Buna göre, “hatalara karşı kaygı duyma”, “davranışlardan şüphe duyma”, “ana-baba eleştirileri” ve “yüksek ana-baba beklentileri” olumsuzken (uyumsal olmayan); “yüksek kişisel standartlar” ve “düzen” olumlu (uyumsal) mükemmeliyetçilik olarak değerlendirilmektedir (Slaney ve Ashby, 1996).

Hewitt, Flett, Turnbull-Donovan ve Mikail (1991) ise geliştirdikleri “Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği” ile mükemmeliyetçiliği; “kendine yönelik mükemmeliyetçilik”, “başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik” ve “sosyal odaklı mükemmeliyetçilik” adı altında olmak üzere üç alt boyutta incelemiştir. Kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin yüksek başarı motivasyonu, yüksek algılanan öz-kontrol, düşük erteleme davranışı gibi uyumsal yönleri olmakla birlikte (Klibert, Langhinrichsen-Rohling, Saito, 2005); anksiyete, kendini eleştirme ve suçlama, öfke ve depresyon gibi uyumsuz olmayan yönleri de bulunmaktadır (Hewitt ve Flett, 1991a; 1991b). Sosyal odaklı mükemmeliyetçiliğin ise kendine yönelik mükemmeliyetçiliğe göre daha az uyumsal olduğu, düşük öz-saygı ve düşük algılanan öz-kontrol, düşük başarı motivasyonu, depresyon, intihar eğilimi, anksiyete, utanç ve suçluluk gibi değişkenler ile ilişkili olduğunu görülmüştür (Klibert ve diğerleri, 2005). Ayrıca, kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin yalnızca sosyal odaklı mükemmeliyetçilikle aynı anda olmadığı durumlarda uyumsal görülebileceği, ikisinin birlikte olduğu durumlarda ise psikopatoloji ile daha fazla ilişkili bir durumun ortaya çıkacağı belirtilmektedir (Klibert ve diğerleri, 2005). Klibert ve diğerlerine (2005) göre, kendine yönelik mükemmeliyetçilik Hamachek’in normal mükemmeliyetçiliği ile, sosyal odaklı mükemmeliyetçilik ise Hamachek’in nevrotik mükemmeliyetçiliği ile benzer gözükmektedir. Paralel olarak Hill ve diğerleri (1997), kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin kendinden emin olma ve güven gibi uyumsal özelliklerle ilişkili olduğunu söylemiştir. Ancak “kendine yönelik mükemmeliyetçilik” erkeklerde duygusal açıdan soğukluk, otoriterlik, şüphecilik; kadınlarda ise kendine aşırı güven eğilimi gibi uyumsuz olmayan özelliklerle ilişkili olabilmektedir. Yine de kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin uyumsal sosyal kişilik özellikleri ile ilişkili olduğu söylenebilir (Hill ve diğerleri, 1997). Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ise otoriterlik, kibirlilik, şüphecilik, sosyal açıdan mesafelilik gibi özelliklerle ilişkilidir. Sosyal odaklı mükemmeliyetçiliğin de erkeklerde kibirlilik, sosyal açıdan mesafelilik ve uyumsuz olmayan kişilik özellikleri ile ilişkili olduğu, kadınlarda da çeşitli kişilerarası problemlerle ilişkili olduğu söylenmektedir (Hill ve diğerleri, 1997).

Mükemmeliyetçiliğin uyumsuz ve uyumsuz olmayan yönlerini değerlendiren diğer bir ölçeğin de Slaney ve Johnson (1992) tarafından geliştirilen “Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Almost Perfect Scale)” olduğu söylenebilir. Ancak “Mükemmeliyetçilik Ölçeği” birtakım eksiklikleri olduğu düşünülerek Slaney ve diğerleri (2001) tarafından gözden geçirilmiş ve “Mükemmeliyetçilik Ölçeği-Gözden Geçirilmiş” adıyla yenilenmiştir. “Mükemmeliyetçilik Ölçeği-Gözden Geçirilmiş”; “yüksek standartlar”, “düzen” ve “uyuşmazlık” alt boyutlarından oluşmaktadır. “Yüksek standartlar” boyutu, bireyin kendisine yüksek standartlar belirlemesini,

“düzen” boyutu bireyin düzene ve organizasyona olan ihtiyacını, “uyuşmazlık” boyutu ise bireyin belirlediği standartlar ile gerçek performansı arasındaki uyuşmazlığın algılanması ile bu durumun oluşturduğu rahatsızlık düzeyidir (Slaney ve diğerleri, 2001). Genel olarak “uyuşmazlık” alt boyutunun uyumsal olmayan mükemmeliyetçilikle, “yüksek standartlar” ve “düzen” alt boyutlarının ise uyumsal mükemmeliyetçilikle ilişkili olduğu düşünülmektedir (Ashby ve Rice 2002; Ashby ve diğerleri, 2002; Parker, 1997; Rice ve Lapsley, 2001; Rice ve diğerleri, 2005; Slaney ve diğerleri, 2001) (akt: Taluy, 2018)

Alanyazındaki araştırmalar incelendiğinde uyumsal olmayan mükemmeliyetçilik olarak kabul edilen “uyuşmazlık” alt boyutunun düşük yaşam doyumuyla (Rice ve Ashby, 2007), stres ve depresyonla (Ashby, Noble ve Gnilka, 2012), öfke, fiziksel saldırganlık ve düşmanlıkla (Öngen 2009), anksiyete (Ulu, 2007) ve düşük benlik saygısıyla (Rice ve Slaney, 2002), ilişkili olduğu öne sürülmektedir. Alanyazın incelendiğinde mükemmeliyetçiliğin alt boyutları ile beş faktör kişilik modeli arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar olduğu görülecektir (Rice, Ashby ve Slaney, 2007; Ulu, 2007). Uyuşmazlık alt boyutu ile nörotizmin pozitif ve dışadönüklüğün negatif; yüksek standartlar alt boyutu ile dışa dönüklük, deneyime açıklık ve vicdanlı olma faktörlerinin pozitif; düzen alt boyutu ile vicdanlı olma faktörünün pozitif ilişkili olmasının bu çalışmaların ortak sonucu olduğu söylenebilir.

Ayrıca “Yüksek standartlar” alt boyutu ise tam tutarlı sonuçlar vermemektedir. Bazı çalışmalarda, bu boyut söz konusu olduğunda uyumsal ve uyumsal olmayan mükemmeliyetçiler arasında anlamlı bir farklılık olmadığı (Ashby ve Bruner, 2005; Rice ve Slaney, 2002) belirtilmiştir. Diğer taraftan, Mobley, Slaney ve Rice’in (2005) çalışmasında uyumsal mükemmeliyetçilerin yüksek standartlar alt ölçek puanlarının uyumsal olmayanlara göre yüksek olduğu belirtilmektedir. Ancak alanyazın incelendiğinde toplulukçu kültürlerde uyumsal olmayan mükemmeliyetçilerin, bireyci kültürlerde ise uyumsal mükemmeliyetçilerin “yüksek standartlar” alt boyutundan daha yüksek puanlar aldıkları görülecektir.

Bireylerin mükemmeliyetçiliğin uyumsal (ör. yüksek standartlar ve düzen) yönünü benimsediklerinde daha sağlıklı, uyumsal olmayan (ör. uyuşmazlık) yönünü benimsediklerinde ise daha sağlıksız olabilecekleri kabul edilmektedir (Slaney ve diğerleri, 2001; Ashby ve Kottman, 1996; Kottman ve Ashby, 2000).

2.3. Narsisizm

2.3.1. Narsisizm Kavramı

Narsisizm teriminin kökenleri, Milattan Sonra sekiz yılında dönemin şairi Ovidius'a ait şiirde bahsi geçen Narkissos isimli mitolojik karakterin trajik sonuna dayanmaktadır. "Mitolojiye göre Narkissos, kendine hayranlık duyan birçokları gibi güzel bir peri kızı olan Echo'nun da aşkına karşılık vermez ve onun acı içinde günden güne solup gitmesine sebebiyet verir. Bu durum karşısında tanrıların öfkesinden kurtulamayan Narkissos, Echo gibi karşılık bulamayacağı bir aşk yüzünden yok olacağı bir sonla cezalandırılır. Ancak Narkissos'un tutku ve hayranlıkla bağlanarak âşık olduğu kişi, su içmek için eğildiği sırada nehrin üzerinde gördüğü kendi yansımasından başkası değildir. Hiçbir şekilde sudaki yansımasında aşkına karşılık bulamayan Narkissos'un yaşamı çaresizce orada son bulur. Böylece kâhin Tiresias tarafından kendini tanımadığı müddetçe uzun yaşamakla müjdelenen Narkissos'un sonunu getiren, kendi yansımasıyla karşılaştığı an olmuştur." (İmamoğlu, 2018).

Narsisizm terimi günümüzde, kendini aşırı beğenen insanı tanımlamak için kullanılmakta olup (Bolat, Ülker ve Demir, 2016) TDK'deki anlamına bakıldığında "özseverlik" kelimesi karşımıza çıkmaktadır. Narsisizm kelimesi etimolojik olarak incelendiğinde ise Yunanca'da kuntluk ya da duyarsızlık anlamına gelen "narke" sözcüğünden geldiği görülmektedir (Geçtan, 2018). Narsisizmin diğer yaygın isimleri ise kibirlilik, kendini beğenmişlik, azamet, gösterişçilik ve benmerkezciliktir (Twenge ve Campbell, 2010). Ancak özsevi, öz sevgi, öz saygı, ego saygısı, kendilik değeri gibi birçok terim de narsisizm ile aynı anlamda kullanılmaktadır (Keçe, 2014).

Narsisizmin kavramsallaştırılmasına ve gelişimsel temellerinin incelenmesine duyulan ilgi Kernberg (1970, 1975) ve Kohut'un (1971, 1977) kuramsal açıklamalarından sonra artış göstermiştir. Kernberg'e (1970) göre narsisizm; kibirlilik, aşırı benmerkezcilik, aşırı sevilme ve onaylanma ihtiyacı, kıskanılmaya yönelik görkemli fanteziler ve diğer bireylere karşı ilgi ve empati eksikliği içeren bir terim olarak tanımlanmaktadır. Kohut'a (1971, 1977) göre ise narsisizm normalde gelişimsel bir evredir ancak ebeveyn tutumları sevgi ve güven içermezse patolojik bir hale dönüşebilmektedir. Ancak narsisizmin, tam olarak neye tekabül ettiğini belirlemenin ve narsisistik olanla olmayanı ayırt etmenin zor olmasından dolayı psikoloji alanının en tartışmalı kavramlarından olduğu söylenebilir (Kızıltan, 2011). Pincus ve Lukowitsky'e (2010) göre klinik psikoloji, psikiyatri ve sosyal psikoloji alanlarındaki narsisizm tanımlamaları birbiriyle tutarlı değildir ve bu durum narsisizm ile ilgili araştırmalardan bir sentez ortaya koyulmasını güçleştirmektedir.

2.3.2. Normal (Uyumsal) Narsisizm ve Boyutları

Hakkında geniş bir alanyazın bulunan narsisizm kavramı, bazı araştırmacılar tarafından yalnızca patolojik yönüyle araştırılmış, bazı araştırmacılar tarafından ise sağlıklı yönlerinin de olduğu belirtilerek sağlıklı yönleriyle de araştırılmıştır (Köroğlu ve Bayraktar, 2007). Bazı araştırmacılar normal ve patolojik narsisizmi tek bir eksen üzerinde sağlıklı boyuttan patolojik boyuta giden bir süreç olarak tanımlarken; bazıları ise sağlıklı narsisizm ile patolojik narsisizmin kategorik şekilde ayrışan yapılar olduğunu belirtmişlerdir (Bozkuş ve Araz, 2015).

Kohut ve Wolf'a (1978) göre narsisizm sağlıklı gelişimin bir evresidir. Onlara göre narsisizmin normal ve patolojik boyutları aynı gelişimsel sürecin parçalarıdır. Bu süreçte, nesne ilişkilerindeki büyük bozulmalar gelişimin ilk aşamalarına saplanıp kalmaya, diğer bir deyişle narsisistik bozukluklara sebep olmaktadır (akt: Özdemir, 2017). Kernberg (1985) ise patolojik narsisizmi normal narsisizmden şöyle ayırmıştır:

“Patolojik narsisizme özel narsisistik direnç, onu normal narsisizmden ayırır. Patolojik narsisizm normal narsisizmden farklı olarak patolojik nesne ilişkilerinden kaynaklanır. Bunun yanında normal narsisizmden farklı olarak ego ve süperegoda patolojik bir ayrışma ve bütünleşme eksikliği vardır. Normal narsisizmde libidinal ve saldırgan yatırım yapılmış nesne imgeleri bütünleşmiştir. Patolojik narsisizmde bu içselleştirilmış nesne imgelerinin patolojik gelişimi görölür. Patolojik narsisizmden farklı olarak normal narsisizmde eleştiri, suçlama ve başarısızlığa karşı aşırı tepkinin yanında nesnelere ilgi gösterme, nesnelere güvenme ve bağımlılık birlikte bulunur. Normal çocuksu narsisizmde çocuğun talepleri ihtiyaçlarıyla bağlantılıdır, oysa patolojik narsisizmde talepler aşırıdır ve tatmin edilemez. Narsisistik hastaların soğukluğu, mesafeliliği, küçümseme ve değerersizleştirmesi, küçük çocuğun bencilliğinden farklıdır.”

Kernberg'e (1985) göre, tüm bu özellikler söz konusu olduğunda narsisizmin normal ve patolojik boyutlarının birbirinden farklı olduğu görölmektedir (akt: Karaaziz ve Erdem Atak, 2013). Ancak Geçtan (2018), narsisizmin normal ve patolojik boyutlarını birbirinden ayırmanın her durumda mümkün olmadığını söylemiştir. İnsanın kendisini sevmesi, kendisini değerli bulması gibi duygular sağlıklı bir kişiliğe işaret ederken, bu duyguların hangi aşamada bir kişilik bozukluğuna dönüştüğünü belirleyen ölçütleri tanımlamak pek mümkün değerdir.

Cheng'e (2004) göre, normal narsisizmi kavramsallaştırmanın yollarından birisi, insanların ilişkileri kurup oluştururken ne denli arzu edilir olduklarına dair kendilerini nasıl sundukları ile ilişkilidir (akt: Kardaş, 2017). Masterson (1993) da benzer şekilde narsisizmin

sağlıklı ve patolojik boyutları arasında ayırım yapılması gerektiğini ileri sürmüş, bu ayırımı da kendilik algısı ile kendiliğin nesne ile ilişkisi üzerinden temellendirmiştir. Ona göre gerçekliği temel alan bir yeterlilik ve ehil olma hissi sağlıklı narsisizm, fanteziye dayalı bir kendilik ve olumsuz duygulanımdan kaçmak için yoğun savunmaları devreye sokmak ise patolojik narsisizm olarak değerlendirilmiştir (akt: İmamoğlu, 2018). Roche ve diğerlerine (2013) göre narsisizmin normal ve patolojik boyutlarının ortak özelliği, her ikisinin de takdir görme isteği ve tanınma ihtiyacını içermesidir. Fakat bu istek ve ihtiyaçlar karşılanırken kullanılan düzenleme mekanizmalarının ne kadar uyumsal olduğu bu iki yapı arasında bir ayırım yapmaya olanak sağlayabilir. Patolojik narsisizm, benliği yüceltmek amacıyla kullanılan uyumsal olmayan ilkel mekanizmalar ile hayal kırıklıklarına karşı kullanılan uyumsal olmayan telafi edici stratejilerin organizasyonunu içerir. Normal narsisizm ise; olumlu, ulaşılabilir benlik yüceltici deneyimlerin yaşantılanmasını sağlayan uyumsal düzenleme mekanizmaları ile olumlu bir benlik imajının sürdürülmesiyle paralel ilerleyen gerçekçi hırsların bir organizasyonunu içinde barındırır.

Narsisizm, normal kişilik özelliği bağlamında otorite, teşhircilik, üstünlük, hak iddia etme, sömürücülük, kendine yeterlilik ve kendini beğenme olmak üzere yedi boyut olarak kavramsallaştırılmaktadır (Raskin ve Terry, 1988). Normal narsisistik kişilik özellikleri ile ilgili araştırmalarda en çok kullanılan ölçüm aracı Narsisistik Kişilik Envanteridir ve “Narsisistik Kişilik Envanteri”, patolojik narsisizmi ölçmemektedir (Pincus ve Lukowitsky, 2010). Raskin ve Terry (1988), Narsisistik Kişilik Envanterinin alt boyutlarının yansıttığı kişilik özelliklerini ayrı ayrı açıklamışlardır. Buna göre otorite alt boyutundan baskınlık, atılganlık, liderlik ve özgüven ile ilgilidir. Teşhircilik alt boyutu; kendini teşhir etme, sansasyon arayışı, dışadönüklük ve dürtüsellik ile içerir. Sömürücülük alt boyutu; isyankârlık, uyumsuzluk, düşmanlık ve başkalarına karşı empati yoksunluğu ile bağlantılıdır. Hak iddia etme alt boyutu; hırslılık, iktidar ihtiyacı, baskınlık, düşmanlık, inatçılık, öz-kontrol eksikliği ve başkalarına karşı hoşgörü eksikliği ile ilgilidir. Kendine yeterlilik alt boyutu ise öz-güven, girişkenlik, bağımsızlık ve başarıya olan ihtiyaç ile bağlantılıdır. Kibirlik alt boyutu bireyin kendisini fiziksel açıdan çekici olarak tanımlamasını ve çevresi tarafından da çekici olarak değerlendirilmesini içerir. Üstünlük alt boyutu ise statü elde etme kapasitesi, sosyal varoluş, öz-güven ve abartılı narsisistik ego ile ilgilidir. Otorite ve kendine yeterlilik boyutları istendik kişilik değişkenleri ile ilişkili olduğu için uyumsal narsisistik boyutlardan iken sömürücülük ve hak iddia etme boyutları az istendik kişilik değişkenleri ile ilişkili olduklarından uyumsal olmayan narsisistik boyutlardan sayılabilir (Soyer ve diğerleri, 2001; Watson ve Biderman, 1993; Watson ve Morris, 1991; Strelan, 2006; Baskan ve Erduran, 2009) (akt: Öngen, 2010).

2.4. İlgili Araştırmalar

Bu bölümde sırasıyla kendini sabotaj, kendini sabotaj ile mükemmeliyetçilik arasındaki ve kendini sabotaj ile narsisistik kişilik arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalara yer verilmiştir. Her bölüm kendi içerisinde yurt dışında yapılan çalışmalar ve yurt içinde yapılan çalışmalar olmak üzere iki gruba ayrılmıştır.

2.4.1. Kendini Sabotaj ile İlgili Araştırmalar

Bireyin önemli performans durumlarında kendine özgü engeller oluşturarak kendi başarısını engellediği olgusuna atıfta bulunan kendini sabotaj fenomeni kişiler arası karşılaştırma ve kalabalığın bireysel başarı üzerindeki etkisinin önemszenmesiyle beraber 1990'lı yıllardan itibaren yoğun şekilde çalışılmaya başlanmıştır (Török, Szabó, ve Tóth, 2018).

2.4.1.1. Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Yu ve McLellan (2019), kendini sabotajdaki cinsiyet farklılıklarını, 13-14 yaş aralığındaki 536 ortaokul öğrencisi üzerinde akademik ve sosyal başarı hedeflerini ele alarak araştırmıştır. Yapılan analizler sonucunda erkeklerin davranışsal kendini sabotaja daha fazla başvurdukları ortaya çıkmıştır. Ayrıca öğrencilerin akademik başarı hedeflerinin yanı sıra sosyal başarı hedeflerinin de önemszenmesinin kendini sabotaj düzeylerini azalttığı görülmüştür.

Ferradás, Freire, Valle ve Núñez, (2016) akademik hedefler ve kendini sabotaj stratejilerini araştırdıkları çalışmalarında üniversite öğrencilerinin öz-değerlerini koruyabilmek için hem davranışsal hem de sözel kendini sabotaj stratejilerini kullandıklarını bulmuşlardır.

Coudevylle ve diğerleri (2008), öz-yeterlilik ve öz-saygının, davranışsal ve sözel kendini sabotaj stratejileri ile ilişkisini 31 basketbol oyuncusu üzerinde incelemişlerdir. Araştırmanın sonucunda sözel kendini sabotajın öz-saygı ile negatif anlamlı ilişki içinde olduğunu, davranışsal kendini sabotajın da öz-yeterlilik ile negatif anlamlı ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca sözel kendini sabotaja başvuranların daha çok kendinden şüphe duyduğunu belirtmişlerdir.

Ross, Canada ve Rausch (2002), kendini sabotaj ile beş faktör kişilik modeli arasındaki ilişkileri 251 psikoloji öğrencisi üzerinde incelemiştir. Kurulan çoklu doğrusal regresyon modelinde kendini sabotajı nörotizmin pozitif, vicdanlı olmanın negatif yordadığı ve toplam açıklanan varyansın %62 olduğu görülmüştür. Ayrıca kurulan diğer çoklu doğrusal regresyon

modelinde öz-disiplin, depresyon, işkoliklik, dürtüsellik, öz-bilinç ve yetkinlik boyutlarının kendini sabotajın varyansının %64'ünü açıkladığı sonucuna varılmıştır.

2.4.1.2. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Topal, Yalnızoğlu Çaka ve Çınar (2018), kendini sabotaj stratejileri ile tükenmişlik arasındaki ilişkiyi 338 hemşirelik bölümü öğrencisi üzerinde araştırmışlardır. Yapılan analizler sonucunda kendini sabote eden öğrencilerin tükenmişlik düzeylerinin daha fazla olduğu bulunmuştur. Ayrıca hemşirelerin kendini sabotaj düzeyleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Kamuk, Evli ve Tecimer (2018), kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyet, gelir düzeyi gibi demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını 49 futbol hakemi üzerinde incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre kendini sabotaj puanlarının araştırmada kullanılan demografik değişkenlere göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı görülmüştür.

Taş (2017), romantik ilişkilerdeki kişilerarası yetkinlik düzeylerinin kendini sabotaja etkisini 384 üniversite öğrencisi üzerinde incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin kişilerarası yeterlilik düzeyleri arttıkça kendini sabotaj düzeyleri azalmaktadır. Ayrıca araştırmada kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyet, ilişki durumu, ilişki deneyimi gibi demografik değişkenlere göre anlamlı farklılıklar göstermediği görülmüştür.

Zafer (2016), kendini sabotaj düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi 350 itfaiye çalışanı üzerinde incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda kendini sabotaj düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca kendini sabotaj düzeylerinin araştırmada kullanılan cinsiyet, yaş gibi demografik değişkenlere göre anlamlı farklılıklar göstermediği görülmüştür.

Altıntaş (2016), kendini sabotaj düzeyleri ile cep telefonu kullanım düzeyleri arasındaki ilişkiyi 484 üniversite öğrencisi üzerinde araştırdığı çalışmasında, kendini sabotaj düzeyleri ile cep telefonu kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı; ayrıca kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyet, algılanan gelir düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumu açısından da farklılık göstermediği sonucuna varmıştır.

Civan (2016) kendini sabotaj ve eylemlilik arasındaki ilişkiyi 361 katılımcı üzerinde incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda kendini sabotaj ile eylemlilik arasında negatif yönde

anlamli bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca katılımcıların kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyet ve yaş değişkenleri açısından anlamli farklılıklar göstermediği görülmüştür.

Anlı ve diğerleri (2015), kendini sabotaj ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkiyi çeşitli değişkenler açısından 316 üniversite öğrencisi üzerinde inceledikleri araştırmalarında; üniversite öğrencilerinin kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyet açısından anlamli farklılıklar gösterdiği, algılanan gelir düzeyi ve ebeveyn tutumları açısından ise anlamli farklılıkların olmadığı sonucuna varmışlardır. Buna göre erkekler daha fazla kendini sabote etmektedir.

Barutçu Yıldırım (2015), cinsiyetin, ertelemenin, öz-saygının, sınav kaygısının ve öz-anlayışın kendini sabotajı yordayıcı rollerini 801 üniversite öğrencisi üzerinde araştırmıştır. Araştırmanın sonucunda; kendini sabotajın öz-saygı ile negatif yönde orta düzeyde, erteleme ile pozitif yönde orta düzeyde, sınav kaygısı ile pozitif yönde orta düzeyde, öz-anlayış ile negatif yönde orta düzeyde anlamli ilişkiler içinde olduğu bulunmuştur. Yordayıcı rollerin belirlenmesi için yapılan hiyerarşik regresyon analizine sırasıyla cinsiyet, öz-saygı, erteleme, sınav kaygısı ve öz-anlayış değişkenleri sokulmuş; ilgili değişkenlerin kısmi varyansları sırasıyla %1, %30, %22, %6, ve %2 bulunmuştur. Oluşturulan son model ise varyansın %61'ini açıklamıştır. Araştırmanın bir diğer sonucu ise kadınların kendini sabotaj düzeylerinin erkeklerinkinden daha yüksek bulunmasıdır.

Yavuzer (2015), kendini sabotaj ile öz-saygı ve bilişsel çarpıtmalar arasındaki ilişkiyi 507 öğretmen adayı üzerinde incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre kendini sabotaj ile bilişsel çarpıtmalar arasındaki ilişkide öz-saygının aracı değişken rolü olmamakla beraber düzenleyici değişken rolü olduğu ortaya çıkmıştır. Buna göre öz-saygısı düşük öğretmen adaylarında, yüksek düzeydeki bilişsel çarpıtma düzeyleri, yüksek düzeyde kendini sabotaj eğilimleri ile ilişkilidir. Araştırmanın bir diğer sonucu ise kadın öğretmen adaylarının kendini sabotaj puanlarının erkek öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğunun bulunmasıdır.

Akın ve Akın (2015), öz-duyarlılığın kendini sabotajı yordayıcı rolünü 408 üniversite öğrencisi üzerinde araştırmışlardır. Araştırma sonuçlarına göre öz-duyarlılığın; öz-yargılama, izolasyon, aşırı özdeşleşme ve paylaşımların bilincinde olma alt boyutlarının kendini sabotajın yordayıcıları olduğu ortaya çıkmıştır. Kurulan hiyerarşik regresyon modeli incelendiğinde söz konusu değişkenlerin kendini sabotajın varyansını %51 oranında açıkladığı görülmektedir.

ingöz (2015), kendini sabotaj düzeylerini spor ve farklı değişkenler açısından 850 üniversite öğrencisi üzerinde incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda spor yapan bireylerin kendini sabotaj düzeylerinin spor yapmayanlara göre anlamli şekilde düşük olduğu

görülmüştür. Spor yapan bireyler arasında ise takım sporu yapanların kendini sabotaj düzeyleri bireysel spor yapanlara göre anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Araştırmaya katılanların kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyete göre ise anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmüştür.

Büyüköze ve Gün (2015), 408 araştırma görevlisinin kendini sabotaj düzeylerini ve kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyet, medeni durum, kıdem ve kadro durumu gibi demografik değişkenlere göre inceledikleri çalışmalarında, araştırma görevlilerinin kendini sabotaj düzeylerinin görece düşük olduğunu ve kendini sabotaj düzeylerinin demografik değişkenlere göre anlamlı bir farklılık göstermediğini bulmuşlardır.

Akın ve Akın (2014), kendini sabotaj ile özgünlük arasındaki ilişkiyi 366 üniversite öğrencisi üzerinde incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda özgünlüğün; öz-yabancılaşma, dışsal etkiyi kabul etme ve özgün yaşam alt boyutlarının kendini sabotajın %21'lik varyansını açıkladığı ortaya çıkmıştır.

Yalnız (2014), kendini sabotaj, algılanan ana-baba tutumu ve öz-yeterlik arasındaki ilişkileri 438 üniversite öğrencisi üzerinde incelediği araştırmasında, kendini sabotajın demokratik ana-baba tutumu ile negatif yönde, buna karşın koruyucu ve otoriter ana-baba tutumuyla ise pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca üniversite öğrencilerinin kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyet açısından anlamlı farklılıklar göstermediği; algılanan akademik başarı açısından ise anlamlı farklılıklar gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Akademik başarısını yüksek olarak algılayan öğrenciler daha az kendini sabotaja başvurmaktadır.

Sarıçalı (2014), kendini sabotaj ile özgünlük arasındaki ilişkiyi 298 psikolojik danışman adayı üzerinde incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda kendini sabotaj düzeyleri ile özgünlük düzeyleri arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca psikolojik danışman adaylarının kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür.

Akın (2013), kendini sabotaj üzerinde akılcı duygusal davranışçı terapi odaklı psikoeğitim programının etkisini incelemiştir. 10 lise öğrencisine uygulanan on oturumluk psikoeğitim programının deneklerin kendini sabotaj düzeylerini düşürdüğü ve bu durumun yapılan izleme ölçümlerinde de korunduğu ortaya koyulmuştur.

Üzbe (2013), kendini sabotaj düzeyleri ile başarı hedef yönelimleri, benlik saygısı, akademik başarı ve bazı demografik değişkenler arasındaki ilişkiyi 483 üniversite öğrencisi üzerinde incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda benlik saygısının, algılanan akademik başarının, ustalık ve performans-kaçınma hedef yöneliminin kendini sabotajı yordadığı tespit edilmiştir. Kendini sabotaj puanlarının ise cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür.

Gündoğdu (2013), 280 öğretmen adayının kendini sabotaj puanlarını, benlik saygısı puanlarını kontrol ederek; cinsiyet, yerleşim yeri, gelir düzeyi ve lisans programından memnuniyetine göre incelemiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre öğretmen adaylarının benlik saygısı puanlarına göre düzeltilmiş kendini sabotaj puanlarında; cinsiyet, geldikleri yerleşim yeri ve gelir düzeyine göre anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

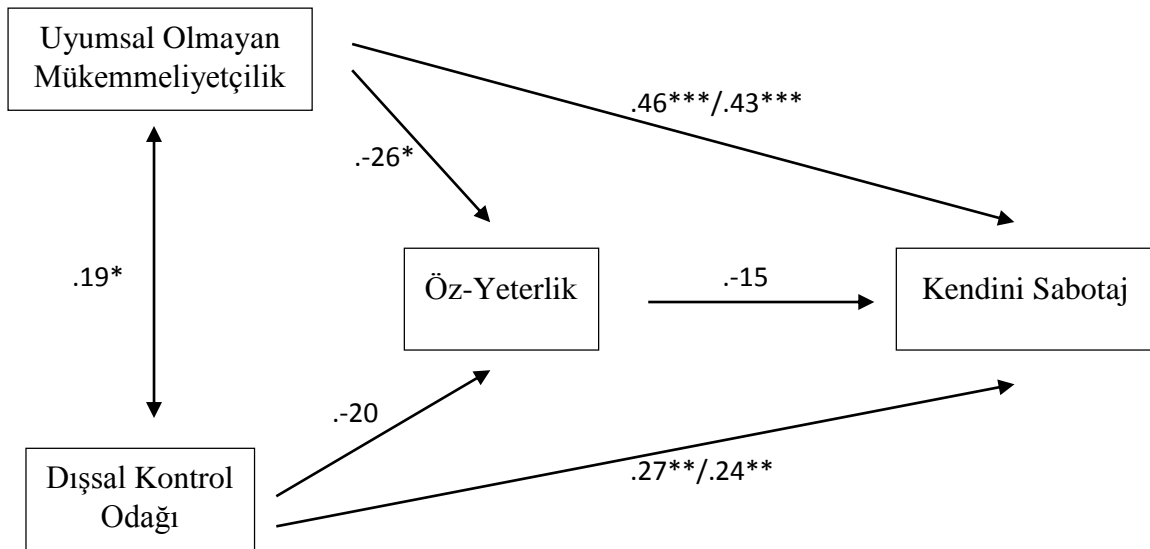
Akça (2012), kendini sabotaj üzerinde akademik erteleme, kontrol odağı ve akademik başarının etkisini 263 üniversite öğrencisi üzerinde incelemiştir. Yapılan analizler sonucunda kendini sabotaj ile akademik ertelemenin orta düzeyde pozitif, dış kontrol odağının düşük düzeyde pozitif, akademik başarının ise düşük düzeyde negatif etkisinin olduğu ortaya çıkmıştır. Kurulan regresyon eşitliği modeli toplam varyansın ise %22'sini açıklamıştır.

2.4.2. Kendini Sabotaj ve Mükemmeliyetçilik ile İlgili Araştırmalar

Yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmalar incelendiğinde kendini sabotaj ile mükemmeliyetçi kişilik arasındaki ilişkileri araştıran sınırlı sayıda çalışma olduğu görülmüştür.

2.4.2.1. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Stewart ve De George-Walker (2014), 79 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları araştırmada uyumsuz olmayan mükemmeliyetçiliğin ve dışsal kontrol odağının kendini sabotajı doğrudan yordamakta olduğunu belirtmişlerdir. Kurulan yol modeli şekil 1.'de gösterilmiştir.

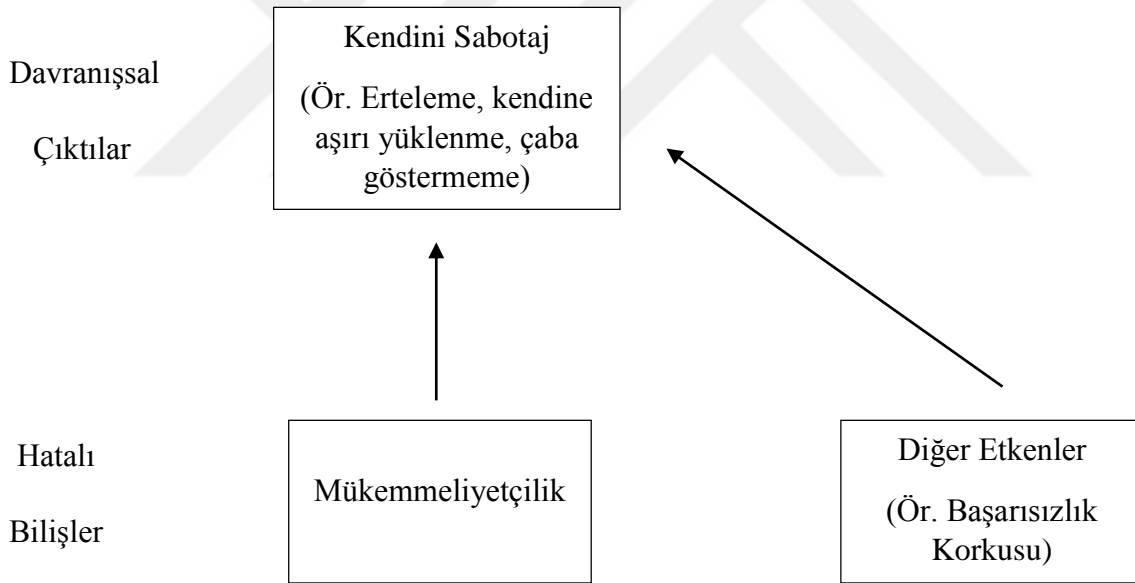


Şekil 1. Kendini Sabotajın Yordanmasına İlişkin Yol Modeli

Kurulan yol modeline göre kendini sabotajın düzeylerinin yordanmasına uyumsal olmayan mükemmeliyetçilik ve dışsal kontrol odağı anlamlı katkılar yapmaktadır. Fakat beklenenin tersine uyumsal olmayan mükemmeliyetçiliğin kendini sabotajı yordamasında öz-yeterliliğin aracı rolü anlamlı bulunmamıştır.

Karner-Hutuleac (2014), 136 psikoloji öğrencisi üzerinde yaptığı araştırmada kendini sabotaj, mükemmeliyetçilik ve akademik başarı arasındaki ilişkileri incelemiştir. Kendini sabotaj ile mükemmeliyetçilik arasında pozitif yönde düşük düzeyde, akademik başarı ile negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunurken mükemmeliyetçilik ile akademik başarı arasında negatif yönde orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

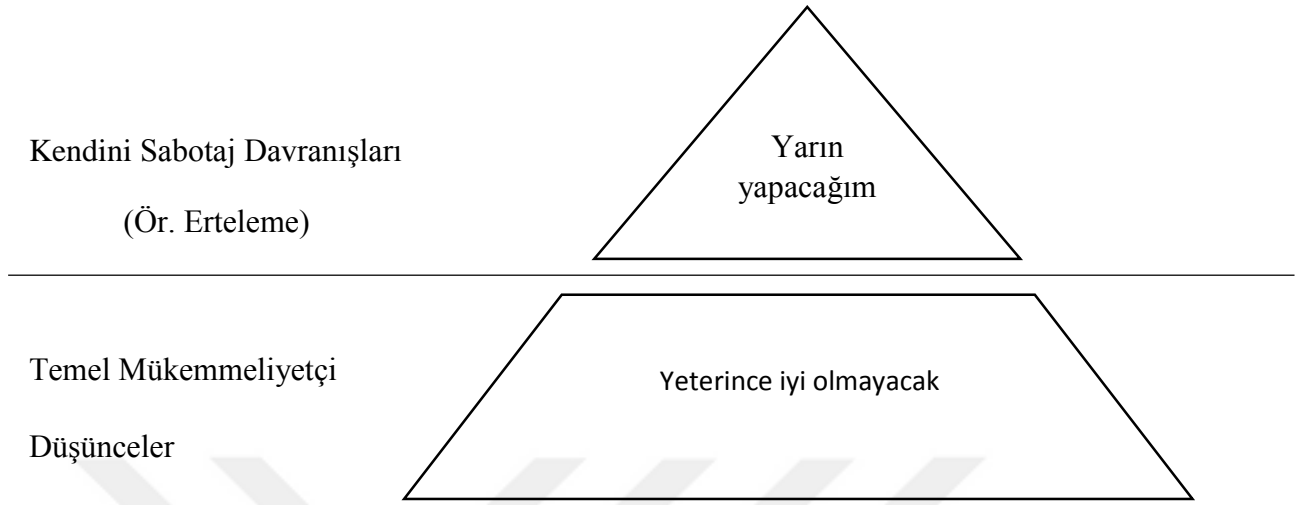
Kearns ve diğerleri (2008), kurdukları kuramsal modelde kendini sabotaj ile mükemmeliyetçilik arasında ilişki olduğunu savunmuşlardır. Kurulan model şekil 2.'de gösterilmiştir:



Şekil 2. *Mükemmeliyetçilik ile Kendini Sabotaj Arasındaki İlişki (Kearns ve diğerleri, 2008)*

Bu model mükemmeliyetçiliğin sonucunun her zaman kendini sabotaj olacağını veya kendini sabotaj stratejilerinin her zaman mükemmeliyetçi inançların ürünü olduğunu önermemekle beraber, bu iki yapının sıklıkla birbirine paralel gittiğini söylemektedir. Kearns ve diğerleri (2008), modellerini bir buz dağı olarak düşünmenin kullanışlı olacağını belirtmişlerdir. Buz dağının görünen kısmı bireylerin kullandığı davranışsal kendini sabotaj stratejilerini ve bu davranışlarla bağlantılı yüzeysel düşünceleri yansıtırken, görünmeyen kısmı

ise bu davranışların altında yatan temel mükemmeliyetçi düşünceleri yansıtmaktadır. Kearns ve diğerlerinin (2008) buz dağı modeli şekil 3’te gösterilmiştir:



Şekil 3. Görünen davranışlar ve altlarında yatan bilişlere ilişkin bir örnek

Kearns ve diğerleri (2008), bu modele örnek olarak, sınava çalışmayı erteleyen bir üniversite öğrencisi örneğini kullanmışlardır. Sınav için konularını gözden geçirmeyi bırakan üniversite öğrencisi “Biraz yorgunum, yarın çalışmak için daha iyi bir zaman olacak.” şeklinde düşünerek sınava çalışmayı erteleyebilir. Bu davranışların temelinde, yani buz dağının görünmeyen kısmında, ertelemenin gerçek sebebi olan hatalı bilişler yatmaktadır. Kullanılan örnekteki öğrenci mükemmeliyetçi birisi olabilir ve yaptığı şeyin yeterince iyi olamayacağını düşünebilir. Bu inancı sebebiyle öğrenci, kendi yüksek standartlarını karşılayamayacak bir şeye başlamak konusunda isteksiz olabilir ve bu inanç onun sınava çalışmayı ertelemeyle sonuçlanır. Yukarıda açıklanan model farklı deneysel araştırmalarla da kanıtlanmıştır. Yüksek düzeyde mükemmeliyetçi olanlar daha fazla sıklıkla kendini sabotaj stratejileri kullanmaktadırlar. (Frost ve diğerleri, 1990; Hobden ve Pliner, 1995; Sherry ve diğerleri, 2001). Yine de bu konuda daha fazla bilimsel çalışma gerektiği söylenmektedir (Kearns ve diğerleri, 2008). Kearns ve diğerleri (2008), modelleri ile sadece yüzeysel düşüncelere ve davranışlara yani buzdağının görünen kısmına odaklanarak kendini sabotajı azaltmanın etkili olamayacağını, kalıcı değişiklikler için daha derine, temel hatalı bilişlere yani buzdağının görünmeyen kısmına odaklanılması gerektiğini savunmuşlardır. Yukarıdaki örnekten yola çıkılacak olursa, sınava çalışmayı erteleyen bir üniversite öğrencisinin erteleme davranışı basitçe azaltılmaya çalışılırsa, başarılı olma ihtimali çok düşük olacaktır. Bu yüzden başarılı olunmak isteniyorsa öğrencinin temel mükemmeliyetçi inançları ortaya çıkarılmalı ve bunlar

değiştirilmeye çalışılmalı, aksi halde kendini sabotaj stratejileri tekrarlanabilir (Kearns ve diğerleri, 2008).

Kearns, Forbes ve Gardiner (2007), bilişsel davranışçı terapinin klinik olmayan popülasyonlardaki kendini sabotaj ve mükemmeliyetçilik seviyelerini azaltmadaki etkisini inceledikleri çalışmalarında 28 lisans üstü öğrencisine altı haftalık bilişsel davranışçı terapi programı uygulamışlardır. Her denek Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğini, Mükemmeliyetçi Bilişler Ölçeğini ve Kendini Sabotaj Ölçeğini doldurmuştur. Kendini sabotaj ve mükemmeliyetçilik seviyeleri altı haftalık programın başında, sonunda ve programın bitişinden dört hafta sonra ölçülmüştür. Sonuçta mükemmeliyetçilik seviyelerinin program boyunca düştüğü ve programın bitişinden sonraki dördüncü haftada yapılan ölçümde de düşmeye devam ettiği ortaya çıkmıştır. Kendini sabotaj seviyelerinin ise programın uygulanışı sırasında düşmediği fakat programın bitişinden sonraki dördüncü haftada yapılan ölçümlerde anlamlı bir şekilde azaldığı görülmüştür.

Pulford, Johnson ve Awaida (2005), mükemmeliyetçilik, öz-saygı ve öz-yeterliğin kendini sabotaj üzerindeki etkisini bireyci ve toplumcu kültürler göre karşılaştırmışlardır. Araştırma kapsamında 64 İngiliz ile 64 Lübnanlı öğrenci; Bireycilik ve Toplumculuk Ölçeğini, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğini, Mükemmeliyetçi Bilişler Ölçeğini, Kendini Sabotaj Ölçeğini, Genel Öz-Yeterlik Ölçeğini ve Rosenberg Öz-saygı Ölçeğini doldurmuştur. Araştırma sonuçlarına göre Lübnanlı öğrenciler İngiliz öğrencilere göre mükemmeliyetçiliğin ve öz-saygının tüm formlarında daha yüksek puanlar almışlardır fakat kendini sabotaj ve öz-yeterlik puanları iki grupta da birbirine yakındır. İki kültür de karşılaştırıldığında kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve öz-saygının iki kültürde de kendini sabotajın negatif yordayıcıları olduğu görülmüştür.

Hobden ve Pliner (1995), kendini sabotaj ve mükemmeliyetçiliğin boyutları arasındaki ilişkileri 84 psikoloji öğrencisi üzerinde deneysel bir çalışmada incelemişlerdir. Kolay veya zor olan ilk testlerine girdikten sonra bağıntılı veya bağıntısız başarı dönütü alan öğrencilerden, ikinci testlerine girmeden önce performans artırıcı veya performans azaltıcı müziklerden birisini seçmelerini ve son testi arka planda müzik çalarken çözmelerini istemişlerdir. Deneklerin yarısı seçimlerini gizlice yapmış ve deneycinin son test puanlarını bilmeyeceğini düşünmüşlerdir, böylece gizli koşul oluşturulmuştur. Kalan yarısı ise seçimlerini deneyci oradayken ve son test puanlarının deneyci tarafından herkese açık şekilde bildirileceğini düşünürken yapmışlardır, böylece herkese açık koşul oluşturulmuştur. Ayrıca her denek Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğini (Hewitt ve Flett, 1991) doldurmuştur. Deney sonuçlarına

göre, bağıntısız başarı dönütü alanlar, performans azaltıcı müziği bağıntılı başarı dönütü alanlara göre daha fazla tercih etmişlerdir, yani kendilerini sabote etmişlerdir. Ayrıca kendine yönelik mükemmeliyetçiler muhtemelen kendilerini korumak için gizli veya açık koşul farketmeksizin kendilerini sabote etmişlerdir. Sosyal odaklı mükemmeliyetçiler ise herkese açık koşulda bağıntısız başarı dönütü aldıklarında, bağıntılı başarı dönütü alanlara göre daha fazla kendini sabote etmiştir fakat aynı durum gizli koşulda gerçekleşmemiştir. Muhtemelen sosyal odaklı mükemmeliyetçilere göre algı manipülasyonu daha önceliklidir.

2.4.2.2. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Akar, Doğan ve Üstüner (2018), kendini sabotaj, olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik, akademik başarı ve öz-yeterlik arasındaki ilişkileri araştırdıkları çalışmalarında 350 üniversite öğrencisine, Kırdök (2004) tarafından geliştirilen Olumlu-Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeğini ve Kendini Sabotaj Ölçeğini uygulamıştır. Yapılan analizler sonucunda kendini sabotaj; olumsuz mükemmeliyetçilik ile pozitif yönde orta düzeyde, olumlu mükemmeliyetçilik ile negatif yönde orta düzeyde, akademik başarı ile negatif yönde düşük düzeyde ve öz-yeterlik ile negatif yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişkili bulunmuştur.

Özlü (2017), kendini sabotajın yordayıcıları olarak cinsiyet, yaş ve farklı mükemmeliyetçilik tarzlarını araştırdığı çalışmasında 606 üniversite öğrencisine Ulu (2007) tarafından uyarlanan 21 maddeden oluşan Olumlu-Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeğini ve Kendini Sabotaj Ölçeğini uygulamıştır. Yapılan analizler sonucunda üniversite öğrencilerinin olumlu mükemmeliyetçilik düzeyinin, mükemmeliyetçiliğin düzen boyutunun ve yaşın artmasının kendini sabotajı negatif yönde; olumsuz mükemmeliyetçilik düzeyinin ise kendini sabotajı pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Cinsiyetin ise kendini sabotajın anlamlı bir yordayıcısı olmadığı ortaya çıkmıştır.

2.4.3. Kendini Sabotaj ve Narsisizm ile İlgili Araştırmalar

Yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmalar incelendiğinde kendini sabotaj ile patolojik olmayan narsistik kişilik arasındaki ilişkileri inceleyen yurtiçinde bir araştırma ve yurtdışında iki araştırma olmak üzere toplam üç araştırmaya rastlanmıştır. Bu bakımdan kendini sabotaj ile narsistik kişilik arasındaki ilişkileri ortaya koyan araştırmaların sınırlı olduğu söylenebilir.

2.4.3.1. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Rhodewalt ve diğerleri (2006) iki deney ile gerçekleştirdikleri araştırmalarında Narsisistik Kişilik Envanteri ile tanımlanmış narsisist kişilerin, düşük narsisistik puanlara sahip olan kişilerden daha çok kendini sabote etme eğiliminde olacaklarını çünkü bunun başarıya dair hak edilmemiş dönütler almayı kolay kıldığını test etmişlerdir. İki deneyde de yüksek ve düşük narsisistik puana sahip erkekler bir zekâ testinde koşullu ve koşulsuz başarı dönütleri almış ve ikinci değerlendirmeden önce kendilerini sabote edebilecekleri bir fırsat sağlanmıştır. Her iki deneyde de yüksek narsisistik puanlara sahip erkekler, dönütlerin koşullarına bakılmaksızın düşük narsisistik puanlara sahip erkeklere göre anlamlı şekilde daha fazla kendilerini sabote etmiştir.

Levine (1999), kendini sabotaj, narsisizm, öz-saygı arasındaki ilişkileri 118 erkek üniversite öğrencisi üzerinde incelemiştir. Katılımcılara Kendini Sabotaj Ölçeği, Narsisistik Kişilik Ölçeği, Narsisistik Kişilik Bozukluğu Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği uygulamıştır. Yapılan analizler sonucunda kendini sabotajın öz-saygı ile negatif yönde orta düzeyde, narsisistik kişilik bozukluğu ile pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkili olduğunu göstermiştir. Kendini sabotaj ile narsisistik kişilik arasında ise anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Fakat öz-saygı kontrol edildiğinde kendini sabotaj ile narsisistik kişilik arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki ortaya çıkmaktadır.

2.4.3.2. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Kalyon ve diğerleri (2016), kendini sabote etme eğilimi ile narsisistik kişilik özellikleri, anksiyete duyarlılığı, sosyal destek ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Oluşturulan regresyon eşitliği modelinde narsisistik kişilik özelliklerinden otorite, kendine yeterlik ve hak iddia etme modele anlamlı katkı yaparken; üstünlüğün, teşhirciliğin ve sömürücülüğün modele katkısının anlamlı olmadığı bulunmuştur.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evreni ve araştırma grubu ile araştırmada kullanılmış veri toplama araçları, verilerin toplanma süreci ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntemler açıklanmıştır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Üniversite öğrencilerinde uyumsal ve uyumsal olmayan mükemmeliyetçilik ve patolojik olmayan narsisizmin kendini sabotaj üzerindeki yordayıcı rolünün belirlenmesi amacıyla yapılan bu çalışma, ilişkisel araştırma modelinde yürütülmüştür. İlişkisel araştırma modelinin amacı iki ya da daha çok değişken arasındaki ilişkileri belirlemek ve neden-sonuç ile ilgili ipuçları elde etmektir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2014). Bu araştırmada kullanılan değişkenlerden bağımlı değişken olan kendini sabotaj tek boyuttan, bağımsız değişkenlerden mükemmeliyetçilik; uyuşmazlık, yüksek standartlar ve düzen olmak üzere üç alt boyuttan, diğer bağımsız değişken olan narsisistik kişilik ise güç ve teşhircilik olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır.

3.2. Evren ve Araştırma Grubu

Araştırmanın evreni Akdeniz Üniversitesi öğrencileri olarak belirlenmiştir. Araştırma grubu oluşturulurken elverişli örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Uygun örnekleme veya kazara örnekleme isimleriyle de anılan elverişli örnekleme yönteminde; zaman, para ve işgücü kaybını önlemek temel amaçtır. Bu yöntemi kullanan araştırmacılar, ihtiyaç duydukları araştırma grubu büyüklüğüne ulaşana kadar, en ulaşılabilir olan katılımcılardan başlayarak araştırma grubunu oluşturmaya başlarlar (Büyüköztürk ve diğerleri, 2014).

Araştırma kapsamında 633 kişiden veri toplanmıştır. Toplanan verilerden uç değerler çıkartıldıktan sonra kalan 583 kişilik veri seti ile araştırmaya devam edilmiştir. Araştırmaya katılanlar 269 kadın ve 314 erkekten oluşmaktadır. Sınıf düzeylerine bakıldığında 140 birinci sınıf öğrencisi, 164 ikinci sınıf öğrencisi, 145 üçüncü sınıf öğrencisi, 120 dördüncü sınıf

öğrencisi ve 14 yüksek lisans öğrencisi olduğu görülmüştür. Katılımcıların fakültelere göre dağılımı tablo 1.'de gösterilmiştir.

Tablo 1. *Katılımcıların Fakültelere Göre Dağılımı*

Fakülte	Frekans	%
Eğitim Fakültesi	145	24,9
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	90	15,4
Hukuk Fakültesi	45	7,7
Tıp Fakültesi	64	11,0
Edebiyat Fakültesi	45	7,7
Fen Fakültesi	7	1,2
Turizm Fakültesi	13	2,2
İlahiyat Fakültesi	33	5,7
Spor Bilimleri Fakültesi	31	5,3
Uygulamalı Bilimler Fakültesi	11	1,9
İletişim Fakültesi	5	,9
Sosyal Bilimler Enstitüsü	4	,7
Sosyal Bilimler Meslek Yüksek Okulu	11	1,9
Mühendislik Fakültesi	26	4,5
Teknik Bilimler Meslek Yüksek Okulu	12	2,1
Ziraat Fakültesi	16	2,7
Mimarlık Fakültesi	5	,9
Diş Hekimliği Fakültesi	19	3,3
Hemşirelik Fakültesi	1	,2
Toplam	583	100,0

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma kapsamında sadece gönüllü olan katılımcılara cevaplandırılmak üzere Kişisel Bilgi Formu, Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Slaney ve diğerleri, 2001) Narsisistik Kişilik Envanteri (Raskin ve Terry, 1988) ve Kendini Sabotaj Ölçeği (Jones ve Rhodewalt, 1982) dağıtılmıştır. Verilerin toplanabilmesi için kullanılan araçlar hakkındaki bilgiler aşağıda başlıklar halinde verilmiştir:

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formunda kendini sabotaj puanlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığını ölçebilmek amacıyla katılımcıların cinsiyetleri sorulmuş, araştırma grubunda çeşitliliğinin sağlanabilmesi amacıyla da fakülte, sınıf düzeyi kişisel bilgi formu aracılığıyla alınmıştır.

3.3.2. Mükemmeliyetçilik Ölçeği:

Mükemmeliyetçilik puanlarının ölçülebilmesi amacıyla 23 maddeden oluşan Mükemmeliyetçilik Ölçeği-Gözden Geçirilmiş (APS-R; Slaney ve diğerleri, 2001) Türkçe formu kullanılmıştır. Uyarlaması Öngen (2009) tarafından yapılan Mükemmeliyetçilik Ölçeği-Gözden Geçirilmiş Türkçe Formu özgün formunda olduğu gibi uyumsuzluk, yüksek standartlar ve düzen alt boyutları olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Öz bildirim dayalı beşli likert tipi bir ölçektir ve katılımcıların işaretleyeceği ifadeler, hiç tanımlamıyor (1)'dan çok iyi tanımlıyor (5)'a doğru sıralanmıştır. Katılımcılar, ölçekten toplamda en düşük 23 puan ve en yüksek 115 puan alabilmektedirler. Ölçekten alınan puan arttıkça bireyin mükemmeliyetçilik puanı artmaktadır. Uyumsuzluk alt boyutu 12 maddeden oluşmaktadır (ör. "Kendim için belirlediğim yüksek standartlara nadiren ulaşıyorum." ve "Yaptığım işler nadiren standartlarıma uyar."). Yüksek standartlar alt boyutu 7 maddeden oluşmaktadır (ör. "Kendimle ilgili çok yüksek beklentilerim vardır." ve "Yaptığım her işte en iyisini yapmaya çalışırım."). Düzen alt boyutu ise 4 maddeden oluşmaktadır (ör. "Düzenli olmak benim için önemlidir." ve "Her zaman düzenli ve disiplinli olmayı severim."). Ölçeğin Türkçeye uyarlaması yapılırken ölçek maddeleri İngilizceden Türkçeye Öngen tarafından çevrilmiş, ardından Türkçe formu da İngilizce Öğretmenliği doktora dereceli bir akademisyen tarafından İngilizceye geri çevrilmiştir. Özgün form ve geri çevrilen form arasındaki küçük farklılıklar Öngen ve diğer araştırmacı tarafından giderilmiştir. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda üç faktör bulunmuş ve faktörlerin öz değerleri sırasıyla 5.77, 4.59 ve 3.04 olarak saptanmış ve toplam açıklanan varyansın %58,28 olduğu görülmüştür. Böylece özgün ölçeğin altında yatan faktör yapısının desteklendiği sonucuna varılmıştır. Cronbach Alpha güvenilirliklerinin yüksek standartlar boyutu, düzen boyutu, uyumsuzluk boyutu ve tüm ölçek için sırasıyla .90, .89, .88 ve .88 olduğu görülmüş ve ölçeğin Türkçe versiyonunun yeterli güvenilirliğe ve yapı geçerliliğine sahip olduğu sonucuna varılmıştır (Öngen, 2009).

Mevcut araştırmada Cronbach Alpha güvenilirlikleri ise uyuşmazlık alt boyutu için .88; yüksek standartlar alt boyutu için .86; düzen alt boyutu için .91 ve tüm ölçek için .88 olarak saptanmıştır. Bu katsayılar mevcut araştırma grubunda Türkçe uyarlaması yapılan Mükemmeliyetçilik leğinin güvenilir bir lme aracı olduğunu gösterir.

3.3.3. Narsisistik Kişilik Envanteri:

Narsisistik kişilik puanlarının ölçülebilmesi amacıyla klinik olmayan popülasyonlar için geliştirilen 40 maddelik Narsisistik Kişilik Envanterinin (NKE; Raskin ve Terry, 1988) 29 maddeden oluşan Türkçe formu kullanılmıştır. Uyarlaması ngen (2010) tarafından yapılan Narsisistik Kişilik Envanteri Türkçe Formu g ve teşhircilik olmak üzere iki faktörlü bir yapıdan oluşur. G faktörü narsisizmin uyumsal yönünü temsil ederken, teşhircilik faktörü narsisizmin uyumsal olmayan yönünü temsil eder. z bildirim dayalı beşli likert tipi bir ölçektir ve katılımcıların işaretleyeceği ifadeler, hiç tanımlamıyor (1)'dan çok iyi tanımlıyor (5)'a doğru sıralanmıştır. Katılımcılar, ölçekten toplamda en düşük 29 puan ve en yüksek 145 puan alabilmektedirler. Katılımcıların ölçekten aldıkları puan arttıkça bireyin narsisistik kişilik özellikleri artmaktadır.

Ölçeğin Türkçeye uyarlaması yapılırken ölçek maddeleri İngilizceden Türkçeye ngen tarafından çevrilmiş, Türkçe formu da İngilizce ğretmenliği doktora dereceli bir araştırmacı tarafından İngilizceye geri çevrilmiştir. zgn form ve geri çevrilen form arasındaki küçük farklılıklar ngen ve diğer araştırmacı tarafından giderilmiştir. Öncelikle Narsisistik Kişilik Envanterinin yapı geçerliliği açımlayıcı faktör analizi ile incelenmiştir. 40 maddelik Narsisistik Kişilik Envanterinin ilk döndürülmemiş açımlayıcı faktör analizi envanterdeki 10 bileşenin toplam varyansın %61'ini açıkladığını ortaya çıkartmıştır. Saçılım eğrisi ve öz değerler incelendiğinde Narsisistik Kişilik Envanterinin iki faktörlü bir yapıya sahip olduğu görülmüştür. İkilili faktör analizi 7 maddenin düşük faktör yüklerine (.40'tan küçük) sahip olduğunu, 2 maddenin iki faktörü birden kapsadığını, ayrıca 2 maddenin de hem faktör yüklerinin düşük olduğunu hem de iki faktörü birden kapsadığını göstermiştir. Bu sebeple söz konusu 11 maddenin (3, 8, 14, 18, 22, 23, 25, 31, 37, 39, 40) ıkarıldığı ikinci bir analiz daha yapılmıştır. Varimax yöntemi ile döndürülen ikinci açımlayıcı faktör analizinde 2 faktörün öz değerlerinin sırasıyla 5,77 ve 5,09 olduğu ve toplam varyansın %37,43 kadarını açıkladığı görülmüştür. İki faktörlü yapının döndürülmüş faktörleri için maddelerin içeriği bu faktörlerin g ve teşhircilik ile ilgili olduğunu göstermiştir. Birinci faktördeki en yüksek yük değerini .75

ile “Kendimi iyi bir lider olarak görüyorum.” maddesi, ardından .73 ile “Tuttuğunu koparan bir insanım.” maddesi, ardından .69 ile “Ben doğuştan bir liderim” maddesi ve .65 ile “Grubun lideri olmayı tercih ederim” maddesidir. İkinci faktördeki en yüksek yük değeri .74 ile “Gerçekten ilginin merkezi olmaktan hoşlanırım.” maddesi, ardından .68 ile “Fırsatını bulduğumda gösteriş yapmasını severim.” ve “Vücudumu seyretmeyi severim.” maddeleri, .66 ile de “Bana iltifat edilmesinden hoşlanırım.” maddesidir. Cronbach Alpha güvenilirliklerinin güç boyutu için .87, teşhircilik boyutu için .86 ve tüm ölçek için .90 olduğu görülmüş ve ölçeğin Türkçe versiyonunun yeterli güvenilirliğe ve yapı geçerliliğine sahip olduğu sonucuna varılmıştır (Öngen, 2010). Mevcut araştırmada Cronbach Alpha güvenilirlikleri güç alt boyutu için .91; teşhircilik alt boyutu için .86 ve tüm ölçek için .93 çıkmıştır. Bu katsayılar mevcut araştırma grubunda Türkçeye uyarlaması yapılan Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin güvenilir bir ölçme aracı olduğunu gösterir.

3.3.4. Kendini Sabotaj Ölçeği:

Jones ve Rhodewalt (1982) tarafından geliştirilen Kendini Sabotaj Ölçeğinin Türkçe uyarlama çalışmaları Akın ve diğerleri (2010) tarafından yürütülmüştür. Ölçek 25 maddeden oluşur ve tek boyutludur. Kendini Sabotaj Ölçeği, altılı likert tipi ve öz-bildirimli bir veri toplama aracı olup madde seçenekleri “hiç katılmıyorum (1)” ile “tamamen katılıyorum (6)” arasında değişmektedir. Katılımcılar, ölçekten toplamda en düşük 25 puan ve en yüksek 150 puan alabilmektedirler. Ölçekten alınan düşük puanlar, katılımcıların kendini sabotaj düzeylerinin düşük olduğuna işaret ederken, ölçekten alınan yüksek puanlar bireylerin kendini sabotaj düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Kendini Sabotaj Ölçeğindeki 8 madde ters kodlanmaktadır (3, 5, 6, 10, 13, 20, 22, 23). Ölçekteki ters kodlanan maddelere örnek olarak, “Ne olursa olsun, her zaman elimden gelenin en iyisini yapmaya çalışırım” verilebilir. Ölçekteki diğer maddelere örnek olarak ise “Birçok insana göre daha keyifsizim”, “Şu andaki küçük zevkleri, gelecekteki büyük zevklere tercih ederim” ve “Bir sınava girmeden önce kendimi son derece kaygılı hissederim” gösterilebilir. Kendini Sabotaj Ölçeğinin özgün Cronbach Alfa değeri .79 olarak rapor edilmiştir. Dilsel eşdeğerlik çalışmasında, Kendini Sabotaj Ölçeğinin Türkçe ve özgün formlarında bulunan maddeler arasındaki korelasyon katsayıları .69 ile .98 arasında bulunmuştur. Açımlayıcı faktör analizinde 25 maddenin toplam varyansın %32’sini açıkladığı ve maddelerin tek boyutta toplandığı görülmüştür. Ölçeğin faktör yükleri .34 ile .69, madde toplam korelasyonu puanları ise .30 ile .63 arasında sıralanmaktadır.

Doğrulayıcı faktör analizinde tek boyutlu modelin iyi uyum verdiği görülmüştür (RMSEA=.037, NFI=.98, CFI=.99, IFI=.99, RFI=.97, GFI=.97, AGFI=.94). KSÖ'nün Cronbach Alpha katsayısı .90, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .94 olarak bulunmuştur (Akın, 2012). Sonuç olarak, araştırma kapsamında kullanılan Kendini Sabotaj Ölçeğinin, bireylerin kendini sabotaj düzeylerinin ölçümünde yeterli düzeyde güvenilir ve geçerli bir veri toplama aracı olduğu söylenebilir. Mevcut araştırmada ise Kendini Sabotaj Ölçeğinin Cronbach Alfa değeri hesaplanmış ve .69 olarak bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmada kullanılan veriler, gerekli izinler alındıktan sonra 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Akdeniz Üniversitesinde araştırmacı tarafından toplanmıştır. Uygulamadan önce araştırma grubundaki katılımcılara bu araştırmanın bir yüksek lisans tezi kapsamında yürütülmekte olduğu, kişisel bilgilerin verilmesine gerek olmadığı, herhangi bir doğru veya yanlış yanıtın bulunmadığı, sorulara verilecek samimi yanıtların toplanan verilerin geçerli ve güvenilir olması açısından önem taşımakta olduğu, bu sebeple sadece kendilerine en yakın gelen seçeneği işaretlemeleri ve yanıtız madde bırakmamaları gerektiği anlatılmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları sadece gönüllü katılımcılara uygulanmıştır. Yapılan uygulamalar yaklaşık olarak 25 dakika sürmüştür.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırma verilerindeki uç değerleri tespit etmek amacıyla çift yönlü ve tek yönlü uç değer taramaları yapılmıştır. Çift yönlü uç değer taramasında kesme noktaları -3 ve +3 olarak belirlenmiş ve tespit edilen 36 adet uç değer veri setinden çıkarılmıştır. Ardından mahalnobis uzaklıkları hesaplanarak yapılan tek yönlü uç değer taraması sonucunda ise 14 adet uç değer saptanmış ve veri setinden çıkarılmıştır. Böylece toplam 50 adet veri araştırmaya dahil edilmemiştir. Verilerin normalliği çarpıklık-basıklık katsayıları ile kontrol edilmiştir. Çarpıklık-basıklık katsayıları için kesme noktaları -1 ve +1 olarak kabul edilmiştir. Araştırmada kullanılan verilerin değişkenlere göre çarpıklık-basıklık katsayıları Tablo 2.'de gösterilmiştir:

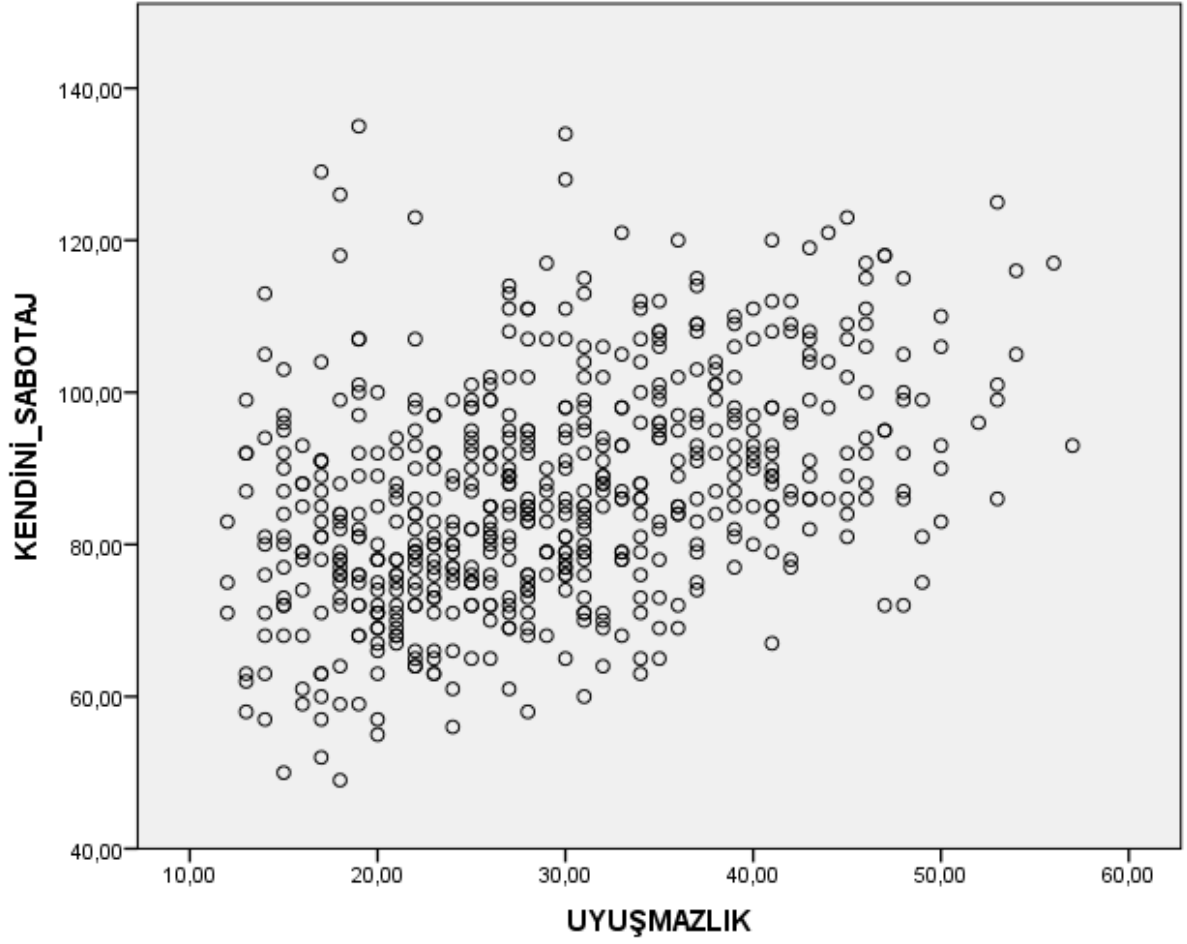
Tablo 2. Araştırmada Kullanılan Verilerin Değişkenlere Göre Çarpıklık-Basıklık Katsayıları

Değişken	Çarpıklık Katsayısı	Basıklık Katsayısı
1. Kendini Sabotaj	.347	-.008
2. Toplam Mükemmeliyetçilik	.093	-.500
3. Uyuşmazlık	.414	-.546
4. Yüksek Standartlar	-.366	-.436
5. Düzen	-.277	-.947
6. Toplam Narsisizm	.139	-.610
7. Güç	.108	-.595
8. Teşhircilik	.447	-.483

Çarpıklık-basıklık katsayıları incelendiğinde Tablo 2.'de de görüleceği üzere tüm dağılımlar normale yakındır. Tüm dağılımlar normale yakın olduğu için, değişkenler arası korelasyonlar hesaplanırken Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu kullanılmıştır.

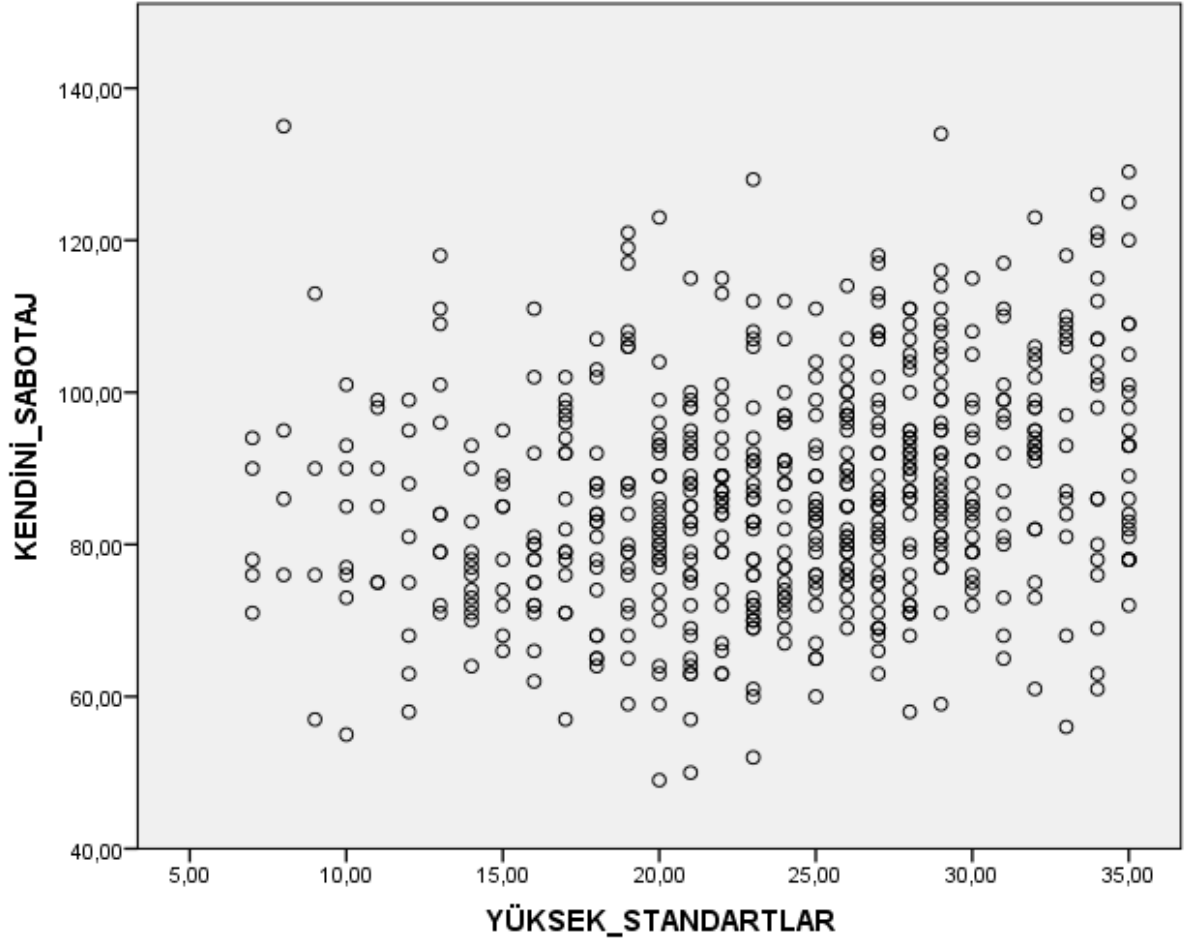
Çoklu doğrusal regresyon analizinde kullanılacak olan değişkenler aralık ölçeği düzeyinde ve sürekli değişkenlerdir. Çarpıklık ve basıklık katsayıları incelendiğinde değişkenlerin normale yakın dağıldığı görülmektedir. Çoklu doğrusal regresyon analizinde kullanılan değişkenler arasındaki ikili korelasyonlar incelendiğinde .80 üzerinde bir korelasyonun bulunmadığı, tolerans değerlerinin .20'den daha yüksek olduğu, varyans büyütme faktörü (VIF) değerlerinin 10'dan küçük olduğu ve durum indeks (CI) değerlerinin 30'dan küçük olduğu görülmüştür (Büyüköztürk ve diğerleri, 2014). Bu doğrultuda yordayıcı değişkenler arasında çoklubağlantılılık sorunu bulunmadığı söylenebilir. Çoklu doğrusal regresyon analizinin bir diğer varsayımı olan doğrusallık varsayımı ise saçılım/nokta grafikleri ile incelenmiştir:

Grafik 1. Kendini Sabotaj ile Uyuşmazlık Arasındaki Saçılım/Nokta Grafiği



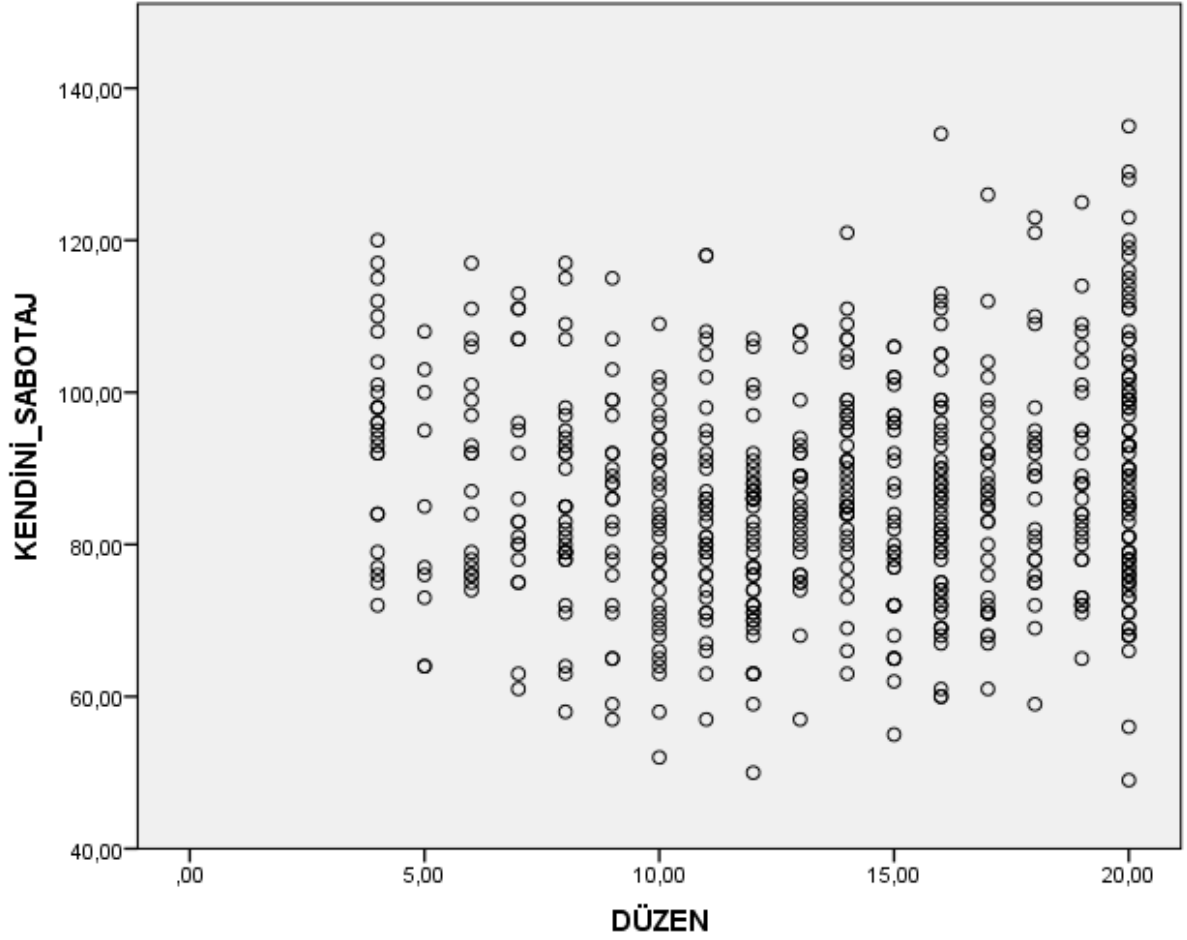
Grafik 1’de görüldüğü gibi kendini sabotaj ölçeğinden alınan puanlar ile mükemmeliyetçilik ölçeğinin uyuşmazlık alt boyutundan alınan puanlar arasında doğrusal bir ilişki olduğu söylenebilir. Bu doğrultuda mükemmeliyetçilik ölçeğinin uyuşmazlık alt boyutu, doğrusallık varsayımını karşıladığı için regresyon analizine dahil edilmiştir.

Grafik 2. Kendini Sabotaj ile Yüksek Standartlar Arasındaki Saçılım/Nokta Grafiği



Grafik 2’de görüldüğü gibi kendini sabotaj ölçeğinden alınan puanlar ile mükemmeliyetçilik ölçeğinin yüksek standartlar alt boyutundan alınan puanlar arasında doğrusal bir ilişki olmadığı söylenebilir. Bu doğrultuda mükemmeliyetçilik ölçeğinin yüksek standartlar alt boyutu, doğrusallık varsayımını karşılamadığı için regresyon analizine dahil edilmemiştir.

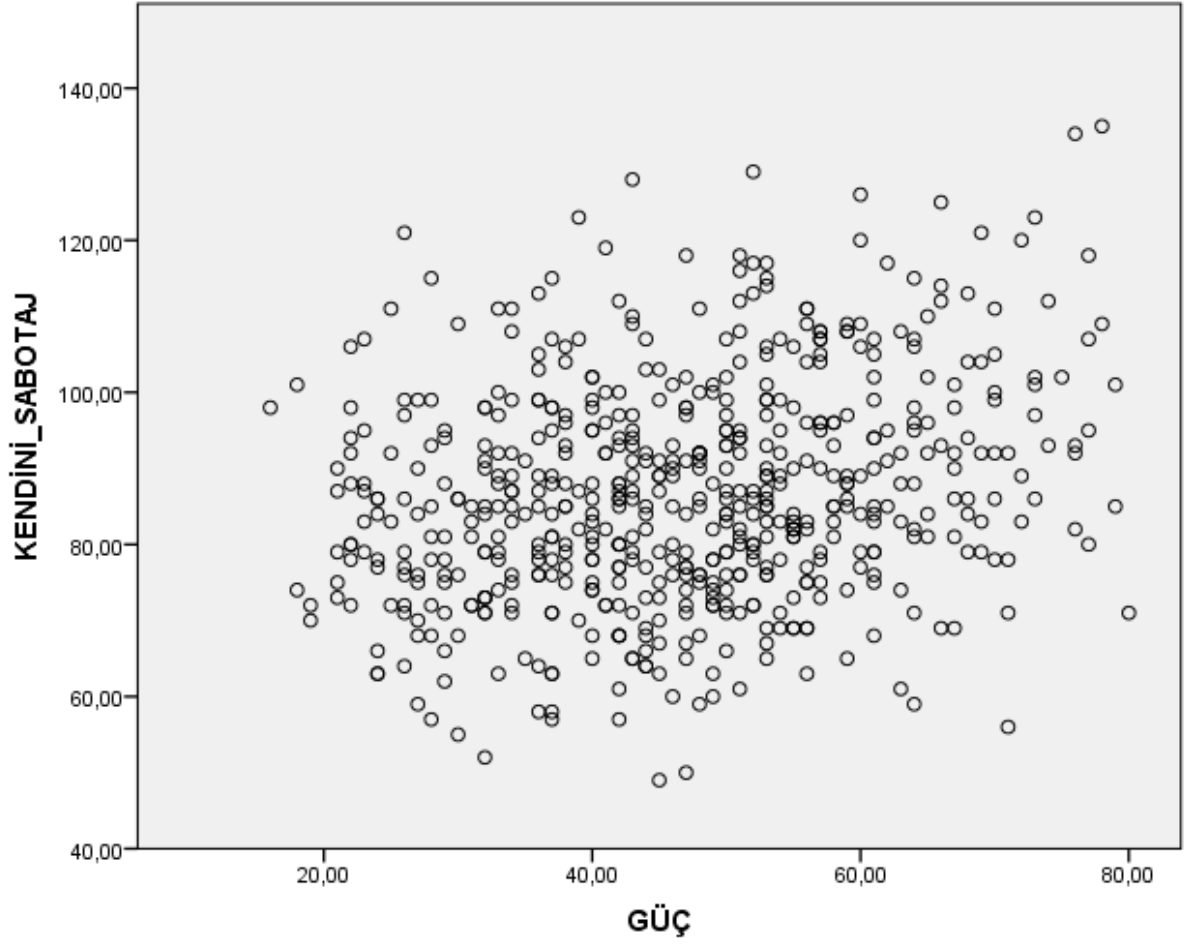
Grafik 3. Kendini Sabotaj ile Düzen Arasındaki Saçılım/Nokta Grafiği



Grafik 3'te görüldüğü gibi kendini sabotaj ölçeğinden alınan puanlar ile mükemmeliyetçilik ölçeğinin düzen alt boyutundan alınan puanlar arasında doğrusal bir ilişki olmadığı söylenebilir. Bu doğrultuda mükemmeliyetçilik ölçeğinin düzen alt boyutu, doğrusallık varsayımını karşılamadığı için regresyon analizine dahil edilmemiştir.

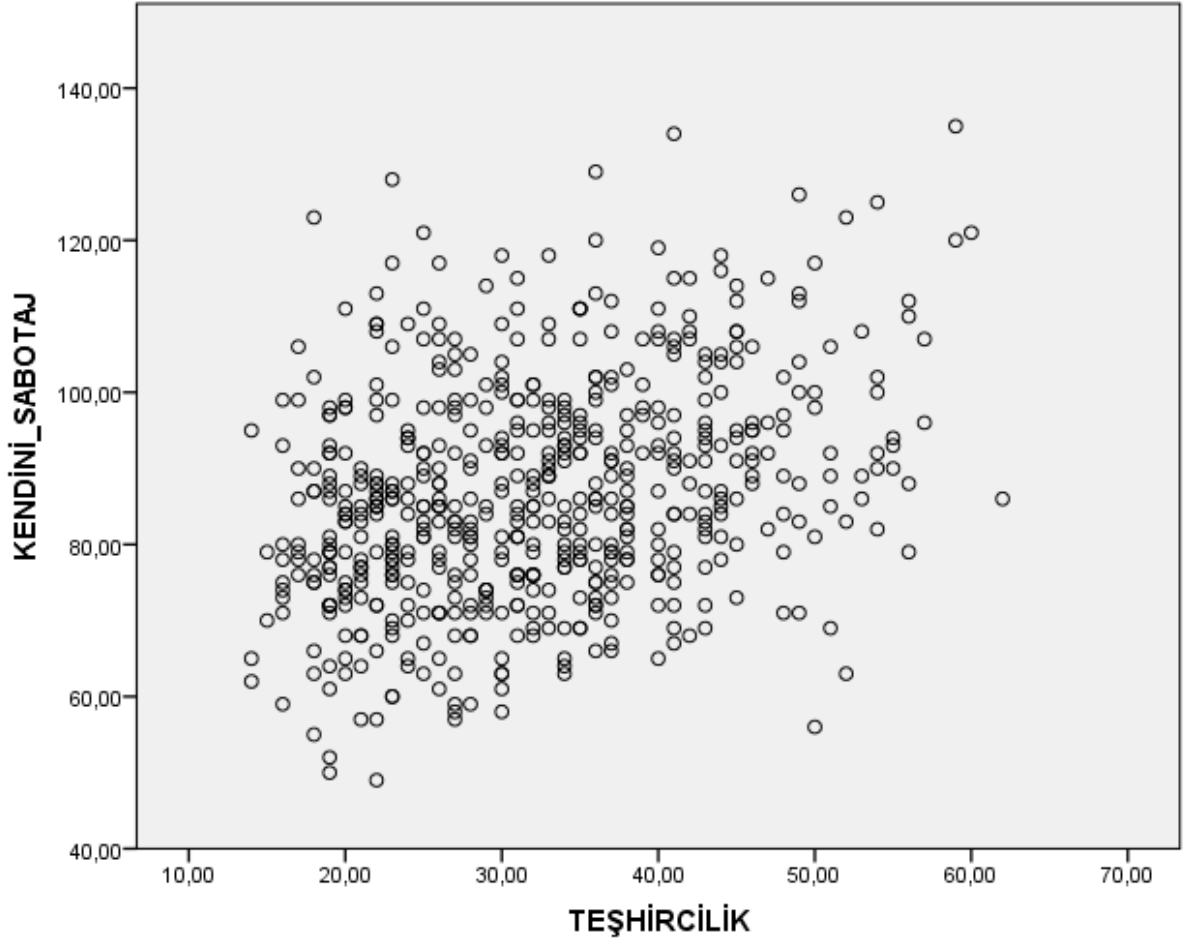
Sonuç olarak mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından yalnızca uyumsuzluk alt boyutu doğrusallık varsayımını karşılayabildiği için çoklu doğrusal regresyon yerine basit doğrusal regresyon yapılmasının uygun olacağına karar verilmiştir.

Grafik 4. Kendini Sabotaj ile Güç Arasındaki Saçılım/Nokta Grafiği



Grafik 4’de görüldüğü gibi kendini sabotaj ölçeğinden alınan puanlar ile narsisistik kişilik envanterinin güç alt boyutundan alınan puanlar arasında doğrusal bir ilişki olduğu söylenebilir. Bu doğrultuda narsisistik kişilik envanterinin güç alt boyutu, doğrusallık varsayımını karşıladığı için regresyon analizine dahil edilmiştir.

Grafik 5. Kendini Sabotaj ile Teşhircilik Arasındaki Saçılım/Nokta Grafiği



Grafik 5'te görüldüğü gibi kendini sabotaj ölçeğinden alınan puanlar ile narsisistik kişilik envanterinin teşhircilik alt boyutundan alınan puanlar arasında doğrusal bir ilişki olduğu söylenebilir. Bu doğrultuda narsisistik kişilik envanterinin güç alt boyutu, doğrusallık varsayımını karşıladığı için regresyon analizine dahil edilmiştir.

Araştırmada kullanılacak bağımlı değişkene (kendini sabotaj) ilişkin ölçümlerin dağılımının her iki grupta (kadın ve erkek) da normale yakın olduğu görülmüştür. Bağımlı değişkene ait puanlar en az aralık ölçeği düzeyindedir ve karşılaştırmaya esas iki grup ortalaması da aynı değişkene (kendini sabotaj) aittir. Ortalamaları karşılaştırılacak örneklem (kadın ve erkek) de ilişkisizdir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2014). Dolayısıyla araştırmada kendini sabotaj puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı hesaplanırken kullanılacak olan bağımsız gruplar t-testinin varsayımları karşılanmaktadır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Kendini Sabotaj Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi İlişkin Bulgular

Araştırmada, “Üniversite öğrencilerinin kendini sabotaj puanları cinsiyet bağımsız değişkenine göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?” şeklinde ifade edilen araştırma sorusunu cevaplayabilmek amacıyla bağımsız gruplar için t-testi yapılmıştır. Kendini Sabotaj ölçeği toplam puanlarının cinsiyete göre t-testi sonuçları Tablo 3’te gösterilmiştir.

Tablo 3. Kendini Sabotaj Toplam Puanlarının Cinsiyete Göre t-testi Sonuçları

	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Kadın	269	87.17	14.27	581	.60	.55*
Erkek	314	86.43	15.20			

*p>.05

Kendini sabotaj ölçeği toplam puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız gruplar için t-testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda kadınlarla erkeklerin kendini sabotaj puanları ortalamaları arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir, $t(581)=.60$, $p=.55$.

4.2. Araştırmada Kullanılan Tüm Değişkenlere İlişkin Korelasyonlar

Araştırmada kullanılan tüm değişkenler arasındaki korelasyonları saptamak amacıyla Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayıları hesaplanmış ve Tablo 4’te gösterilmiştir.

Tablo 4. Araştırmada Kullanılan Tüm Değişkenlere İlişkin Cronbach Alpha Değerleri, Korelasyonlar-Ortalamalar ve Standart Sapma Değerleri

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Kendini Sabotaj	-							
2. Toplam Mükemmeliyetçilik	.38**	-						
3. Uyuşmazlık (M)	.41**	.81**	-					
4. Yüksek Standartlar (M)	.22**	.77**	.37**	-				
5. Düzen (M)	.04	.46**	.01	.30**	-			
6. Toplam Narsisizm	.31**	.39**	.25**	.44**	.14*	-		
7. Güç (N)	.25**	.39**	.19**	.47**	.18**	.93**	-	
8. Teşhircilik (N)	.32**	.31**	.26**	.29**	.05	.87**	.62**	-
Ortalama	86,7	66,5	29,2	23,8	13,4	78,8	46,7	32,1
Standart Sapma	14,7	15,1	9,7	6,6	4,7	21,6	13,7	10,1
Cronbach Alpha	.69	.88	.88	.86	.91	.93	.91	.86

*p<.01 **p<.001 Not: Parantez içindeki “M” değişkenin Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Alt Boyutu olduğunu, parantez içindeki “N” değişkenin Narsisistik Kişilik Envanterinin Alt Boyutu olduğunu ifade etmektedir.

Tablo 4'te görüldüğü gibi kendini sabotaj puanları ile toplam mükemmeliyetçilik puanları ve uyumsuzluk alt boyutundan alınan puanlar arasında pozitif yönde ve orta düzeyde; kendini sabotaj puanları ile yüksek standartlar alt boyutundan alınan puanlar arasında ise pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kendini sabotaj puanları ile düzen alt boyutundan alınan puanlar arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Yine Tablo 4'te görüldüğü gibi kendini sabotaj puanları ile toplam narsisizm puanları ve teşhircilik alt boyutundan alınan puanlar arasında pozitif yönde ve orta düzeyde; kendini sabotaj puanları ile güç alt boyutundan alınan puanlar arasında ise pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

4.3. Üniversite Öğrencilerinin Mükemmeliyetçiliğin Alt Boyutlarından (Uyumsuzluk, Yüksek Standartlar ve Düzen) Aldıkları Puanların Kendini Sabotaj Puanlarını Yordamasına İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçiliğin uyumsuzluk alt boyutundan aldıkları puanların, kendini sabotaj puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığı belirlemek amacıyla basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Mükemmeliyetçiliğin yüksek standartlar ve düzen alt boyutları doğrusallık varsayımını karşılamadığı için analize dahil edilmemiştir. Yapılan analize dair sonuçlar tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5. *Mükemmeliyetçiliğin Uyumsuzluk Alt Boyutunun Kendini Sabotajı Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları*

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p	VIF
Sabit	68.536	1,769		38,750	.000	
Uyumsuzluk	.624	.057	.411	10,865	.000*	1.000

*p<.001

Tablo 5'te görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçiliğin uyumsuzluk alt boyutundan aldıkları puanlar, kendini sabotaj puanlarını anlamlı bir biçimde yordamaktadır. Mükemmeliyetçiliğin uyumsuzluk alt boyutu kendini sabotajın varyansını %17 düzeyinde açıklamaktadır, $R = .41$, $F(1,581)=118.050$, $p=.000$.

4.4. Üniversite Öğrencilerinin Narsisistik Kişiliğin Alt Boyutlarından (Güç ve Teşhircilik) Aldıkları Puanların Kendini Sabotaj Puanlarını Yordamasına İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin narsisistik kişiliğin güç ve teşhircilik alt boyutlarından aldıkları puanların, kendini sabotaj puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığını belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analize ilişkin sonuçlar tablo 6'da gösterilmiştir.

Tablo 6. *Narsisistik Kişiliğin Alt Boyutlarının (Güç ve Teşhircilik) Kendini Sabotajı Yordamasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları*

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p	VIF
Sabit	70.125	2.194		31.959	.000	
Güç	.088	.053	.082	1.646	.100	1.616
Teşhircilik	.390	.072	.269	5.382	.000*	1.616

*p<.001

Tablo 6'da görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin narsisistik kişiliğin teşhircilik alt boyutundan aldıkları puanlar, kendini sabotaj puanlarını anlamlı bir biçimde yordamaktadır. Narsisistik kişiliğin teşhircilik alt boyutu kendini sabotajın varyansını %11 düzeyinde açıklamaktadır, $R = .33$, $F(2,580) = 34.428$, $p = .000$. Ancak narsisistik kişiliğin güç alt boyutunun kendini sabotajı anlamlı bir biçimde yordamadığı ($p = .10$) görülmüştür.

BÖLÜM V

TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma sonucunda elde edilen bulgular alan yazında yer alan diğer araştırma bulguları ışığında tartışılmıştır. Ayrıca bu bölümde çalışmanın sonuçlarından yola çıkılarak çeşitli önerilere yer verilmiştir.

5.1. Sonuç ve Tartışma

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçiliğin alt boyutları olan uyumsuzluk (uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik), yüksek standartlar (uyumsuz mükemmeliyetçilik) ve düzen ile narsistik kişiliğin alt boyutları olan güç ve teşhircilik puanlarının kendini sabotaj puanlarını anlamlı bir şekilde yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Araştırmada ayrıca üniversite öğrencilerinin kendini sabotaj puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda sonuçlar üç başlık altında gruplandırılmıştır. Bunlardan birincisi üniversite öğrencilerinin kendini sabotaj puanlarının cinsiyete göre incelenmesine ilişkin sonuçlar; ikincisi üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından aldıkları puanların kendini sabotaj puanlarını yordamasına ilişkin sonuçlar; üçüncüsü ise üniversite öğrencilerinin narsistik kişiliğin alt boyutlarından aldıkları puanların kendini sabotaj puanlarını yordamasına ilişkin sonuçlardır.

5.1.1. Üniversite Öğrencilerinin Kendini Sabotaj Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Sonuç ve Tartışma

Üniversite öğrencilerinin kendini sabotaj puanlarının cinsiyet bağımsız değişkenine göre anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin t-testi sonucunda, üniversite öğrencilerinde kendini sabotaj puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgu, kendini sabotaj puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşan ulusal alanyazındaki bazı çalışmalarla (Topal ve diğerleri, 2018; Kamuk ve diğerleri, 2018; Değirmenci, 2017; Metin, 2016; Altıntaş, 2016; Civan, 2016; Çingöz, 2015; Büyükgöze ve Gün, 2015; Yalnız, 2014; Sarıçalı, 2014; Üzbe, 2013; Gündoğdu, 2013) paralellik göstermektedir. Ancak, ulusal alanyazında kendini sabotaj puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşan bazı çalışmalar da (Barutçu

Yıldırım, 2015; Yavuzer, 2015; Anlı ve diğerleri, 2015) bulunmaktadır. Örneğin; Anlı ve diğerleri (2015), yaptıkları çalışmada erkeklerin kendini sabotaj düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşırken, Yavuzer (2015) ve Barutçu Yıldırım da (2015) kadınların kendini sabotaj düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucuna varmışlardır. Ulusal alanyazındaki çalışmalarda, kendini sabotaj düzeylerini cinsiyet değişkenine göre inceleyen araştırmaların, kendini sabotaj stratejilerini davranışsal ve sözel olarak iki ayrı boyutta ele almadığı da görülmektedir.

Yurt dışı alanyazında de kendini sabotajın cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını inceleyen çalışmaların sonuçları farklılık göstermektedir. Bazı çalışmalar yürütülen bu araştırmanın bulguları ile paralel şekilde kendini sabotajın cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını gösterirken (Pulford ve diğerleri, 2005; Karner-Hutuleac, 2014), bazıları da erkeklerin kendini sabotaj düzeylerinin daha yüksek olduğunu (Dietrich, 1995; Berglas ve Jones, 1978; Hirt ve diğerleri, 1991; Shepperd ve Arkin, 1989) göstermektedir.

Yurt dışı alanyazında kendini sabotajı cinsiyet değişkenine göre inceleyen güncel araştırmalar incelendiğinde ise kendini sabotaj stratejilerinin genellikle davranışsal ve sözel olarak iki ayrı boyutta ele alındığı görülmektedir. Bu çalışmaların ortak sonucunun; erkeklerin davranışsal kendini sabotajı daha çok tercih ettiğinin bulunması olduğu söylenebilir (Hirt ve diğerleri, 2003; Hirt ve diğerleri, 2000; McCrea ve diğerleri, 2006; McCrea ve diğerleri, 2008a; McCrea ve diğerleri, 2008b). Sözel kendini sabotajın ise cinsiyete göre farklılaşmadığını savunanlar (Harris ve Synder, 1986; Hendrix ve Hirt, 2009; Hirt ve diğerleri, 1991; McCrea ve diğerleri, 2008a; McCrea ve diğerleri, 2008b) bulunmaktadır. Diğer taraftan kadınların sözel kendini sabotajı daha çok tercih ettiğini savunanlar (McCrea ve diğerleri, 2006) da vardır. Hirt ve McCrea (2009), davranışsal kendini sabotajdaki cinsiyet farklılıklarının sebebinin, kadınların çaba göstermeye daha fazla değer vermesinden ve davranışsal kendini sabotajı bir öz-kontrol eksikliği olarak algılamalarından kaynaklı olabileceğini öne sürmektedir. Kadınlar davranışsal kendini sabotaja başvuran kişilere karşı daha olumsuz değerlendirmeler yapmaktadır. Erkekler ise çabaya önem vermek yerine yetkinlik ve yetenek seviyesine önem vermektedir. Ayrıca erkeklerin davranışsal kendini sabotaja ilişkin değerlendirmeleri kadınlar kadar olumsuz değildir.

Yürütülen bu araştırmada kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığının bulunmasının kültürel farklılıklardan kaynaklandığı düşünülmektedir. Diğer yandan yürütülen bu araştırmada kullanılan Kendini Sabotaj Ölçeği tek boyutludur ve elde edilen bulgular kendini

sabotaj türlerinin (davranışsal ve sözel) tercih edilmesindeki cinsiyet farklılıklarına ilişkin herhangi bir bilgi sunmamaktadır.

5.1.2. Üniversite Öğrencilerinin Mükemmeliyetçiliğin Alt Boyutlarından (Uyuşmazlık, Yüksek Standartlar ve Düzen) Aldıkları Puanların Kendini Sabotaj Puanlarını Yordamasına İlişkin Sonuçlar ve Tartışma

Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçiliğin uyumsuzluk alt boyutundan aldıkları puanların, kendini sabotaj puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonucunda üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçiliğin uyumsuzluk alt boyutundan alınan puanların kendini sabotaj puanlarını pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Bu bulgu, uyumsuz olmayan mükemmeliyetçiliğin kendini sabotaj puanlarını pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı sonucuna ulaşan ulusal alanyazındaki bazı çalışmalarla (Akar ve diğerleri, 2018; Özlü, 2017) paralellik göstermektedir. Akar ve diğerleri (2018), yaptıkları çalışmada Kırdök'ün (2004) geliştirdiği Olumlu-Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeğini kullanmışlardır ve kendini sabotaj ile uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulmuşlardır. Özlü (2017) ise yaptığı çalışmada Ulu'nun (2007) uyarladığı Olumlu-Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeğini kullanmış ve kendini sabotaj ile uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulmuştur. Ulusal alanyazındaki söz konusu araştırmalar Öngen (2009) tarafından uyarlanan Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin kullanıldığı yürütülen bu araştırmanın bulguları ile aynı doğrultudadır. Bu sonuç ise ulusal alanyazındaki araştırmalarda kullanılan ölçeklerin farklılığına karşın kendini sabotaj ile uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiye dair benzer sonuçlara ulaşıldığını göstermektedir.

Yurt dışı alanyazına bakıldığında da ulusal alanyazın ile aynı doğrultuda bulgular olduğu görülmektedir. Stewart ve De George-Walker (2014), yaptıkları çalışmada uyumsuz olmayan mükemmeliyetçiliğin uyumsuzluk alt boyutu ile kendini sabotaj arasında doğrudan bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Ayrıca aynı araştırmacılar, mükemmeliyetçiliğin uyumsuzluk alt boyutu ile kendini sabotaj arasında öz-yeterliliğin aracı rol oynadığı denencesini de sınamışlardır. Araştırmanın bulgularına göre uyumsuzluk ile öz-yeterlilik arasında negatif yönde orta düzeyde bir ilişki bulunmuş ve öz-yeterlilik ile kendini sabotaj arasında da negatif yönde orta düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak kurdukları yol modelinde öz-

yeterliliğin uyumsuzluk ile kendini sabotaj arasında aracı rolünün olduğuna ilişkin denence kanıtlanmamıştır.

Alanyazında kendini sabotaj ile uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi incelemeye yönelik sadece görgül değil deneysel çalışmalar da yürütülmektedir. Hobden ve Pliner'in (1995), yaptıkları deneysel çalışmada; "kendine yönelik mükemmeliyetçilik", "başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik" ve "sosyal odaklı mükemmeliyetçilik" alt boyutlarından oluşan "Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği" (Hewitt ve diğerleri, 1991) kullanılmıştır. Bu deneysel çalışmada kendine yönelik mükemmeliyetçilerin başarı dönütünün hangi ortamda (gizli veya herkese açık) alınacağı fark etmeksizin kendilerini sabote ettikleri tespit edilmiştir. Sosyal odaklı mükemmeliyetçilerin ise, herkese açık koşulda bağıntısız başarı dönütü aldıklarında, bağıntılı başarı dönütü alanlara göre daha fazla kendilerini sabote ettikleri görülmüştür. Ancak sosyal odaklı mükemmeliyetçilerin başarı dönütünü gizlice aldıkları koşulda kendini sabotaj düzeylerinin bağıntılı veya bağıntısız başarı dönütüne göre farklılaşmadığı görülmüştür.

Kearns ve diğerleri (2007) ise altı haftalık bir bilişsel davranışçı koçluk programı ile katılımcıların kendini sabotaj düzeylerini ve mükemmeliyetçi bilişlerini azaltmayı hedeflemişlerdir. Katılımcıların mükemmeliyetçilik seviyeleri program boyunca düşerken kendini sabotaj düzeylerinde anlamlı bir farklılık olmamıştır. Ancak programdan dört hafta sonra yapılan ölçümde katılımcıların mükemmeliyetçilik seviyelerinin düşmeye devam ettiği, aynı zamanda kendini sabotaj düzeylerinin de anlamlı bir şekilde düşmeye başladığı görülmüştür. Uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik seviyeleri düşen katılımcıların uzun vadede kendini sabotaj düzeylerinin de düştüğüne ilişkin bu bulgu, kendini sabotaj ile uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiye yönelik bir kuramsal model oluşturulmasına öncülük etmiştir. Bu doğrultuda Kearns ve diğerlerinin (2008) oluşturduğu kuramsal modelde, kendini sabotajın uyumsuz olmayan mükemmeliyetçi inançlarla ilişkili olduğu görülmektedir.

Sonuç olarak yürütülen bu araştırmadaki uyumsuz olmayan mükemmeliyetçiliğin kendini sabotajı yordamasına ilişkin bulgunun, alanyazındaki diğer araştırmalarla aynı doğrultuda olduğu söylenebilir.

Mükemmeliyetçiliğin uyumsuz boyutu olan yüksek standartlar alt boyutu doğrusallık varsayımını karşılamadığı için regresyon analizine dahil edilmemiştir. Ancak, beklenenin aksine, kendini sabotaj ile yüksek standartlar alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgu ulusal alanyazındaki diğer araştırmalarla (Akar ve diğerleri, 2018; Özlü, 2017) örtüşmemektedir. Yurt dışı alanyazında ise mükemmeliyetçiliğin

yüksek standartlar alt boyutu ile kendini sabotaj arasındaki ilişkiyi ortaya koyan herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Diğer yandan, gerçekleştirilmesi gerçekten çok zor olan standartlar belirlemenin bir kendini sabotaj stratejisi olarak kullanılabilmesine ilişkin deneysel bir çalışma da mevcuttur (Greenberg, 1985).

Akar ve diğerleri (2018) olumlu mükemmeliyetçilik ile kendini sabotaj arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Akar ve diğerlerinin (2018) kullandığı Olumlu-Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Kırdök, 2004) incelendiğinde bu ölçeğin olumsuz mükemmeliyetçilik alt boyutunun bizim ölçeğimizdeki uyuşmazlık alt boyutu ile örtüştüğü; olumlu mükemmeliyetçilik alt boyutunun ise düzenlilik, planlı çalışma, öz-disiplin ve işkoliklik gibi özellikleri kapsadığı görülmektedir. Ancak ilgili ölçekte, bizim araştırmamızda kullanılan ölçekte bulunan yüksek standartlar alt boyutunun bulunmadığı da görülmektedir. Bu nedenle iki çalışma arasındaki bulgulara ilişkin bu farklılığın sebebinin Kırdök'ün (2004) ölçeği ile yüksek standartlar alt boyutunun ölçülmemesinden kaynaklandığı söylenebilir.

Özlu (2017) ise araştırmasında, bu araştırmadan farklı olarak kendini sabotaj ile olumlu mükemmeliyetçilik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Özlu'nün (2017) kullandığı Olumlu-Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin (Ulu, 2007), yürütülen bu araştırmada kullanılan Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Öngen, 2009) ile benzer alt boyutlara sahip olduğu görülmektedir. Özlu (2017), araştırmasında yüksek standartlar alt boyutunu olumlu mükemmeliyetçilik ile; uyuşmazlık alt boyutunu ise olumsuz mükemmeliyetçilik ile ilişkilendirmiştir. İki araştırma arasındaki söz konusu farklılık araştırma gruplarının farklılığından kaynaklanabilir.

Greenberg'in (1985) deneyinde ise, yaptıkları ilk görev sonrasında bağıntısız başarı geribildirimi alan deneklerin, yapacakları ikinci görevin sonuçları benlik imajları ile ilgili olursa, kendilerine gerçekten başarılması zor olan hedefler belirleyerek kendilerini sabote ettikleri görülmüştür. Çünkü belirlenen bu aşırı yüksek standartlara ulaşamamak aslında bir başarısızlık olarak görülmeyecektir. Bu doğrultuda aşırı yüksek standartlar belirleyen mükemmeliyetçilerin de kendilerini sabote ediyor olmaları beklenebilir.

Uyumsal mükemmeliyetçilik ile ilişkilendirilen yüksek standartların yürütülen bu araştırmada olumsuz bir değişken olan kendini sabotaj ile pozitif yönde ilişkili bulunmasının bir diğer sebebi ise, uyumsal mükemmeliyetçiler ile uyumsal olmayan mükemmeliyetçilerin yüksek standartlar alt boyutundan aldıkları puanların genellikle birbirine yakın olması olabilir. Alanyazın incelendiğinde uyumsal mükemmeliyetçiler ile uyumsal olmayan

mükemmeliyetçiler arasındaki en belirleyici farkın uyumsuzluk alt boyutundan alınan puanlar olduğu görülecektir.

Ayrıca toplulukçu kültürlerde, bireyci kültürlerin aksine, uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilerin uyumsuz mükemmeliyetçilere göre yüksek standartlar alt boyutundan daha yüksek puanlar aldıkları bilinmektedir (Wang, Slaney ve Rice, 2007; Wang, Yuen ve Slaney, 2009; Wang, Puri, Slaney, Methikalam ve Chadha, 2012; Ulu, Tezer ve Slaney, 2012). Örneğin; Ulu ve diğerleri (2012), Olumlu-Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği Türkçe Formu (Ulu, 2007) ile olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik üzerine yaptıkları araştırmada, olumsuz mükemmeliyetçilerin yüksek standartlar alt boyutundan aldıkları puanların ortalamasının, olumlu mükemmeliyetçilerin aynı boyuttan aldıkları puanların ortalamasına göre anlamlı bir biçimde yüksek olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca yüksek standartlar ile uyumsuzluk alt boyutları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki saptamışlardır. Ulu ve diğerleri (2012) bu durumun Türk kültüründeki öğrencilerin, daha bireyci kültürlerdeki öğrencilerle karşılaştırıldığında, standartlarını belirlerken başkalarının beklentilerini daha fazla dikkate almalarından kaynaklanabileceğini ifade etmiştir. Başkalarının beklentilerine göre performans standartlarını belirleyen bireyler kendilerine ulaşılması güç hedefler belirleyebilirler. Alanyazında da bireyin ulaşılması güç hedefler belirlemesinin bir davranışsal kendini sabotaj stratejisi olabileceğinden bahsedilmektedir (Greenberg, 1985; Akın ve diğerleri, 2011). Yürütülen bu araştırmada da yüksek standartlar alt boyutu ile uyumsuzluk alt boyutu arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur ve bu ilişkinin yüksek standartlar alt boyutu ile düzen alt boyutu arasındaki ilişkiden daha yüksek olduğu görülmüştür. Sonuç olarak yüksek standartlar alt boyutunun, daha bireyci kültürlerle karşılaştırıldığında Türk kültürü için daha olumsuz bir özellik olarak ortaya çıkabildiği düşünülebilir. Dolayısıyla kendini sabotaj ile yüksek standartlar alt boyutu arasındaki pozitif yönde düşük düzeyde ilişkinin kültürel farklılıklardan kaynaklanabileceği de söylenebilir. Yine de yüksek standartların Türk kültüründeki etkisine dair daha fazla çalışma gerekmektedir.

Mükemmeliyetçiliğin düzen alt boyutu doğrusallık varsayımını karşılamadığı için regresyon analizine dahil edilmemiştir. Ayrıca düzen alt boyutu ile kendini sabotaj arasında anlamlı bir ilişki de bulunmamıştır. Alanyazın tarandığında kendini sabotaj ile düzen alt boyutu arasındaki ilişkiyi araştıran Özlü'nün (2017) çalışmasında kendini sabotaj ile düzen alt boyutu arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Dolayısıyla yürütülen bu araştırmanın bulgusu ile Özlü'nün (2017) bulgusu örtüşmemektedir. Söz konusu farklılık araştırma gruplarının farklılığından kaynaklanabilir.

Diğer yandan Ulu ve diğerleri (2012), olumlu mükemmeliyetçiler ile olumsuz mükemmeliyetçiler arasında düzen alt boyutundan alınan puanların anlamlı bir biçimde farklılaşmadığını tespit etmiştir. Ayrıca ilgili araştırmada düzen alt boyutu ile uyumsuzluk alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu da görülmüştür. Düzen alt boyutu beş faktör kişilik modelindeki nörotizm ve vicdanlı olma faktörleri ile pozitif ilişkili bulunurken dışadönüklük ve deneyime açıklık faktörleri ile negatif ilişkili bulunmuştur (Ulu ve diğerleri, 2007). Ross ve diğerleri (2002), kendini sabotaj ile nörotizm faktörünün pozitif yönde orta düzeyde, vicdanlı olma faktörünün negatif yönde orta düzeyde, dışadönüklük faktörünün negatif yönde düşük düzeyde, deneyime açıklık faktörünün ise pozitif yönde düşük düzeyde ilişkili olduğunu tespit etmiştir. Bu doğrultuda düzen alt boyutuyla ilgili özelliklere ilişkin bulguların tam olarak netleşmediği söylenebilir. Düzene ve titizliğe aşırı önem veren birey; görevle ilgisiz işlerde aşırı zaman kaybederek kendini sabote edebilir. Diğer taraftan düzenli bir birey; planlı çalışarak, odaklanarak ve yeterli çabayı göstererek hazırlanması gereken performansa iyi bir şekilde de hazırlanabilir. Dolayısıyla düzen alt boyutu ile kendini sabotaj arasındaki ilişkiyi açıklamak için bu konuda daha fazla araştırmanın yapılması gerekmektedir.

5.1.3. Üniversite Öğrencilerinin Narsisistik Kişiliğin Alt Boyutlarından (Güç ve Teşhircilik) Aldıkları Puanların Kendini Sabotaj Puanlarını Yordamasına İlişkin Sonuçlar ve Tartışma

Üniversite öğrencilerinin narsisistik kişiliğin güç ve teşhircilik alt boyutlarından aldıkları puanların, kendini sabotaj puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda üniversite öğrencilerinde narsisistik kişiliğin teşhircilik alt boyutundan alınan puanların kendini sabotaj puanlarını pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Narsisistik kişiliğin güç alt boyutunun ise kendini sabotajın anlamlı bir yordayıcısı olmadığı tespit edilmiştir. Alanyazın tarandığında (“Self-Handicapping”, “Narcissism”, “Kendini Sabotaj”, “Kendini Engelleme”, “Narsisizm” anahtar kelimeleri ile Web of Science ve Ulusal Tez Merkezi veri tabanlarında) kendini sabotaj ile narsisistik kişilik arasındaki ilişkileri inceleyen üç araştırma bulunmuştur. Bu araştırmalardan ikisi (Levine, 1999; Rhodewalt ve diğerleri, 2006) narsisistik kişiliği tek boyut olarak ele alırken, birisi (Kalyon ve diğerleri, 2016) narsisistik kişiliği alt boyutları ile ele almaktadır. Yürütülen bu araştırmanın bulguları Kalyon ve diğerlerinin (2016) bulgularıyla örtüşmemektedir.

Kalyon ve diğeri (2016) kendini sabote etme eğilimi ile narsisistik kişilik özellikleri, anksiyete duyarlılığı, sosyal destek ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmada 16 maddeye indirgenmiş “Narsisistik Kişilik Envanteri” (Ames, Rose ve Anderson, 2006) Türkçe formu (Atay, 2009) kullanılmıştır. Atay’ın (2009) uyarladığı ölçekte narsisistik kişilik altı alt boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar otorite, kendine yeterlilik, hak iddia etme, üstünlük, teşhircilik ve sömürücülüktür. Oluşturulan regresyon eşitliği modelinde narsisistik kişiliğin alt boyutlarından otorite, kendine yeterlik ve hak iddia etme modele anlamlı katkı yaparken; üstünlüğün, teşhirciliğin ve sömürücülüğün modele katkısının anlamlı olmadığı bulunmuştur. Değinen bulgu yürütülen bu araştırmanın bulgusu ile aynı doğrultuda değildir. Yürütülen bu araştırmada 40 maddelik Narsisistik Kişilik Envanterinin (Raskin ve Terry, 1988), 29 maddelik Türkçe formu (Öngen, 2010) kullanılmıştır. Öngen (2010) tarafından uyarlanan bu ölçeğin güç ve teşhircilik olmak üzere iki alt boyutu vardır. Dolayısıyla sonuçlara ilişkin bu farklılığın sebebi ölçeklerin narsisizmin farklı boyutlarını ölçmesinden kaynaklanıyor olabilir.

Rhodewalt ve diğeri (2006) gerçekleştirdiği deneysel araştırmada ise, her iki deneyde de yüksek narsisistik puanlara sahip erkekler, dönütlerin gizli veya herkese açık olmasına bakılmaksızın düşük narsisistik puanlara sahip erkeklere göre anlamlı şekilde daha fazla kendilerini sabote etmiştir. Rhodewalt ve diğeri (2006) araştırmasında 54 maddelik Narsisistik Kişilik Envanterinin (Raskin ve Hall, 1979) 37 maddeye indirgenmiş formu (Rhodewalt ve Morf, 1995) kullanılmıştır. Araştırmada kendini sabotaj ile narsisistik kişiliğin alt boyutları arasındaki ilişkilerden ise söz edilmemiştir. Dolayısıyla Rhodewalt ve diğeri (2006) araştırmasının bulgularının, yürütülen bu araştırmanın bulguları ile doğrudan karşılaştırılamayacağı görülmektedir.

Levine (1999), ise kendini sabotaj ile narsisistik kişilik arasında sadece öz-saygı puanları kontrol edildiğinde pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Öz-saygının kontrol edilmediği durumda ise kendini sabotaj ile narsisistik kişilik arasında anlamlı bir ilişki olmadığını bulmuştur. Levine’in (1999) araştırmasında Narsisistik Kişilik Envanterinin (Raskin ve Hall, 1979) 39 maddesi seçilerek kullanılmıştır. Araştırmada kendini sabotaj ile narsisistik kişiliğin alt boyutları arasındaki ilişkilerden ise söz edilmemiştir. Dolayısıyla Levine’in (1999) araştırmasının bulgularının, yürütülen bu araştırmanın bulguları ile doğrudan karşılaştırılamayacağı görülmektedir.

Yürütülen bu araştırmanın bulgusunu destekler nitelikte olan görgül bir araştırmaya rastlanmamasına rağmen alanyazında teşhircilerin kendini sabotaj stratejilerine başvurabileceğini düşündüren bazı kuramsal açıklamalar mevcuttur. Bu noktada narsisistik

kişiliğin teşhircilik alt boyutunun nasıl kavramsallaştırıldığına incelenmesi gerekir. Raskin ve Terry'e (1988) göre teşhircilik; sansasyon arayışı, dışadönüklük ve dürtüsellik içerir. Teşhirciler sosyal görünüşlerine ve kendilerine güvenlerine karşın uyumlu ve geleceğe dair umutlu değillerdir. Ayrıca teşhircilik; açıkça sergilenen güç, abartılı öz-güven, saldırganlık, insanları manipüle etme, kendini acındırma ve başkalarından takdir görmeye yönelik aşırı ihtiyaç ile ilgilidir (Wink, 1991). Öngen (2010) tarafından uyarlanan Narsisistik Kişilik Envanterinde teşhircilik alt boyutunun temsil edildiği maddelere bakıldığında teşhircilerin; mütevazı olmayan, dikkat çekmek isteyen, insanları manipüle eden, gösteriş meraklısı, iltifat almayı seven, fark edilmek isteyen kişileri betimlediği anlaşılmaktadır.

Kendini sabotaj stratejileri ise öz-değer algılarını büyük oranda dışarıdan gelen geribildirimlere göre düzenleyen bireylerin; benliklerinin değerlendirileceğini düşündükleri önemli bir performans sergilemeleri gerektiğinde, sergileyecekleri performansa yönelik yeteneklerinin yetersiz olduğunu düşünürlerse veya performanslarının sonuçlarına dair belirsizlik yaşarlarsa, muhtemel başarısızlık sonucu dışarıdan gelecek dönütlerin olumsuz olmasını engellemek ve öz-değerlerini korumak için veya muhtemel başarı sonucunda kendilerini olduklarından daha başarılı göstermek adına başvurdukları stratejilerdir. Diğer bir deyişle kendini sabotaj stratejileri, diğer insanların algılarını bireyin lehine manipüle etmek için birey tarafından kullanılan hem benlik koruyucu hem de benlik yüceltici işlev gören stratejilerdir.

Kendini sabote eden bireyler de aynı teşhirciler gibi diğer bireylerin geribildirimleriyle aşırı ilgilenirler ve diğer bireyler karşısında başarılı bir imaj çizmek isterler. Bu noktada, kendini sabotaj stratejilerini kullanan teşhirci bireyin, engellere karşın elde edeceği başarılı performans sonucunda; diğer bireylerin ilgisini kolayca çekebileceği, hiç mütevazı olmayacak bir biçimde gösteriş yapabileceği, fark edilebileceği, iltifat alabileceği ve gücünü açıkça sergileyip başkaları karşısında üstünlük gösterebileceği düşünülmektedir. Böylece teşhirci birey, kendini sabotajın benlik yüceltici işlevini kullanmış olacaktır. Diğer yandan, kendini sabotaj stratejilerini kullanan teşhirci bireyin, muhtemel başarısız performans sonucunda; diğer insanları kolayca manipüle edebileceği, kendini acındırabileceği ve teselli edici dönütler alarak ilgi çekebileceği düşünülmektedir. Böylece teşhirci birey, kendini sabotajın benlik koruyucu işlevini kullanmış olacaktır.

Yürütülen bu araştırmanın diğer bir bulgusu ise narsisistik kişiliğin güç alt boyutunun kendini sabotajın anlamlı bir yordayıcısı olmamasıdır. Ancak güç alt boyutu ile kendini sabotaj arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki de bulunmuştur. Alanyazın tarandığında

kendini sabotaj ile güç alt boyutu arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Öngen (2010) tarafından uyarlanan Narsistik Kişilik Envanterinde güç alt boyutunun temsil edildiği maddeler incelendiğinde bu alt boyuttan yüksek puan alan kişilerin; ikna kabiliyeti yüksek, çevresinden iyi olduğuna dair geribildirimler alan, kendisini iyi bir lider ve yönetici olarak gören, girişken, otoriter, kendisini diğer insanlara göre özel bulan, tuttuğunu koparan ve sorumluluk sahibi kişiler olduğu anlaşılabacaktır. Sorumluluk sahibi ve tuttuğunu koparan kişilerin, kendini sabotaj stratejilerine başvurması ise pek olası gözükmemektedir. Diğer yandan, ikna kabiliyeti yüksek ve çevresinden iyi olduğuna dair geribildirimler alan bireyin, diğer bireylerin algılarını manipüle etmeye yönelik eylemlerde bulunması ve bu eylemlerinde başarılı olması da beklenebilir. Kendini sabotaj stratejileri de diğer bireylerin algılarını manipüle etmek için kullanılan stratejilerdir. Bu bağlamda güç alt boyutundan yüksek puan alan kişilerin kendini sabotaj stratejilerine başvurmaları da ihtimal dışında değildir. Ancak diğer bireylerin algılarını manipüle etmeye ilişkin bu özellikler teşhirci bireylerin de özellikleri arasındadır. Diğer bir deyişle manipülasyon amaçlı kullanılan kendini sabotaj stratejileri hem güç alt boyutu ile hem de teşhircilik alt boyutu ile ilgili görünmektedir. Sonuç olarak kendini sabotaj ile güç alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki bulunmasına karşın çoklu doğrusal regresyon yapıldığında güç alt boyutunun kendini sabotajın anlamlı bir yordayıcısı olmaması, manipülasyon amaçlı kullanılan kendini sabotaj stratejilerinin her iki alt boyut ile de ilişkili olmasıyla açıklanabilir.

5.2. Öneriler

Sırasıyla gelecek araştırmalara yönelik ve uygulamalara yönelik öneriler ele alınmıştır.

5.2.1. Gelecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

1. Bu araştırma üniversite öğrencileri üzerinde yürütülmüştür. Sonraki araştırmaların özellikle sınav kaygısının çok yüksek düzeyde olduğu lise öğrencileri ile yapılması kendini sabotajın doğasına ilişkin faydalı sonuçlar elde edilmesini sağlayabilir.
2. Yürütülen bu çalışmada kullanılan “Kendini Sabotaj Ölçeği” tek boyutludur. Ancak yurt dışı alanyazın incelendiğinde kendini sabotajın davranışsal ve sözel olmak üzere iki alt boyuttan oluştuğunu gösteren kuramsal açıklamalar ve bu doğrultuda yapılmış ölçek çalışmaları bulunmaktadır. Bu nedenle kendini sabotajı davranışsal ve sözel olmak üzere ayrı ayrı ölçen bir ölçeğin Türk kültüründe geliştirilmesi faydalı olabilir.
3. Ulusal alanyazında kendini sabotaj düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığına ilişkin bulguların çoğunlukta olduğu görülmektedir. Sonraki çalışmalarda kendini sabotajın

cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılırken davranışsal ve sözel boyutları içeren bir kendini sabotaj ölçeğiyle veri toplanması cinsiyet değişkeninin kendini sabotaja etkisini daha iyi açıklayabilir.

4. Teşhirci bireylerin kendini sabotajın benlik yüceltici veya benlik koruyucu işlevlerini kullanırken daha çok hangi tür kendini sabotaj stratejilerine başvurduğu araştırılabilir.
5. Bu araştırmada sadece mükemmeliyetçi kişilik ve narsistik kişiliğin kendini sabotaja etkisi araştırılmıştır. Kendini sabotajın hangi kişilik özellikleri ile ilişkili olabileceği araştırılırken kişilik modellerinden de faydalanılması (Örneğin; Beş Faktör Kişilik Modeli) daha kapsamlı sonuçlar verebilir. Ayrıca kendini sabotaj üzerinde etkili olabilecek stresle başa çıkma stratejileri, sınav kaygısı, dikkat eksikliği ve hiperaktivite gibi değişkenlerin etkisi araştırılabilir.

5.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

1. Üniversite öğrencilerinde kendini sabotaj davranışlarının azaltılmasına yönelik geliştirilen psiko-eğitim programlarında ve psikolojik danışmada uyumsuz olmayan mükemmeliyetçiliğin ele alınması faydalı olabilir.
2. Üniversite öğrencilerinde kendini sabotaj davranışlarının azaltılmasına yönelik geliştirilen psiko-eğitim programlarında ve psikolojik danışmada özellikle teşhircilik gibi uyumsuz olmayan narsistik kişilik özelliklerinin de ele alınması faydalı olabilir.
3. Türkiye’de kendini sabotaj düzeylerinin azaltılmasına yönelik tek çalışma lise öğrencilerine yönelik olarak 2013’te yapılmıştır. Geçen süre boyunca kendini sabotaj ile ilişkilendirilen değişkenlerin sayısı artmıştır. Bu doğrultuda yürütülen bu araştırmanın da sonuçları dikkate alınarak özellikle üniversite öğrencilerine yönelik olacak şekilde yeni bir psiko-eğitim programının geliştirilmesi faydalı olabilir.
4. Anaokulundan liseye kadar olan eğitim kademelerinde okul psikolojik danışmanlarının gerçekleştireceği ve koordine edeceği önleyici rehberlik çalışmalarına kendini sabotaj kavramının tanıtımının eklenmesi ve bu kavram tanıtılırken uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik ile teşhirciliğin rolünün ele alınması faydalı olabilir.
5. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı’nın sosyal hizmet merkezleri aracılığıyla düzenlemekte olduğu Aile Eğitim Programı müfredatına kendini sabotaj kavramının tanıtımının eklenmesi ve bu kavram tanıtılırken uyumsuz olmayan mükemmeliyetçilik ile teşhirciliğin rolünün ele alınması faydalı olabilir.

KAYNAKÇA

- Akar, H., Doğan, Y. B., & Üstüner, M. (2018). The Relationships between Positive and Negative Perfectionisms, Self-Handicapping, Self-Efficacy and Academic Achievement. *European Journal of Contemporary Education*, 7(1), 7-20.
- Akça, F. (2012). An Investigation into the Self-handicapping Behaviors of Undergraduates in Terms of Academic Procrastination, the Locus of Control and Academic Success. *Journal of Education and Learning*, 1(2), 288-297.
- Akhtar, S., & Thomson, J. A. (1982). Overview: Narcissistic personality disorder. *The American Journal of Psychiatry*, 139(1), 12-20.
- Akın, A., & Akın, Ü. (2014). Examining The Relationship Between Authenticity And Self-Handicapping. *Psychological Reports: Mental & Physical Health*, 115(3), 795-804.
- Akın, A., Abacı, R., & Akın, Ü. (2010). Kendini Sabotaj Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *16. Ulusal Psikoloji Kongresi*. Mersin.
- Akın, A., Abacı, R., & Akın, Ü. (2011). Self-handicapping: A Conceptual Analysis. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(3), 1155-1168.
- Akın, A., Abacı, R., & Akın, Ü. (2012). Kendini Sabotaj Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 37(164), 176-187.
- Akın, Ü. (2013). Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Odaklı Psiko-Eğitim Programının Kendini Sabotaj Üzerindeki Etkisi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Sakarya Üniversitesi.
- Akın, Ü., & Akın, A. (2015). The Predictive Role Of Self-Compassion On Self-Handicapping In Turkish University Students. *Ceskoslovenska psychologie*, 59(1), 33-43.
- Altıntaş, S. (2016). Bazı Değişkenlere Göre Üniversite Öğrencilerinin Cep Telefonu Kullanımı ve Kendini Sabotaj Düzeyi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ondokuzmayıs Üniversitesi.
- Ames, D. R., Rose, P., & Anderson, C. P. (2006). The NPI-16 as a short measure of narcissism. *Journal of Research in Personality*, 40(4), 440-450.
- Anlı, G., Akın, A., Şar, A. H., & Eker, H. (2015). Kendini Sabotaj ile Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 54(14), 160-172.
- Ashby, J. S., & Bruner, L. P. (2005). Multidimensional Perfectionism and Obsessive-Compulsive Behaviors. *Journal of College Counseling*, 8(1), 31-40.
- Ashby, J. S., & Kottman, T. (1996). Inferiority as a distinction between normal and neurotic perfectionism. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 52(3), 237-245.
- Ashby, J. S., & Rice, K. G. (2002). Perfectionism, dysfunctional attitudes, and self-esteem: A structural equations analysis. *Journal of Counseling and Development*, 80(2), 197-203.

- Atay, S. (2009). Narsisistik Kişilik Envanterinin Türkçeye Standardizasyonu. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(1), 181-196.
- Aydın, A., & Akgün, S. (2014). Ergenlerde reaktif-proaktif saldırganlık, öfke ve narsisizm ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 29(73), 44-56.
- Barutçu Yıldırım, F. (2015). Self-Handicapping Among University Students: The Role Of Gender, Self-Esteem, Procrastination, Test Anxiety, And Self-Compassion. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ortadoğu Teknik Üniversitesi.
- Baumeister, R. F. (1997). Esteem Threat, Self-Regulatory Breakdown, And Emotional Distress As Factors İn Self-Defeating Behavior. *Review of General Psychology*, 1, 145-174.
- Berglas, S., & Jones, E. E. (1978). Drug choice as a self-handicapping strategy in response to noncontingent success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(4), 405-417.
- Bolat, Y., Ülker, M., & Demir, C. G. (2016). Kavramsal Açidan Narsisizm ve Eğitimde Narsisistik Kişilik. *Journal of International Social Research*, 9(46), 482-492.
- Bozkuş, O., & Araz, A. (2015). Narsisizm ve Evlilik Uyumu İlişkisinde Reddedilme Duyarlılığı ve Olumlu Yanılsamaların Aracı Rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 3(6), 29-54.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 34-52.
- Büyükgöze, H., & Gün, F. (2015). Araştırma Görevlilerinin Kendini Sabotaj Eğilimlerinin İncelenmesi. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(2), 689-704.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (18. b.). Ankara: Pegem Akademi.
- Campbell, W. K., Goodie, A. S., & Foster, J. D. (2004). Narcissism, Confidence, and Risk Attitude. *Journal of Behavioral Decision Making*, 17, 297-311.
- Civan, S. (2016). Eylemlilik ve Kendini Sabotaj Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Sakarya Üniversitesi.
- Coudevylle, G. R., Ginis, K. A., & Famose, J.-P. (2008). Determinants of self-handicapping strategies in sport and their effects on athletic performance. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 36(3), 391-398.
- Çingöz, B. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Kendini Sabotaj Düzeyleri İle Spor Ve Farklı Değişkenler Arasındaki İlişkinin Araştırılması. *Yüksek Lisans Tezi*. Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi.
- del Mar Ferradás, M., Freire, C., Valle, A., & Núñez, J. C. (2016). Academic Goals and Self-Handicapping Strategies in University Students. *The Spanish journal of psychology*, 19(24), 1-9.
- Dietrich, D. (1995). Gender Differences in Self-Handicapping: Regardless of Academic or Social Competence Implications. *Social Behaviour and Personality*, 23(4), 403-410.
- Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, 95(2), 256-273.

- Elliot, A. J., & Church, M. A. (2003). A Motivational Analysis of Defensive Permission and Self-Handicapping. *Journal of Personality, 71*(3), 369-396.
- Feick, D. L., & Rhodewalt, F. (1997). The double-edged sword of self-handicapping: Discounting, augmentation, and the protection and enhancement of self-esteem. *Motivation and Emotion, 21*(2), 147-163.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14*, 449-468.
- Geçtan, E. (2018). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar*. İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Greenberg, J. (1985). Unattainable goal choice as a self-handicapping strategy. *Journal of Applied Social Psychology, 15*(2), 140-152.
- Gündoğdu, R. (2013). Investigation Of Self-Handicapping Tendencies Of Teacher Candidates According To Demographic Variables By Controlling Self-Esteem Scores. *Turkish Studies International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic, 8*(3), 263-277.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior, 15*(1), 27-33.
- Harris, R. N., & Snyder, C. R. (1986). The role of uncertain self-esteem in self-handicapping. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*(2), 451-458.
- Hendrix, K. S., & Hirt, E. R. (2009). Stressed out over possible failure: The role of regulatory fit on claimed self-handicapping. *Journal of Experimental Social Psychology, 45*(1), 51-59.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1990). Perfectionism and depression: A multidimensional analysis. *Journal of Social Behavior & Personality, 5*(5), 423-438.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology, 100*(1), 98-101.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(3), 456-470.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Beser, A., Sherry, S. B., & Mcgee, B. (2002). Perfectionism is Multidimensional: A Reply to Shafran, Cooper and Fairburn, 2002. *Behaviour Research and Therapy, 41*(10), 1221-1236.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Turnbull-Donovan, W., & Mikail, S. F. (1991). The Multidimensional Perfectionism Scale: Reliability, validity, and psychometric properties in psychiatric samples. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology, 3*(3), 464-468.
- Hill, R. W., Zrull, M. C., & Turlington, S. (1997). Perfectionism and Interpersonal Problems. *Journal of Personality Assessment, 69*(1), 81-103.

- Hirt, E. R., & McCrea, S. M. (2009). Man smart, woman smarter? Getting to the root of gender differences in self-handicapping. *Social and Personality Psychology Compass*, 3(3), 260-274.
- Hirt, E. R., Deppe, R. K., & Gordon, L. J. (1991). Self-reported versus behavioral self-handicapping: Empirical evidence for a theoretical distinction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(6), 981-991.
- Hirt, E. R., McCrea, S. M., & Boris, H. I. (2003). I know you self-handicapped last exam": Gender differences in reactions to self-handicapping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 177-193.
- Hirt, E. R., McCrea, S. M., & Kimble, C. E. (2000). Public Self-Focus and Sex Differences in Behavioral Self-Handicapping: Does Increasing Self-Threat Still Make It "Just a Man's Game?". *Personality and social psychology bulletin*, 26(9), 1131-1141.
- Hobden, K., & Pliner, P. (1995). Self-Handicapping and Dimensions of Perfectionism; Self-Presentation vs Self-Protection. *Journal of Research In Psychology*, 29, 461-474.
- Hollander, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6, 94-103.
- İmamoğlu, A. H. (2018). Narsisizm: Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Savunma Mekanizmaları Açısından Bir İnceleme. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara Üniversitesi.
- Jones, E. E., & Berglas, S. (1978). Control of attributions about the self through self-handicapping strategies. The appeal of alcohol and the role of underachievement. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 4(2), 200-206.
- Jones, E. E., & Rhodewalt, F. (1982). The self-handicapping scale. Princeton University.
- Kalyon, A., Dadandı, İ., & Yazıcı, H. (2016). The relationships between self-handicapping tendency and narcissistic personality traits, anxiety sensitivity, social support, academic achievement. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 29(3), 237-246.
- Kamuk, Y. U., Evli, F., & Tecimer, H. (2018). Futbol hakemlerinin kendini sabotaj düzeyleri. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(3), 2257-2267.
- Karaaziz, M., & Erdem Atak, İ. (2013). Narsisizm ve Narsisizmle İlgili Araştırmalar Üzerine Bir Gözden Geçirme. *Nesne*, 1(2), 44-59.
- Kardaş, S. (2017). Sanal Kimlik Ve Spiritüel İyi Oluşun Üniversite Öğrencilerinin Narsistik Eğilimlerini Yordayıcılığı. *Doktora Tezi*. Marmara Üniversitesi.
- Karner-Hutuleac, A. (2014). Perfectionism and self-handicapping in adult education. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 142, 434-438.
- Kearns, H., Forbes, A., & Gardiner, M. (2007). A Cognitive Behavioural Coaching Intervention for the Treatment of Perfectionism and Self-Handicapping in a Nonclinical Population. *Behaviour Change*, 24(3), 157-172.
- Kearns, H., Forbes, A., Gardiner, M., & Marshall, K. (2008). When a High Distinction isn't Good Enough: A Review of Perfectionism and Self-Handicapping. *The Australian Educational Researcher*, 35(3), 21-36.

- Kernberg, O. F. (1970). Factors in the psychoanalytic treatment of narcissistic personalities. *Journal of the American Psychoanalytic Association, 18*(1), 51-85.
- Kernberg, O. F. (1975). A systems approach to priority setting of interventions in groups. *International Journal of Group Psychotherapy, 25*1-275.
- Kernis, M. H., & Sun, C. R. (1994). Narcissism and Reactions to Interpersonal Feedback. *Journal of Research in Personality, 1*, 4-13.
- Kırdök, O. (2004). Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği Geliştirme Çalışması. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi.*
- Kızıltan, H. (2011). Narsisizm ya da ruhsallığın ontolojisi. *Doğu Batı Düşünce Dergisi, 56*, 55-83.
- Klibert, J. J., Langhinrichsen-Rohling, J., & Saito, M. (2005). Adaptive and Maladaptive Aspects of Self-Oriented versus Socially Prescribed Perfectionism. *ournal of College Student Development, 46*(2), 141-156.
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. New York: International Universities Press.
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press.
- Kottman, T., & Ashby, J. (2000). Perfectionistic children and adolescents: Implications for school counselors. *Professional School Counseling, 3*(3), 182-188.
- Koroğlu, E., & Bayraktar, S. (2007). *Kişilik bozuklukları*. Ankara: HYB Basım Yayın.
- Leary, M. R., & Shepperd, J. A. (1986). Behavioral self-handicaps versus self-reported handicaps: A conceptual note. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*(6), 1265-1268.
- Levine, M. (1999). Self-Handicapping, Other Mitigation and the Narcissistic Personality. *Doktora Tezi*. New York, US: Long Island University.
- McCrea, S. M., Hirt, E. R., & Hendrix, K. S. (2006). Gender Differences in Claimed vs. Behavioral Self-handicapping: Evidence for Revised Individual Difference Measures. Palm Springs, CA: Annual meeting of the Society for Personality and Social Psychology.
- McCrea, S. M., Hirt, E. R., & Milner, B. J. (2008). She works hard for the money: Valuing effort underlies gender differences in behavioral self-handicapping. *Journal of Experimental Social Psychology, 44*, 292-311.
- McCrea, S. M., Hirt, E. R., Hendrix, K. L., Milner, B. J., & Steele, N. L. (2008). The worker scale: Developing a measure to explain gender differences in behavioral self-handicapping. *Journal of Research in Personality, 42*(4), 949-970.
- Mobley, M., Slaney, R. B., & Rice, K. G. (2005). Cultural validity of the Almost Perfect Scale-Revised for African American college students. *Journal of Counseling Psychology, 52*(4), 629-639.
- Morf, C. C., & Rhodewalt, F. (2001). Unraveling the Paradoxes of Narcissism: A Dynamic Self-Regulatory Processing Model. *Psychological Inquiry, 12*(4), 177-196.

- O'Brien, P. E. (2000). Self-Handicapping Behaviors, Psychosocial Variables, and Academic Achievement of Middle School Adolescents. Wayne State University, Yayınlanmamış doktora tezi.
- Öngen, D. E. (2009). The relationships between perfectionism and aggression among adolescents. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 1, 1073-1077.
- Öngen, D. E. (2010). Relationships between narcissism and aggression among non-referred Turkish university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 410-415.
- Özdemir, H. E. (2017). Bir Grup Üniversite Öğrencisinde Bağlanma Stilleri ile Narsisizm Arasındaki İlişki: Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolü. *Yüksek Lisans Tezi*. Işık Üniversitesi.
- Özlü, G. (2017). Üniversite Öğrencilerinde Kendini Sabotajın Yordayıcısı Olarak Cinsiyet, Yaş ve Farklı Mükemmeliyetçilik Boyutları. *Yüksek Lisans Tezi*. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Patterson, R. E., Wang, K. T., & Slaney, R. B. (2012). Multidimensional perfectionism, depression and relational health in women with eating disturbances. *Eating Behaviors*, 13, 226-232.
- Pincus, A. L., & Lukowitsky, M. R. (2010). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 421-446.
- Pulford, B. D., Johnson, A., & Awaida, M. (2005). A cross-cultural study of predictors of self-handicapping in university students. *Personality and Individual Differences*, 39, 727-737.
- Raskin, R. N., & Hall, C. S. (1979). A narcissistic personality inventory. *Psychological Reports*, 45(2), 590.
- Raskin, R., & Terry, H. (1988). A Principal-Components Analysis of the Narcissistic Personality Inventory and Further Evidence of Its Construct Validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(5), 890-902.
- Rhodewalt, F. (1994). Conceptions of ability, achievement goals, and individual differences in self-handicapping behavior: On the application of implicit theories. *Journal of Personality*, 62(1), 67-85.
- Rhodewalt, F., & Morf, C. C. (1995). Self and interpersonal correlates of the Narcissistic Personality Inventory: A review and new Findings. *Journal of Research in Personality*, 29, 1-23.
- Rhodewalt, F., & Vohs, K. D. (2005). Defensive strategies, motivation, and the self: A self-regulatory process view. In E. A. J., & D. C. S., *Handbook of competence and motivation* (pp. 548-565). New York: Guilford Publications.
- Rhodewalt, F., Tragakis, M. W., & Finnerty, J. (2006). Narcissism and self-handicapping: Linking self-aggrandizement to behavior. *Journal of Research in Personality*, 40, 573-597.
- Rice, K. G., & Aldea, M. A. (2006). State Dependence and Trait Stability of Perfectionism: A Short-Term Longitudinal Study. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 205-213.

- Rice, K. G., & Ashby, J. S. (2007). An Efficient Method for Classifying Perfectionists. *Journal of Counseling Psychology, 54*(1), 72-85.
- Rice, K. G., & Preusser, K. J. (2002). The Adaptive/Maladaptive Perfectionism Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 34*(4), 210-222.
- Rice, K. G., & Slaney, R. B. (2002). Clusters of perfectionists: Two studies of emotional adjustment and academic achievement. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 35*(1), 35-48.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology, 45*(3), 304-314.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (2007). Perfectionism and the five-factor model of personality. *Assessment, 14*(4), 385-398.
- Rice, K. G., Lopez, F. G., & Vergara, D. (2005). Parental/social influences on perfectionism and adult attachment orientations. *Journal of Social and Clinical Psychology, 24*(4), 580-605.
- Robbins, S. B., & Dupont, P. (1992). Narcissistic needs of the self and perceptions of interpersonal behavior. *Journal of Counseling Psychology, 39*(4), 462-467.
- Roche, M. J., Pincus, A. L., Lukowitsky, M. R., Ménard, K. S., & Conroy, D. E. (2013). An integrative approach to the assessment of narcissism. *Journal of Personality Assessment, 95*(3), 237-248.
- Ross, S. R., Canada, K. E., & Rausch, M. K. (2002). Self-handicapping and the Five Factor Model of personality: Mediation between neuroticism and conscientiousness. *Personality and Individual Differences, 32*(7), 1173-1184.
- Sarıçalı, M. (2014). Psikolojik Danışman Adaylarının Kendini Engelleme Algılarının Özgünlük Düzeyleri Ve Aldıkları Süpervizyon Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi.*
- Sheppard, J. A., & Arkin, R. M. (1989). Determinants of self-handicapping: Task importance and the effects of preexisting handicaps on self-generated handicaps. *Personality and Social Psychology Bulletin, 15*(1), 101-112.
- Sherry, S. B., Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2001). Perfectionism and self-handicapping. *Canadian Psychology, 2*, 78.
- Slade, P. D., Newton, T., Butler, N. M., & Murphy, P. (1991). An experimental analysis of perfectionism and dissatisfaction. *British Journal of Clinical Psychology, 30*(2), 169-176.
- Slaney, R. B., & Ashby, J. S. (1996). Perfectionists: Study of a criterion group. *Journal of Counseling & Development, 74*(4), 393-398.
- Slaney, R. B., & Johnson, D. P. (1992). The Almost Perfect Scale. *Unpublished manuscript. Pennsylvania State University, University Park.*

- Slaney, R. B., Mobley, M., Trippi, J., Ashby, J. S., & Johnson, D. (1996). Almost Perfect Scale-Revised. *Unpublished scale*. Pennsylvania State University, University Park.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001, October). The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130-145.
- Snyder, C. R., & Smith, T. W. (1982). Symptoms as self-handicapping strategies: The virtues of old wine in a new bottle. *Integrations of clinical and social psychology*, 104, 104-127.
- Sondergeld, T. A., Schultz, R. A., & Glover, L. K. (2007). The need for research replication: An example from studies on perfectionism and gifted early adolescents. *Roeper Review*, 29(5), 19-25.
- Stewart, M. A., & George-Walker, L. D. (2014). Self-handicapping, perfectionism, locus of control and self-efficacy: A path model. *Personality and Individual Differences*, 66, 160-164.
- Taluy, N. (2018). İkili İlişkilerde Olumlu Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(35), 654-667.
- Taş, R. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde Kişilerarası Yetkinlik Düzeylerinin Kendini Sabotaj Eğilimine Olan Etkisinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Erciyes Üniversitesi.
- Tice, D. M. (1991). Esteem protection or enhancement? Self-handicapping motives and attributions differ by trait self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(5), 711-725.
- Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1990). Self-esteem, self-handicapping, and self-presentation. The strategy of inadequate practice. *Journal of Personality*, 58(2), 443-464.
- Topal, S., Yalnızoğlu Çaka, S., & Çınar, N. (2018). Determination of the Relationship Between Self-Handicapping and Burnout of Nursing Students. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 47(1), 337-356.
- Török, L., & Szabo, Z. P. (2018). The Theory Of Self-Handicapping: Forms, Influencing Factors And Measurement. *Československá psychologie*, 62(2), 173-188.
- Török, L., Szabó, Z. P., & Tóth, L. (2018). A critical review of the literature on academic self-handicapping: theory, manifestations, prevention and measurement. *Social Psychology of Education*, 21, 1175-1202.
- Ulu, İ. P. (2007). An Investigation Of Adaptive And Maladaptive Dimensions Of Perfectionism In Relation To Adult Attachment And Big Five Personality Traits. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ortadoğu Teknik Üniversitesi.
- Ulu, İ. P., Tezer, E., & Slaney, R. B. (2012). Investigation of adaptive and maladaptive perfectionism with Turkish Almost Perfect Scale-Revised. *Psychological reports*, 110(3), 1007-1020.

- Urdan, T., & Midgley, C. (2001). Academic Self-Handicapping: What We Know, What More There is to Learn. *Educational Psychology Review*, 13(2), 115-138.
- Üzbe, N. (2013). Başarı Hedef Yönelimi, Benlik Saygısı ve Akademik Başarının Kendini Engellemeyi Yordamadaki Rolü. *Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi.
- Wallace, H. M., & Baumeister, R. F. (2002). The Performance of Narcissists Rises and Falls With Perceived Opportunity for Glory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(5), 819-834.
- Wang, K. T., Puri, R., Slaney, R. B., Methikalam, B., & Chadha, N. (2012). Cultural validity of perfectionism among Indian students: Examining personal and family aspects through a collectivistic perspective. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 45(1), 32-48.
- Wang, K. T., Slaney, R. B., & Rice, K. G. (2007). Perfectionism in Chinese university students from Taiwan: A study of psychological well-being and achievement motivation. *Personality and Individual Differences*, 42(7), 1279-1290.
- Wang, K. T., Yuen, M., & Slaney, R. B. (2009). Perfectionism, depression, loneliness, and life satisfaction: A study of high school students in Hong Kong. *The Counseling Psychologist*, 37(2), 249-274.
- Warner, S., & Moore, S. (2004). Excuses, excuses: Self-handicapping in an Australian adolescent sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 33(4), 271-281.
- Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590-597.
- Yalnız, A. (2014). Algılanan Ana-Baba Tutumları, Kendini Sabotaj ve Öz-Yeterlik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Sakarya Üniversitesi.
- Yavuzer, Y. (2015). Investigating the Relationship between Self-Handicapping Tendencies, Self-Esteem and Cognitive Distortions. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 15(4), 879-890.
- Yu, J., & McLellan, R. (2019). Beyond academic achievement goals: The importance of social achievement goals in explaining gender differences in self-handicapping. *Learning and Individual Differences*, 69, 33-44.
- Zafer, M. (2016). İtfaiye Çalışanlarında Psikolojik Dayanıklılık Ve Kendini Sabotaj Düzeylerinin İncelenmesi: İstanbul İtfaiyesi Örneği. *Yüksek Lisans Tezi*. Nişantaşı Üniversitesi.
- Zuckerman, M., & Tsai, F. F. (2005). Costs of Self-Handicapping. *Journal of Personality*, 73(2), 411-442.

EKLER

Ek-1 Kişisel Bilgi Formu

Bu araştırma üniversite öğrencilerinde çok boyutlu mükemmeliyetçilik ve narsistik kişilik özelliklerinin kendini sabotaja etkisini belirlemek amacıyla Prof. Dr. Demet EROL danışmanlığında Yüksek Lisans Tezi kapsamında yürütülmektedir.

Araştırmada kişisel bilgilerinizi vermenize gerek yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtlar bu araştırmanın geçerli ve güvenilir olması açısından önem taşımaktadır. Bu yüzden lütfen sadece size en yakın gelen seçeneği işaretleyiniz. Boş bırakmayınız.

Furkan İlker ÇELEBİ

Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı

Cinsiyetiniz: Kadın Erkek

Yaşınız (yazınız) :

Öğrenim Gördüğünüz Fakülte (yazınız):

Öğrenim Gördüğünüz Bölüm (yazınız):

Sınıfınız: 1 2 3 4

İlişki Durumunuz: Yok Flört Söz-Nişan Evli

Ek-2 Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Bu anketlerden elde edilen sonuçlar bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Sizden istenilen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendiriniz ve sizin için en uygun seçeneğe çarpı (X) işareti koymanızdır. Her sorunun karşısında bulunan; (1) hiç tanımlamıyor, (2) biraz tanımlıyor, (3) oldukça iyi tanımlıyor, (4) iyi tanımlıyor, (5) çok iyi tanımlıyor anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. En uygun yanıtı vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim.		Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Oldukça iyi tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
1	Hedeflerime ulaşamadığım için sık sık hayal kırıklığı yaşıyorum.	1	2	3	4	5
2	Elimden gelenin en iyisi bile gözüme asla yeterince iyi görünmez.	1	2	3	4	5
3	Kendim için belirlediğim yüksek standartlara nadiren ulaşıyorum.	1	2	3	4	5
4	Elimden gelenin en iyisi bile bana yeterli gelmez.	1	2	3	4	5
5	Başarılarımla asla tatmin olmam.	1	2	3	4	5
6	Kendi beklentilerimi karşılayamadığım için sık sık kaygılanırım.	1	2	3	4	5
7	Yaptığım işler nadiren standartlarıma uyar.	1	2	3	4	5
8	Elimden gelenin en iyisini yaptığımı bilsem de tatmin olmam.	1	2	3	4	5
9	Performansım için kendi yüksek standartlarımı ender olarak karşılayabilirim.	1	2	3	4	5
10	Ender olarak bir işteki performansımın emin olurum.	1	2	3	4	5
11	Çok ender, yaptığım bir işin yeterince iyi olduğu düşüncesini taşıyorum.	1	2	3	4	5
12	Bir işi bitirdikten sonra daha iyisini yapabileceğimi bildiğim için sık sık hayal kırıklığı yaşıyorum.	1	2	3	4	5

13	Okuldaki veya iş yerindeki performansım için yüksek standartlarım vardır.	1	2	3	4	5
14	Kendinizden beklentileriniz çok yüksek değilse asla başarılı olamazsınız.	1	2	3	4	5
15	Kendimle ilgili çok yüksek beklentilerim vardır.	1	2	3	4	5
16	Kendim için çok yüksek standartlar belirlerim.	1	2	3	4	5
17	Kendimden bir işin en iyisini beklerim.	1	2	3	4	5
18	Yaptığım her işte en iyisini yapmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
19	Mükemmele ulaşmak için çok güçlü bir istek duyarım.	1	2	3	4	5
20	Düzenli bir insanımdır.	1	2	3	4	5
21	Düzenli olmak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
22	Her şeyi aldığımız yere koymalıyız.	1	2	3	4	5
23	Her zaman düzenli ve disiplinli olmayı severim.	1	2	3	4	5

Ek-3 Narsisistik Kişilik Envanteri

<p>Bu anketlerden elde edilen sonuçlar bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Sizden istenilen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirmeniz ve sizin için en uygun seçeneğe çarpı (X) işareti koymanızdır. Her sorunun karşısında bulunan; (1) hiç tanımlamıyor, (2) biraz tanımlıyor, (3) oldukça iyi tanımlıyor, (4) iyi tanımlıyor, (5) çok iyi tanımlıyor anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim.</p>		Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Oldukça iyi tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
1	İnsanları etkileme konusunda doğal bir yeteneğim var.	1	2	3	4	5
2	Alçakgönüllü davranmak bana uymaz.	1	2	3	4	5
4	İyi olduğumu biliyorum çünkü sürekli herkes bana öyle olduğumu söylüyor.	1	2	3	4	5

5	Eğer ben yönetseydim dünya çok daha iyi bir yer olurdu.	1	2	3	4	5
6	Genellikle her konuda insanları ikna edebilirim.	1	2	3	4	5
7	Herkesin dikkatinin bende odaklanması hoşuma gider.	1	2	3	4	5
9	Özel bir insan olduğuma inanıyorum.	1	2	3	4	5
10	Kendimi iyi bir lider olarak görüyorum.	1	2	3	4	5
11	Tuttuğunu koparan bir insanım.	1	2	3	4	5
12	İnsanları yönetmeyi severim.	1	2	3	4	5
13	İnsanları parmağımda oynatmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5
15	Vücudumla hava atmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
16	İnsanları kitap gibi okuyabilirim.	1	2	3	4	5
17	Bir konuda karar verilirken sorumluluk almayı severim.	1	2	3	4	5
19	Vücudumu seyretmeyi severim.	1	2	3	4	5
20	Fırsatını bulduğumda gösteriş yapmasını severim.	1	2	3	4	5
21	Ben ne yaptığımı bilen bir insanım.	1	2	3	4	5
24	Diğer insanlardan bana karşı iyi davranmalarını beklerim.	1	2	3	4	5
26	Bana iltifat edilmesinden hoşlanırım.	1	2	3	4	5
27	İnsanlar üzerinde üstünlük kurmaya bayılırım.	1	2	3	4	5
28	Yeni bir moda veya tarz yaratmayı severim.	1	2	3	4	5
29	Aynada kendime bakmaktan zevk alırım.	1	2	3	4	5
30	Gerçekten ilginin merkezi olmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
32	İnsanlar her zaman benim otoritemi kabul ederler.	1	2	3	4	5
33	Grubun lideri olmayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
34	Bir gün önemli bir şahsiyet olacağım.	1	2	3	4	5
35	İnsanları neye istiyorsam ona inandırabilirim.	1	2	3	4	5
36	Ben doğuştan bir liderim.	1	2	3	4	5
38	Bir kalabalık içine girdiğimde insanlar beni fark etmezlerse canım sıkılır.	1	2	3	4	5

Ek-4 Kendini Sabotaj Ölçeği

Bu anketlerden elde edilen sonuçlar bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Sizden istenilen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendiriniz ve sizin için en uygun seçeneğe çarpı (X) işareti koymanızdır. Her sorunun karşısında bulunan; (1) hiç katılmıyorum (2) katılmıyorum (3) kısmen katılmıyorum (4) kısmen katılıyorum (5) katılıyorum ve (6) tamamen katılıyorum anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim.		Hiç katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Yanlış bir şey yaptığımda ilk tepkim içinde bulunduğum şartları suçlamaktır.	1	2	3	4	5	6
2	İşlerimi son ana kadar ertelerim.	1	2	3	4	5	6
3	Bir sınava gireceğim zaman önceden iyi bir şekilde hazırlanırım.	1	2	3	4	5	6
4	Birçok insana göre daha keyifsizim.	1	2	3	4	5	6
5	Ne olursa olsun her zaman elimden gelenin en iyisini yapmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6
6	Bir derse veya önemli bir etkinliğe kayıt olmadan önce gerekli hazırlığı yaptığımdan emin olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6
7	Bir sınava girmeden önce kendimi son derece kaygılı hissederim.	1	2	3	4	5	6
8	Okumaya çalışırken duyduğum sesler veya hayallerim kolaylıkla dikkatimi dağıtır.	1	2	3	4	5	6
9	Yarışmaya dayanan aktivitelerden kaçınmaya çalışırım, böylece kaybettiğimde veya kötü performans sergilediğimde çok fazla incinmemiş olacağım.	1	2	3	4	5	6

10	Potansiyelimle takdir görmek yerine iyi yaptığım işlerle saygı görmeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6
11	Daha fazla çalışsaydım daha iyisini yapardım.	1	2	3	4	5	6
12	Şu andaki küçük zevkleri gelecekteki büyük zevklere tercih ederim.	1	2	3	4	5	6
13	Başarılı olmamı güçleştirecek ortamlarda bulunmayı istemem.	1	2	3	4	5	6
14	Belki bir gün kendimi tamamen toparlayabilirim.	1	2	3	4	5	6
15	Üzerimdeki sosyal baskıyı ortadan kaldırdığı için, bazı zamanlar bir iki günlüğüne hafif bir rahatsızlık bana zevk verir.	1	2	3	4	5	6
16	Duygularım engel olmasaydı, daha iyi şeyler yapabilirdim.	1	2	3	4	5	6
17	Herhangi bir işte başarısız olduğumda, başka işlerde iyi olduğumu hatırlayarak kendimi avuturum.	1	2	3	4	5	6
18	Kabul ediyorum ki, diğerlerinin beklentisini karşılayamadığımda bu sonucu mantıklı hale getirmeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6
19	Sıklıkla spor, şans oyunu ve yetenek gerektiren diğer alanlarda şansımın kötü olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
20	Mantıklı düşünmemi ve doğru şeyler yapmamı engelleyecek herhangi bir uyuşturucu veya ilaç almayı tercih etmem.	1	2	3	4	5	6
21	Yiyecek ve içecek maddelerine olması gerekenden daha fazla düşkünüm.	1	2	3	4	5	6
22	Sınav veya iş görüşmesi gibi önemli anlardan önceki geceler mümkün olduğunca uykumu almaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6

23	Şu anda yaşadığım duygusal problemlerin, yaşamımın başka bir anını etkilemesine asla izin vermem.	1	2	3	4	5	6
24	Çoğunlukla bir işi iyi yapacağıma ilişkin kaygı yaşadığımda iyi sonuç elde ederim.	1	2	3	4	5	6
25	Bazı zamanlar çok kolay işleri bile başarmamı zorlaştıracak düzeyde karamsar olurum.	1	2	3	4	5	6



ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı: Furkan İlker ÇELEBİ

Doğum Yeri ve Tarihi: Balçova/İZMİR - 04/03/1994

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı (2012-2016)

Yüksek Lisans Öğrenimi: Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı (2016-2019)

Bildiği Yabancı Diller: İngilizce (B2)

İş Deneyimi

Projeler:

13. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Öğrencileri Kongresi (1-2-3 Ağustos 2016, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi), (Düzenleme Kurulu Başkanı)
- “Vot.E-Vote Europe!” Projesi (1-9 Nisan 2014, Atina) (Gönüllü)

Çalıştığı Kurumlar:

- Karabağlar Sosyal Hizmet Merkezi (Kasım 2017-...) (ASDEP Görevlisi)
- Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi PDR Topluluğu (2013-2016) (Başkan)
- HaydiKampa (Temmuz 2015-Ağustos 2015) (Kamp Lideri)
- Minerals Resort&SPA (Haziran 2014-Eylül 2014) (Banquets/Houseman)
- Fethiye Surf Center (Haziran 2013-Ağustos 2013) (Eğitmen Asistanı)
- Pınar Karşıyaka Basketbol Takımı (2008-2011) (Uzun Forvet)

İletişim

E-Posta Adresi: f.ilkercelebi@gmail.com

Tarih: 05/07/2019

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇOK BOYUTLU MÜKEMMELİYETÇİLİK VE NARSİSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN KENDİNİ SABOTAJA ETKİSİ

ORIJINALLIK RAPORU

% **16**

BENZERLİK ENDEKSİ

% **10**

İNTERNET
KAYNAKLARI

% **4**

YAYINLAR

% **13**

ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

- 1** Submitted to Akdeniz University
Öğrenci Ödevi % **1**
- 2** toad.halileksi.net
İnternet Kaynağı % **1**
- 3** Submitted to Erciyes Üniversitesi
Öğrenci Ödevi % **1**
- 4** Submitted to Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Öğrenci Ödevi % **1**
- 5** www.scribd.com
İnternet Kaynağı % **1**
- 6** Submitted to TechKnowledge
Öğrenci Ödevi % **1**
- 7** docs.neu.edu.tr
İnternet Kaynağı <% **1**
- 8** Submitted to Konya Necmettin Erbakan
University <% **1**

