

T.C.
MUĞLA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**BENLİK UYUMSUZLUKLARI KURAMININ TANI ALAN VE
ALMAYAN ÖRNEKLEMDE ARAŞTIRILMASI**

PSİKOLOJİ ALANINDAYÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan:
Özgür TAN**

**Danışman:
Doç. Dr. Cem Şafak ÇUKUR**

Muğla
Eylül 2010

T.C.
MUĞLA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**BENLİK UYUMSUZLUKLARI KURAMININ TANI ALAN VE
ALMAYAN ÖRNEKLEMDE ARAŞTIRILMASI**

PSİKOLOJİ ALANINDAYÜKSEK LİSANS TEZİ

Özgür TAN

Sosyal Bilimler Enstitüsünce
Yüksek Lisans
Diploması Verilmesi İçin Kabul Edilen Tezdir.

Tezin Enstitüye Verildiği Tarih : 15/08/2010

Tezin Sözlü Savunma Tarihi : 03/09/2010

Tez Danışmanı : Doç.Dr.Cem Şafak ÇUKUR

Jüri Üyesi : Doç.Dr.Tevfik ALICI

Jüri Üyesi : Doç.Dr.Hacer HARLAK

Enstitü Müdürü : Prof.Dr.Nurgün OKTİK

Muğla
Eylül 2010

TUTANAK

Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nün .02/06/2010 tarih ve 488/6 sayılı toplantısında oluşturulan jüri, Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin 25/4. maddesine göre, Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Özgür TAN'ın "Benlik Uyumsuzlukları Kuramının Tanı Alan ve Almayan Örneklerde Araştırılması" adlı tezini incelemiş ve aday 03/09/2010 tarihinde saat 11:00'de jüri önünde tez savunmasına alınmıştır.

Adayın kişisel çalışmaya dayanan tezini savunmasından sonra 60. dakikalık süre içinde gerek tez konusu, gerekse tezin dayanağı olan anabilim dallarından sorulan sorulara verdiği cevaplar değerlendirilerek tezin kabul..... olduğuna oy birliği.. ile karar verildi.



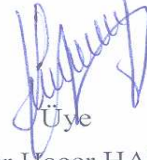
Tez Danışmanı

Doç.Dr. Cem Şafak ÇUKUR



Üye

Doç.Dr.Tevfik ALICI



Üye

Doç.Dr.Hacer HARLAK

YEMİN

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Benlik Uyumsuzlukları Kuramının Tanı Alan ve Almayan Örnekleme Araştırılması” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

.03/09/2010

Özgür TAN



YÜKSEKÖĞRETİM KURULU DOKÜMANTASYON MERKEZİ
TEZ VERİ GİRİŞ FORMU

YAZARIN

MERKEZİMİZCE DOLDURULACAKTIR.

Soyadı : TAN

Adı : Özgür

Kayıt No: 381569

TEZİN ADI

Türkçe : “Benlik Uyumsuzlukları Kuramının Tanı Alan ve Almayan Örneklemde Araştırılması”

Y. Dil :

TEZİN TÜRÜ: Yüksek Lisans

Doktora

Sanatta Yeterlilik

O

O

O

TEZİN KABUL EDİLDİĞİ

Üniversite : Muğla Üniversitesi

Fakülte : Fen Edebiyat Fakültesi

Enstitü : Sosyal Bilimler Enstitüsü

Diğer Kuruluşlar :

Tarih :

TEZ YAYINLANMIŞSA

Yayımlayan :

Basım Yeri :

Basım Tarihi :

ISBN :

TEZ YÖNETİCİSİNİN

Soyadı, Adı : ÇUKUR, Cem Şafak

Ünvanı : Doç.Dr.

TEZİN YAZILDIĞI DİL : TÜRKÇE

TEZİN SAYFA SAYISI: 120

TEZİN KONUSU (KONULARI) :

1. Benlik Uyumsuzlukları Kuramı
- 2.
- 3.

TÜRKÇE ANAHTAR KELİMELER :

1. Benlik Uyumsuzlukları Kuramı
2. Korkulan Benlik
3. Depresyon ve Anksiyete

Başka vereceğiniz anahtar kelimeler varsa lütfen yazınız.


İNGİLİZCE ANAHTAR KELİMELER: Konunuzla ilgili yabancı indeks, abstract ve thesaurus'u kullanınız.

1. Self-Discrepancy Theory
2. Undesired Self
3. Depression and Anxiety

Başka vereceğiniz anahtar kelimeler varsa lütfen yazınız.

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 1- Tezimden fotokopi yapılmasına izin vermiyorum | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 2- Tezimden dipnot gösterilmek şartıyla bir bölümünün fotokopisi alınabilir | <input type="checkbox"/> |
| 3- Kaynak gösterilmek şartıyla tezin tamamının fotokopisi alınabilir | <input type="checkbox"/> |

Yazarın İmzası :



Tarih : 03./09/2010

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
İÇİNDEKİLER	I
TABLolar	II
SİMGELER VE KISALTMALAR	VI
TEŞEKKÜR	VII
ÖZET	VIII
ABSTRACT	IX
1. GİRİŞ	1
1. 1.Benlik Kavramı ve Tarihsel Gelişimi.....	3
1.2. Benlik Uyumsuzlukları ile Duygusal Sorunlar Arasındaki İlişki.....	14
1.3.Higgins'ın Benlik Uyumsuzlukları Kuramı.....	16
1.4. Benlik Uyumsuzluklarının Ölçülmesine Yönelik Alternatif Yaklaşımlar.....	26
1.5.Korkulan Benlik.....	32
1.6.Klinik Tanı Almış Örneklemede Benlik Uyumsuzlukları Kuramının Çalışılması.....	34
1.7. Benlik Uyumsuzluk Kuramı Bağlamında Kültürler-arası Çalışmalar.....	39
1.8. Şimdiki Çalışma	41
2.YÖNTEM	43
2.1. Örneklem.....	43
2.2.Veritoplama Süreci	46
3.BULGULAR	52
3.1. Duygusal Sorunlar ve Benlik Uyumsuzlukları (B.U) Puanlarının Dağılımı.....	52
3.2. Benlik Uyumsuzlukları ile Duygusal Sorunlar Arasındaki İlişkiler.....	57
3.3. B.U. ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	71
3.4. Korkulan B.U. ve Duygusal Sorunlar Arasındaki İlişkinin Analizi.....	74
4.TARTIŞMA	86
KAYNAKÇA	95
ÖZGEÇMİŞ	100
EKLER	101

TABLolar

Tablo 1.1. Benlik Uyumsuzlukları, Ortaya Çıkan Tepkiler ve Uzun Süreli Etkileri

Tablo 2.1. Psikiyatrik Bir Tanı Alan ve Almayan Örnekleme İlişkin Demografik Bilgiler.

Tablo 2.2. Psikiyatrik Bir Tanı Alan ve Almayan Örnekleme İlişkin Demografik Bilgiler

Tablo 3.1. BBUE ile Elde Edilen İdeal ve Görev Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Dağılımı.

Tablo 3.2. İYÖ ile Elde Edilen İdeal ve Görev Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Dağılımı.

Tablo 3.3. Depresyon Puanlarının Dağılımı

Tablo 3.4. Anksiyete Puanlarının Dağılımı.

Tablo 3.5. İki Farklı Yöntemden Elde Edilen Benlik Uyumsuzlukları Arasındaki Korelasyonlar.

Tablo 3.6. BBUE İle Hesaplanan Benlik Uyumsuzlukları Arasındaki Korelasyonlar

Tablo 3.7. İYO İle Hesaplanan Benlik Uyumsuzlukları Arasındaki Korelasyonlar

Tablo 3.8. Bağımlı Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

Tablo 3.9. BBUE ile Elde Edilen Puanlar ile Bağımlı Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

Tablo 3.10. İYÖ ile Elde Edilen Puanlar ile Bağımlı Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

Tablo 3.11. BBUE ile Elde Edilen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Depresyonu Yordayıcılığı.

Tablo 3.12. BBUE ile Elde Edilen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Anksiyeteyi Yordayıcılığı

Tablo 3.13. İYÖ ile Elde Edilen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Depresyonu Yordayıcılığı.

Tablo 3.14 İYÖ ile Elde Edilen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Anksiyeteyi Yordayıcılığı

Tablo 3.15. Benlik Saygısı Puanlarının Dağılımı.

Tablo 3.16. BBUE ile Elde Edilen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Benlik Saygısını Yordayıcılığı.

- Tablo 3.17. İYÖ ile Elde Edilen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Benlik Saygısını Yordayıcılığı.
- Tablo 3.18. BBUE ile Elde Edilen Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Dağılımı
- Tablo 3.19. İYÖ ile Elde Edilen Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Dağılımı.
- Tablo 3.20. BBUE ile Hesaplanan Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Depresyonu Yordayıcılığı
- Tablo 3.21. BBUE ile Hesaplanan Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Anksiyeteyi Yordayıcılığı
- Tablo 3.22. BBUE ile Hesaplanan Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Benlik Saygısını Yordayıcılığı
- Tablo 3.23. İYÖ ile Hesaplanan Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Depresyonu Yordayıcılığı
- Tablo 3.24. İYÖ ile Hesaplanan Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Anksiyeteyi Yordayıcılığı
- Tablo 3.25. İYÖ ile Hesaplanan Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Benlik Saygısını Yordayıcılığı

SİMGELER VE KISALTMALAR

β	Standart Regresyon katsayısı.
N	Örneklem Büyüklüğü.
p	Anlamlılık düzeyi.
r	Korelasyon katsayısı.
R	Regresyonun Açıklama Gücü.
SS	Standart Sapma.
Ort.	Ortalama.
Sd	Serbestlik Derecesi.
SPSS	Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı.
α	Güvenirlilik Katsayısı.

TEŞEKKÜR

Araştırmanın ilk gününde son gününe kadar, derin bilgi birikimini benimle paylaşan, yoluma ışık tutan, tez danışmanım, Doç.Dr.Cem Şafak ÇUKUR'a; çalışmanın hastanede yürütülen bölümünde, göstermiş olduğu güler yzly yaklaşım ve ilgi için Uzm.Dr.Saffet ÖZTÜRK'e; aldığım her nefeste yanımda olduklarını hissettiren aileme ve araştırma süresince manevi desteklerini eksik etmeyen arkadaşlarım Zuhall GERGER, Bülent ÖNGÖREN, Burak HOZATLI, Emre KAYA ve Hasan KALPETİN'e; teőekkürlerimi sunarım.

ÖZET

Benlik Uyumsuzlukları Kuramına (BUK) göre, farklı türde benlik uyumsuzlukları (ideal ve görev) farklı türde duygusal duyarlılık veya sorunlarla ilişkilidir. Şimdiki çalışmanın temel amacı; BUK'un temel varsayımlarını Türkiye bağlamında test etmektir. Bunun yanında, BUK'ta önerilmeyen korkulan benlik uyumsuzlukları ile kişilerin yaşayabileceği olumsuz duygularla ilişkisi de araştırılmıştır. Bu amaçla; tanı almış (depresyon ve anksiyete) ve almamış toplam 200 kişi üzerinde çalışma yürütülmüştür. Katılımcıların, benlik uyumsuzlukları iki farklı yöntem ile (Sıfat Listesi ve İşaret Yerleştirme Testleri) kişilerin duygusal durumları ise; Kısa Semptom Envanteri ölçekleriyle belirlenmiştir. Verilerin analizi temel olarak, hiyerarşik regresyon analizleriyle gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın ortaya çıkardığı, önemli bulgulardan bir tanesi; benlik uyumsuzluklarının ölçülmesinde kullanılan farklı yöntemlere bağlı olarak sonuçların değişmesidir. Diğer önemli bulgu, tanı almış ve almamış gruplar arasında; benlik uyumsuzlukları ve benlik uyumsuzluklarının duygusal sorunlarla ilişkisinin farklılaşmasıdır. Benzer şekilde, korkulan benlik uyumsuzluğu, hem depresyon hem de anksiyete puanlarının, önemli bir yordayıcısı olarak görülmektedir. Sonuçlar genel olarak değerlendirildiğinde; BUK'un temel varsayımlarının kısmi olarak desteklendiği görülmektedir. Özellikle, BUK'un önerdiği gibi ideal benlik uyumsuzlukları ile depresyon arasında ilişki tutarlı bir şekilde ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Benlik Uyumsuzlukları Kuramı, korkulan benlik, depresyon ve anksiyete

ABSTRACT

According to Self Discrepancy Theory (SDT), the specific types of discrepancies (ideal and ought discrepancy) are related to distinct emotional vulnerabilities. Testing the basic assumptions of SDT within Turkish cultural context is the main purpose of the present study. Another aim of this study is to explore the relationship between undesired self and the emotional problems that is not offered by SDT. Half of participants of this study were clinically diagnosed with depression and anxiety problems and the other half was with no such diagnoses (a total of 200). The self discrepancies were measured through two alternative measures: Integrated Self Discrepancy Index and Marker Placement Task. Emotional problems were measured with Short Symptom Checklist. The hierarchical regression analyses was the main statistical technique to investigate unique effects discrepancies on emotional vulnerabilities. The findings yield that the pattern of relationships has changed according to the method used to measure self discrepancy effect. Similarly, the undesired self discrepancy was found as an important predictor of depression and anxiety scores. Also, the dynamic of relationships between self-discrepancies and emotional vulnerabilities varied according to the sub-sample (clinical group vs. group with no diagnosed). Overall, some of the findings was consistent with SDT' assumptions. Especially, relationships between ideal-self discrepancies and depression as suggested by SDT were consistently observed.

Key Words: Self Discrepancy Theory, undesired self, depression and anxiety

1. GİRİŞ

*“Bir ben vardır bende; benden içeri”
Yunus Emre*

Higgins (1987), duygu-durum ve anksiyete bozukluklarının temelinde, benlik kavramı ile benlik hedefleri arasındaki kronik farklılıklardan kaynaklanan, bireyin yaşadığı, benlik uyumsuzluklarının olduğunu ileri sürmektedir. Öyle ki; Higgins, bireyin yaşadığı benlik uyumsuzluklarının, nasıl bir psikolojik sorun yaşayacağını da belirlediğini savunmaktadır. Diğer bir deyişle; kişilerin yaşadığı psikolojik sorunların -depresyon veya anksiyete- farklı benlik uyumsuzluklarından -ideal ve görev benlik uyumsuzluğu- kaynaklandığını savunmaktadır. Higgins (1987) tarafından geliştirilen Benlik Uyumsuzlukları Kuramı (BUK); bireyi, olumlu geribildirim yokluğunda (ideal ve gerçek benliği uyumsuzluğu); üzüntüye bağlı duygusal sendromlar, olumsuz geri bildirim olduğu durumlarda ise (görev ve gerçek benliği uyumsuzluğu); ajitasyona bağlı duygusal sendromlar karşısında savunmasız kalacağını ileri sürmektedir. Farklı türde benlik uyumsuzlukları veya benlik çatışmaları ile duygusal sorunlar arasındaki ilişkiler farklı kuramcılar tarafından önceden önerilmiştir, fakat benlik uyumsuzlukları kuramında bu ilişkiler sistematik bir şekilde önerilmiştir.

Benlik uyumsuzlukları kuramının varsayımları test eden farklı çalışmaların bir kısmı kuramı destekler sonuçlar ortaya koyarken; bir kısmı ise kuramın temel varsayımları ile tutarsız sonuçlar elde etmiştir (Brunch, Rivet ve Laurenti, 2000; Hardin, 2010; Gramzow, Sedikides, Panter ve Insko, 2000).). Bu bağlamda son zamanlarda araştırmacıların özellikle üzerine durduğu bir konu, benlik uyumsuzlukların nasıl ölçüleceği üzerinde yoğunlaşmaktadır. Higgins'ın bu kuram ile beraber ortaya attığı ölçme yöntemi, alanda kullanılmaya devam etmekle beraber, geçen süre içerisinde benlik uyumsuzluğunu ölçmek için farklı yöntemler de

kullanılmaya başlanmıştır. Bu çalışmanın temel hedeflerden biri, önceden Türkiye bağlamında sınırlı ölçüde test edilen BUK'un temel varsayımlarını, benlik uyumsuzluklarını alternatif ölçüm yöntemleri aracılığıyla test etmektir.

Bu kavramlar ve iddialar dışında konuyla yakından ilgili olduğu düşünülen ve benlik uyumsuzlukları kuramına hem bir eleştiri, hem de bir alternatif olarak ortaya çıkan korkulan benlik kavramı da son yıllarda ilgili çalışmalarda tartışılır hale gelmiştir. Özellikle bazı kültürel yaklaşımlar, korkulan benliğin, kişinin gerçek benliğinin olmak istemediği özelliklere hangi oranda yaklaştığı, ideal benliğin yanında, toplulukçu kültürlerde kişinin psikolojik sağlığı için önemli bir değişken olduğunu öne sürmektedir (Radhakrishnan ve Chan, 1997). Bu yüzden, bu çalışmada BUK'nın özgün yaklaşımı içerisinde yer alması da, ideal ve görev benlik uyumsuzlukları yanı sıra, korkulan benlik uyumsuzluklarının duygusal duyarlılık ve sorunlar üzerine etkisi de incelenmiştir.

Son olarak BUK'un varsayımları, ağırlıklı bir şekilde tanı almamış öğrenci örnekleminde yürütülmüştür. BUK'un temel varsayımlarının bazı çalışmalarda desteklenmemesinin bir nedeni olarak çalışılan örnekleminde gözlenen düşük veya pozitif benlik uyumsuzlukları olarak gösterilmiştir (Scoot, 1991). Bu yüzden şimdiki çalışma, BUK'un temel varsayımlarını, psikiyatrik bir tanı almış ve almamış örneklem üzerinde test etmeyi amaçlamaktadır. Farklı örneklem gruplarında, korkulan benliğin etkilerinin de dahil edildiği ve benlik uyumsuzluklarının farklı ölçme yöntemleriyle belirlendiği şimdiki çalışma bu konuda Türkiye'de ilk çalışmalardan biri olma özelliğini taşımaktadır.

1. 1. Benlik Kavramı ve Tarihsel Gelişimi

Modern dünyada insan davranışının altında yatan nedenleri anlayabilmek ve bir sonraki adımlarını öngörebilmek, psikoloji biliminin temel amaçlarının başında gelmektedir. Bireysel davranışların, karmaşık ve dinamik yapısını anlamak ve bireylerin gelecek davranışlarını yordamak için kişilik, tutum, güdülenme gibi bir çok temel kavram önerilmektedir. Psikoloji çalışmalarında, özellikle sosyal psikolojik ve bireyler-arası ilişki alanındaki çalışmalarında, ön plana çıkan kavram “benliktir” (self).

Birey, nasıl kendinden bağımsız var olan nesne ve olayları duyuları aracılığıyla algılayıp üzerine düşünebiliyorsa, bizzat kendisi hakkında da düşünebilir. Kendisi hakkında düşünürken, aynı zamanda diğerlerinin kendisi hakkındaki düşüncelerinin de farkına varıp bu düşüncelerden etkilenebilir. Hatta, benlik kavramı “fiziksel özelliklere (görünüm, sağlık vb.), kişisel özelliklere (kişilik, zekâ, yetenekler vb.), sosyal ilişkilere (aile üyeleri, arkadaşlar vb.), üstlenilen rollere (öğrenci, muhasebeci, öğretmen, satış elemanı vb.), bilinçli olarak elde edilen inançlara (dini inanış, görüşler, yaşam felsefesi vb.), kişisel yaşantılara ve sahip olunanlara (kitaplar, giysiler, araba, müzik seti vb.) ilişkin bilgileri kapsar (Cevher ve Buluş, 2007, s.52).” Benlik ile ilgili olarak günümüze kadar pek çok tanımlama yapılmış, görüş ileri sürülmüş ve araştırma düzenlenmiştir. En genel tanımıyla; “Benlik; kişinin kendini başka herkesten ve her şeyden ayrı, eşsiz bir bütünlük olarak hissetmesi, bunun bilincinde olması” şeklinde tanımlanabilir (Budak, 2005, s.123). Allport (1943) benlik kavramının, ilerleyen yıllarda üzerinde en fazla çalışma yapılan alanlardan biri olacağını öngörmüştü. Nitekim Ashmore ve Jussim’in 1997 yılında psikolojik çalışmaların yer aldığı bir veri tabanı incelemesi sonucu, benliğin otuz binin üzerinde araştırmaya konu olduğu tespit edilmiştir (Baumeister, 1999).

1970'lerin sonuna kadar benlik kavramının tek boyutlu bir yapı olduğu kabul edilmekteydi, ancak geçen yıllar içinde yapılan araştırmalarla, benlik kavramının çok boyutlu teorik bir yapı olduğu sonucuna varılmıştır. Buna göre, değişmez ve genel tek bir benlik kavramından çok, içinde bulunulan ortama göre değişim gösterebilen ve pek çok alt alandan oluşan bir benlik kavramından bahsetmek mümkündür (Damarlı, 2006).

Benlik kavramıyla ilgili soruların ilk olarak, Yunanlılara, zellikle Aristo'ya dayandığı görülmektedir. Aristo'nun insan davranışlarının fiziksel ve fiziksel olmayan yanlarını ayırt etmesiyle, diğer filozofların da bilinçliliğin, düşüncenin ve bilginin doğası hakkında yeni şeyler söylemeye başladığı görülmektedir. Yüzyıllar sonra Descartes "Dşniyorum, o halde; varım" diyerek sadece akıl ile beden arasındaki ayrımı yapmış olamayacak aynı zamanda onlar arasındaki ilişkiyi de vurgulayacaktır (Cevher ve Buluş, 2007).

Ortaçağdan bu yana benlik kavramı önemli bir değişim süreci yaşadı. Bu sürecin başlangıcında benlik; bireylerin toplumsal düzendeki konumlarına -aile, sosyal statü ve doğum yeri gibi gözle görünür etmenlere- sıkı sıkıya bağlıyken, bir dizi gelişme ile beraber bu durum değişti. Bu değişime sebep olan nedenleri sıralayacak olursak(Hogg ve Vaughan, 2006);

Sekülerleşme- İnsanın tüm umut ve beklentilerini ölümden sonraya bırakmak yerine, istediklerini elde edebilmek ve hayallerini gerçekleştirmek için çaba harcaması gerektiği düşüncesinin oluşması.

Sanayileşme- Geniş ailenin dağılarak, çekirdek ailenin oluşması ve taşınabilir bir sosyal kimliğe kavuşulması.

Aydınlanma- Fransız ve Amerikan devrimleri gibi önemli adımlarla üzerlerindeki baskıyı atarak kendisi için daha farklı kimlikler ve yaşamlar inşa edebileceği düşüncesinin oluşması.

Psikanaliz- İnsan zihninin işleyişine dair, Freud tarafından ortaya atılan bu kuram benliğin anlaşılamayacağı, benliğin bilinçdışı bilinmedik derinliklerde yattığı yolundaki düşüncesiyle; insanların kendi dünyaları hakkındaki düşünme tarzlarını tamamen değişmesi.

1891 yılında William James'in "The Principles of Psychology" adlı kitabında benlik kavramını konu edinmesiyle; benlik ilk defa psikoloji bilimi tarafından ele alınmış oldu. James'e göre, benlik kavramı; "kişinin kendi olarak isimlendirebildiği her şeyin toplamıdır". James, benlik kavramını üç bölümde incelemektedir: öğeleri, açığa çıkarılan hisler ve duygular, sergilendikleri hareketler. James ayrıca kişiliğin açıklanmasıyla ilgili olarak, "bilen ben"(I), "bilinen ben" (Me) ayrımını yapmıştır. Konu, bilginin nesnesi olduğuna göre benlik bilime konu edildiğinde "nesne" durumuna düşmektedir, dolayısıyla psikolojinin konusunun bilinen benlik olduğunu savunur. James ayrıca bilinen benliğin de üç farklı yönü olduğunu iddia eder: Maddi, sosyal ve psikolojik. Maddi yönü sadece bedenden ibaret görmemiş, bunu fiziksel çevresini de kapsayacak şekilde açıklamaya çalışmıştır. Birkaç örnekle somutlaştıracak olursak; bu benim vücudumdur, benim ailemdir, benim mülkümdür. Kişinin çevresinin yaklaşım, davranış ve duyguları vasıtasıyla, algıladığı benliği ise bilinen benliğin sosyal yönü olarak adlandırmıştır. Burada önemli olan nokta kişinin, başkalarının kendini nasıl gördüğüne ilişkin bir bilgiye sahip olmasıdır. Son olarak; duygularımız ve tutkularımızdan oluşan ve tüm bilinçlilik durumlarımızı etkileyen benlik kısmını psikolojik yön olarak tanımlamıştır (Işık, 2006). Ayrıca James, "ruhsal benlik" (spiritual self) – bireyin manevi bilinci- ve "sosyal benlik" (social

self) -toplum tarafından değerlendirilen bireysel isteklerimiz- terimlerini kullanmıştır (Scoot, 1991).

İlk sosyologlardan Cooley, benlik ve sosyal evre arasında önemli bir bağ olduğunu vurgulamış ve bireyin, çok küçük yaşlardan başlayarak diğer insanlarla kurduğu sosyal ilişkiler içerisinde diğerlerinin kendisine ilişkin düşüncelerinden hareketle benlik yapısının oluştuğunu ve kendini o şekilde tanımlamaya başladığını ileri sürmüştür. Cooley'e göre bireyin benlik kavramı, içinde bulunduğu toplumsal ortamdaki soyutlanamaz. Cooley, bireyin toplum içerisinde diğer insanlarla etkileşimde bulunurken ortaya çıkan kimliğini "ayna benlik" (looking glass self) olarak tanımlamıştır. "Ayna benlik", kişinin etkileşimde bulunduğu diğer insanların kendisini algılama ve değerlendirme biçimlerini yansıtan bir kavramlaştırmadır ve üç temel öğeden oluşur: İlki; bireyin başkalarının nasıl algılandığına ilişkin tasarımı. İkincisi; başkalarının bireyin bir davranışı hakkında ulaştığı yargının bireyde yarattığı tepki. Bu da, bireyin toplum içerisinde aldığı değerdir. Sonucusu ise; benliğe ait geliştirilen duygulardır- gurur duyma, utanma gibi-. Cooley'in benlik üzerine yapılan çalışmalara, en büyük katkısının benlik algısının temel olarak sosyal etkileşimle biçimlendiği düşüncesidir (Gülbahçe, 2007).

Psikoanalitik Kuramın kurucusu Sigmund Freud, 1923 yılında yayınladığı "Ego ve İd" adlı eseri ile benlik kavramının aydınlatılmasında önemli rol oynamıştır. Freud ve arkadaşları, bilindişi yaşamı inceledikleri ilk yıllarında yeterince verim alamadıklarını fark etmiş, yeni oluşturduğu kuramın tamamlanması için yeni kavramlara ihtiyaç duymuştur. Freud 1923'te Yapısal Kuramı geliştirmiş ve ruhsal yapıyı  kısıma ayırmıştır: İd, Ego, Süperego. İd; doğuştan var olan ve ruhsal enerjinin kaynağını oluşturan kişiliğin ilkel bileşenidir. Yeme, içme cinsellik, saldırganlık gibi dürtüleri ve arzuları yerine getirmek üzere haz almaya yönelmiş

tepkiler oluşturur. İd; zaman mekân tanımadan, koşulların uygun olup olmadığını kontrol etmeden, gerçekten uzak ve tamamen bilinçdışı bir şekilde yeni doğan bir bebek gibi doyum bulma çabası içindedir (Gülbahçe, 2007). Freud'a göre Ego, bir insanın kendisi hakkındaki bilinçlilik ve bir farkında olma durumunu ifade etmektedir. İd'i denetleyen ve gerektiği yerde bilinçdışı kılan yapıya "ego" adını vermiştir. İd gibi doğuştan getirdiğimiz ancak zaman içinde gelişen ego, insanın biyolojik yapısına ters olan veya gerçeklere uygun düşmeyen eylemleri bastırır. Ego, kişiliğin gerçekçi yürütme organıdır ve gücünü id'den alır. Ego, aynı zamanda id'in isteklerini gerçekçi bir şekilde karşılamaya çalışırken, süperegö ile arasında da bir uzlaşma sağlamaya çalışır (Yanbastı,1990). Ego'nun görevi bir yandan organizmayı acıdan korurken diğer yandan doyum sağlamaya çalışmaktır. Önemli olan nokta; zamanla gelişen benliğin doyumun ne zaman, hangi şartlarda sağlanacağına karar vermeye başlaması ve gerektiği yerde dürtüleri ve gereksinimleri bekletebilme ve erteleyebilme gücüne sahip olmasıdır. Gerçeklik ilkesinin amacı, gereksinimin giderilmesi için uygun bir nesne, yer, ve zaman bulununcaya kadar gerilimin boşaltımını ertelemektir. Gerçeği değerlendirme yetisi, bir benlik işlevidir; neyin düşünce, neyin eylem ve olay, neyin imge(hayal) ve gerçek olduğunun bilinmesidir. Genellikle gerçeği değerlendirme yetisinde yaşanacak bir zayıflama, benliğin de zayıflaması demektir. Freud'a göre Üstbenlik (Süperegö) ise; kişiliğin en son gelişen sistemidir. Bu sistem çocuğa ana-babası tarafından aktarılır ve ödül ve ceza uygulamalarıyla pekiştirilen geleneksel değerleri ifade eder. Mükemmeliyetçi bir yapıya sahiptir. Süperegö, bir şeyin doğru yada yanlış olduğuna karar verir, toplum tarafından onaylanan, kabul edilen davranışların ortaya çıkmasını sağlar. Sosyal ortamda gelişen ve kaynağını sosyo-psikolojik ilişkilerden alan süperegö; id ve

ego'yu sınırlayan, günlük dilde "vicdan" olarak tanımladığımız, içimizdeki yargıdır (Gülbahçe, 2007).

Sosyal Psikolojinin ilk dönemlerinde, bireyin benlik özelliklerini üyesi bulunduğu gruptan aldığına dair görüş ağırlıktaydı. Nitekim deneysel psikolojinin kurucusu Wundt sosyal psikolojiyi; "*insan toplulukları tarafından yaratılan ve dolayısıyla salt bireysel bilinç ile açıklanması imkânsız olan zihinsel ürünlerinin incelenmesi*" diye tanımlamıştır (Hogg ve Vaughan, 2006, s.140). Bu görüşün ışığında, kolektif davranış ve kalabalığa ilişkin ilk kuramların da ortaya çıktığı görülmektedir. McDougall, 1920 yılında yayınlanan "Grup Ruhü" başlıklı kitabıyla, deneysel sosyal psikolojinin temelini oluşturacak bir takım tezler -insanlar arasındaki etkileşimin kalıcı olduğunu ve başka insanları etkilemek gibi özellikler sergilediğini- ortaya atmıştır. Ayrıca McDougall, bireylerin kendi aralarındaki etkileşimden, grup ruhunun oluştuğunu ve bu ruhun da grubu oluşturan bireylerin teker teker kendisinden ve toplamından farklı bir gerçekliğe ve doğaya sahip olduğunu ileri sürer. Nitekim bu görüşler, 1936 yılında Sherif'in, kişiler ve gruplar arası etkileşimden normların nasıl ortaya çıktığını ortaya koyan araştırmasına ve 1952 yılında Asch tarafından normlara uyma konusundaki çalışmalarına temel oluşturmuştur. Ancak, benliğin oldukça kişisel ve özel olduğu yönündeki görüşün kolektif benliği savunanlara oranla daha fazla destek gördüğü açıktır. Bunun nedeni ise; büyük ölçüde, sosyal psikologların, grupları, kolektif kimlik duygusuyla hareket eden bireylerden çok, birbirleriyle etkileşim halindeki bireylerden oluşan yapılar olarak görmelerinden kaynaklanmaktadır (Hogg ve Vaughan, 2006).

Kollektif benliğin ortaya attığı tezlerden biri de; benliğin sosyal etkileşim sayesinde oluştuğu ve biçimlendiği düşüncesidir. Mead tarafından 1934 yılında ileri sürülen Sembolik etkileşimci yaklaşıma göre benlik, insanlar arasındaki etkileşimden

doğar. Mead insanlar arasındaki etkileşimin büyük ölçüde simgesel olduğunu, asıl etkileşimin zengin sözcükler ve sözel olmayan ipuçları aracılığıyla gerçekleştiğini ileri sürer. Mead, toplumun bireyleri benlik kavrayışı aracılığıyla etkilediğine, benlik kavrayışının insanlar arasındaki etkileşimden kaynaklandığına- ki bu etkileşim simgeler içerir ve etkin olabilmesi için ortak bir anlam taşıması gerekir- ve bu sayede sürekli bir devinim içerisinde olduğuna inanıyordu. Etkileşim, aynı zamanda bir başkasının rolünü üzerine almayı; yani özne rolünden nesne rolüne geçerek, kendimizi; başkalarının bizi gördüğü gibi görmemizi sağlar. Bu noktadan hareketle; benlik kavrayışının, bizim kendimize nasıl baktığımızla başkalarının bize nasıl baktığı arasında güçlü bir ilişki olduğu, dolayısıyla; kendimizi başkalarını bizi gördüğü gibi görme eğiliminde olduğumuzu iddia etmiştir. Ancak, Shrauger ve Schoneman (1979), tarafından konu ile ilgili incelenen 62 deneysel araştırmanın sonucu; insanlar kendilerini, başkalarının onları gördükleri gibi görmediklerini, bunun yerine, kendilerini başkalarının nasıl gördüklerini sanıyorlarsa öyle gördüklerini saptamışlardır (akt: Hogg ve Vaughan, 2006, s.141-142).

Bireylerin kendi hakkındaki görüşleri veya diğerlerinin birey hakkındaki görüşleri “öz-farkındalık”(self-awareness) kavramını akla getirmektedir. Öz-farkındalık konusu ilk defa Duval ve Wicklund tarafından 1972 yılında Sosyal Psikoloji camiasına tanıtıldı (Baumeister, 1999). İnsanlar tüm zamanlarını kendileri hakkında düşünmeye harcamazlar, zaman zaman bu düşünce gelir, zihni meşgul eder ve gider ancak bu durum bir dizi sonuç doğurur. Duval ve Wicklund, öz-farkındalığın kendimizi bir nesne olarak görebildiğimiz bir süreç olduğundan bahseder ve dolayısıyla nesnel öz-farkındalığın oluştuğunu ileri sürer. Bu düzeyde birey, ne olmak istediğiyle, gerçekte ne olduğu arasında bir karşılaştırma yapar ve bu karşılaştırma sonucunda genellikle bir takım eksiklikler fark ederek, olumsuz bir

takım duygular yaşayabilir. Bu durumla baş edebilmek için insanlar yaşam standartlarını yükseltmeye çalışır veya çaba göstermeyi bir kenara bırakıp, kendilerini daha kötü hissedebilirler. Carver ve Scheier (1981) öz-farkındalık kavramına bir sınırlılık getirerek, kişinin farkında olabileceği iki ayrı benlik olduğunu ileri sürmüşlerdir: mahrem duygu, düşünce ve tutumlardan oluşan özel (gizil) benlik ve insanların sizin hakkınızdaki düşüncelerini içeren aleni(açık) benlik. Bu öz-farkındalık türlerinden; özel öz-farkındalık, bireylerin içselleştirmiş oldukları standartlara ulaşması yönünde davranışlar sergilemesine, aleni öz-farkındalık ise; diğerlerine karşı olumlu bir imaj sunma hedefine yöneliktir (Hogg ve Vaughan, 2006).

Öz-farkındalık konusu, bizi benlik şemalarına götürür. İnsanlar, kendileri hakkında belirgin bir görüşe, kavrayışa (benlik şeması) sahip olma eğilimindedir. Dönmez'e göre (1992), çoğu insan, hangi özelliğe ne kadar sahip olduklarını konusunda son derece açık net bir fikre sahipken, bir kısım özelliklere ne kadar sahip olduğu konusunda, çok da belirgin bir düşüncesi olmayabilir. İnsanlar kendileri için önem arz eden, kendilerinin aşırı derecede duyarlı oldukları ve kesinlikle bahsi geçen özelliğin zıddına sahip olmadıklarını bildiklerinde, şematiklerdir; yani bir şemaya sahiptirler. Örneğin; düzenli olmak sizin için önemli bir özellik ise, hatta aşırı derecede düzenli olduğunuzu düşünüyorsanız ve kesinlikle kendinizi düzensiz biri olarak göremiyorsanız, bu sizin düzenlilik konusu ile ilgili olarak kendiniz hakkında, oldukça fazla bilgi topladığınız anlamına gelir. Bu durum, eviniz veya işyeriniz hemen hemen her zaman düzenli görünecek demektir. Aşematik olan bireyler ise; o özelliğe sahip olma konusunda kendilerini düşük veya orta düzeyde olarak değerlendirirler.

Kendimiz hakkında bilgi sahibi olmanın bir yolu da kendi özel düşünce ve duygularımızı incelemektir. Bem (1970) tarafından ortaya atılan “Kendini Algılama Kuramına” göre, biz yalnızca diğerlerinin sergilemiş olduğu davranışlar için değil, aynı zamanda kendi davranışlarımız üzerine de birtakım atıflarda bulunuruz. Tıpkı bir başkası hakkında izlenim oluştururken, onun davranışlarına, bir takım içsel/kişisel özelliklere dayalı yüklemeler yaptığımız gibi, kendi davranışlarımızı içsel bir özelliğimize yükleme eğiliminde olduğumuzu ileri sürmektedir (Hogg ve Vaughan, 2006).

İçebakış ve kendini algılama yoluyla benliğimiz hakkında bilgi sahibi olabileceğimiz gibi, kendimizi diğerleriyle karşılaştırarak kendimiz hakkında bilgi toplayabiliriz. Festinger, insanların; diğer insanlardan yararlanarak fiziksel ve sosyal gerçekler hakkında bilgi sağladığına dair, oldukça basit ancak açıklayıcı bir kuram önermiştir. Festinger, sosyal karşılaştırma adını verdiği kuramının birtakım varsayımlara dayanmaktadır. Bunlardan ilki; insanların dünya ve kendi hakkında doğru görüşlere sahip olma ihtiyacında olduğudur. İnsanlar, kendilerini değerlendirebilecekleri objektif kıstaslar buldukları sürece, diğerlerinin görüşlerini dikkate almazken, objektif kıstasların olmadığı durumlarda; kişi, kendi yeteneklerini görüşlerini ve duygularını diğerlerinininki ile karşılaştırma eğiliminde olduğunu savunur. Kuşkusuz objektif değerlendirme yollarının var olmasının yanı sıra, bu değerlendirme yollarının uygun ya da kabul edilebilir olması gerekir. Örneğin; kişi, bir zekâ testinden kaç puan aldığına bakarak zekâ düzeyini belirlemeye çalışır. Ancak bu ölçümün ne kadar sağlıklı olduğu tartışmaya açıktır. Bu yüzden sadece hangi zeka düzeyinde olduğumuz değil, aynı zamanda ilişki içerisinde olduğu kişilerle yada tüm popülasyon içerisinde hangi noktada olduğu da kişi açısından önem taşımaktadır. Ayrıca Festinger’e göre sosyal karşılaştırma sırasında, sadece karşılaştırma

yapacağımız birçok insanın bulunması yeterli değildir, bunun yanı sıra, kişiler karşılaştırma yapacakları bu insanlar arasından yetenekleri, görüşleri veya duyguları açısından kendilerine benzer olanları seçerler. Diğer bir varsayımı ise; yetenekler için “yukarıya doğru tek yönde bir güdülenme” varken, fikirler ve duygular söz konusu olduğunda böyle bir güdülenmenin geçerli olmadığını ileri sürmektedir. Diğer yandan, insanlar yeteneklerini değerlendirebilmek için genellikle kendi durumlarından biraz daha iyi durumda olanlarla kendilerini kıyaslarken, yetenekleri üst düzeyde olanlarla böyle bir karşılaştırmaya gitmedikleri görülmüştür. Söz konusu fikir ve duygular olduğunda diğerlerinin görüşlerinden oldukça farklı olan görüşlere veya daha yoğun duygulara sahip olmanın pek de iyi bir şey olmadığına inanılmaktadır (Bilgin, 2000).

Yine, kendini diğerlerinin standartlarına göre değerlendirmek üzerine Tesser’in 1988 yılında ortaya attığı kendini değerlendirmeyi sürdürme kuramına göre, insanlar özsaygılarını olumsuz yönde etkileyebilecek bir durum söz konusu olduğunda –özellikle yukarı doğru bir karşılaştırma- başka biriyle olan benzerliklerini önemsiz gibi göstermeye, ya da bu kişiyle olan ilişkilerini kesmeye çalıştıklarını ileri sürmüştür. 1992 Barselona Olimpiyatlarında madalya kazanan sporcuların yüz ifadelerini kodlayan Medvec, Madley ve Gilovich, bu kuramı destekleyen önemli bilgilere ulaştı. Araştırmacılar, bronz madalya kazanan sporcuların gümüş madalya kazanan sporculara istinaden çok daha hoşnut olduğunu bulguladılar. Bu durumu, gümüş madalya kazanan sporcuların kendilerini altın madalya kazanan sporcularla karşılaştırırken –yukarı doğru sosyal karşılaştırma-, bronz madalya alan sporcuların kendilerini daha çok madalya alamayan rakipleriyle karşılaştırmalarına-aşağıya doğru/kendini kayıran bir karşılaştırma- bağlamaktadır. Aşağıya doğru karşılaştırmalar gruplar arasında da olur. Derinlemesine

incelendiğinde gruplar arası ilişkiler, büyük ölçüde, bir grubun diğer gruplara üstünlük sağlama mücadelesi olarak görünmektedir. Bu da bir grup üyelerinin benlik kavrayışını –sosyal kimliğini- etkiler (Hogg ve Vaughan, 2006).

Sosyal kimlik kuramının bir uzantısı olan ve Turner, Hogg, Oakes, Reicher ve Wetherell tarafından ortaya atılan, Kendini Sınıflandırma Kuramına göre; kendilerini bir gruba ait hisseden insanlar, kendilerini grup üyeleri olarak kategorize eder. Böylece gruba ait özellikleri ve grubun kendini tanımlamak için kullandığı betimlemeleri kendi değerlendirme çerçevesi olarak içselleştirir. Özellikle pozitif özelliklerin içselleştirildiği bu süreç sonunda dolaylı olarak pozitif bir benlik imajı oluşturulmuş olur (Hogg ve Vaughan, 2006). Bir diğer sosyal karşılaştırma kuramı ise; Cialdini ve arkadaşları (1976) tarafından ileri sürülen, “başkalarının kazandığı başarılarla ortak olma”(basking in reflected glory-BIRGing-) tezidir. BIRGing; insanların bir başkasının elde ettiği başarıdan, dolaylı yollarla kendine pay çıkarıp, övünmesidir. Cialdini ve arkadaşları üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmasında, öğrencilerin, okul takımları galip geldiğinde, okul adının yer aldığı veya okul amblemlerinin olduğu kıyafetleri daha fazla giyildiğini ve daha çok “biz kazandık” şeklinde cümleler kullanarak, övündüklerini tespit etmişlerdir. Bununla beraber, takımlarının kaybettiği durumlarda, kaybeden tarafın takımları olduğunu ön plana çıkaran “onlar kaybetti” ifadesini kullandıklarına dikkat çekmiştir. Bu durumu ise; “yansıyan hatalardan uzak durmak” (cutting off reflected failure-CORF-) terimiyle açıklamıştır(Güngör, 2010).

Hümanistik psikologlar, benliğin incelenmesini insanı anlamaya çalışmanın merkezine koymayı önermektedir. Roger’ın fenomenolojik yaklaşımı, uyumsuz duygu ve davranışların, işlevsel olmayan ve uygun şekilde bütünleşmemiş “*benlik kavramından*” (self-concept) -kişinin kendi hakkındaki algısından- kaynaklandığını

ileri sürmektedir. Freudcu yaklaşımlar ise; normal ve anormal davranışların gelişimi ve işlevselliğini vurgulamaktadır. Erikson, kişinin kendi hakkındaki algısının, kişinin gelecekte yaşayacağı duygusal ve toplumsal davranışları belirleyeceğini savunmaktadır. (Scoot, 1991). Burada özet bir şekilde ortaya konulmaya çalışıldığı gibi benlik ve benlik ile ilgili süreçler, psikolojik yaklaşımlarda temel bir yer teşkil etmektedir ve benlik çok boyutlu bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu yaklaşımların yanında, benlik ve benliğin dinamiklerinin kişinin psikolojik uyumu ve duygusal sorunlar ile olan ilişkisi de artan oranda kuramsal ve görgül çalışmaların ilgi odağı olmaya başlamıştır.

1.2. Benlik Uyumsuzlukları ile Duygusal Sorunlar Arasındaki İlişki

Hem benlik yapısı ve benlik uyumsuzlukları hem de benlik (ego) çatışmaları ile kişilerin yaşadığı duygusal duyarlılık ve psikopatolojik sorunların ilişkili olduğu yönünde Higgins'in kuramsal yaklaşımından önce de yaygın kuramsal tartışmalar ve kavramsallaştırmalar görülmektedir. Bu bölümde, bu yaklaşımlara oldukça kısa bir şekilde değinilecektir. Benlik teorilerinin çoğunluğu, bireyin kendi hakkındaki algısına vurgu yapmaktadır. Ancak bazı düşünürler, insanoğlunun kendisi için bir takım standartlar belirlediğini ve bu düzeye ulaşmaya motive olduğunu varsaymaktadır. Bu görüşe göre; kişinin belirlediği standartlar ve istekler, benliğin önemli bir yanını oluşturmaktadır.

1952 yılında Festinger tarafından ortaya atılan "Bilişsel Çelişki Kuramı"; insanlarda daima tutarlı olma yönünde bir eğilim içinde olduğunu savunur. Bu kurama göre, bir konu hakkında bireyin sahip olduğu bir bilgi, düşünce ya da tutumun, bir başka konu hakkındaki düşünceleriyle arasındaki uyumsuzluk olması bilişsel çelişkinin yaşandığını ifade etmektedir. Tanımlanan bu durum, davranışların

ve tutumların birbiriyle tutarlı olmasını sağlayan bir motivasyonel durum ise; “dissonance” terimiyle tanımlanmıştır. Davranış ya da tutumdan biri, diğeri yönünde değişmediği sürece kişinin yaşadığı çelişki devam eder. Bu çelişki de kişide bir psikolojik gerilim yaratır (Ayhan ve Yarar, 2005).

Duval ile Wicklund’ın 1972 yılında ortaya attığı “Kişisel Farkındalık Teorisi” ve Carver ile Scheier’in “Kendine Yönelmiş Dikkat Teorisi”, kişisel standartlar ile olumsuz duygulanım arasındaki ilişkiyi açıklamaktadır. Bu teorilerin her ikisi de; insanların, rutin olarak kendinden kaynaklanan birtakım standartlara göre kendilerini değerlendirdiklerini varsaymaktadır. Birey davranışlarının belirledikleri standardın altına düştüğünü fark ettiğinde, kişi olumsuz duygular yaşamakta ve bu uyumsuzluğu ortadan kaldırmak için kendisine daha fazla dikkat etmektedir. Buna benzer olarak Greenberg ve Pyszczynski, kronik depresyon hastaları üzerinde yaptıkları bir çalışmada, istedikleri standardı yakalamakta başarısız olan bireyin kendine yönelmiş dikkatini artırma, başarılı olan bireyin ise düşürme eğiliminde olduğunu bulmuştur. Roger, kişinin bireysel yaşam deneyimleri ile bazı içselleştirilmiş standartları arasındaki uyumsuzluğun, mutsuzluğa ve rahatsızlığa neden olduğunu varsaymaktadır (Scoat,1991). Farklı bir kuramsal temele dayansa da, psikoanalitik yaklaşım da kişiliğin farklı yapıları arasında (id, ego, süperego) çatışmaların veya uyumsuzlukların anksiyete gibi farklı psikolojik rahatsızlıkların temeli oluşturduğunu iddia etmektedir. Ancak, benlik uyumsuzlukları ile duygusal duyarlılık veya patolojik duygusal sorunlar arasında en sistematik yaklaşımı öneren kuramlardan biri, Higgins (1987) tarafından önerilen; Benlik Uyumsuzlukları Kuramıdır.

1.3.Higgins’ın Benlik Uyumsuzlukları Kuramı

Higgins’ın “*Benlik Uyumsuzlukları Kuramı*” (Self-Discrepancy Theory), benlik uyumsuzlukları ile özgül duygusal sorunlar arasında sistematik ilişki öneren bu alanda önemli bir yaklaşımı bize sunmaktadır. Higgins, bireysel ve kolektif benliği içine alan bir kuram ortaya atmıştır. Bu kuram, kişinin kendi hakkındaki bireysel düşünceleri ile kendisi için anlam ifade eden kişilerin de birey hakkındaki düşüncelerini buluşturmayı hedeflemektedir.

Higgins duygudurum ve anksiyete bozukluklarının temelinde, “benlik kavramı” (self-concept) ile “benlik hedefleri” (self guide) arasındaki kronik farklılıklardan kaynaklanan, bireyin yaşadığı “benlik uyumsuzluklarının” (self-discrepancy) olduğunu ileri sürmektedir. Öyle ki; Higgins, bireyin yaşadığı benlik uyumsuzluklarının, nasıl bir psikolojik sorun yaşayacağını da belirlediğini savunmaktadır.

Higgins’ın ortaya attığı Benlik Uyumsuzlukları Kuramı (BUK), benlik göstergelerinin temelinde yatan iki bilişsel boyut -benliğin alanları ve benlik üzerindeki bakış açısı- olduğunu varsaymaktadır. Higgins’e göre benliğin, üç temel alanı vardır;

-‘Gerçek benlik’ (actual-self); bir kişinin sahip olduğunu düşündüğü (veya sahip olduğunu düşünülen) özellikleri temsil eder.

-‘İdeal benlik’ (ideal-self); bir kişi ya da belirleyici bir başkasının, o kişinin ideal olarak taşımasını istediği, düşlediği, umut ettiği özellikleri (dilek ve beklentileri) temsil eder.

-‘Görev benlik’ (ought-self); bir kişi ya da belirleyici bir başkasının, o kişinin; sahip olmak zorunda olduğunu düşündüğü, taşıması gerektiğine inandığı şeyleri (görev ve sorumlulukları) temsil eder. (Higgins, 1987).

Higgins, benliği tek bir bakış açısıyla irdelememekte, aynı zamanda, benlikteki bazı özelliklerin diğerleri (belirleyici, kişi için önem arz eden diğer kişiler) tarafından geldiğini vurgulamakta ve benlik üzerine iki temel bakış açısı tanımlamaktadır; “Bireyin kendi bakış açısı” (*own-standpoint on self*) ve “Birey için önemli diğer kişilerin bakış açıları” (*significant other-standpoint on self*). Diğerinin bakış açısı kişinin kendisi için önemli olan diğer kişilerin kendisi için ne düşündüğü veya ne istediği hakkındaki kişinin öznel değerlendirmesini içerir. Higgins, bir bireyin kendi bakış açısına ilaveten, pek çok önemli diğer kişilerin (ebeveyn, eş ve arkadaş) bakış açılarından elde edeceği benlik durumu göstergelerine de sahip olabileceğini ifade etmektedir (Strauman ve Higgins, 1988).

Benlik Uyumsuzlukları Teorisine göre, benlik üzerindeki bakış açıları ile benlik alanları birleştirildiğinde: kendi-gerçek, diğer-gerçek, kendi-ideal, diğer-ideal, kendi-görev ve diğer-görev benlikten oluşan altı temel benlik durumunun ortaya çıkmaktadır. Gerçek benlik göstergeleri (kendi-gerçek ve diğer-gerçek), genellikle benlik kavramı şeklinde adlandırılır. Higgins (1989), bireyin standartlarını temsil eden diğer dört kombinasyonu ise, benlik hedefi olarak adlandırmıştır.

Higgins’ın ileri sürdüğü bu varsayımları ayrıntılı bir şekilde inceleyecek olursak; iki temel motivasyonel varsayımdan bahseder. Bunlardan ilki, her ne kadar bireysel farklılıklar olsa da, insanların benlik hedeflerine ulaşmak için bir motivasyon içinde olduğu varsayımdır. Bu yaklaşım Bilişsel Çelişki Kuramının varsayımlarıyla örtüşmektedir. Ayrıca, benlik kavramıyla (gerçek benlik), benlik hedefleri arasındaki fark ne kadar büyük olursa; yaşanan rahatsızlığın boyutunun da o denli büyük olacağını ileri sürmektedir (Higgins, Bond, Klein ve Strauman, 1986). Freud, Rogers ve Festinger de buna benzer bir yaklaşımı savunmalarına rağmen, Higgins’ın ortaya attığı ikinci motivasyonel varsayım, BUK’nı daha sistematik bir

yapıya kavuşturmuştur. Bu varsayım; farklı türden benlik uyumsuzluklarının yine farklı olumsuz psikolojik durumlara neden olacağı fikridir. Bununla beraber, kişinin kendi hakkındaki bireysel değerlendirmesinin varlığı, dolayısıyla kişinin algısına dayanıyor olması, olumsuz psikolojik durumların, bireyin kendi bakış açısından ve/veya kişi için önemli kişilerin bakış açısından etkileneceğini savunuyor olması, kuramın özgün olarak nitelendirilebilecek yanları sayılabilir.

Motivasyonel varsayımların yanı sıra BUK, bilgi işleme konusunda da bir takım varsayımlar öne sürmektedir. İlki; benlik uyumsuzluklarının bilişsel bir yapı olduğu ve farklı “*benlik inançları*” (self-beliefs) ile ilişkili olduğudur. İkincisi ise; benlik uyumsuzluğunun ulaşılabilirliği ölçüsünde psikolojik bir acı verdiğiidir. Bu yaklaşıma göre benlik uyumsuzlukların varlığı ve bu benlik uyumsuzlukların ulaşılabilirliği ilişkili ancak farklı dinamikler içermektedir. Benlik uyumsuzluklarının kişinin yaşayacağı duygusal sorunlar ile ilişkisi, benlik uyumsuzluğunun ulaşılabilirliğinde etkilenmektedir. Motivasyonel ve bilgi işleme varsayımlarının birleşimiyle; BUK’nın aşağıda sıralanmış önerileri oluşmaktadır.

-Bireyin yaşadığı benlik uyumsuzluğunun boyutu büyüdükçe, o uyumsuzlukla ilgili psikolojik rahatsızlık da artacaktır.

-Bireyin yaşadığı benlik uyumsuzluğunun ulaşılabilirliği arttıkça, o uyumsuzlukla ilgili psikolojik rahatsızlık da artacaktır (Higgins, 1989).

Benlik uyumsuzlukları teorisi, bu duygusal sendromların aşağıda belirtilen özgün tipteki benlik uyumsuzlukları tarafından ortaya çıktığını vurgulamaktadır. Higgins’in üzerinde durduğu ve önemini vurguladığı benlik uyumsuzlukları ve bu uyumsuzluklara özgü duyguları inceleyecek olursak;

Kendi/Gerçek Benlik – Kendi/İdeal Benlik Farklılığı: Higgins, bir bireyin gerçek özellikleri ile; sahip olmayı istediği, dilediği ve umut ettiği özellikler arasında

uyumsuzluklar olması durumudur. Bu durumda; olumlu sonuçların var olmayacağını ifade etmektedir. Özellikle, kişisel dilek ve umutlar gerçekleştirilemediği için; depresyona bağlı birtakım duygular yaşama eğiliminin oluşabileceğini ve bu durumun hayal kırıklığı, mutsuzluk, tatminsizlik ve hüsrana yol açabileceğini ileri sürer.

Kendi/Gerçek Benlik – Diğeri/İdeal Benlik Farklılığı: Bir bireyin gerçek özelliklerinin, belirleyici diğer kişilerin o kişiden gerçekleştirilmesini beklediği ve ümit ettiği ideal durumdan farklı olmasıdır. Higgins'e göre, diğer kişilerin koyduğu hedeflere ulaşamaması gibi bir durum da, kişide depresyona bağlı duygular yaşama eğilimine neden olmaktadır. Bununla birlikte; birey, hedeflere ulaşamadığını gördüğünde, muhtemelen o kişinin kendisi ile ilgili tatminsizlik yaşadığını ve hayal kırıklığına uğradığını anladığından, bu duruma utanç duygusu ile karşılık vereceğini dile getirir.

Kendi/Gerçek Benlik – Kendi/Görev Benlik Farklılığı: Higgins'e göre, bir bireyin gerçek özelliklerinin, kişinin sahip olmak zorunda olduğunu düşündüğü özelliklerden farklı olması durumudur. Bu uyumsuzluk, ajitasyona bağlı duygular ile bağlantılıdır zira olumsuz sonuçların varlığı söz konusudur; bu durum ise suçluluk duygusu ile sonuçlanabileceğini öne sürer.

Kendi/Gerçek Benlik – Diğeri/Görev Benlik Farklılığı: Bir bireyin gerçek özellikleri ile, belirleyici bir başka kişinin; bireyin, sahip olmak zorunda olduğunu düşündüğü özellikler arasında uyumsuzluk olması durumudur. Higgins'e göre, bu tip uyumsuzluklar ajitasyona bağlı duygular ile ilgilidir dolayısıyla birey korku içindedir ve tahmin edilen veya olabilecek bir tehlike ve zararın tehdidi altındadır. Bu duygu ve düşüncelere ek olarak gücenme duygularının da ortaya çıkabileceğini savunur (Şahin, 2007).

Bireyin kendi bakış açısıyla değerlendirildiğinde karşımıza çıkan tabloyu şu şekilde özetleyebiliriz:

Tablo 1.1. Benlik Uyumsuzlukları, Ortaya Çıkan Tepkiler ve Uzun Süreli Etkileri (Smith ve Mackie, 2000).

	İdeal Benlik Uyumsuzluğu	Görev Benlik Uyumsuzluğu
Duygusal Tepki	-Üzüntü temelli duygusal duyarlılıklar -Hayal kırıklığı -Üzüntü -Düşük fizyolojik uyarılmışlık	-Ajitasyon temelli duyarlılıklar -Suçluluk -Utanma -Yüksek fizyolojik uyarılmışlık
Uzun Süreli Etki	-Depresyon -Düşük benlik saygısı -Benlik Karmaşası -Zayıf bağışıklık sistemi -Rahatsızlık	-Anksiyete -Düşük benlik saygısı -Benlik Karmaşası -Zayıf bağışıklık sistemi -Rahatsızlık

Benlik Uyumsuzlukları, ortaya çıkan tepkiler ve uzun süreli etkileri Tablo 1.1'de görülmektedir. Tabloda görüldüğü gibi; gerek ideal, gerekse görev benliği uyumsuzluğunun, uzun süreli etkilerinin en başında, düşük benlik saygısı gelmektedir. Nitekim, ülkemizde Ünal ve Özcan (2000), tarafından yapılan bir çalışmada, depresyondan koruyucu etkenler ve bunların nasıl işlediğine ilişkin bilgilerin oldukça sınırlı olduğuna dikkat çekilmektedir. Genel anlamda, üç tip koruma etkeni üzerinde durulmakta ve bu koruyucu etkenler; bireye özgü özellikler (örn., zeka düzeyi, kişiliği, sosyal becerileri), çocukluğundaki ilişkilerin niteliği (örn., güvenli bağlanma sağlayıcı ana-baba ve akranlarıyla sağlıklı ilişkiler) ve sağlıklı çevresel etkenler (örn., iyi okul, güvenli komşuluk, çocukları ve aileleri koruyan ve destekleyen yasalar, kurumlar) şeklinde sıralanmaktadır. Koruma etkenlerinin varlığı; doğrudan işlev bozukluğunu azaltabilir, risk etkeninin etkisinin önüne geçebilir, risk etkeninin hastalığa aracı olmasını engelleyebilir ve risk

etkeninin başlangıçtaki etkisini önleyebilir türden niteliklere sahip olduğu vurgulanmaktadır. İşte bu noktada, güvenli bağlanma biçimi, bu dört etkiyi de içeren en önemli koruma aracı olarak karşımıza çıkmaktadır. Güvenli bağlanma, bireyin kendisi ve diğerleri hakkında olumlu düşünceler benimsemesini, yeterlilik duygusu ve benlik-saygısı edinmesine olanak sağlamaktadır. Nitekim bu çalışmada, benlik saygısı ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif korelasyon olduğu vurgulanmaktadır. Dolayısıyla şimdiki çalışmada; daha önce yapılan araştırmalar göz önünde bulundurularak, ideal ve görev benlik ile benlik saygısı arasında nasıl bir ilişki olduğu konusunda bilgi edinilmeye çalışılacaktır.

BUK'un varsayımların test edildiği oldukça farklı çalışma bulunmaktadır ve bazı araştırma sonuçları, bu kuramı destekler niteliktedir. Higgins, Bond, Klein ve Strauman (1986), yaptıkları çalışmalarında, 93 üniversite öğrencisine "*Anlamsal Farklılık*" (*Semantic Differential*) adı verilen iki boyut üzerinde uzanan ve 7'li likert halinde sıralanmış sıfat listesi (üzgün-mutlu, dinç-yorgun, yavaş-hızlı...) sunulmuş ve ardından hızlı yazım görevi verilmiştir. Bundan sonra denekler, deney desenine göre farklı gruplara rastgele yöntemiyle atanarak, bir gruptan kendilerini, daha önce "A" aldıkları, diğer gruptan ise, daha önce "D" aldıkları bir derste hayal etmeleri istenmiştir. Ardından hızlı yazım görevi tekrarlanmıştır. Burada amaç; olumsuz bir geri bildirim ile karşılaştıklarında, hangi benlik uyumsuzluğunun ortaya çıkacağını görmek ve bunun kişinin yazım hızı performansını nasıl etkileyeceğini incelemektir. Son olarak, "*Çoklu Duygulanım Sıfat Listesi*" (*Multiple Affect Adjective Checklist*) adında farklı duygu durumlarını belirten ikinci bir sıfat listesi sunulmuştur. Araştırma sonucunda, negatif olay durumundaki bireylerden gerçek/ideal benlik uyumsuzluğu yüksek olanlar diğerlerine oranla daha yavaş, gerçek/görev benlik uyumsuzluğu yüksek olanlar ise daha hızlı yazdığı tespit edilmiştir.

İngiltere’de Bentall ve arkadaşları tarafından 88 denek üzerinde yürütülen bir çalışmada, bipolar rahatsızlığın farklı evrelerindeki (manik, depresif, remisyon) hastalarla tanı almamış bireyler karşılaştırılmıştır. Sonuçlar göstermiştir ki, manik ve hipomanik hastalar diğer gruplardan gerçek benlik/ideal benlik karşılaştırmasında daha yüksek tutarlılık gösterirken, bipolar depresif hastalarda diğer gruplardan daha fazla benlik uyumsuzluğu saptanmıştır (Bentall, Kinderman ve Manson, 2005).

Weilage ve Hope’un (1999) yaptığı çalışmada ise, sosyal fobi, distimi ya da her iki rahatsızlığa sahip 94 denek ile çalışılmıştır. Her üç grupta da yer alan denekler, kontrol grubuyla karşılaştırıldığında, benlik uyumsuzluğunun görece daha yüksek olduğu ve anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür. Diğer yandan, beklenenin dışında, distimi hastalarının değil de, her iki rahatsızlığı birden yaşayan grupta, benlik uyumsuzluğunun daha fazla olduğu görülmüştür. Ayrıca bu çalışmada, daha önce yapılan araştırmalarda tespit edilen benlik uyumsuzluğu skorlarına nazaran elde edilen skorların beklenenin altında olduğu rapor edilmektedir.

Strauman ve Higgins (1988) tarafından yapılan bir diğer araştırma iki ayrı çalışmadan oluşmaktadır. Bu çalışmaların ilkinde, kendi/gerçek-kendi/ideal benlik uyumsuzluğu ile kendi/gerçek-diğer/görev benlik uyumsuzluğunun gerginlik ve üzüntü temelli sorunların öngörülmesini değerlendirmektedir. 72 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülen çalışmada; katılımcılara ilk olarak Benlik Anketi hem kişinin kendi, hem de annesi, babası veya en yakın arkadaşının bakış açısıyla doldurulmuştur. Ardından Beck Depresyon Envanteri, “Blatt Depresif Deneyimler Anketi” (Blatt Depressive Experiences Questionnaire), “Hopkins Belirti Listesi” (Hopkins Symptom Checklist), “Duygular Anketi” (Emotions Questionnaire) ve “Çoklu Duygulanım Sıfat Listesi” (Multiple Affect Adjective Checklist) katılımcılara uygulanmıştır. Kendi-gerçek/kendi-ideal (AI) benlik uyumsuzluğu

sadece üzüntü, engellenme ve kızgınlık ile, kendi-gerçek/diğerleri-görev benlik (AOO) uyumsuzluğunun ise sadece gerginlik, diğerlerine karşı kızgınlık ve içerleme temelli duygularla ilişkili olduğu görülmüştür. Çalışmanın diğer ayağında ise, Kendi-gerçek/kendi-ideal ve kendi-gerçek/diğerleri-görev benlik uyumsuzluğu arasındaki ilişki ile sosyal kaygıya karşı depresyon arasındaki ilişki yapısal eşitlik modeli kullanılarak incelenmiştir. AOO daha çok sosyal kaygı ile, AI ise depresif belirtilerle ilişkilendirildiği modeller en iyi uyumu sağlamıştır. Sonuçlar; BUK'nı destekler niteliktedir.

Görüldüğü gibi yapılan her çalışma, kuramın ileri sürdüğü önermeleri tam olarak doğrulamamaktadır. BUK'nın kısmi olarak doğrulandığı çalışmalardan birinde; depresyon ve anksiyete bozukluklarının ortak ve ayrışan yönlerini vurgulayan en önemli modellerden biri “Üç bölümlü model” (Tripartite model)'dir. Clark ve Watson tarafından, 1991 yılında ortaya atılan bu modele göre, negatif duygulanımdaki artış bu iki bozukluğun ortak özelliği şeklindeyken, pozitif duygulanımdaki düşüş sadece depresif bozukluğa özgü bir özellik olarak ön plana çıkmaktadır. Brunch, Rivet ve Laurenti (2000), ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon, görev benlik uyumsuzluğu ile anksiyete arasında ilişkili olup olmadığını, üç bölümlü modeli de ekleyerek araştırmak istemişlerdir. Araştırmaya katılan 48 kadın, 46 erkek; toplam 94 üniversite öğrencisine Benlik Anketi, *Duygudurum ve Kaygı Semptom Anketi* (Mood and Anxiety Symptom Questionnaire), *Depresyon Tanı Envanteri* (The Inventory to Diagnose Depression) son olarak da *Cheek ve Buss Utanç Ölçeği* (Cheek and Buss Shyness Scale) uygulanmıştır. Çalışma sonunda yapılan kısmi korelasyon analizleri sonunda, ideal benlik uyumsuzluğunun; depresyon ve zevk alamama ile dolayısıyla, üç bölümlü model ile, istatistiksel olarak manidar sonuçlar verirken, anksiyete ile sadece zevk alamama arasında istatistiksel

olarak manidar sonuçlara rastlanmıştır. Görev benlik uyumsuzluğu, beklenenin aksine, anksiyete ile ilişki bulunamamıştır.

Benlik Uyumsuzlukları Kuramı, şimdiki çalışmanın odak noktası olmasa da, hem benlik kavramı hem de benlik-hedeflerinin gelişimsel temellerini de içermektedir. Rogers, bireyin benlik-kavramının ve onun değerlerinin, birey için önemli bir kişiyle -genellikle bu kişi, annedir- hayatının ilk dönemlerinde, etkileşim içinde olmasına dayanarak kazanılmış olduğunu ileri sürer. O, farklı cinsiyet türlerini içeren ebeveyn-çocuk etkileşimlerinin, benliğin gelişimi üzerine oldukça farklı etkiler bıraktığını ifade eder. Tüm bebekler açısından, farkındalığın ilk ortaya çıkışı hoşlanma ve hoşlanmamayı, zevk ve acıyı içerdiği farz edilir. Soğuktan hoşlanılmaz, sarılmaktan hoşlanılır gibi (Yıldız, 2006). Ancak Higgins, Rogers'ın bu görüşlerini daha da geliştirerek 18-24 aylık iken çocukların zihinsel yeteneklerinde dramatik bir değişiklik yaşandığını, bu dönemde çocuğun zihninde simgesel-sembolik- temsilin ortaya çıktığını, bu yolla çocuğun iki farklı olay arasındaki bağlantıyı kurmaya başladığını savunur. Böylece bir hareket veya tepkiye karşılık verilen tepkiyi anlayabildiğini ve bu duruma uygun duygusal tepkiler verebilecek düzeye ulaştığını ileri sürer. Örneğin yemek sırasında huzursuzluk çıkaran veya etrafı kirleten çocuğa annesinin kaşlarını çatması veya bağırması. Bu tepkinin karşısında çocuğun kendini kötü hissetmesi. Çocuk 4-6 yaşında iken, diğer bir dramatik değişikliğin meydana geldiğinden bahseden Higgins, bu dönemde, “*rol alma*” (role-taking) ve “*bakış açısı kazanma*” (perspective-taking) yeteneğinin geliştiğini böylece birtakım içsel standartlarla ilişkilerdeki hareketlerini yorumlayıp değerlendirebileceklerini dile getirir. Böylece, kendi ve diğerlerinin bakış açısıyla var olan değerlendirme yetisine ulaşacağını iddia eder.

Çocuk ile çocuğa “bakım veren kişi” (caretaker) -anne, nine, bakıcı, vb.- arasındaki ilişkiyi inceleyecek olursak; öncelikle birçok olumlu psikolojik durumun çocuk ile bakım veren kişi arasında yaşanabildiğini, bunlardan en temel iki tanesinin “olumlu geribildirim varlığı” (presence of positive outcome) ve “olumsuz geribildirim yokluğu” (absence of negative outcome) olduğunu ifade eder. Gülümseyen çocuğun, annesi tarafından kucaklanarak sevilmesi ve çocuğun kendisini mutlu ve hoşnut hissetmesini olumlu geri bildirim varlığına, bir rahatsızlığı nedeniyle ağlayan çocuğun, annesi tarafından çocuğa rahatsızlık veren nedenlerin ortadan kaldırılıp, güven tazelenmesi sonucu, çocuğun kendini güvende hissetmesini ise; olumsuz geribildirim yokluğu şeklinde örneklendirmektedir. Diğer yandan olumsuz psikolojik durumları ise; olumlu geribildirim yokluğu ve olumsuz geri bildirim olması yönünde iki başlık halinde önermiş, ilk durum için sevginin geri çekilmesi, ikinci durum için ise ceza uygulamalarını örnek olarak verilebileceğini vurgulamıştır. Ayrıca bu durumlar için sıra dışı örnekler vermek gerekirse, “ihmal” ve istismarın” sıralanabileceğini dile getirmiştir. İşte tam da bu noktada; BUK; çocuğun olumlu geribildirim yokluğu durumunda; “üzüntüye bağlı duygusal sendromlar” (*Dejection-related emotion*), olumsuz geri bildirim olduğu durumlarda ise; “ajitasyona bağlı duygusal sendromlar” (*Agitation-related emotion*) karşısında savunmasız kalacağını ileri sürmektedir (Higgins,1989).

1.4. Benlik Uyumsuzluklarının Ölçülmesine Yönelik Alternatif Yaklaşımlar

Son dönemlerde, benlik uyumsuzlukları çalışmalarının özellikle üzerinde durduğu konulardan bir tanesi, benlik uyumsuzlukların nasıl ölçüleceğidir (Hardin, 2010). İlk olarak Higgins tarafından önerilen Benlik Anketinden bu yana benlik uyumsuzluklarını ölçmek için kullanılan yöntemlerin sayısı gittikçe artmaktadır. Bu

yöntemler arasında da bir takım ayrımlar söz konusudur. Nitekim, bu başlık altında sözel ve uzlamsal yöntemlerden bahsedilecektir.

Sözel Yöntem: Benlik uyumsuzluklarını saptayabilmek için üç farklı yöntem kullanılmaktadır; idiografik özellik-listeleme yaklaşımı (örn. Benlik Anketi), nomotetik özellik-dereceleme yaklaşımı ve her iki yöntemin birleşiminden oluşan yöntem (örn. Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi) .

Benlik Anketi (Selves Questionnaire): Higgins, Klein ve Strauman (1987), tarafından geliştirilen ve çalışmalarında sıklıkla kullanılan, Benlik Anketi olarak adlandırılan ölçeğin, Türkiye'ye uyarlanması ve Türkiye'deki güvenilirlik geçerlik çalışması, Çukur (2002) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu ölçek, açık uçlu sorularla bireylerin gerçek, ideal ve görev benliklerini (benlik standartlarını) belirlemeye yönelik olarak hazırlanmıştır. Katılımcıların her bir benlik standardı için belirlediği özellikler kendi içinde karşılaştırılarak, bireyin benlik hedefleri arasında örtüşen ve çatışan özellikler belirlenip puanlanmaktadır. Ardından, her bir birey için ağırlıklı olarak gözlenen benlik uyumsuzluğu hesaplanmaktadır. İki bölümden oluşan ölçeğin ilk bölümünde, kişinin kendi bakış açısıyla, ikinci bölümde ise; kişinin 'diğerleri'nin bakış açısıyla kendini değerlendirmesi söz konusudur. Benlik uyumsuzlukları ile ilgili yapılan çalışmaların çoğunda, 'diğeri' kavramı ile kastedilen; anne, baba, ebeveynler ya da yakın arkadaşlar iken; bazılarında ise; katılımcı için en anlamlı bireyleri ifade etmektedir (Higgins ve arkadaşları 1986). Katılımcılardan, her bir benlik durumuyla ilgili 10 özelliği listelemeleri istenir. Katılımcının kendi ve kendisi için önem arz eden diğerlerinin, bakış açısıyla gerçek, ideal ve görev benliği hakkındaki düşünceleri kapsamaktadır. Katılımcılar, bu özellikleri listeledikten sonra, her bir özelliği 4'lü likert tipi ölçekle, (1) Biraz ile (4) Tamamen arasında derecelendirmeleri istenmektedir. Benlik Anketinden alınan puanların

hesaplanmasında, eğer katılımcı ‘gerçek, ideal ve görev benlik’ listelerine herhangi bir nitelik yazmamış ise anket değerlendirmeye alınmamaktadır. Listede yer alan kelimeler, eş anlamlı sıfatlar dizini kullanılarak kendisini takip eden diğer sıfatlarla karşılaştırılmakta, eğer listede kendisiyle eş anlamlı ya da zıt anlamlı bir sıfat yer alıyorsa, bu sıfat anketin değerlendirilmesinde kullanılmamaktadır. Bir sonraki adım olan kelimelerin benzerlik ve zıtlıklarını belirlemede ise, yine kaynak eş anlamlı sıfatlar dizini kullanılmaktadır. Bu değerlendirme yapılırken, sonucun güvenilir olması açısından ölçeği analiz eden kişi dışında bir başkasına da aynı değerlendirme yaptırılmaktadır. Son aşama olan puanlama aşamasında ise, eğer gerçek benlik boyutu ile diğer benlik boyutları arasında zıt ifadeler var ise +2, sıfatlar benzer ancak derecelendirmede sayısal olarak en az 2 fark var ise +1, eğer listede benzer ifadeler var ise -1 değerini alırlar. Puanların işaretleri; ‘+’ puan farklılığı, ‘-’ puan uyumu yansıtırken, mevcut benzerlik ve farklılık sonucu elde edilen puanların toplamı ise, bize uyumu yada uyumsuzluğu verir (Şahin, 2007).

İkinci yöntem ise Tangney, Niedenthal, Covert, ve Barlow tarafından 1998 yılında geliştirilmiştir. Farklı bakış açılarından, her bir benlik durumu için, araştırma yöntemiyle oluşturulmuş bir özellik listesine dayanır. Katılımcılardan, kendilerine verilen özellik listesinden, benlik alanlarına yönelik özellikleri değerlendirmeleri istenmektedir. Benlik hedeflerinden (ideal ve görev benliği) alınan toplam puandan, sahip olduğu (gerçek benlik) özelliklerinden aldığı puanlar çıkarılarak –hem kendi bakış açısı, hem de diğerlerinin bakış açıları için hesaplanmaktadır- benlik uyumsuzluğu ölçülmeye çalışılmaktadır. (Hoang, 2009)

Kullanılan her iki yöntemin de, bir takım güçlü yönleri olduğu kadar bir takım sınırlılıkları da beraberinde taşıdığı aşikardır. İdiografik yöntemle toplanan verilerde yapı geçerliliğinin ve öngörü gücünün oldukça yüksek olduğu

görülmektedir, çünkü bu veriler kişinin kendi için önemli ve erişilebilir özelliklere dayanıyor olmasından kaynaklanmaktadır. Ancak idiografik yöntemde katılımcılardan; her bir benlik durumu için, yeni, ayırıcı ve farklı özellikler yazması beklenmektedir. Bu durum, katılımcılara fazla iş yüküyor ve sınırlı bir kelime dağarcığına sahip bireyler için ve birtakım hafıza sorunlarına sahip kişiler için- özellikle de yaşlılar- oldukça zor bir görev olarak karşımıza çıkmaktadır. Diğer yandan; araştırmacılar için de bu yöntemin oldukça uzun ve zahmetli bir değerlendirme sürecine neden olduğu ortaya konulmuştur. Bu sınırlılıklara alternatif olarak sunulan nomotetik yöntemin de farklı sorunlarla baş başa kaldığı görülmektedir. Bunları sıralayacak olursak; her ne kadar araştırmacının değerlendirme aşamasındaki işini hafifletmiş olsa da, diğer taraftan katılımcılara sunulan özelliklerin, birey için çok da fazla önem arz etmemesi veya erişilebilir olmaması, testin öngörü gücünü düşürebileceği savunulmaktadır. İkinci olarak da, nomotetik yöntemin kullanıldığı araştırmaların; gerçek-ideal benlik uyumsuzluğunu ve üzüntüye bağlı duygusal sendromları tespit etmekte başarısız olduğu görülmüştür.

Her iki yönteminde sınırlılıklarına dikkat çeken Hardin; idiografik ve nomotetik yöntemlerin bir nevi birleştirilmesinden elde edilmiş bir ölçme yöntemi olan Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksini (Integrated Self-Discrepancy Index) ortaya koymuştur. Bu yöntem dahilinde katılımcılardan her bir benlik durumu için -ideal /görev/korkulan benlik- 5 özellik yazmaları istenmektedir. Ardından bu hedef özelliklere ne kadar sahip olduklarını, sayfanın altında yer alan ve 0-4 arasında değişen, (0) “Hiç Uymuyor” ; (1) “Çok Az Uyuyor”; (2) “Biraz Uyuyor”; (3) “Oldukça Uyuyor”; (4) “Tamamen Uyuyor” likert tipi bir ölçekten yararlanarak puanlamaları istenir. Bu özelliklerin seçiminde ve değerlendirmesinde temel olarak, kendi algıları yatmaktadır. Ayrıca bireyden beklenen özellikleri yazmakta

zorlandığı durumlarda; kendisine yardımcı olacağı düşünülen olumlu ve olumsuz ifadelerin yer aldığı bir liste sunularak gerekli tüm özellikleri tamamlamasına yardım edilmektedir (Hoang, 2009).

Uzlamasal Yöntem: İdiografik ve nomotetik yöntemlerin ortak özelliklerinden birisi her iki yöntemin de sözel yönergelere dayanıyor olmasıdır (kelimelerin temel alınıyor olması). Bir süredir, bu geleneksel yöntemler dışında bir takım yeni yöntemler de kullanılmaya başlanmıştır. Bu yeni yöntemler; *İşaret Yerleştirme Yöntemi* – the Marker Placement Task (MPT)- ve *Benlik Çizgisi Ölçümü* -the Self-Lines- olarak adlandırılmaktadır. İşaret Yerleştirme Yönteminde; katılımcılardan, verilen özellikleri değerlendirmek veya onlara özellikler yazdırarak derecelendirmek yerine, sözel öğelerden arındırarak hazırlanmış bir ölçme yöntemi olarak karşımıza çıkmaktadır. Ogilvie (2003) tarafından geliştirilen bu yöntemde, kişilerin gerçek benliklerini ifade eden 5,5cm. çapında hazırlanmış karton bir daire ile yine 5,5cm. çapında her bir sayfaya çizilmiş ve bir çerçeve içerisinde yer alan, benlik durumlarını -ideal /görev/korkulan benlik- temsil eden daireler yer almaktadır. Bu yöntem; katılımcının, kendini; ideal, görev ve korkulan benlik özelliklerine ne kadar yakın/uzak hissediyorsa gerçek benliğini temsil eden daireyi, o kadar benlik durumlarını ifade eden daireye yakınlaştırıp uzaklaştırmasına dayanmaktadır. Bireyin gerçek benlik özelliklerinin, hedef benlik durumuna olan uzaklığı tespit edildikten sonra, her iki dairenin merkezinin birbirine olan mesafesi ölçülerek, benlik uyumsuzluğunun düzeyi belirlenmeye çalışılır. Böylece, kişinin gerçek benliği ile diğer benlik hedefleri arasında yaşadığı benlik uyumsuzluğu, fiziksel uzaklığa paralel olarak ölçülmektedir.

Uzlamasal yöntem ile geleneksel yöntemin -Benlik Anketi- karışımından meydana gelen Benlik Çizgisi yönteminde ise Benlik Anketinde olduğu gibi

katılımcıdan ilk olarak, ideal ve görev benliğine ilişkin, kendisi için önemli olan ve erişilebilir özelliklerin bir listesinin yapılması istenmektedir. Ardından farklı bir sayfada, kişi, daha önce yazdığı her bir özelliği kağıdın üst tarafına, ve bu özelliğin zıt anlamını aynı sayfanın en altına paralel olarak yazması istenmektedir. Bir sonraki adımda, katılımcılardan, bu iki özellik arasında bir hat çizerek, kendilerini bu boyut üzerinde hangi uca yakın hissediyorlarsa o şekilde konumlandırmaları beklenmektedir. Son olarak, gerçek-ideal benlik uyumsuzluğu ve gerçek-görev benliği uyumsuzluğu aradaki fiziksel uzaklığa bağlı olarak hesaplanmaktadır (Hoang, 2009). Benlik uyumsuzlukların ölçülmesi için önerilen alternatif yaklaşımlar bu alandaki çalışmaları zenginleştirmektedir; ancak hangi ölçüm yönteminin tercih edileceği konusunda bir uzlaşma olmadığı için BUK'un varsayımlarının test edildiği çalışmalarda çıkan farklı sonuçların ölçümsel farklılıklardan mı yoksa diğer değişkenlerden mi (örneklem, ulaşılabilirlik farklılıkları, kültürel farklılıklar, vb.) kaynaklandığı sorusunun cevabını zorlaştırmaktadır.

McDaniel ve Grice (2008), Benlik Uyumsuzluklarından Psikolojik İyi Olma Halinin Öngörülmesi: Bir Nomotetik ve İdiografik Ölçüm Karşılaştırılması adlı çalışmada, benlik uyumsuzlukları ile, hem nomotetik hem idiografik yöntemle, depresyon, kaygı ve benlik saygısı ölçümleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Hiyerarşik regresyon analizleri ideal ve görev benlik uyumsuzluklarının psikolojik iyi olma halini öngörebildiğini ortaya koymuştur. İleri analizler, bu etkilerin daha çok nomotetik yönetime dayandırılabilceğini vurgulamaktadır. Ancak, sonuçlar; Higgins'ın temel varsayımlarını desteklememektedir. Özellikle her iki ölçme yönteminin, ideal benlik uyumsuzluğunda sadece depresyonu, görev benliği uyumsuzluğunda ise; sadece kaygıyı öngöremediğini ortaya koymuştur.

1.5.Korkulan Benlik

Higgins'ın kuramsal yaklaşımlarının yanında, son zamanlarda, üzerinde çalışılan ve Benlik Uyumsuzlukları teorisine alternatif bir yaklaşım olarak sunulan “*korkulan/ istenmeyen benlik*” (undesired / feared self) ilk olarak, Ogilvie tarafından 1987 yılında ortaya atılmıştır. Ona göre, ideal ve görev benliğine nazaran istenmeyen benliğin, duygular üzerine çok daha güçlü bir yordayıcı etkisi vardır. Benlik uyumsuzlukları kuramının bulguları arasında bazı noktaların muğlâklıklar taşıdığını ileri sürmektedir. Bu muğlak noktalardan ilki; ideal ve görev benliğin arasında yüksek korelasyon olması, örneğin Phillips ve Silvia (2005) tarafından yapılmış olan bir araştırmada ideal ve görev benliği arasındaki korelasyon katsayısı; .77, Özgül ve arkadaşlarının (2003) yaptığı çalışmada; .70 olarak hesaplanmıştır. İkincisi de; birçok araştırma ideal ve görev benliğinin depresyon ve anksiyeteyi öngörmekte başarısız olduğunu ortaya koymaktadır. Bazı çalışmalarda, ideal benliğe ilişkin uyumsuzluktan yola çıkarak; birçok duygu yordanabilirken, görev benliğinde herhangi bir öngörü yapılamamaktadır. Nitekim, Gramzow ve arkadaşlarının (2000) yaptığı, bilgi işlemenin yapısal modeli ve duygular konulu çalışmada; ideal benlik uyumsuzluğu; depresyon ve anksiyeteyi yordayabilirken, görev benliği uyumsuzluğunun her iki duyguyla ilişkisi bulunamamıştır. Bu durum benlik uyumsuzlukları kuramının; ancak; benlik uyumsuzluklarının belirgin ve ilgili olduğu durumlarda doğru yordamalar yapabildiği şeklinde yorumlanmıştır. Buradan hareketle Ogilvie, korkulan benliğin; iyi olma halini çok daha güçlü bir şekilde öngörebileceğini iddia etmiştir. Bunu gerekçelendirirken; istenmeyen benliğin somut bir benlik imajına – geçmişte yaşanan başarısızlıklar, küçük düşme, suçluluk gibi- dayanıyor olmasından söz etmektedir. Oysa ideal benlik, korkulan benliğin aksine, mükemmeliyetçi ve

ulaşılmaz bir özelliğe sahiptir. Çok az insanın ideallerini gerçekleştirmek hususunda deneyimleri olduğunu savunur.

Nitekim bu çalışmalardan biri Phillips, Silvia ve Paradise (2007), tarafından gerçekleştirilmiştir. Çalışmada 231 katılımcıya -168 kadın, 63 erkek-, Higgins'ın Benlik Anketi, Heppen ve Ogilvie Benlik Uyumsuzlukları Ölçeği (İşaret Yerleştirme Yöntemi), olumsuz duygularla ilgili olarak; Beck Depresyon Envanteri, Beck Kaygı Envanteri, Depresyon Skalası ile STAI Durumsal Kaygı Envanteri ve son olarak Rosenberg'in Benlik Saygısı Envanteri uygulanmıştır. Sonuçlar daha önce 2000 yılında Gramzow ve arkadaşları ile 2003 yılında Heppen ve Ogilvie tarafından yapılan araştırmalarda olduğu gibi, ideal benlik uyumsuzluğunun, olumsuz duyguları öngörebilirken görev benliği boyutunun, bu noktada başarısız olduğunu ortaya koymuştur. Çalışmanın bir diğer amacı ise, benlik uyumsuzluklarının olumsuz duyguları yordama hususundaki geçerliliğini test etmektir. Bu noktada karşılaşılan sonuç; benlik saygısı kavramının bir yordayıcı olarak dahil edilmesinin, benlik uyumsuzlukları ile duygular arasındaki ilişkiyi ortadan kaldırdığıdır.

Carver, Lawrence ve Scheier (1999) tarafından Benlik Uyumsuzluğu ve Duygulanım: Korkulan Benliğin Rolü adlı diğer bir çalışmada, görev, ideal ve korkulan benlik uyumsuzluklarının gerginlik ve üzüntü temelli duygularla ilişkisi incelenmiştir. 85 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada, Benlik Anketi ve Duygulanım Denge Ölçeği kullanılmıştır. Çalışma sonunda; korkulan benlik uyumsuzluğunun anksiyete ve suçluluğu, ayrıca, görev benlik uyumsuzluğunun etkisi kontrol edildikten sonra dahi, ideal ve korkulan benlik uyumsuzluğunun depresyonu yordayabildiği tespit edilmiştir. İleri analizler, gerçek-görev ve gerçek-korkulan benlik uyumsuzlukları arasındaki etkileşimin anksiyete ve suçluluğu yordadığını göstermiştir. Katılımcılardan, korkulan benliklerine görece daha yakın

olanlarda, görev benliği uyumsuzluğunun anksiyete ve suçluluk duygularıyla ilişkisiz olduğu görülmüştür. Tersine, korkulan benliklerine daha uzak olan katılımcılarda, görev benliği uyumsuzluğunun, BUK ile tutarlı olarak, gerginlik temelli duyguları yordayabildiği vurgulanmaktadır.

18-25 yaş arasında, 34 kadın ve 32 erkekten oluşan bir öğrenci grubu üzerinde yapılan çalışmada, İşaret Yerleştirme Ölçeğiyle benlik uyumsuzlukları ölçülürken, Derogatis Duygulanım Denge Ölçeğiyle ise, kişilerin duygudurumu hakkında bilgi edinilmeye çalışılmıştır. Carver ve arkadaşları (1999), tarafından yapılan çalışmanın bir tekrarı niteliğinde olan bu araştırmada, Carver ve arkadaşlarını destekleyen sonuçlara ulaşıldığı bildirilmektedir. Korkulan benliğin teorik olarak kabul edilmiş olan görev benliği uyumsuzluğu ile gerginlik arasındaki ilişkide, bir “düzenleyici” (moderator) olduğu ileri sürülmektedir. Ayrıca, korkulan benliğe olan yakınlık algısının, iyi olma haliyle yakından ilgili olduğu savunulmaktadır (Heppen ve Ogilvie, 2003).

1.6. Klinik Tanı Almış Örnekleme Benlik Uyumsuzlukları Kuramının Çalışılması

Benlik uyumsuzlukları kuramının varsayımları ağırlıklı bir şekilde tanı almamış öğrenci örneklemlerinde yürütülmüştür. Bunun bir sonucu olarak, bir çok çalışmada ortaya çıkan benlik uyumsuzlukları puanları, ortalamada pozitif yönde (uyuşma) veya oldukça düşük uyumsuzlukları ortaya çıkarmaktadır. Bu sonuçlar kuramı varsayımlarının test edilmesini güçleştirmektedir (Çukur, 2002). Bu yüzden BUK’un varsayımlarının psikiyatrik tanı almış gruplar ile yürütülen çalışmalardan test edilmesi önemlidir.

Bu araştırmalar ışığında, Benlik Uyumsuzlukları Teorisinin ortaya attığı hipotezleri test etmeye yönelik olarak oluşturulmaya çalışılan, bu araştırmada üzerinde durulacak olan, Depresyon ve Yaygın Anksiyete Bozukluğunun DSM-IV kriterlerine göre tanımlarını yapacak olursak;

Major Depresyonun genel belirtilerini şöyle sıralayabiliriz: Hastanın durumunu, kederli, hüznü, kasvetli, canı sıkkın, morali bozuk olarak hissetmesi; hiçbir şeyden zevk alamama hali ; enerji kaybı, yorgunluk, bitkinlik; konuşmada, düşüncelerde ve davranışlarda gerileme; iştahta değişme, genellikle kilo kaybı; uyku bozuklukları; somatik yakınmalar; cinsel ilgi ve etkinlikte azalma; iş ya da diğer etkinliklere karşı ilgi kaybı; değersizlik hissi; düşünmede yavaşlama; benlik saygısında azalma; çaresizlik duyguları; karamsarlık ve umutsuzluk; intihar girişimi ve ölüm düşünceleri.

Yaygın Anksiyete Bozukluğu tanı kriterleri ise; en az altı aydır süren okul ya da iş performansı gibi çeşitli aktivitelerle ilgili aşırı anksiyete, endişe ve korku dolu bekleyiş hali; kişinin bu korku ve endişeyi kontrol etmekte güçlük çektiğini belirtmesi; anksiyete ve endişeye aşağıdaki altı belirtiden en az üçünün eşlik etmesi (en azından bazı belirtilerin son yedi aydan daha önce de bazı günler sürmüş olması)
Not: Çocuklarda bu belirtilerin bir tanesinin bulunması yeterlidir: yorgunluk, dinlenememişlik, sinirlilik ya da gerginlik hissi, çabuk yorulma, konsantrasyon güçlüğü ya da zihninin boşaldığını hissetme, irritabilite, kas gerginliği, uyku bozukluğu (uykuya dalmada, uykuda kalmada ya da dinlenmiş ve uykusunu almış olarak uyanmada güçlük); anksiyete ve endişe, panik atak, sosyal fobi, obsesif kompulsif bozukluk, ayrılık anksiyetesi, anoreksiya nervoza, somatizasyon bozukluğu ve post-travmatik stres bozukluğu gibi, bir eksen I bozukluğu bulgusu olarak tanımlanmamış olması; anksiyete, endişe, korku ve fiziksel belirtilerin, sosyal,

mesleki ve diğerk önemli fonksiyonların yerine getirilmesinde belirgin güçlük ya da bozulmaya yol açması, bozukluğun; bir madde, ilaç ya da tedavinin doğrudan fizyolojik etkileri ile, hipertiroidi gibi başka bir hastalığa bağlı olarak ya da bir duygu-durum bozukluğu, psikotik bozukluk ya da yaygın gelişimsel bozukluk sırasında ortaya çıkmış olmaması (Güleç ve Köroğlu, 1988).

Bugün psikiyatri polikliniklerine başvurular incelendiğinde en sık rastlanan psikolojik rahatsızlıkların başında duygu-durum bozuklukları ve anksiyete bozukluğu tanılarının geldiğini görülmektedir. Örneğin; 2007 yılı içerisinde, Muğla Devlet Hastanesinde Psikiyatri polikliniğine başvuran bireylerin aldıkları tanılar incelendiğinde; hastaların %38'i depresif bozukluk, %27'si anksiyete bozukluğu; Bodrum Devlet Hastanesinde hastaların %28'i depresif bozukluk, %18'si anksiyete bozukluğu; Fethiye Devlet Hastanesinde hastaların %36'sı depresif bozukluk, %34'ü anksiyete bozukluğu; Milas Devlet Hastanesinde hastaların %39'u depresif bozukluk, %19'u anksiyete bozukluğu tanısı almıştır (Muğla Sağlık Müdürlüğü, 2007).

Konu ile ilgili ülkemizde yürütölen birkaç çalışma incelendiğinde, bu durumun ölkede genelinde de farklı olmadığını görölmektedir. Öyekçin (2008), Erzincan Devlet Hastanesi Psikiyatri Polikliniğı'ne bir yıl içinde başvuran hastaların tanı gruplarına göre sosyo-demografik özelliklerinin araştırılması adlı çalışmasında; Ocak 2006–2007 tarihleri arasında psikiyatri polikliniğine ayaktan başvuran 1378 olgudan 1073 olgunun poliklinik kartlarının incelenmesi ile elde edilen verilere göre sırasıyla, duygudurum bozuklukları %28,1 (n=302), anksiyete bozuklukları %26,9 (n=289), somatoform bozukluklar %15,0 (n=161), psikotik bozukluklar %11,2 (n=120) en sık rastlanan psikiyatrik rahatsızlıklar olarak saptanmıştır. Tümyaka ve arkadaşlarının (2005) yürüttüğü bir diğerk araştırmada, Pamukkale Üniversitesi Tıp

Fakültesi Psikiyatri Polikliniği'ne 1 yıllık süre içinde başvuran hastaların tanı dağılımlarının yaş ve cinsiyetle ilişkisinin araştırılması amaçlanmış ve Ocak-Aralık 2002 tarihleri arasında polikliniğe başvuran hastaların kayıtlarının incelenmiştir. Elde edilen veriler değerlendirildiğinde, hastaların %37'si depresif bozukluk, %34'ü anksiyete bozukluğu, %10 ise somatoform bozukluğu tanısı almıştır.

Higgins, bireyin yaşadığı benlik uyumsuzluklarının, nasıl bir psikolojik sorun yaşayacağını belirlediğini; diğer bir deyişle; olumlu geribildirim yokluğu durumunda; üzüntüye bağlı duygusal sendromların, olumsuz geri bildirim olduğu durumlarda ise; ajitasyona bağlı duygusal sendromların ortaya çıkabileceğini ileri sürmektedir. Bu varsayımdan hareketle; en fazla uyumsuzluk yaşayanların, depresyon ve anksiyete tanısı almış örnekleme görülebileceği düşünülebilir. Bu noktadan yola çıkan araştırmacıların çalışmalarında;

Scout ve O'Hara (1993), "Klinik Olarak Kaygılı ve Depresif Üniversite Öğrencilerinde Benlik Uyumsuzluğu" adlı çalışmalarını, oluşturdukları dört farklı grup ile -18 kişiden oluşan birinci grup; depresif bozukluk, 12 kişiden oluşan ikinci grup; kaygı bozukluğu, 18 kişiden oluşan üçüncü grup; hem depresif hem kaygı bozukluğu tanısı almışken, 40 kişiden oluşan dördüncü grup ise; herhangi bir tanı almayan katılımcılardan oluşmaktadır- yürütmüştür. Katılımcılara, Depresyon Teşhisi Envanteri, Genel Davranış Envanteri, SCL90-R Psikolojik Belirti Tarama Testi ve Benlik Anketi uygulanmış son olarak ta yarı yapılandırılmış bir görüşme yapılarak DSM-III-R kriterlerine göre katılımcılar değerlendirilmiştir. Elde edilen sonuçlar, genel olarak benlik uyumsuzlukları kuramını destekler niteliktedir. Klinik olarak depresif ve kaygı bozukluğuna sahip örneklemin normal olarak kabul edilen örneklemden daha fazla benlik uyumsuzluğu yaşadığı tespit edilmiştir. Ancak depresif ve depresif-kaygılı örneklemin, benlik uyumsuzluğu düzeyinin normal

örneklemeden farklılaşmasına rağmen, sadece kaygı bozukluğu tanısı almış olan grubun istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma göstermediği tespit edilmiştir. Ayrıca, depresif ve kaygılı örneklemin farklı benlik uyumsuzlukları yaşayacağı düşünülmemesine rağmen; gerçek benlik-görev benlik uyumsuzluğunda; depresif grup normal gruptan farklılaşırken kaygılı grup ile aralarında istatistiksel olarak manidar bir farklılaşma gözlenmemiştir.

Veale ve arkadaşları (2003), “Vücut Dismorfik Bozukluğu (VDB) Hastalarında Benlik Uyumsuzluğu” adlı bir çalışma tasarlamışlardır. Bu çalışmada; bilindiği gibi VDB hastaları sahip olduklarını düşündükleri veya gerçekte var olan küçük bir kusura bağlı olarak çoğunlukla depresif bir duygudurumuna ve sosyal kaygıya sahiptirler. Bu noktadan hareketle 149 katılımcıdan oluşan örneklem 3 gruba ayrılmaktadır -yüzünde veya vücutta olan bir kusura sahip VDB 72 hasta, vücudun şekli veya kilolarıyla ilgili sorunları olan VDB 35 hasta ve 42 kişiden oluşan kontrol grubu-. Katılımcılara Benlik Anketi, Beck Depresyon Envanteri, Sosyal Etkileşim ve Kaygı Envanteri, Sosyal Fobi Ölçeği uygulanmıştır. Sonuçlar incelendiğinde; VDB hastalarında gerçek benlik ile ideal ve görev benliği arasındaki uyumsuzluğun istatistiksel olarak manidar olduğu bulunmuştur. Ancak, bireyin; kendi/gerçek benliği ile diğerleri/gerçek ve diğerleri/ideal benliği arasında istatistiksel olarak manidar bir uyumsuzluk yaşamadığı görülmüştür.

1.7. Benlik Uyumsuzluk Kuramına İlişkin Kültürlerarası Çalışmalar

Benlik Uyumsuzlukları Kuramı (Higgins, 1987), önceki birçok benzer kuramsal yaklaşım gibi benlik, benlik uyumsuzlukları ile kişinin yaşayacağı duygusal sorunlar arasında ilişki kurmaktadır. Ancak, bu kuramda özellikle öne çıkan özelliklerden bir tanesi ideal ve görev benlik standartları arasında ayırım yapmasıdır. Önceki kuramsal çalışmalarda ideal standartlara vurgu yapılırken, görev

benliği genellikle ihmal edilmiş bir boyut olarak karşımıza çıkmaktadır. Benzer şekilde, benlik (gerçek benlik) ve benlik standartlarının değerlendirmesinde, diğerlerinin bakış açısı geri planda kalırken, kişinin öznel değerlendirmeleri öne çıkmaktadır. Ancak Higgins'ın kuramının özgünlüğü, benlik ve benlik standartlarını, hem kendi bakış açısı hem de yine kişinin öznel değerlendirmesine dayanan, diğerlerinin bakış açısı kuramsal çerçevesinde bulundurmasıdır. İdeal ve yalnızca kendi bakış açısının yansıtıldığı benlik anlayışı, özellikle batının daha bireyci kültürü ile uyumludur. Görev benlik ve diğerlerinin bakış açısı, kişinin davranışlarını ağırlıklı bir şekilde iç-grup ve görev bilinciyle gerçekteşiren gelenekselci toplulukçu grup üyelerinin benliğini anlamak açısından önemli olabilir. Farklı bir ifadeyle, Higgins'ın kuramı kapsayıcılığı açısından toplulukçu kültürlerde daha sıklıkla gözlenen ilişkili benlik bağlamında, benlik-duygusal sorunlar arasında ilişkinin anlaşılması için önemli olabilir.

Benlik kavramını ele alan kuramlar, biliş ve duygudaki kültürel farklılıkları açıklamak için özerk ve kollektif benlik kavramlarının ayrımını yapmaktadırlar. Özerk benlik kavramı, bireysel tercihlerle ilgili bilgileri içerir, örneğin; “ Doktor olmak istiyorum”, ve bireyi bu tercihler doğrultusunda davranmaya motive eder. Diğer yandan toplulukçu benlik; grup normları konusunda bilgiler içerir, örneğin; “Ailem benim bir mühendis olmam gerektiğini düşünüyor”, ve bireyi bu normlar doğrultusunda hareket etmeye yönlendirir. Özerk veya toplulukçu benlik kavramlarından herhangi birinde belirginlik arttıka, bilgi işleme ve duygusal tepkilerde kültürel farklılıklara yol açmaktadır. Mesela; özerk benlik kavramı üzerinde yoğunlaşma arttıka bu durum ben ve diğerleri arasındaki ayrımın belirginleşmesine, toplulukçu benlik kavramı üzerindeki yoğunlaşma arttığı takdirde ise; iç-grup, dış-grup ayrımının belirginleşmesine neden olacaktır. Hedeflerdeki

kültürel farklılıklara incelendiğinde görüyoruz ki, kuramcılar aynı zamanda değerlerin de kültürel farklılıklara bağlı olarak değişebileceğini ileri sürmektedir. Toplulukçu kültürler grup değerlerini, bireyci kültürler ise bireysel tercihleri vurgulamaktadır. Yine bireyci kültürlerde bireysel hedeflerin, müşterek hedeflerin önüne geçtiği ancak, toplulukçu kültürlerde bireysel ve müşterek hedefler ayrımı yapılmadığı veya bireysel hedeflerin müşterek hedeflerle örtüştüğü görülmektedir (Radhakrishnan ve Chan, 1997).

Radhakrishnan ve Chan (1997) tarafından yapılan “ benlik uyumsuzlukları ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkideki kültürel farklılıklar” adlı çalışmada ise; Hindistan’da yaşayan 54 ve Amerika’da yaşayan 55 katılımcıdan hem kendileri adına, hem de ailelerinin onlardan beklentileri adına 10 hedef belirlemeleri istenmiş. Daha sonra bu beklentileri hem kendi hem de ailelerinin bakış açısından derecelendirmeleri, toplulukçuluk ile mutluluk ölçeğini doldurmaları istenmiş. Sonuçlar incelendiğinde, Hintlilere nazaran daha az toplulukçu olan Amerikalılar kendi hedeflerine, ailelerinin kendileri için belirlediği hedeflerden daha fazla önem atfederken; Hintli katılımcılar, kendi hedefleri ile ailelerinin hedeflerinin eşit düzeyde önem taşıdığını ortaya koymuşlardır. Amerikalı katılımcıların iyi olma hali; kişisel hedeflerine olan uzaklıklarından hareketle öngörülebilirken, Hintli katılımcılarda; ailenin belirlediği hedeflere olan uzaklık, kişinin iyi olma halini belirlemektedir.

Çukur (2002), tarafından yapılan bir diğer çalışmada, BUK öngörülleri farklı kültürlerde test edilmeye çalışılmıştır. Bu amaçla; Amerika, Çin ve Türkiye’den veri toplanmıştır. BUK çerçevesinde; farklı bakış açılarından –kendi ve diğerlerinin gözünden- benlik uyumsuzlukları ve duygusal sorunlar arasındaki ilişkinin kültürler-arası farklılıklarını saptamaya çalışılmıştır. Aynı zamanda bu çalışma, sosyal

karşılaştırma teorisini ve benlik uyumsuzlukları ile duygusal sorunlar arasındaki ilişkiyi açıklamaya çalışmıştır. 540 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan çalışmada, Benlik Anketi, SCL-90 Belirti Tarama Testi, Benlik Kurgusu Ölçeği, Benlik Hedefleri Önem Derecelemesi, Kişilerarası Durumsallık Ölçümü ve Karşılaştırma Düzeyinin Ölçümü gibi testler uygulanmıştır. BUK'nın öngördüğü şekilde, ideal benlik uyumsuzluğunun; depresyon ve üzüntü temelli duygularla, görev benliği uyumsuzluğunun ise anksiyete ve ajitasyon temelli duygularla ilişkili olduğu saptanmıştır. BUK'un varsayımlarını farklı kültürel ortamlarda test eden çalışmaların sayısı artmakla birlikte, bu çalışmalar göreceli olarak oldukça azdır.

1.8. Şimdiki Çalışma

Bu araştırmanın temel amacı, Benlik Uyumsuzlukları Kuramı hipotezlerinin geçerli olup olmadığını sınamaktır. Higgins'ın ortaya koyduğu hipotezler farklı örneklerde test edilmesine rağmen, ağırlıklı bir şekilde öğrenci örneklemini üzerinde sınanmıştır. Ancak, bu çalışmalarda beklendiği gibi oldukça düşük benlik uyumsuzluğu veya pozitif yönde uyumsuzluk (yüksek uyumluluk) puanlarının ortaya çıkması, kuram tarafından ortaya konan hipotezlerin geçerliliğini test etmekte sınırlı kalmaktadır. Bu bağlamda Higgins, BUK temelinde yapılan ve kuramı destekleyen bulguları açıklarken, hipotezlerin doğrulanabilmesi için uyumsuzluk olması gerektiğini savunmaktadır. Bu noktadan hareketle, uyumsuzluğu en fazla yaşayan ve bir psikiyatri polikliniğinde tanı almış hastalar üzerinde yapılan bu araştırma yoluyla elde edilecek bilginin, klinik alanda kullanılabileceği ve uygulamalara doğrudan katkı sağlayacağı düşünülen bilimsel bilgi üretiminin amaçlandığı söylenebilir.

Diğer yandan, Higgins'ın Benlik uyumsuzlukları kuramında doğrudan yer verilmeyen fakat ilgili alanda öne çıkan korkulan benlik uyumsuzlukları da çalışma

bağlamında incelenmiştir. Bu çalışmayla, benlik uyumsuzlukları ile korkulan benlik arasındaki ilişki incelenmektedir.

Yine benlik uyumsuzluklarını tespit etmek amacıyla birçok yeni yöntemin geliştirilmeye devam ettiği aşikârdır. Bu çalışmada daha önce kullanılan iki farklı yöntem bir arada kullanılarak bu yöntemlerden hangisini daha isabetli ve uygun bir ölçüm aracı olduğu konusunda da önemli bir bilgi edinilmeye çalışılması planlanmıştır. Şimdiki çalışma, bu alanda Türkiye bağlamında yürütülen ilk araştırmalardan birisidir.

Ayrıca, Benlik Uyumsuzlukları Kuramı çerçevesinde özellikle son zamanlarda yürütülen çalışmalar, kuramın varsayımları konusunda tutarsız sonuçlar vermektedir. Daha da önemlisi; bu çalışmada Benlik Uyumsuzlukları kuramının varsayımları alternatif ölçüm yöntemleri ile test edilmektedir. Tüm bunlar düşünüldüğünde, bu çalışma bağlamında doğrudan varsayımlar geliştirilmemiş; ancak Benlik Uyumsuzlukları kuramının önerdiği varsayımlar çerçevesinde geliştirilen araştırma sorularına cevap bulunmaya çalışılmıştır. Bunları kısaca özetler isek;

1. Depresyon tanısı almış kişilerde daha yüksek oranda ideal benlik uyumsuzlukları görülmekte midir? Benzer şekilde, görev benliği uyumsuzlukları, yaygın anksiyete tanısı alanlar arasında daha fazla mı gözlenmektedir? Ayrıca, tanı almış gruplar ile karşılaştırıldığında, tanı almamış kişilerde daha düşük oranda benlik uyumsuzlukları mı görülmektedir?

2. Higgins'ın Benlik Uyumsuzlukları Kuramında önerdiği gibi ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon; görev benlik uyumsuzluğu ile anksiyete arasında özgün bir ilişki var mıdır? Bu ilişki, hem tanı almış hem tanı almamış gruplarda benzer şekilde gözlemlenmekte midir?

3. Higgins'ın özgün kuramında yer almayan korkulan benlik uyumsuzluğu, hangi tür duygusal sorunlar ile ilişkilidir?
4. Farklı benlik uyumsuzlukları (ideal, görev ve korkulan) ile benlik saygısı arasında nasıl bir ilişki gözlenmektedir?
5. Farklı yöntemler ile ölçülen (Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi ve İşaret Yerleştirme Ölçeği) benlik uyumsuzlukları, benlik uyumsuzlukları (ideal, görev, korkulan) ile duygusal sorunlar arasında ortaya çıkan ilişki örüntüsünü değiştirmekte midir?

2.YÖNTEM

2.1. Örneklem

Çalışma örneklemini 200 kişiden oluşmaktadır. Örneklem; Muğla Devlet Hastanesi Psikiyatri Polikliniğine başvuran depresyon (56) ve anksiyete (44) tanısı almış 100 kişi ile, karşılaştırma amacıyla seçkisiz olarak belirlenmiş ve psikiyatrik bir rahatsızlığı olmadığı kabul edilen 100 kişilik bir diğer gruptan oluşmaktadır. Tanı almamış kişiler Muğla il merkezinin küçüklüğünden yararlanılarak; şehir merkezinde kişilere yaklaşılarak çalışmaya katılımları gönüllük esasına göre sağlanmıştır. Katılımcıların benzer demografik özelliklere sahip olmasını sağlamak için; öğrencilerden seçilmemeye çalışılmıştır. Katılımcıların yaşları, 18–71 yaşları arasında değişirken, yaş ortalamaları 35.37’dir. Örneklem grubuna ilişkin demografik bilgiler, Tablo 2.1. ve Tablo 2.2.’de verilmiştir.

Katılımcıların demografik bilgileri incelendiğinde; cinsiyet dağılımında; tanı alan örnekleme erkeklerin oranı %34 iken, tanı almamış örnekleme bu oran %36 olarak ortaya çıkmaktadır. Genel toplamda ise, çalışmaya katılan deneklerin %65’i kadın, %35 ise erkektir. Medeni durum söz konusu olduğunda; katılımcıların %68’inin evli olduğu görülmektedir. Eğitim durumu göz önüne alındığında, psikiyatrik bir tanı almış olanların büyük oranının(%78) ilköğretim ve lise mezunu iken, tanı almamış grubun büyük bölümü üniversite mezunu (%67) olduğu görülmüştür. Çalışma durumunda ise; psikiyatrik bir tanı almış olanların %46’si işsiz iken; herhangi bir tanı almamış olan grubun %93’ü halen çalışmaktadır. Meslekleri göz önüne aldığımızda; tanı almış grupta en geniş kesimi %42 ile ev hanımları oluştururken, tanı almamış grupta %77’lik bir oranla memurlar bulunmaktadır.

Tablo 2.1. Psikiyatrik Bir Tanı Alan ve Almayan Örnekleme İlişkin Demografik Bilgiler.

		Psikiyatrik Tanı		Toplam
		Var	Yok	
Cinsiyet	Erkek	34	36	70
	Kadın	66	64	130
	Toplam	100	100	200
Medeni Durum	Evli	63	73	136
	Bekâr	27	19	46
	Boşanmış	6	7	13
	Dul	4	1	5
	Toplam	100	100	200
Eğitim Durumu	İlkokul	38	4	42
	Ortaokul	8	4	12
	Lise	32	20	52
	Üniversite	21	67	88
	Yüksek Lisans	1	4	5
	Doktora	0	1	1
	Toplam	100	100	200
Çalışma Durumu	İşsiz	46	1	47
	Emekli	5	0	5
	Çalışıyor	37	93	130
	Öğrenci	11	6	17
	Diğer	1	0	1
	Toplam	100	100	200
Meslek	Memur	16	72	88
	İşçi	20	18	38
	Çiftçi	1	1	2
	Ev Hanımı	31	2	33
	Esnaf	5	0	5
	Toplam	73	93	166
Gelir	500TL altı	9	3	12
	500-1000TL	41	24	65
	1000-1500TL	25	42	67
	1500-2000TL	14	23	37
	2000TL üstü	11	8	19
	Toplam	100	100	200
Sağlık Güvencesi	Özel Sağlık Güv.	0	2	2
	Yeşil Kart	5	6	11
	Sos. Güv. Kurumu	94	91	185
	Yok	1	1	2
	Toplam	100	100	200

Tablo 2.2. Psikiyatrik Bir Tanı Alan ve Almayan Örnekleme İlişkin Demografik Bilgiler.

		Psikiyatrik Tanı		
		Var	Yok	Toplam
Fiziksel Özürlü	Var	1	2	3
	Yok	99	98	197
	Toplam	100	100	200
Fiziksel Rahatsızlık	Var	15	6	21
	Yok	85	94	179
	Toplam	100	100	200
Tedavi Devam Ediyor Mu?	Evet	90	0	90
	Hayır	10	100	110
	Toplam	100	100	200
Şikayeti Devam Ediyor Mu?	Evet	87	0	87
	Hayır	13	100	113
	Toplam	100	100	200
İlaç Kullanıyor Mu?	Evet	83	0	83
	Hayır	17	100	117
	Toplam	100	100	200
Terapi Alıyor Mu?	Evet	5	0	5
	Hayır	95	100	195
	Toplam	100	100	200

Gelir durumlarında ise; tanı almış grupta %41 ile 500-1000TL kazananlar çoğunlukta iken, tanı almamış grupta %42 ile 1000-1500TL kazananlar çoğunluğu oluşturmaktadır. Son olarak katılımcıların sağlık güvenceleri incelendiğinde; her iki grupta da Sosyal Güvenlik Kurumuna kayıtlı olanların oranının %90'ların üzerinde olduğu gözlemlenmiştir.

Katılımcıların herhangi bir özrü olup olmadığı sorulduğunda; tanı alan gruptan bir kişinin, tanı almayan gruptan ise; 2 kişinin %40 ve üzerinde özür olduğu görülmektedir. Fiziksel rahatsızlıklarının olup olmadığı sorusuna ise; tanı almış olanların, %15; tanı almamış olanların ise %6 oranında; evet dediği ve bu rahatsızlıkların da sıklıkla fitik ve tansiyon rahatsızlıkları olduğu saptanmıştır. Tanı alanlara yöneltilen diğer sorularda; %90'ı tedavisinin, %87'si rahatsızlığının devam ettiğini, %83 ilaç kullandığını dile getirirken sadece %5'i terapi aldığını dile getirmiştir.

2.2. Veri Toplama Süreci

Araştırmanın verileri, psikiyatrik bir tanı almış katılımcılardan ve psikolojik bir rahatsızlığı olmadığı kabul edilen örneklemden, gönüllü katılım ilkesine göre bilgilendirilmiş onam alınarak, toplanmıştır. Depresyon veya Anksiyete Bozukluğu tanısı almış hastalar; psikiyatrist ile yaptıkları görüşmenin hemen ardından, görüşme yapmaya uygun bir odada, araştırmacı tarafından bire bir görüşmeye alınmıştır. Bu görüşmede, “*Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi*” (Integrated Self Discrepancy Index), “*İşaret Yerleştirme Yöntemi*” (Marker Placement Task), Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri, “*Kısa Semptom Envanteri*” (Brief Symptom Inventory-BSI) ve demografik bilgilerini içeren bir anket uygulanmıştır. Tüm ölçek ve anket soruları Ek-II de verilmiştir. Uygulama esnasında ilk olarak, katılımcıdan yönergeyi okuması istenmiş ardından kendisine bir kez daha konu hakkında açıklama yapılmıştır. Bunun ardından ankete başlamadan önce, ideal ve görev benliği arasındaki ayrımı anlayıp anlamadığına ilişkin iki sorudan oluşan bir test cevaplama istenerek uygulamaya başlanılmıştır (Ek I). Yine anket içerisinde her bir benlik durumu ile ilgili özellikler istenilen sayfaların başında; ideal, görev ve korkulan benlik tanımlarına yer verilmiştir. Katılımcıların verdiği tüm tepkiler, araştırmacı tarafından not edilmiştir. Araştırmacı çalışma esnasında, , katılımcıların davranışlarını ve dikkatini çeken bir takım bilişsel süreçleri görüşmenin ardından not olarak kaydetmiştir. Psikolojik bir rahatsızlığı olmadığı kabul edilen katılımcılar ise, 3–4 kişilik gruplar halinde uygulamaya alınmıştır. Yukarıda bahsedilen adımlar, bu aşamada da aynen uygulanmış, ancak bu uygulama esnasında katılımcıların verilen envanterleri kendi başlarına doldurmalarına fırsat verilmiştir. Ancak gerekli olduğu durumlarda ve bir sorun çıktığında yardımda bulunularak envanterleri doldurmaları sağlanmıştır.

Benlik Uyumsuzluklarının Ölçümü

Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi (BBUE) (Integrated Self Discrepancy Index)

Hardin (2010) tarafından geliştirilen ve daha önce Higgins (1987) tarafından oluşturulan, bireyin yaşadığı benlik uyumsuzluğunun düzeyini ölçmek için kullanılan, idiografik ve nomotetik yöntemlerin bir çeşit birleştirilmesinden elde edilmiş bir ölçme yöntemidir. Katılımcılardan, her bir benlik durumu için -ideal /görev/korkulan benlik- 5 özellik yazmaları istenir. Daha sonra bu hedef özelliklere ne kadar sahip olduklarını, sayfanın altında yer alan ve 0-4, (0) “Hiç Uymuyor”; (1) “Çok Az Uyuyor”; (2) “Biraz Uyuyor”; (3) “Oldukça Uyuyor”; (4) “Tamamen Uyuyor” arasında uzanan Likert tipi bir ölçekten yararlanarak, kendi algıları doğrultusunda değerlendirirler. Ayrıca bireyin yazması beklenen özellikleri bulmakta zorlandığı durumlarda; kendisine yardımcı olacağı düşünülen 102 farklı sıfattan oluşan bir liste de yer almaktadır. Bu listede hem olumlu hem de olumsuz ifadeler bulunmaktadır. Bu çalışmada, ölçeğin Cronbach alfa değeri ideal benlik uyumsuzluğu alt ölçeğinin .75, görev benliği uyumsuzluğu alt ölçeği için .67 korkulan benlik uyumsuzluğu alt ölçeği için .72 olarak hesaplanmıştır. Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksinden elde edilen puanlar, 0-5 arasında değişmektedir. Elde edilen veriler İşaret Yerleştirme Ölçeği ile aynı yönde olması için ters çevrilerek kullanılmıştır. Bu değişiklik ile beraber, yükselen puanlar, benlik uyumsuzluğu düzeyinin arttığı anlamına gelmektedir. Ayrıca, Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi ile katılımcılardan her bir benlik durumu için -ideal/görev/korkulan benlik- yazmaları istenilen 5 özellik incelenmiştir. İnceleme yapılırken, tüm katılımcıların verdiği cevaplar içerisinde beşten fazla tekrar eden tüm özellikler görülme sıklığı göz önünde bulundurularak listelenmiştir. İdeal, görev ve

korkulan benliğe ilişkin özellikler EK-III'de verilmiştir. Gruplar arasında; ideal benliğe ilişkin olarak, yardımsever ve güvenilir olmak, ortak olarak ulaşılmak istenen özelliklerdir. Görev benliğine ilişkin olarak, sadece sorumluluk sahibi olmak, ortak olarak olmak zorunda hissettikleri bir özellik olarak karşımıza çıkmaktadır. Korkulan benliğe ilişkin olarak ise, yalancı ve kindar olmak ortak olarak kendilerinde görmek istemedikleri özellikler olarak görülmektedir.

İşaret Yerleştirme Ölçeği (İYÖ)- (Marker Placement Task)

Ogilvie (2003) tarafından geliştirilen bu yöntemde, kişilerin gerçek benliklerini ifade eden 5,5cm. çapında hazırlanmış karton bir daire ile yine 5.5cm. çapında her bir sayfaya çizilmiş ve bir çerçeve içerisinde yer alan, benlik durumlarını -ideal /görev/korkulan benlik- temsil eden daireler yer almaktadır. Bu yöntem; katılımcının, kendini; ideal, görev ve korkulan benlik özelliklerine ne kadar yakın/uzak hissediyorsa gerçek benliğini temsil eden daireyi benlik durumlarını ifade eden daireye o ölçüde yakınlaştırıp uzaklaştırmasına dayanmaktadır. Bireyin gerçek benlik özelliklerinin, hedef benlik durumuna olan uzaklığı tespit edildikten sonra, her iki dairenin merkezinin birbirine olan mesafesi ölçülerek benlik uyumsuzluğunun düzeyi belirlenmeye çalışılır. İşaret Yerleştirme Ölçeğinde puanlar 0-20 arasında değişmektedir ve elde edilen ideal ve görev benliği puanlarının yükselmesi benlik uyumsuzluğu düzeyinin arttığı anlamına gelmektedir.

Duygusal Sorunların Ölçülmesi

Kısa Semptom Envanteri (KSE) (Brief Symptom Inventory-BSI)

Psikiyatrik belirti ve yakınmaları içeren ve 90 maddeden oluşan SCL-90-R, Derogatis ve arkadaşları (1976) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin ülkemizdeki geçerlik ve güvenilirliği ile ilgili çalışmalar, Dağ (1991) tarafından gerçekleştirilmiştir.

Ölçekte 9 alt boyut ve 3 genel gösterge yer almaktadır. Maddelerin cevaplandırılması 5’li Likert tipi bir ölçek üzerinde yapılmaktadır. Kısa Semptom Envanteri (KSE) ise; psikolojik belirtileri geçerli ve güvenilir bir şekilde ölçebilen Symptom Check List-90 (SCL-90)’den kısaltılarak türetilmiş ve SCL-90’dan daha kısa olan bir ölçme aracıdır. Kişilerin; hostilite, somatizasyon, depresyon, anksiyete ve olumsuz benlik belirtilerini belirlemek için ülkemizde Şahin ve Durak (1994) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan Kısa Semptom Envanteri (KSE) kullanılmıştır. Kendini değerlendirme türü ölçeklerin çeşitli özelliklerine sahiptir. KSE, bireylerin kendilerinin tanımladığı, çeşitli psikolojik belirtileri tanıyıp ölçmeye yönelik 53 sorudan oluşan bir ölçektir. Ölçeği yanıtlayan birey her soru için (0) “Hiç” ; (1) “Çok Az”; (2) “Orta derecede”; (3) “Oldukça Fazla”; (4) “İleri Derecede” şeklindeki seçeneklerden birini işaretlemektedir. Katılımcılara, psikolojik belirtilerin kendilerinde olup olmadığı, varsa ne derecede bulunduğunu işaretlemelerine göre her maddeye 0-4 arasında bir puan verilmektedir. KSE, somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişilerarası duyarlılık, depresyon, anksiyete bozukluğu, hostilite, fobik anksiyete, paranoid düşünceler, psikotizm ve ek maddeler olmak üzere 9 alt ölçek ve rahatsızlık ciddiyeti indeksi, belirti toplamı indeksi ve semptom rahatsızlık indeksi olmak üzere 3 global indeksten oluşur. Puanlama anahtarı ile katılımcıların her bir soruyu işaretlemesine göre 0-4 arasında puan verilerek bu alt ölçeğe ait puanları bulunmuştur. Anksiyete; korku, endişe, gerginlik, sinirlilik, titreme, paniğe kapılma, bulantı, diyare, idrar sıklığı, nefes alamama hissi, terleme, sık sık nefes alma gibi semptom ve davranışları içerir. Depresyon; keder, karamsarlık, kötümserlik, mutsuzluk, yalnızlık, benliğe ilişkin olumsuz duygular, intihar eğilimi, ilgi kaybı ve kararsızlık gibi semptom ve davranışları içerir. Genel belirti indeksi (GBİ), pozitif belirti toplamı ve pozitif belirti düzeyidir. GBİ, boş

bırakılanlar hariç tüm maddelere yapılan derecelemelerin ortalaması olup 0.00 ile 4.00 arasında değişen en önemli göstergedir. Bu çalışmada sadece depresyon ve anksiyete alt- puanları kullanılmıştır. Ölçeklerin Cronbach alfa değeri anksiyete alt ölçeği için .90 depresyon alt ölçeği için .84 olarak hesaplanmıştır.

Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri:

Rosenberg tarafından geliştirilmiş olan ölçeğin Türkçe uyarlaması Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmıştır. Ölçek çoktan seçmeli sorulardan oluşmaktadır. Benlik saygısı ölçeği, Guttman ölçüm şeklinde düzenlenmiş 6 madde ve 10 sorudan oluşmaktadır. Olumlu ve olumsuz yüklü maddeler ardışık olarak sıralanmıştır. Ölçeğin değerlendirme sistemine göre, ölçekten 0-6 arasında puan alınmaktadır. Sayısal ölçümlerle yapılan karşılaştırmalarda benlik saygısı yüksek (0-1), orta (2-4) ve düşük (5-6) olarak değerlendirilmektedir. Bu çalışmada, diğer ölçeklerle uyumlu olması için puanlar ters çevrilmiştir. Dolayısıyla artan puanlar, benlik saygısının yükseldiğini göstermektedir. Tuğrul (1994) tarafından yapılan ölçeğin geçerlik çalışmasında, benlik saygısı için psikiyatrik görüşmeler yapılmıştır. Psikiyatrik görüşmeler beş ayrı sınıftan rastgele örnekleme ile seçilmiş beşer öğrenci alınarak yapılmıştır. Benlik saygısının değerlendirilmesine yönelik olarak yapılmış psikiyatrik görüşmelerle yapılan değerlendirmede, öğrencilerin benlik saygıları kendilerine ilişkin görüşlerine göre yüksek, orta ve düşük olarak derecelendirilmiştir. Daha sonra aynı öğrencilerin Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğinden aldıkları puanlarda yüksek, orta ve düşük olarak gruplandırılmıştır. Görüşmelerden ve benlik saygısı ölçeğinden elde edilen sonuçlar arasındaki uygunluk Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon yöntemi ile hesaplanmış, geçerlilik katsayısı .71 olarak bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirlik çalışması, Sümer ve Güngör (1999) tarafından gerçekleştirilmiş ve çalışmada test-tekrar test güvenilirlik yöntemi kullanılmıştır.

Testin ilk verilifinden bir ay sonra aynı deneklere test ikinci kez uygulanarak alınan puanlar arasındaki korelasyon katsayısı .85 olarak bulunmuştur Bu çalışmada da, ölçeğin Cronbach alfa değeri .85 olarak bulunmuştur.

Demografik Sorular

Çalışmanın sonunda katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, çalışıp çalışmadığı, mesleği, aylık geliri, sağlık güvencesi, fiziksel engelinin ve rahatsızlığının olup olmadığı, şimdiye kadar psikiyatrik bir tanı konulup konulmadığı, eğer tanı aldıysa, tedavi ve şikayetlerinin devam edip etmediği, ilaç kullanıp kullanmadığı son olarak da terapi alıp almadığına dair birtakım soruların yer aldığı anket uygulanmıştır.

3. BULGULAR

Bulgular, temel olarak dört ana kısımdan oluşmaktadır. İlk kısımda, benlik uyumsuzlukları ve duygusal sorunların gruplara göre ortalama, standart sapma puan dağılımları ve varyans analizi (ANOVA) sonuçları özet bir şekilde rapor edilmiştir. İkinci kısımda ise, benlik uyumsuzlukları (ideal ve görev) ile duygusal sorunlar arasındaki ilişkilerin, hem korelasyon hem de hiyerarşik regresyon analizleri sonuçlarından oluşmaktadır. Üçüncü kısımda, benlik uyumsuzlukları ile benlik saygısı arasında ilişkiler incelenirken; son bölümde ise korkulan benlik uyumsuzluğu ve duygusal sorunlar arasında ilişkiyi inceleyen analizlere yer verilmektedir. Analiz sonuçları genellikle araştırmada yer alan farklı gruplara göre (tanı almamış, depresyon tanısı almış ve anksiyete tanısı almış) özet bir şekilde sunulacaktır.

3.1. Duygusal Sorunlar ve Benlik Uyumsuzlukları Puanlarının Dağılımı.

Bu başlık altında benlik uyumsuzlukları puanlarının ve duygusal sorunların dağılımı ile tanı alan ve almayan örneklem arasındaki farklılıklar olup olmadığını ortaya koyacak olan ANOVA analizlerine yer verilmektedir.

Benlik Uyumsuzlukları Puanlarının Dağılımı

Bu bölümde; Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi ve İşaret Yerleştirme Yöntemi ile elde edilen; ideal ve görev benlik uyumsuzluklarına ilişkin puanlarda, tanı alan ve almayan örneklem arasında istatistiksel anlamda farklılıklar olup olmadığını ortaya koyacak olan ANOVA sonuçlarına yer verilecek.

Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi ile elde edilen ideal ve görev benlik uyumsuzluğuna ilişkin ortalama ve standart sapma puanları Tablo 3.1'de verilmektedir. Tanı durumunun bağımsız, ideal benlik uyumsuzluğunun bağımlı değişken olduğu, ANOVA analizleri istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir

$F(2,199) = 2.33, p > .05$. Diğer yandan, tanı durumunun bağımsız, görev benlik uyumsuzluğunun bağımlı değişken olduğu, ANOVA analizleri de istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir $F(2,199)= 1.62, p > .05$.

Tablo 3.1. BBUE ile Elde Edilen İdeal ve Görev Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Dağılımı.

		<u>N</u>	<u>Ort.</u>	<u>SS</u>
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	Tanı Almayan	100	1.36	.84
	Depresyon T.A.	56	1.62	.91
	Anksiyete T.A.	44	1.63	.88
Görev Benlik Uyumsuzluğu	Tanı Almayan	100	1.04	.68
	Depresyon T.A.	56	1.05	.63
	Anksiyete T.A.	44	1.25	.71

Çalışmadaki araştırma sorusuna (1) göre, depresyon tanısı almışlarda ideal benlik uyumsuzluğu; anksiyete tanısı almışlarda ise, görev benliği uyumsuzluklarının daha yüksek olup olmadığı sorgulanmıştır. BBUE ile toplanan araştırma bulguları kişilerin depresyon veya anksiyete tanısı almış olmalarının, benlik uyumsuzluklarında anlamlı bir farka işaret etmemektedir. Yine, tanı almış olmak ve olmamak da benlik uyumsuzluklarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yaratmamaktadır.

İşaret Yerleştirme Ölçeği ile elde edilen ideal ve görev benlik uyumsuzluğuna ilişkin ortalama ve standart sapma puanları Tablo 3.2’de verilmektedir.

Tablo 3.2. İYÖ ile Elde Edilen İdeal ve Görev Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Dağılımı.

		<u>N</u>	<u>Ort.</u>	<u>SS</u>
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	Tanı Almayan	100	6.84	4.57
	Depresyon T.A.	56	10.14	5.21
	Anksiyete T.A.	44	7.83	5.02
Görev Benlik Uyumsuzluğu	Tanı Almayan	100	5.14	3.12
	Depresyon T.A.	56	7.44	4.53
	Anksiyete T.A.	44	7.43	4.29

Tanı durumunun bağımsız, ideal benlik uyumsuzluğunun bağımlı değişken olduğu, ANOVA analizleri, istatistiksel olarak anlamlıdır $F(2,199) = 8.98, p < .001$. Bunu takiben yürütülen Tukey post hoc analizleri göstermiştir ki, depresyon (Ort. = 10.14; SS = 5.21) tanısı almış grup, anksiyete tanısı almış (Ort. = 7.83; SS = 5.02) ve tanı almamış gruptan (Ort. = 6.84; SS = 4.57) istatistiksel olarak anlamlı şekilde, daha fazla ideal benlik uyumsuzluğu yaşamaktadır. Ancak, tanı almayan örneklem ile anksiyete tanısı alan örneklem arasında istatistiksel olarak manidar bir farklılık görülmemektedir.

Bununla beraber, tanı durumunun bağımsız, görev benlik uyumsuzluğunun bağımlı değişken olduğu, ANOVA analizleri de istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermiştir $F(2,199) = 8.26, p < .001$. Bunu takiben yürütülen Tukey post hoc analizleri göstermiştir ki, depresyon tanısı almış grup (Ort. = 7.44; SS = 4.53) ile anksiyete tanısı almış grup (Ort. = 7.43; SS = 4.29) arasında istatistiksel olarak

anlamli bir fark bulunamamıştır. Ancak, depresyon ve anksiyete tanısı almış örneklem , tanı almamış gruptan (Ort. = 5.14; SS = 3.12) daha fazla görev benliği uyumsuzluğu yaşamaktadır ve bu fark istatistiksel olarak manidardır.

BBUE ile elde edilen benlik uyumsuzlukları bağlamında yürütülen ANOVA sonuçlarından farklı olarak; İşaret Yerleştirme Ölçeğine göre ölçülen benlik uyumsuzlukları puanlarına dayanan bulgular, BUK kuramının varsayımlarını kısmi olarak desteklemektedir (Araştırma sorusu 5). Katılımcılardan depresyon tanısı almış olanlar, daha fazla ideal benlik uyumsuzluğu yaşamaktadır. Tanı almış olanların, istatistiksel olarak anlamlı bir oranda görev benlik uyumsuzluğunu daha fazla yaşamamasına karşın, depresyon ve anksiyete tanısı almış olanlar arasında, istatistiksel olarak manidar bir farklılık gözlenmemiştir.

Araştırma sorusu (5)'de, farklı yöntemler ile ölçülen benlik uyumsuzluklarının, benzer sonuçlar verip vermediği sorgulanmaktadır. Nitekim, ideal ve görev benlik uyumsuzluğu puanlarının dağılımı ve yapılan ANOVA analizleri sonucunda, İşaret Yerleştirme Ölçeği ile Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksinden elde edilen veriler arasında farklılıklar olduğu görülmektedir.

Duygusal Sorunların Dağılımı

Kısa Semptom Envanteri ile elde edilen depresyon puanlarının dağılımı, Tablo 3.3.'te gösterilmektedir. Veriler incelendiğinde; tanı durumunun bağımsız, depresyon puanının bağımlı değişken olduğu, ANOVA analizleri istatistiksel olarak anlamlıdır $F(2,197) = 39.79, p > .001$.

Tablo 3.3. Depresyon Puanlarının Dağılımı.

	<u>N</u>	<u>Ort.</u>	<u>SS</u>
Tanı Almayan	100	.85	.63
Depresyon T.A.	56	1.86	.84
Anksiyete T.A.	44	1.75	.92

Bunu takiben yürütülen Tukey post hoc analizleri göstermiştir ki, tanı almayan grup (Ort. = .85; SS = .63), depresyon (Ort. = 1.86; SS = .84) ve anksiyete tanısı almış gruptan (Ort. = 1.75; SS = .92) daha az depresif duygudurumu yaşamaktadır. Diğer yandan, depresyon tanısı almış grup ile anksiyete tanısı almış grup arasında istatistiksel olarak manidar bir farklılık bulunamamıştır.

Tablo 3.4. Anksiyete Puanlarının Dağılımı.

	<u>N</u>	<u>Ort.</u>	<u>SS</u>
Tanı Almayan	100	.65	.62
Depresyon T.A.	56	1.75	.84
Anksiyete T.A.	44	1.70	1.02

Kısa Semptom Envanteri ile elde edilen anksiyete puanlarının dağılımı Tablo3.4.'de gösterilmektedir. Tanı durumunun bağımsız, anksiyete puanının bağımlı değişken olduğu, ANOVA analizleri istatistiksel olarak anlamlıdır $F(2,199) = 44.13, p > .001$. Bunu takiben yürütülen Tukey post hoc analizleri göstermiştir ki, tanı almayan grup (Ort.=.85; SS =.63), depresyon (Ort. =1.86; SS =.84) ve anksiyete tanısı almış gruptan (Ort. = 1.75; SS = .92) daha az anksiyete yaşamaktadır. Diğer

yandan, depresyon tanısı almış grup ile anksiyete tanısı almış grup arasında istatistiksel olarak manidar bir farklılık bulunamamıştır.

3.2. Benlik Uyumsuzlukları ile Duygusal Sorunlar Arasındaki İlişkiler

Bu kısımda ilk etapta benlik uyumsuzlukların kendi aralarında ve sonra benlik uyumsuzlukları ile duygusal sorunlar arasındaki Pearson korelasyon analizleri rapor edilecektir. Bunu takiben BUK' un önerdiği benlik uyumsuzlukların duygusal sorulan arasındaki özgün ilişkileri (Araştırma soruları 1) test etmek için hiyerarşik regresyon analizlerine yer verilecektir.

Korelasyon Analizleri

Önceki çalışmalarda (Higgins, 1989; Scoot 1993) olduğu gibi, hem benlik uyumsuzlukları ve duygusal sorun ölçeklerinin kendi arasındaki ilişkiler, hem de benlik uyumsuzlukları ile duygusal sorunlar arasındaki ikili ilişkiler, bu kısımda rapor edilecektir. Böylece, ilişkinin doğası hakkında daha ayrıntılı bilgi ve kullanılan temel analiz tekniğinin geçerliliği konusunda destek sağlanmış olacaktır. Bu bölüm, temel olarak üç kısımdan oluşmaktadır. İlk etapta, benlik uyumsuzlukları ve farklı yöntemler ile ölçülen benlik uyumsuzlukları arasındaki korelasyon analizleri rapor edilecektir. İkinci kısımda, duygusal sorun (depresyon ve anksiyete) puanları arasındaki korelasyonlar verilecektir. Son kısımda ise benlik uyumsuzlukları ile duygusal sorunlar arasındaki ilişkileri yansıtan korelasyon analizleri rapor edilecektir.

Farklı Yöntemler ile Ölçülen Benlik Uyumsuzlukları Arasındaki Korelasyonlar:

İki farklı yöntem (İşaret Yerleştirme Ölçeği ve Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi) sonucunda elde edilen benlik uyumsuzlukları arasındaki ilişkiler korelasyon yöntemiyle incelenmiştir. İdeal Benlik Uyumsuzluğunu Ölçmek İçin Kullanılan İki Farklı Yöntemden Elde Edilen Korelasyonlar Tablo 3.5'te farklı örnekleme gruplarına göre rapor edilmiştir. Tabloda görüldüğü gibi, tüm gruplarda (tanı almamış, depresyon tanısı almış ve anksiyete tanısı almış), ideal benlik uyumsuzlukları arasında göreceli olarak yüksek ilişki söz konusudur (.52, .42, .47, sırasıyla).

Tablo 3.5. İki Farklı Yöntemden Elde Edilen Benlik Uyumsuzlukları Arasındaki Korelasyonlar.

		r
Tanı Almayan	İdeal B.U.	.52**
	Görev B.U.	.18
	Korkulan B.U.	.22*
Depresyon T.A.	İdeal B.U.	.42**
	Görev B.U.	.26
	Korkulan B.U.	.42**
Anksiyete T.A.	İdeal B.U.	.47**
	Görev B.U.	.10
	Korkulan B.U.	.56**

*p < .05, **p < .01

Diğer taraftan, tüm örnekleme, görev benlik uyumsuzlukları arasında pozitif korelasyon bulunmuştur; ancak bu ilişkiler istatistiksel olarak anlamlı değildir. Tüm gruplarda korkulan benlik uyumsuzlukları puanları arasında anlamlı, pozitif korelasyonlar bulunmuştur (.22, .42, .56).

Benlik Uyumsuzluklarının Kendi Aralarındaki İlişkiler

Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi ile İşaret Yerleştirme Ölçeğinden elde edilen ideal, görev ve korkulan benlik uyumsuzluğu puanları arasındaki korelasyon sonuçları bu kısımda rapor edilmiştir.

BBUE İle Hesaplanan Korelasyonlar: Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi ile elde edilen ideal, görev ve korkulan benlik uyumsuzluğu puanları arasındaki korelasyonlar, Tablo 3.6.'da gösterilmektedir. Görüldüğü gibi, ideal benlik uyumsuzluğu ile görev benlik uyumsuzluğu arasında ($r = .40$ $p < .01$) pozitif; ideal benlik uyumsuzluğu ile korkulan benlik uyumsuzluğu arasında ($r = -.28$ $p < .01$) ve görev benlik uyumsuzluğu ile korkulan benlik uyumsuzluğu arasında ise; ($r = -.23$ $p < .01$) negatif yönde bir ilişki görülmektedir.

Tablo 3.6. BBUE İle Hesaplanan Benlik Uyumsuzlukları Arasındaki Korelasyonlar

	İdeal B.U.	Görev B.U.	Korkulan B.U.
İdeal B.U.	1		
Görev B.U.	.40**	1	
Korkulan B.U.	-.28**	-.23**	1

* $p < .05$, ** $p < .01$

İYO İle Hesaplanan Korelasyonlar: İşaret Yerleştirme Ölçeği ile elde edilen ideal, görev ve korkulan benlik uyumsuzluğu puanları arasındaki korelasyonlar, Tablo 3.7.'de gösterilmektedir. Görüldüğü gibi, ideal benlik uyumsuzluğu ile görev benlik uyumsuzluğu arasında ($r = .34$ $p < .01$) pozitif; ideal benlik uyumsuzluğu ile korkulan benlik uyumsuzluğu arasında ($r = -.16$ $p < .05$)

negatif yönde bir ilişki görülmektedir. Korkulan benlik uyumsuzluğu ile korkulan benlik arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Tablo 3.7. İYO İle Hesaplanan Benlik Uyumsuzlukları Arasındaki Korelasyonlar

	İdeal B.U.	Görev B.U.	Korkulan B.U.
İdeal B.U.	1		
Görev B.U.	.34**	1	
Korkulan B.U.	-.16*	-.11	1

*p < .05, **p < .01

Duygusal Sorun Puanları Arasındaki İlişkiler.

Konu ile ilgili literatürde sıkça dile getirilen (Phillips ve Silvia, 2005) sorunlardan biri; hesaplanan depresyon ve anksiyete puanları arasında yüksek korelasyonların gözlenmesidir. Bu çalışma dahilinde hesaplanan bağımlı değişkenler arasındaki ilişkiler Tablo 3.8’de görülmektedir.

Tablo 3.8. Bağımlı Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

		Depresyon P.	Anksiyete P.	Benlik Saygısı P.
Tanı Almamış	Depresyon P.	1		
	Anksiyete P.	.59**	1	
	Benlik Saygısı P	-.58**	-.44**	1
Depresyon	Depresyon P.	1		
	Anksiyete P.	.49**	1	
	Benlik Saygısı P	-.43**	-.25	1
Anksiyete	Depresyon P.	1		
	Anksiyete P.	.76**	1	
	Benlik Saygısı P	-.44**	-.44**	1

*p < .05, **p < .01

Tabloda görüldüğü gibi, tanı almamış örnekleme; depresyon ile anksiyete puanı arasında ($r = .59, p < .01$) pozitif, depresyon ile benlik saygısı puanı arasında ($r = -.58, p < .01$) ve anksiyete ile benlik saygısı puanı arasında ($r = -.44, p < .01$) negatif yönde istatistiksel olarak manidar bir ilişki olduğu hesaplanmıştır.

Depresyon tanısı almış örnekleme; depresyon ile anksiyete puanı arasında ($r = .49, p < .01$) pozitif, depresyon ile benlik saygısı puanı arasında ($r = -.43, p < .01$) negatif yönde istatistiksel olarak manidar bir ilişki olduğu hesaplanmıştır.

Anksiyete tanısı almış örnekleme; depresyon ile anksiyete puanı arasında ($r = .76, p < .01$) pozitif, depresyon ile benlik saygısı puanı arasında ($r = -.44, p < .01$) negatif, anksiyete ile benlik saygısı puanı arasında ($r = -.44, p < .01$) negatif yönde istatistiksel olarak manidar bir ilişki olduğu hesaplanmıştır.

Benlik Uyumsuzlukları ile Duygusal Sorunlar Arasındaki İlişkiler.

Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi ile elde edilen puanlar ile bağımlı değişkenler arasındaki korelasyonlar Tablo 3.9.'da görülmektedir. Tanı almamış örnekleme, ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon puanı arasında ($r = .37, p < .01$) ve anksiyete puanı ile arasında ($r = .36, p < .01$) pozitif ve benlik saygısı puanı ile arasında ($r = -.46, p < .01$) negatif yönde; görev benlik uyumsuzluğu ile depresyon puanı arasında ($r = .27, p < .01$) pozitif, benlik saygısı puanı arasında ($r = -.35, p < .01$) negatif yönde; korkulan benlik uyumsuzluğu ile anksiyete puanı arasında ($r = -.29, p < .01$) negatif, yönde; istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir.

Ayrıca, depresyon tansı alan örnekleme, ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon puanı arasında ($r = .44, p < .01$) pozitif, görev benlik uyumsuzluğu ile

depresyon puanı arasında ($r = -.27$, $p < .05$) negatif yönde, istatistiksel olarak manidar bir ilişkiye rastlanmıştır.

Tablo 3.9. BBUE ile Elde Edilen Puanlar ile Bağımlı Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

		Depresyon	Anksiyete	Benlik Saygısı
Tanı Almayan	İdeal B.U.	.37**	.36**	-.46**
	Görev B.U.	.27**	.12	-.35**
	Korkulan B.U.	-.12	-.29**	.12
Depresyon T.A.	İdeal B.U.	.44**	.26	-.27*
	Görev B.U.	.27*	.22	-.12
	Korkulan B.U.	-.21	-.25	.27*
Anksiyete T.A.	İdeal B.U.	.29	.09	-.07
	Görev B.U.	.35*	.20	-.24
	Korkulan B.U.	-.35*	-.23	.10

* $p < .05$, ** $p < .01$

Son olarak, anksiyete tanısı alan örnekleme, görev benlik uyumsuzluğu ile depresyon puanı arasında ($r = .35$, $p < .05$) pozitif, görev benlik uyumsuzluğu ile benlik saygısı puanı arasında ($r = -.34$, $p < .05$) negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir.

İşaret Yerleştirme Ölçeğinden elde edilen puanlar ile bağımlı değişkenler arasındaki korelasyonlar Tablo 3.10'da gösterilmektedir.

Tablo incelendiğinde; tanı almayan örnekleme, ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon puanı arasında ($r = .50$, $p < .01$) pozitif, anksiyete puanı arasında ($r = .34$, $p < .01$) pozitif ve benlik saygısı arasında ($r = -.44$, $p < .01$) negatif yönde; görev benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında ($r = .29$, $p < .01$) pozitif, anksiyete puanı ile arasında ($r = .24$, $p < .01$) pozitif ve benlik saygısı ile arasında ($r = -.28$, $p < .01$)

negatif yönde; korkulan benlik uyumsuzluğu ile depresyon puanı arasında ($r = -.21$, $p < .01$) negatif yönde; istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir.

Tablo 3.10. İYÖ ile Elde Edilen Puanlar ile Bağımlı Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

		Depresyon	Anksiyete	Benlik Saygısı
Tanı Almayan	İdeal B.U.	.50**	.34**	-.44**
	Görev B.U.	.29**	.24**	-.28**
	Korkulan B.U.	-.21*	-.14	.14
Depresyon T.A.	İdeal B.U.	.35**	.17	-.19
	Görev B.U.	.32**	.12	-.12
	Korkulan B.U.	-.04	-.19	.17
Anksiyete T.A.	İdeal B.U.	.17	-.01	-.13
	Görev B.U.	.32*	.16	-.34*
	Korkulan B.U.	-.18	-.04	.09

* $p < .05$, ** $p < .01$

Ayrıca, depresyon tanısı alan örneklemede, ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon puanı arasında ($r = .35$, $p < .01$) pozitif, yine görev benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında ($r = .35$, $p < .01$) pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır.

Son olarak, anksiyete tanısı alan örneklemede, görev benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında ($r = .32$, $p < .01$) pozitif, benlik saygısı ile arasında ($r = -.34$, $p < .01$) negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir.

Hiyerarşik Regresyon Analiz Sonuçları

Bu bölümde depresyon ve anksiyetenin; bağımlı değişken, benlik uyumsuzluklarının ise; bağımsız değişken olduğu, hiyerarşik regresyon analizleri yapılmıştır. Değişkenlerin hangi sırada girileceği, benlik uyumsuzlukları kuramına göre belirlenmiştir. Kurama göre beklenen, ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında ilişki olmasıdır; dolayısıyla; denkleme ilk olarak, görev benliği konulmuştur. Diğer benlik uyumsuzluğu boyutlarında da benzer uygulama yapılmıştır.

BBUE ile Ölçülen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarına Göre Regresyon Sonuçları.

Bu bölümde, tanı alan ve almayan örneklemden, Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi ile elde edilen benlik uyumsuzlukları puanlarının depresyon ve anksiyetenin yordayıcılığını sınavan hiyerarşik regresyon analizlerine yer verilmiştir.

Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Envanteri ile elde edilen, görev benlik ve ideal benlik uyumsuzluğu değişkenlerinin; depresyon üzerindeki etkisini sınamak için yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.11’de gösterilmektedir. Her üç grupta da, görev benlik ve ideal benlik uyumsuzluğu değişkenlerinin depresyon ile aralarında hiyerarşik regresyon analizi yapılırken, regresyon denklemine ilk bağımsız değişken olarak; görev benlik uyumsuzluğu, ikinci adımda ise ideal benlik uyumsuzluğu dahil edilmiştir.

Tanı almayan örnekleme 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre incelenmiştir, $F(2, 99) = 8.96, p < .001$. Model 2’deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; görev benliği uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki olduğu gözlenmiştir. Daha da önemlisi; görev benlik uyumsuzluğu kontrol edildikten sonra ideal benlik

uyumsuzluğu ile depresyon arasında anlamlı pozitif ilişki vardır. Ayrıca, ideal benlik uyumsuzluğunun modele dahil edilmesi modelin toplam varyansında istatistiksel olarak anlamlı yüzde sekizlik bir artış yaratmıştır.

Tablo 3.11. BBUE ile Elde Edilen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Depresyonu Yordayıcılığı.

	β	t	ΔR^2	Fark F
Tam Almayan				
Görev Benlik Uyumsuzluğu	.13	1.28***		
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	.31	3.04***	.08	9.28**
R ²	.16			
Depresyon Tanısı Alanlar				
Görev Benlik Uyumsuzluğu	.13	1.01		
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	.39	3.02*	.13	9.14*
R ²	.21			
Anksiyete Tanısı Alanlar				
Görev Benlik Uyumsuzluğu	.29	1.84		
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	.13	1.18	.03	1.39
R ²	.15			

Sonuçlar 2. Adıma göre rapor edilmiştir.

*p < .05, **p < .01, *** p < .001

Depresyon tanısı alan grupta, görev benlik ve ideal benlik uyumsuzluğu değişkenlerinin depresyon ile aralarında hiyerarşik regresyon analizi yapılırken, regresyon denkleminde ilk bağımsız değişken olarak; görev benlik uyumsuzluğu, ikinci adımda ise; ideal benlik uyumsuzluğu dahil edilmiştir. 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre incelenmiştir, F (2, 55) = 7.04, p < .05. Model 2'deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; görev benliği

uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki olduğu gözlenmiştir. Daha da önemlisi; görev benlik uyumsuzluğu kontrol edildikten sonra ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki vardır. Ayrıca ideal benlik uyumsuzluğunun modele dahil edilmesi modelin toplam varyansında istatistiksel olarak anlamlı yüzde on üçlük bir artış yaratmıştır.

Anksiyete tanısı alan örnekleme ise, 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre incelenmiştir, $F(2, 43) = 3.75, p < .05$. Model 2'deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; hem görev benliği uyumsuzluğu hem de ideal benlik uyumsuzlukları ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiler gözlenmemiştir.

Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Envanteri ile (BBUE) elde edilen, görev benlik ve ideal benlik uyumsuzluğu değişkenlerinin, anksiyete üzerindeki etkisini sınamak için yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.12'de gösterilmektedir. Tanı almayan örnekleme 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre incelenmiştir, $F(2, 99) = 7.57, p < .001$. Model 2'deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; ideal benlik uyumsuzluğu ile anksiyete arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Ancak görev benlik uyumsuzluğu ile aksiyete arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir. Depresyon tanısı alan örnekleme 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir, $F(2, 55) = 2.54, p > .05$. Anksiyete tanısı alan örnekleme de, 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir, $F(2,43) = .90, p > .05$.

Tablo 3.12. BBUE ile Elde Edilen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Anksiyetiye Yordayıcılığı

	β	t	ΔR^2	Fark F
Tanı Almayan				
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	.38	3.65***		
Görev Benlik Uyumsuzluğu	-.04	-.42	.01	.18
R ²	.13			
Depresyon Tanısı Alanlar				
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	.20	1.47		
Görev Benlik Uyumsuzluğu	.15	1.07	.02	1.15
R ²	.01			
Anksiyete Tanısı Alanlar				
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	.01	.09		
Görev Benlik Uyumsuzluğu	.20	1.20	.03	1.46
R ²	.04			

Sonuçlar 2. Adıma göre rapor edilmiştir.

*p < .05, **p < .01, *** p < .001

İYÖ ile Ölçülen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarına Göre Regresyon Sonuçları.

İşaret Yerleştirme Ölçeği (İYÖ) ile elde edilen, görev benlik ve ideal benlik uyumsuzluğu değişkenlerinin; depresyon üzerindeki etkisini sınamak için yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.13'te gösterilmektedir.

Tanı almayan örnekleme 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre incelenmiştir, $F(2,99) = 16.79$, $p < .001$. Model 2'deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; görev benliği uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki olduğu gözlenmiştir. Daha da önemlisi; görev benlik uyumsuzluğu kontrol edildikten sonra ideal benlik

uyumsuzluğu ile depresyon arasında anlamlı pozitif ilişki vardır. Ayrıca ideal benlik uyumsuzluğunun modele dahil edilmesi modelin toplam varyansında istatistiksel olarak anlamlı yüzde on yedilik bir artış yaratmıştır.

Tablo 3.13. İYÖ ile Elde Edilen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Depresyonu Yordayıcılığı.

	β	t	ΔR^2	Fark F
Tanı Almayan				
Görev Benlik Uyumsuzluğu	.07	.71		
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	.47	4.71***	.17	22.48***
R ²	.24			
Depresyon Tanısı Alanlar				
Görev Benlik Uyumsuzluğu	.25	2.00		
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	.29	2.34*	.08	4.78*
R ²	.18			
Anksiyete Tanısı Alanlar				
Görev Benlik Uyumsuzluğu	.30	.30		
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	.12	.12	.01	.67
R ²	.11			

Sonuçlar 2. Adıma göre rapor edilmiştir.

*p < .05, **p < .01, *** p < .001

Depresyon tanısı alan grupta, görev benlik ve ideal benlik uyumsuzluğu değişkenlerinin depresyon ile aralarında hiyerarşik regresyon analizi yapılırken, regresyon denklemine ilk bağımsız değişken olarak; görev benlik uyumsuzluğu, ikinci adımda ise ideal benlik uyumsuzluğu dahil edilmiştir. 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre incelenmiştir, F (2, 55) = 6.11, p < .001. Model 2'deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; görev benliği

uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki olduğu gözlenmiştir. Daha da önemlisi; görev benlik uyumsuzluğu kontrol edildikten sonra ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında anlamlı pozitif ilişki vardır. Ayrıca ideal benlik uyumsuzluğunun modele dahil edilmesi modelin toplam varyansında istatistiksel olarak anlamlı yüzde beşlik bir artış yaratmıştır. Anksiyete tanısı alan örnekleme ise. 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir, $F(2, 43) = 2.71, p > .05$.

İşaret Yerleştirme Ölçeği (İYÖ) elde edilen, görev benlik ve ideal benlik uyumsuzluğu değişkenlerinin, anksiyete üzerindeki etkisini sınamak için yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.14'te gösterilmektedir. Tanı almayan örnekleme 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre incelenmiştir, $F(2,99) = 7.18, p < .001$. Model 2'deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; ideal benlik uyumsuzluğu ile anksiyete arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenirken; görev benlik uyumsuzluğu ile anksiyete arasındaki ilişki istatistiksel olarak manidar değildir.

Depresyon tanısı alan grupta,. 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir, $F(2,55) = 1.04, p > .05$. Anksiyete tanısı alan örnekleme de, 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir, $F(2,43) = .63, p > .05$.

Tablo 3.14 İYÖ ile Elde Edilen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Anksiyeteyi Yordayıcılığı

	β	t	ΔR^2	Fark F
Tanı Almayan				
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	.30	2.80**		
Görev Benlik Uyumsuzluğu	.10	.93	.01	.87
R ²	.13			
Depresyon Tanısı Alanlar				
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	-.04	-.29		
Görev Benlik Uyumsuzluğu	.17	1.11	.03	1.25
R ²	.03			
Anksiyete Tanısı Alanlar				
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	.15	1.12		
Görev Benlik Uyumsuzluğu	.08	.63	.007	.40
R ²	.04			

Sonuçlar 2. Adıma göre rapor edilmiştir.

*p < .05, **p < .01, *** p < .001

Araştırma sorularında (2) vurgulandığı üzere, Higgins'ın Benlik Uyumsuzlukları Kuramı'nda (BUK) ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon; görev benlik uyumsuzluğu ile anksiyete arasında özgün bir ilişki olduğunu ileri sürmektedir. Regresyon analizleri incelendiğinde; gerek BBUE, gerekse İYÖ ile elde edilen verilerde tanı almayan grupta ve depresyon tanısı almış grupta görev benlik sabitlendikten sonra ideal benlik uyumsuzlukları depresyonu yordanabildiği gözlenmiştir. Bu sonuçlar BUK'un ideal benlik uyumsuzlukları temelli varsayımları ile tutarlıdır. Diğer yandan, anksiyeteyi yordayan regresyon analizlerinin, hiç birinde görev benlik uyumsuzlukları istatistiksel olarak anlamlı değildir. Bu kısım bulgular, BUK'un varsayımlarıyla örtüşmemektedir.

3.3. Benlik Uyumsuzlukları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Bu çalışmada, benlik uyumsuzlukları kuramında doğrudan benlik saygısı ile ilgili hipotezler yer almamaktadır. Bu nedenle, ilk olarak benlik saygısı puanlarının dağılımı ve ANOVA analizlerine yer verilmiş, ardından; benlik saygısının bağımlı değişken, benlik uyumsuzlukların bağımsız değişken olduğu regresyon analizleri rapor edilmiştir. Regresyon analizleri yapılırken, denkleme; görev benlik uyumsuzluğu ile ideal benlik uyumsuzluğu beraber eklenmiştir.

Benlik Saygı Puanlarının Dağılımı

Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri ile hesaplanan benlik saygısı puanlarının dağılımı Tablo 3.15'te görülmektedir. Tanı durumunun bağımsız, benlik saygısının bağımlı değişken olduğu, ANOVA analizleri, istatistiksel olarak anlamlıdır $F(2, 199) = 26.21$ $p < .001$.

Tablo 3.15. Benlik Saygısı Puanlarının Dağılımı.

	N	Ort.	SS
Tanı Almayan	100	3.22	.41
Depresyon T.A.	56	2.81	.35
Anksiyete T.A.	44	2.86	.46

Bunu takiben yürütülen Tukey post hoc analizleri göstermiştir ki, tanı almamış grup (Ort. = 3.22; SS = .41) depresyon tanısı almış grup (Ort. = 2.81; SS = .35) ve anksiyete tanısı almış gruba (Ort. = 2.86; SS = .46), nazaran benlik saygısı daha yüksektir. Ancak depresyon ve anksiyete tanısı alan örneklem arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Benlik Uyumsuzlukları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler

BBUE ile Ölçülen Benlik Uyumsuzlukları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler

BBUE ile elde edilen, görev benlik ve ideal benlik uyumsuzluğu değişkenlerinin; benlik saygısı üzerindeki etkisini sınamak için yapılan regresyon analizi sonuçları Tablo 3.16’da gösterilmektedir. Tamı almayan örnekleme, model istatistiksel olarak anlamlıdır $F(2,99) = 15.38, p < .001$. Standart beta ağırlıkları incelendiğinde; ideal benlik uyumsuzlukları ile benlik saygısı arasında negatif ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. Diğer taraftan, görev benlik uyumsuzluğu ile benlik saygısı arasında negatif bir ilişki gözlemlense de, bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Tablo 3.16. BBUE ile Elde Edilen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Benlik Saygısını Yordayıcılığı.

	β	t
Tamı Almayan		
Görev Benlik Uyumsuzluğu	-.18	-1.85
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	-.38	-3.86***
R ²	.24	
Depresyon Tanısı		
Görev Benlik Uyumsuzluğu	-.03	-.22
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	-.26	-1.87
R ²	.08	
Anksiyete Tanısı		
Görev Benlik Uyumsuzluğu	-.25	-1.55
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	-.02	-.10
R ²	.06	

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

İYÖ ile Ölçülen Benlik Uyumsuzlukları ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler

İşaret Yerleştirme Ölçeği ile elde edilen, görev benlik ve ideal benlik uyumsuzluğu değişkenlerinin; benlik saygısı üzerindeki etkisini sınamak için yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.17’de gösterilmektedir.

Tablo 3.17. İYÖ ile Elde Edilen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Benlik Saygısını Yordayıcılığı.

	β	t
Tanı Almayan		
Görev Benlik Uyumsuzluğu	-.09	-.96
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	-.39	-3.86***
R ²	.20	
Depresyon Tanısı		
Görev Benlik Uyumsuzluğu	-.08	-.63
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	-.17	-1.28
R ²	.04	
Anksiyete Tanısı		
Görev Benlik Uyumsuzluğu	-.32	-2.21
İdeal Benlik Uyumsuzluğu	-.07	-.51
R ²	.12	

*p < .05, **p < .01, *** p < .001

,Depresyon tanısı alan örnekleme, model istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir, $F(2,55) = 2.19$, $p > .05$. Benzer şekilde, anksiyete tanısı alan örnekleme, istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir, $F(2,43) = 1.35$, $p > .05$.

Tanı almayan örnekleme; model istatistiksel olarak anlamlıdır, $F(2, 99) = 12.32$, $p < .001$. Modeldeki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; görev benliği

uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmezken; ideal benlik uyumsuzluğu ile benlik saygısı arasında anlamlı negatif ilişki söz konusudur. Hem depresyon tanısı alan örnekleme, $F(2, 55) = 1.26, p > .05$, hem de Anksiyete tanısı alan örnekleme, modeller istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir, $F(2,43) = 2.84, p > .05$. Araştırma soruları (4) arasında yer alan konulardan biri de; benlik uyumsuzlukları ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesini öngörmektedir. Regresyon analizleri incelendiğinde; gerek BBUE, gerekse İYÖ ile elde edilen verilerde tanı almayan grupta benlik saygısının ideal benlik uyumsuzluğu ile yordanabildiği gözlenirken, depresyon ve anksiyete tanısı almış örnekleme hem ideal hem görev benlik uyumsuzlukları istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ortaya çıkarmamıştır.

3.4. Korkulan Benlik Uyumsuzluğu ve Duygusal Sorunlar Arasındaki İlişkinin Analizi

Bu kısımda ilk olarak farklı yöntemlerle elde edilen korkulan benlik uyumsuzluğu puanlarının dağılımı ve ANOVA analizlerine yer verilmiştir. Ardından; korkulan benlik uyumsuzluğunun duygusal sorunları tahmin etmedeki özgün etkisinin incelenmek istenildiği için hiyerarşik regresyon analizleri yapılmıştır. Benlik uyumsuzlukları kuramında doğrudan korkulan benlik uyumsuzluğu ile ilgili hipotezler yer almamaktadır. Ancak, bu çalışmada BUK'un önerdiği benlik uyumsuzlukları (ideal ve görev) yanı sıra korkulan benliğin etkisi incelenmek istenildiğinden, yapılan regresyon analizlerinde denkleme ilk adımda ideal benlik uyumsuzluğu ve görev benlik uyumsuzluğu beraber konulurken, korkulan benlik uyumsuzluğu bir sonraki adımda eklenmiştir (ikinci adım).

Korkulan Benlik Puan Dağılımları

BBUE ile Ölçülen Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Dağılımı.

Korkulan benlik uyumsuzluğuna ilişkin Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Envanteri ile elde edilen veriler, Tablo 3.18’de görülmektedir. Tanı durumunun bağımsız, ideal benlik uyumsuzluğunun bağımlı değişken olduğu, ANOVA analizleri istatistiksel olarak anlamlıdır $F(2,199) = 5.52$ $p < .05$. Bunu takiben yürütülen Tukey post hoc analizleri göstermiştir ki, depresyon tanısı almış grup (Ort.= 2.69; SS = .95), tanı almamış (Ort. = 3.14; SS = .68) gruba nazaran kendilerini olmak istemedikleri yere daha yakın hissetmektedir. Ancak, gerek depresyon tanısı alan grup, gerekse tanı almayan grup ile anksiyete tanısı alan grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Farklı bir ifadeyle depresyon tanısı almış kişiler diğer gruplar ile karşılaştırıldığında korkulan benliklerine daha yakındırlar.

Tablo 3.18. BBUE ile Elde Edilen Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Dağılımı.

	<u>N</u>	<u>Ort.</u>	<u>SS</u>
Tanı Almayan	100	3.14	.68
Depresyon T.A.	56	2.69	.95
Anksiyete T.A.	44	2.88	.94

İYÖ ile Ölçülen Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Dağılımı.

İşaret Yerleştirme Ölçeği ile elde edilen korkulan benlik uyumsuzluğu puanlarının dağılımı Tablo 3.19’da görülmektedir. Tanı durumunun bağımsız, ideal benlik uyumsuzluğunun bağımlı değişken olduğu, ANOVA analizleri istatistiksel olarak anlamlıdır $F(2,199) = 5.09$ $p < .05$. Bunu takiben yürütülen Tukey post hoc

analizleri göstermiştir ki, depresyon tanısı almış grup (Ort. = 13.00; SS = 5.12), tanı almamış (Ort. = 15.33; SS = 4.51) gruba nazaran kendilerini olmak istemedikleri yere daha yakın hissetmektedir. Fakat, gerek depresyon tanısı alan grup, gerekse tanı almayan grup ile anksiyete tanısı alan grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır..

Tablo 3.19. İYÖ ile Elde Edilen Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Dağılımı.

	<u>N</u>	<u>Ort.</u>	<u>SS</u>
Tanı Almayan	100	15.33	4.51
Depresyon T.A.	56	13.00	5.12
Anksiyete T.A.	44	13.35	5.21

Korkulan Benlik Uyumsuzlukları ile Duygusal Sorunlar Arasındaki İlişkiler

BBUE ile Ölçülen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarına Göre Regresyon Sonuçları

Tanı alan ve tanı almayan örneklemden Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi (BBUE) ile elde edilen korkulan benlik uyumsuzluğunun; benlik saygısı, depresyon ve anksiyete üzerindeki özgün etkisini inceleyebilmek üzere hiyerarşik regresyon analizleri yapılmıştır. Görev benliği, korkulan benlik ve ideal benlik değişkenlerinin; depresyon, anksiyete ve benlik saygısı ile aralarında hiyerarşik regresyon analizi yapılırken regresyon denklemine, ilk adımda ideal benlik ve görev benlik uyumsuzlukları, ikinci adımda ise korkulan benlik uyumsuzlukları dahil edilmiştir.

Tablo 3.20’de Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi ile tanı almayan ve tanı alan grupta hesaplanan; korkulan benlik uyumsuzluğunun; depresyon

üzerindeki özgün etkisini inceleyebilmek üzere yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları görülmektedir.

Tablo 3.20. BBUE ile Hesaplanan Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Depresyonu Yordayıcılığı

	β	t	ΔR^2	Fark F
Tanı Almayan				
İdeal Benlik U.	.31	3.02***		
Görev Benlik U.	.12	1.21		
Korkulan Benlik U.	-.09	-.98	.01	.97
R ²	.16			
Depresyon T.A.				
İdeal Benlik U.	.37	2.74**		
Görev Benlik U.	.12	.94		
Korkulan Benlik U.	-.05	-.37	.01	.13
R ²	.21			
Anksiyete T.A.				
İdeal Benlik U.	.21	1.32		
Görev Benlik U.	-.19	-1.13	.01	1.29
Korkulan Benlik U.	.18			
R ²				

Sonuçlar 2. Adıma göre rapor edilmiştir.

*p < .05, **p < .01, *** p < .001

Tanı almayan örnekleme hesaplanan korkulan benlik uyumsuzluğunun; depresyon üzerindeki özgün etkisi incelendiğinde 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre değerlendirilmiştir, F (3, 98) = 6.302, p < .001. Model 2'deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki varken, görev benlik ve korkulan benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel anlamda manidar bir ilişki gözlenmemiştir.

Depresyon tanısı alan örnekleme hesaplanan korkulan benlik uyumsuzluğunun; depresyon üzerindeki özgün etkisi incelendiğinde 2. adımdaki

model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre değerlendirilmiştir, $F(3, 55) = 4.66, p < .01$. Model 2'deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki varken, görev benlik ve korkulan benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel anlamda manidar bir ilişki gözlenmemiştir. Anksiyete tanısı almış örnekleme hesaplanan korkulan benlik uyumsuzluğunun, depresyon üzerindeki özgün etkisi incelenmek istenen regresyonun hiçbir adımında istatistiksel olarak manidar sonuçlar gözlenmemiştir.

Tablo 3.21'de Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi (BBUE) ile tanı almayan ve tanı alan grupta hesaplanan; korkulan benlik uyumsuzluğunun; anksiyete üzerindeki özgün etkisini inceleyebilmek üzere yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları görülmektedir. Tanı almayan örnekleme hesaplanan korkulan benlik uyumsuzluğunun; anksiyete üzerindeki özgün etkisini incelendiğinde 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre değerlendirilmiştir, $F(3, 98) = 8.600, p < .001$. Model 2'deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; ideal benlik uyumsuzluğu ile anksiyete arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki varken görev benlik uyumsuzluğu ile anksiyete arasında istatistiksel anlamda manidar bir ilişki gözlenmemiştir. Diğer yandan, korkulan benlik uyumsuzluğu ile anksiyete arasında anlamlı negatif ilişki vardır. Ayrıca, korkulan benlik uyumsuzluğunun modele dahil edilmesi modelin toplam varyansında istatistiksel olarak anlamlı yüzde yedilik bir artış yaratmıştır.

Tablo 3.21. BBUE ile Hesaplanan Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Anksiyeteyi Yordayıcılığı

	β	t	ΔR^2	Fark F
Tanı Almayan				
İdeal Benlik U.	.37	3.74***		
Görev Benlik U.	-.06	-.64		
Korkulan Benlik U.	-.27	-3.05**	.08	9.35**
R ²	.21			
Depresyon T.A.				
İdeal Benlik U.	.15	1.06		
Görev Benlik U.	.12	.90		
Korkulan Benlik U.	-.16	-1.16	.02	1.34
R ²	.1			
Anksiyete T.A.				
İdeal Benlik U.	-.05	-.29		
Görev Benlik U.	.13	.75		
Korkulan Benlik U.	-.19	-1.07	.03	1.15
R ²	.06			

Sonuçlar 2. Adıma göre rapor edilmiştir.

*p < .05, **p < .01, *** p < .001

Ancak, depresyon ve anksiyete tanısı alan örneklerde hesaplanan korkulan benlik uyumsuzluğunun anksiyete üzerindeki özgün etkisi incelenmek istenen regresyonların hiçbir adımındaki model istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir.

Tablo 3.22’de Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksi (BBUE) ile tanı almayan ve tanı alan grupta hesaplanan; korkulan benlik uyumsuzluğunun; benlik saygısı üzerindeki özgün etkisini inceleyebilmek üzere yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları görülmektedir.

Tablo 3.22. BBUE ile Hesaplanan Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Benlik Saygısını Yordayıcılığı

	β	t	ΔR^2	Fark F
Tanı Almayan				
İdeal Benlik U.	-.37	-3.84***		
Görev Benlik U.	-.17	-1.78		
Korkulan Benlik U.	.09	1.01	.01	1.02
R ²	.24			
Depresyon T.A.				
İdeal Benlik U.	-.20	-1.37		
Görev Benlik U.	-.01	-.02		
Korkulan Benlik U.	.19	1.40	.03	1.97
R ²	.11			
Anksiyete T.A.				
İdeal Benlik U.	.01	.07		
Görev Benlik U.	-.26	-1.46		
Korkulan Benlik U.	-.01	-.07	.01	.01
R ²	.06			

Sonuçlar 2. Adıma göre rapor edilmiştir.

*p < .05, **p < .01, *** p < .001

Tanı almayan örnekleme hesaplanan korkulan benlik uyumsuzluğunun; benlik saygısı üzerindeki özgün etkisini incelendiğinde 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre değerlendirilmiştir, F (3, 98)= 8.60, p < .001. Model 2'deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; ideal benlik uyumsuzluğu ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki varken, görev benlik ve korkulan benlik uyumsuzluğu ile benlik saygısı arasında istatistiksel anlamda manidar bir ilişki gözlenmemiştir. Ancak, depresyon ve anksiyete tanısı alan örneklemlerde hesaplanan korkulan benlik uyumsuzluğunun

anksiyete üzerindeki özgün etkisi incelenmek istenen regresyonların hiçbir adımındaki model istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir.

İYÖ ile Ölçülen Benlik Uyumsuzluğu Puanlarına Göre Regresyon Sonuçları

Tanı alan ve tanı almayan örneklemden İşaret Yerleştirme Yöntemi (İYÖ) ile elde edilen korkulan benlik uyumsuzluğunun; benlik saygısı, depresyon ve anksiyete üzerindeki özgün etkisini inceleyebilmek üzere hiyerarşik regresyon analizleri yapılmıştır. Görev benlik, korkulan benlik ve ideal benlik uyumsuzluğu değişkenlerinin depresyon, anksiyete ve benlik saygısı ile aralarında hiyerarşik regresyon analizi yapılırken regresyon denklemine bağımsız değişken olarak ilk adımda, ideal benlik ve görev benlik uyumsuzluğu, ikinci adımda ise, korkulan benlik uyumsuzluğu dahil edilmiştir.

İşaret Yerleştirme Ölçeği (İYÖ) ile tanı alan ve almayan grupta hesaplanan; korkulan benlik uyumsuzluğunun; depresyon üzerindeki özgün etkisini inceleyebilmek üzere yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.23'te görülmektedir.

Tanı almayan grupta korkulan benliğin; depresyon üzerindeki özgün etkisi incelendiğinde 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre değerlendirilmiştir, $F(3, 198) = 13.85, p < .001$. Model 2'deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki varken görev benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel anlamda manidar bir ilişki gözlenmemiştir. Diğer yandan, korkulan benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasında anlamlı negatif ilişki vardır. Ayrıca, korkulan benlik uyumsuzluğunun modele dahil edilmesi modelin toplam varyansında istatistiksel olarak anlamlı binde beşlik bir artış yaratmıştır.

Tablo 3.23. İYÖ ile Hesaplanan Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Depresyonu Yordayıcılığı

	β	t	ΔR^2	Fark F
Tanı Almayan				
İdeal Benlik U.	.45	4.74***		
Görev Benlik U.	.08	.91		
Korkulan Benlik U.	-.21	-2.48**	.05	6.18***
R ²	.30			
Depresyon T.A.				
İdeal Benlik U.	.31	2.36**		
Görev Benlik U.	.25	2.02**		
Korkulan Benlik U.	.05	.43	.01	.19
R ²	.19			
Anksiyete T.A.				
İdeal Benlik U.	.10	.68		
Görev Benlik U.	.28	1.86		
Korkulan Benlik U.	-.12	-.81	.01	.67
R ²	.13			

Sonuçlar 2. Adıma göre rapor edilmiştir.

*p<.05, **p<.01, *** p<.001

Depresyon tanısı almış örneklemdaki model de istatistiksel olarak anlamlıdır, $F(3, 55) = 4.08, p > .01$. Hem ideal hem de görev benlik uyumsuzluğu depresyon ile pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkilidir. Ancak, korkulan benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir. Diğer taraftan, anksiyete tanısı alan örneklemlerde hesaplanan korkulan benlik uyumsuzluğunun depresyon üzerindeki özgün etkisi incelenmek istenen regresyonların hiçbir adımındaki model istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir.

İşaret Yerleştirme Ölçeği (İYÖ) ile tanı alan ve almayan grupta hesaplanan; korkulan benlik uyumsuzluğunun; anksiyete üzerindeki özgün etkisini inceleyebilmek üzere yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.24'te görülmektedir.

Tablo 3.24. İYÖ ile Hesaplanan Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Anksiyeteyi Yordayıcılığı

	β	t	ΔR^2	Fark F
Tanı Almayan				
İdeal Benlik U.	.29	2.74**		
Görev Benlik U.	.11	1.06		
Korkulan Benlik U.	-.15	-1.60	.02	2.58
R ²	.15			
Depresyon T.A.				
İdeal Benlik U.	.12	.85		
Görev Benlik U.	.08	.57		
Korkulan Benlik U.	-.16	-1.15	.02	1.34
R ²	.06			
Anksiyete T.A.				
İdeal Benlik U.	-.04	-.30		
Görev Benlik U.	.17	1.07		
Korkulan Benlik U.	-.02	-.13	.01	.018
R ²	.03			

Sonuçlar 2. Adıma göre rapor edilmiştir.

*p<.05, **p<.01, *** p<.001

Korkulan benliğin; anksiyete üzerindeki özgün etkisini incelendiğinde 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamlı olduğu için sonuçlar 2. adıma göre değerlendirilmiştir, $F(3, 98) = 5.72$, $p < .001$. Model 2'deki standart beta ağırlıkları incelendiğinde; ideal benlik uyumsuzluğu ile anksiyete arasında istatistiksel olarak

anlamli pozitif iliŒki varken, görev benlik uyumsuzluğu ile anksiyete arasında istatistiksel anlamda manidar bir iliŒki gzlenmemiŒtir. Korkulan benlik uyumsuzluğu ile anksiyete arasında negatif iliŒki gözlenirse de, bu iliŒki istatistiksel olarak anlamli değildir. Hem depresyon hem de anksiyete tanısı alan örneklemelerde hesaplanan korkulan benlik uyumsuzluğunun, anksiyete üzerindeki zgn etkisi incelenmek istenen regresyon modelleri istatistiksel olarak anlamli sonuçlar vermemiŒtir.

İŒaret YerleŒtirme lęeęi (İY) ile tanı alan ve almayan grupta hesaplanan; korkulan benlik uyumsuzluğunun; benlik saygısı üzerindeki zgn etkisini inceleyebilmek üzere yapılan hiyerarŒik regresyon analizi sonuçları Tablo 3.25'te görülmektedir. Korkulan benliğin; benlik saygısı üzerindeki zgn etkisini incelendiğinde 2. adımdaki model istatistiksel olarak anlamli olduğu için sonuçlar 2. adıma göre deęerlendirilmiŒtir, $F(3, 98) = 9.28, p < .001$. Model 2'deki standart beta ağırlıklarının anlamlılık düzeyleri incelendiğinde; ideal benlik uyumsuzluğu ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamli pozitif iliŒki varken, görev benlik uyumsuzluğu ile benlik saygısı arasında istatistiksel anlamda manidar bir iliŒki gzlenmemiŒtir. Diğer yandan, korkulan benlik uyumsuzluğu ile benlik saygısı arasındaki iliŒki istatistiksel olarak anlamli değildir.

Tablo 3.25. İYÖ ile Hesaplanan Korkulan Benlik Uyumsuzluğu Puanlarının Benlik Saygısını Yordayıcılığı

	β	t	ΔR^2	Fark F
Tanı Almayan				
İdeal Benlik U.	-.38	-3.78***		
Görev Benlik U.	-.11	-1.09		
Korkulan Benlik U.	.15	1.66	.02	2.75
R ²	.22			
Depresyon T.A.				
İdeal Benlik U.	-.14	-1.05		
Görev Benlik U.	-.08	-.58		
Korkulan Benlik U.	.12	.93	.01	.87
R ²	.06			
Anksiyete T.A.				
İdeal Benlik U.	-.07	-.47		
Görev Benlik U.	-.32	-2.13		
Korkulan Benlik U.	.027	.18	.01	.03
R ²	.12			

Sonuçlar 2. Adıma göre rapor edilmiştir.

*p < .05, **p < .01, *** p < .001

Depresyon ve anksiyete tanısı alan örneklerde hesaplanan korkulan benlik uyumsuzluğunun, benlik saygısı üzerindeki özgün etkisi incelenmek istenen regresyon modelleri istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar vermemiştir. Korkulan benlik uyumsuzluğunun, hangi tür duygusal sorunlar ile ilişkili olduğu yapılan regresyon analizleriyle belirlemeye çalışılmıştır (Araştırma sorusu 3). BBUE ile elde edilen verilerle yapılan hiyerarşik regresyon analizlerinde sadece tanı almayan grupta korkulan benlik uyumsuzluğu anksiyete puanlarıyla anlamlı düzeyde ilişkiliyken; İYÖ ile elde edilen verilerle yapılan hiyerarşik regresyon analizlerinde ise; yine yalnızca tanı almayan grupta; korkulan benlik ile depresyon ilişkili bulunmuştur.

4.TARTIŞMA

Benlik Uyumsuzlukları Kuramı (1987), benlik uyumsuzlukları ile duygusal sorunlar arasında özgün ilişkiler öneren temel bir yaklaşım olarak Batılı çalışmaların ilgi odağı olmaya başlamıştır. Ancak, ülkemizde bu alanda sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu bağlamda şimdiki çalışmanın temel amacı, Benlik Uyumsuzlukları Kuramının (BUK) varsayımlarını, Türkiye bağlamında test etmektir. Bunu yaparken, farklı stratejiler izleyerek BUK'un varsayımlarının, sistematik bir şekilde incelenmesi hedeflenmektedir. İlk etapta, benlik uyumsuzluklarını, farklı yöntemler ile ölçerek (BBUE ve İYÖ), benlik uyumsuzluklarının duygusal sorunlar ile olan ilişkisini benlik uyumsuzluklarının nasıl ölçüldüğüne göre farklılaşp farklılaşmadığı incelenmek istenmiştir. Bu yaklaşım, çıkan sonuçların güvenilirliği konusunda da, bilgi sağlayabilir. Benzer şekilde, şimdiki çalışma benlik uyumsuzlukları kuramı varsayımlarını, iki farklı örnekleme (tanı almış ve almamış) test ederek; BUK'un varsayımlarının farklı şekilde test edilmesine olanak sağlamak ve karşılaştırma imkanı sunmaktadır. Son olarak, BUK'un varsayımlarının test edildiği çalışmalarda ağırlıklı bir şekilde, bağımlı değişkenler olarak depresyon ve anksiyete puanları kullanılmıştır. Bu çalışmada, bu değişkenlerin yanı sıra benlik uyumsuzlukları ile benlik saygısı arasındaki ilişkide incelenmiştir.

Higgins'ın Benlik Uyumsuzlukları Kuramına göre, kronik ideal benlik uyumsuzluğu, depresyona, kronik görev benlik uyumsuzluğu ise; anksiyeteye neden olmaktadır (Higgins ve ark., 1986; Higgins, 1987; Bentall, Kinderman ve Manson, 2005). Bu çalışmada, bu varsayımlar, iki farklı şekilde test edilmiştir. İlk etapta, çalışmanın örnekleme tanı almamış, depresyon tanısı almış ve anksiyete tanısı almış gruplardan oluştuğu için, bu gruplar arasında benlik uyumsuzluk puanları karşılaştırılmıştır. Çalışmanın bu konudaki bulguları yalnızca İşaret Yerleştirme

Yönteminden (İYÖ) elde edilen ideal benlik uyumsuzluğu puanların dağılımında BUK'un varsayımları ile tutarlıdır. Farklı bir ifadeyle, diğer gruplar ile karşılaştırıldığında (tanı almamış ve anksiyete tanısı almış), depresyon tanısı almış grupta daha fazla oranda ideal benlik uyumsuzluğu gözlenmiştir. Ancak, beklenenin aksine, görev benlik uyumsuzluğu puanları anksiyete tanısı almış grupta daha fazla çıkmamıştır. Benzer şekilde, Birleştirilmiş Benlik Uyumsuzlukları Endeksine göre hesaplanan benlik uyumsuzlukları puanları, farklı gruplara göre beklendiği yönde farklılaşmamıştır.

Çıkan grup farklılıklarının sonuçları, psikiyatri kliniklerinde tanı koyma süreçlerinin güvenilirliği bağlamında değerlendirilebilir. Bu konuda bazı çalışmaların işaret ettiği gibi, konulan tanıları kullanılan kriterlere göre değişebilmekte ve bazı durumlarda anksiyete veya depresyon tanıları iç içe geçebilmektedir (Brunch ve ark., 2000; Scoot ve O'Hara, 1993; Veale ve ark., 2003). Şimdiki çalışmaya da baktığımızda, depresyon ve anksiyete tanısı almış kişilerin rapor ettiği depresyon veya anksiyete (Kısa Semptom Ölçeğine, KSÖ, göre) puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı gözlenmiştir. Ayrıca, konulan psikiyatrik tanı ile bu çalışmada katılımcıların KSÖ'den aldıkları puanlara göre yapılan sınıflandırmaların örtüşme oranı (bkz. Ek III) oldukça düşüktür. Ayrıca, tanı almış grup, demografik verilerde özetlendiği gibi, tedavilerine (ilaç ve terapi) halen devam etmektedir. Bu süreç, kişilerin hem duygu durumlarında, hem de benlik değerlendirmelerinde farklılaşma yaratmış olabilir (Bentall ve ark., 2005; Scott ve O'Hara, 1993). Son olarak, ileride daha detaylı tartışılacağı gibi, benlik uyumsuzlukları puanları arasında yüksek korelasyon olması da, grup farklılıklarının test edilmesinde yanlılıklar getirebilir.

BUK'un temel varsayımları, ayrıca; farklı gruplarda doğrudan benlik uyumsuzluk puanları ile katılımcıların KSÖ aldıkları puanlar arasında hiyerarşik

regresyon analizleriyle de test edilmiştir. Bu yaklaşım, genel olarak BUK'un varsayımlarını test edilen çalışmalarda kullanılmaktadır. Bu bağlamda çalışmanın en önemli bulgularından biri ideal benlik uyumsuzluğunun hangi yöntemle ölçülürse ölçülsün; hem tanı almayan grupta, hem de depresyon tanısı almış grupta BUK'un önerdiği gibi depresyon puanlarını yordamasıdır. Daha da önemlisi, farklı yöntemler ile ölçülen ideal benlik uyumsuzluklarının artışıyla, tanı almayan grupta benlik saygısı arasındaki negatif ilişkidir. Böylece, ideal benlik uyumsuzlukları depresyonun yanında kişinin duygusal durumu için önemli olan benlik saygısını (Gramzow ve ark., 2000) tahmin etmekte de öne çıkmaktadır. Ayrıca, ilgili diğer ilginç bir bulgu da, korkulan benliğin regresyon modele dahil olduğu analizlerde de (tanı almamış ve depresyon tanısı almış gruplarda), ideal benlik uyumsuzluğu ile depresyon arasındaki anlamlı ilişkinin değişmemesidir. Tüm bu sonuçlar birlikte değerlendirildiğinde, şimdiki çalışmada BUK'un ideal benlik uyumsuzlukları ile depresyon arasında önerdiği varsayım desteklenmektedir.

Ancak, BUK'un görev benlik uyumsuzlukları ile anksiyete arasında önerdiği özgün ilişki hem farklı gruplarda hem de farklı yöntemler ile ölçülen benlik uyumsuzluklarının kullanıldığı analizlerde desteklenmemiştir. Bu konuda yürütülen önceki çalışmalarda da özellikle BUK'un görev benlik uyumsuzlukları ile ilgili önerdiği ilişki örüntüsü desteklenmemiştir (Brunch, Rivet ve Laurenti, 2000; Gramzow ve ark., 2000; Heppen ve Ogilvie, 2003; Phillips, Silvia ve Paradise, 2007; McDaniel ve Grice, 2008). Bu farklı sonuçların bir kısmı, benlik uyumsuzluklarının ölçülmesinde farklı yöntemlerin kullanılmasına bağlanmıştır (Hardin, 2010). Ancak, şimdiki çalışmada, iki farklı yöntem kullanılarak ölçülen görev benlik uyumsuzlukları, benzer sonuçlar vermiştir.

BUK'un varsayımlarının tam olarak desteklenmemesi önceki çalışmalarda olduğu gibi, bazı önemli yöntemsel sorunların gündeme gelmesine neden olmuştur (Gramzow ve ark., 2000; Brunch, Rivet ve Laurenti, 2000). Benlik uyumsuzlukları ile duygusal sorunlar arasında ilişkiler incelenirken, hem bağımsız değişkenler arasında (benlik uyumsuzlukları), hem de bağımlı değişkenler arasında (depresyon, anksiyete, benlik saygısı) yüksek korelasyon gözlemlendiği için, benlik uyumsuzluklarının duygusal sorunları tahmin etmedeki özgün katkısının incelenmesini güçleştirmektedir. Konu ile ilgili literatürdeki bazı çalışmalarda (Phillips ve Silvia, 2005; Scott ve O'Hara, 1993) rapor edildiği gibi, bu çalışmada da, anksiyete, depresyon ve benlik saygısı bağımlı değişkenleri arasında pozitif yönde yüksek bir korelasyon gözlenmektedir. Örnek olarak, depresyon ile anksiyete puanları arasında tanı almayan grupta ($r = .59$), depresyon tanısı alan grupta ($r = .49$) ve anksiyete tanısı alan grupta ($r = .76$) istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar hesaplanmıştır.

Ayrıca, farklı benlik uyumsuzlukları arasında (örneğin ideal ve görev) gözlenen yüksek korelasyon, önceki çalışmalarda olduğu gibi BUK'nın önerdiği özgün benlik uyumsuzlukları ile özgün duygusal sorunların birebir test edilmesini güçleştirmektedir. Her iki yöntem ile hesaplanan bağımsız değişkenler (ideal, görev ve korkulan benlik uyumsuzlukları) arasında da istatistiksel olarak manidar sonuçlar görülmektedir (Gramzow ve arkadaşları, 2000; Özgül ve arkadaşları, 2003). Nitekim, BBUE ile hesaplanan verilerde, ideal benlik uyumsuzluğu ile görev benlik uyumsuzluğu arasında ($r = .40$ $p < .01$) pozitif; ideal benlik uyumsuzluğu ile korkulan benlik uyumsuzluğu arasında ($r = -.28$ $p < .01$) negatif, görev benlik uyumsuzluğu ile korkulan benlik uyumsuzluğu arasında; ($r = -.23$ $p < .01$) negatif yönde korelasyon hesaplanmıştır.

Her iki yöntem ile hesaplanan ideal ve korkulan benlik uyumsuzluğu puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunurken; farklı yöntemler ile ölçülen görev benlik uyumsuzluğu puanları arasında ne tanı almayan grupta, ne de depresyon ve anksiyete tanısı almış grupta istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunamaması da görev benlik uyumsuzluğun ölçülmesinde soruna işaret ediyor olabilir. Görev benlik uyumsuzluğu puanları arasında anlamlı bir ilişki olmaması BBUE ile veri toplarken, katılımcılardan, sadece beş özellik yazmaları istenmesi ve bu özelliklerin değerlendirilmesi esnasında kişileri daha spesifik düşünmeye yöneltmiş olabileceğini akla getirmektedir. Aynı zamanda, İYÖ'nin katılımcıları, görev benliklerine ilişkin özellikleri daha genel hatlarıyla düşünmeye sevk etmesine bağlanabilir (McDaniel ve Grice, 2008).

Ayrıca, bu çalışmada, benlik uyumsuzlukları kuramının kuramsal çerçevesinde yer almamakla birlikte, alternatif kuramsal yaklaşımlar (Carver ve ark. 1999; Heppen ve Ogilvie, 2003; Ogilvie, 1987) tarafından önerilen korkulan benliğin (kişinin olmak istemediği kişiden hangi oranda uzak olduğu) duygusal sorunlar ile ilişkisi de incelenmiştir. Bu bağlamda, ortaya çıkan ilginç bir bulgu; her iki yöntemle de ölçülen korkulan benlik puanların yüksekliği (istenilmeyen kişiye yakın olması) depresyon tanısı almış kişilerde belirgin olarak ortaya çıkmasıdır. Bu sonuç, önceki çalışmaların önerdiği gibi kişilerin depresyon deneyimlerinde ideallerine ulaşamamalarının yanında, korktukları kişinin özelliklerine kendilerinin yakın hissetmelerinin de etkisinin olabileceği iddia eden alternatif yaklaşımları destekler yöndedir (Carver ve ark., 1999; Phillips ve ark., 2007; Weilage ve Hope, 1999).

Ayrıca, yapılan regresyon analizleriyle görev ve ideal benlik uyumsuzlukların kontrol edildikten sonra, korkulan benlik uyumsuzluğunun hangi tür duygusal

sorunlar ile ilişkili olduğu belirlenmeye çalışılmıştır. BBUE ile elde edilen verilerle yapılan hiyerarşik regresyon analizlerinde; sadece tanı almayan grupta anksiyetenin yordandığı görülmektedir. Diğer yandan, İYÖ ile elde edilen verilerle yapılan hiyerarşik regresyon analizlerinde ise; tanı almayan grupta; depresyon ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu bulgular, önceki grup farklılıkları analizleriyle birleştirildiğinde, korkulan benlik uyumsuzlukların kişinin yaşadığı duygusal sorunları tahmin etmede önemli bir kaynak olabileceğine işaret eden yaklaşımları desteklemektedir (Carver ve ark. 1999; Heppen ve Ogilvie, 2003; Ogilvie, 1987). Ancak, korkulan benlik uyumsuzlukları ile ilgili bulgular yorumlanırken dikkat edilmesi gereken önemli bir nokta; bu çalışmanın temel olarak BUK bağlamında yürütülmesi nedeniyle, korkulan benlik uyumsuzluklarının duygusal sorunlar üzerine etkisi, diğer benlik uyumsuzluklarının etkisi kontrol edildikten sonra test edilmesidir. Bu ilişkiler, alternatif yöntemler ile de test edilebilir. Örneğin, Carver ve arkadaşlarının(1999) önerdiği gibi, korkulan benliğine yakın olan kişiler, ideal hedeflerini fazla da önemsemeyebilir.

Çalışmada yer alan bağımlı değişkenlerden biri olan benlik saygısı, olumsuz duygularla ilişkilendirilen bir kavramdır (Ünal ve Özcan 2000). Zira, araştırmanın hedeflerinden bir tanesi de; benlik uyumsuzlukları ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesini içermektedir. Nitekim, yapılan ANOVA analizlerinde, tanı almış katılımcıların, tanı almayan örnekleme nazaran daha düşük benlik saygısına sahip olduğu görülmektedir. Ancak, depresyon veya anksiyete tanısı almış katılımcıların, benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gözlenmemektedir. Benlik uyumsuzlukları ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemek üzere yapılan regresyon analizleri incelendiğinde; gerek BBUE, gerekse İYÖ ile elde edilen verilerde; tanı almayan grupta, ideal benlik uyumsuzluğunun

benlik saygısını yordayabildiği gözlenirken; depresyon ve anksiyete tanısı almış örnekleme istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Bu sonuç, özellikle tanı almamış grupta benlik uyumsuzluklarının etkilerini incelenirken alternatif bağımlı değişkenlerin kullanılmasının önemine işaret ediyor olabilir (McDaniel ve Grice, 2008).

Benlik Uyumsuzlukları Kuramı'nı diğer kuramlardan farklı kılan bir yanı; diğerlerinin bakış açısının da benlik üzerinde kişi için önemli bilgi kaynağı olduğudur. Ancak, bu çalışmada veri toplanırken bu boyuta yer verilmemiştir. Eğer, toplulukçu özellikler barındıran bir toplum olduğumuz düşünülürse; diğerlerinin bakış açısıyla kişinin kendisini değerlendirmesini araştırmaya dahil etmemiş olmak, çalışmaya oldukça önemli bir sınırlılık getirmiş olabilir. Ancak, diğerlerinin bakış açısının alınması, benlik uyumsuzlukları ölçümlerini oldukça zorlaştırmaktadır. Ayrıca, bu alanda yürütülen çalışmalarda ağırlıklı bir şekilde benlik uyumsuzluklarını kendi ve diğerleri açısından ölçülse dahi; analizler sırasında bu uyumsuzlukların bir kısmı kullanılmaktadır veya ortalama (örn., ideal-kendi ve ideal-diğer) uyumsuzluk puanları hesaplanarak incelenmektedir. Bir çok çalışmada ise şimdiki çalışmada olduğu gibi kendi bakış açısından benlik uyumsuzlukları ölçülmektedir (Çukur, 2002).

Önceden bahsedilen sınırlıkların yanı sıra; veri toplama sürecinde de bir takım sorunlarla karşılaşmıştır. Özellikle, tanı almış gruptan bilgi toplanırken, bazı katılımcıların kendilerince bir strateji geliştirerek; ideal ve görev benliklerine ilişkin özellikleri sıralarken, toplumda genellikle olumsuz olarak görülen birtakım sıfatları kullandıkları görülmüştür. Örneğin; duyarsız, acımasız ve olup bitene karşı kayıtsız kalmayı isteyen gibi. Bu durumun nedeni sorulduğunda, diğer insanların bu

özellikler sayesinde kendilerini korudukları ve sorunsuz bir yaşam sürdükleri şeklinde bir açıklama yapılmıştır.

Veri toplama sürecinde, dikkat çeken bir diğer nokta ise; katılımcıların; korkulan benliklerine ilişkin özellikleri sıralarken, kimi ideal benliklerini, kimi de görev benliğini tanımlamakta kullandığı özelliklerin karşıt anlamlılarını kullanmalıdır. Bu durum göz önüne alındığında; kişilerin yaşayacağı benlik uyumsuzluklarından hangisinin, kendisini daha fazla rahatsız edeceği konusunda fikir verebileceğini düşündürmektedir. Bununla beraber, katılımcıların benlik hedeflerini belirlerken, bazı benlik hedeflerini temel alarak diğer hedefler ile ilişkilendirmesi, ölçme yanlılıklarını da beraberinde getirebilir.

Benlik Uyumsuzlukları Kuramının boylamsal çalışmalar ile test edilmemesi de bazı yanlılıkları beraberinde getirebilir. Karmaşık bir kavram olan benlik; ben neyim, ben ne yapabilirim, benim için neler değerlidir, hayatta ne olmak istiyorum gibi soruların cevabını içerdiği bilinmektedir. Özellikle, göreceli olarak daha genç veya öğrenci örnekleme ele alındığında, özellikle benliğin, uzun dönemli emeller ve idealler boyutunun eksik kaldığını görülmektedir. İşte bu noktada; benlik uyumsuzlukları kuramının, zaman değişkenini dikkate almadan, kuramın temel hatlarını çizmiş olduğu görülmektedir. Hangi yöntemle hesaplanırsa hesaplanırsın, elde edilen benlik uyumsuzluğu puanı; hedeflenen özelliğe ulaşılma süresi de göz önüne alınarak bir katsayı ile çarpılarak hesaplanabilir. Örneğin; yakın gelecek ve uzak gelecek, şeklinde bir sınıflandırma yapılabilir.

Sonuç olarak, Benlik Uyumsuzlukları Kuramı tarafından ortaya atılan önermelerin kısmi olarak doğrulandığı görülmektedir. Ancak, özellikle görev benliği ve anksiyeteye ilişkin önermeler bu çalışma bulguları tarafından desteklenmemiştir. Diğer yandan, benlik uyumsuzluklarını ölçmek için kullanılan yöntemler arasındaki

farklar da dikkat çekmektedir. Örneğin BBUE ile elde edilen verilerde, depresyon ve anksiyete tanısı alan katılımcılardan elde edilen benlik uyumsuzlukları puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunamazken, İYÖ ile elde edilen verilerde manidar farklılıklar saptanmıştır. Bu durum, var olan ölçme yöntemlerinin tekrar sorgulanmasını veya farklı yöntemlerle benlik uyumsuzluklarının ölçülmesi gerekliliğini düşündürmektedir. Şimdiki çalışma BUK' nı farklı stratejiler kullanarak sistematik bir şekilde incelemeye çalışmıştır. Bu bağlamda, Türkiye'de ilerde ilgili konularda yapılacak çalışmalar için, bu çalışma bir başlangıç oluşturabilir. Bu konuda ilerde yürütülecek çalışmaların özellikle kültürel süreçlere önem vermesi ve BUK'un varsayımların farklı sosyo-demografik gruplarda test etmesi önemli olabilir.

KAYNAKLAR

- Ayhan, İ. ve Yarar, F. (2005). Batıl İnançların Psikolojisi. *Pivolka*, 4 (17), 15.
- Baumeister, R. F. (1999). *The Self in Social Psychology*. Philadelphia: Psychology Press. 1.
- Bentall, R. P., Kinderman, P. ve Manson, K. (2005). Self-discrepancies in Bipolar disorder: Comparison of manic, depressed, remitted and normal participants. *British Journal of Clinical Psychology* . (44). 457–473.
- Bilgin, N. (2000). Sosyal Psikolojiye Giriş. *Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları*: İzmir. (48). 151.
- Brunch, M. A., Rivet, K. M. ve Laurenti, H. J. (2000). Type of Self Discrepancy and Relationships to Components of the Tripartite Model of Emotional Distress. *Personality and Individual Differences*. (29). 37-44.
- Budak, S. (2005). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.123.
- Carver, C.S., Lawrence, J. W. ve Scheier, M. F. (1999). Self-Discrepancy and Affect: Incorporating the Role of Feared Selves. *Society for Personality and Social Psychology*. 25(7).783-792.
- Cevher, F. N. ve Buluş, M. (2007). Benlik Kavramı ve Benlik Saygısı: Önemi Ve Geliştirilmesi. *Journal of Academic Design*. 2(52).64.
- Cialdini, R. B., Borden, R. J., Thorne, A., Walker, M. R., Freeman, S. ve Sloan, L. R. (1976). Basking In Reflected Glory: Three (Football) Field Studies. *Journal of Personality And Social Psychology*. 34(3). 366-375.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. Yayınlanmamış uzmanlık tezi. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Bölümü.

- Çukur, C. Ş. (2002). *Extending Self-Discrepancy Theory: The Role Of Different Standpoints On Self-Regulation Across Cultures*. Yayınlanmamış doktora tezi, Nebraska Üniversitesi.
- Dağ, İ. (1991). Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R). Üniversite Öğrencileri İçin Güvenirliği ve Geçerliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2: 5-12.
- Damarlı, Ö. (2006). *Ergenlerde Toplumsal Cinsiyet Rollerini, Bağlanma Stilleri ve Benlik Kavramı Arasındaki İlişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Tezi.
- Dönmez, A. (1992). Bilişsel Sosyal Şemalar. *Ankara Üniversitesi Dil Tarih Coğrafya Fakültesi Araştırma Dergisi*. 14, 131-146.
- Duval, S. ve Wicklund, R., A. (1972). *A Theory of Objective Self-Awareness*. New York: Academic.
- Gramzow, R. H., Sedikides, C., Panter, A. T., ve Insko, C. A. (2000). Aspects of self-regulation and self-structure as predictors of perceived emotional distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 26, 188-205.
- Gülbahçe, A. (2007). *Mesleki Olgunluk Düzeyleri Farklı Olan Öğrencilerin Sosyal Karşılaştırma ve Benlik İmgelerinin İncelenmesi*. Doktora tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Güleç, C. ve Köroğlu, E. (1988). *Psikiyatri Temel Kitabı*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Güngör, E. (2010). *Seyircilerin Kullandığı Strateji ve Taktikler*. 24 Haziran 2010, http://ultras-istanbul.over-blog.de/pages/TARAFTAR_-1035721.html.
- Hardin, E. E. (2010). Integrated Self-Discrepancy Index. 08 Mart 2010. <http://webpages.acs.ttu.edu/erhardin/>.

- Heppen, J. B. ve Ogilvie, D. M. (2003). Predicting affect from global self-discrepancies: The dual role of the undesired self. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 22, 347-368.
- Higgins, E. T., Bond, R. N., Klein, R. ve Strauman, T. (1986). Self Discrepancies and Emotional Vulnerability: How Magnitude Accessibility, and Type of Discrepancy Influence Affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 5-15.
- Higgins, E. T. (1987). Self Discrepancy: A Theory Relating Self and Affect. *Psychological Review*, 94, 314-40.
- Higgins, E. T. (1989). Self Discrepancy Theory: What Patterns of Self Beliefs Cause People to Suffer? *Advances in Experimental Social Psychology*. 42(3), 93-136.
- Hoang, C. U. (2009). *Promoting Mental Health in Older Adults*. Doktora Tezi. Texas Tech Üniversitesi.
- Hogg, M. A. ve Vaughan, G. M. (2006). *Sosyal Psikoloji*. ÜtopyaYayınevi.
- Işık, E. N. (2006) *Öğretmen Adaylarının Benlik Kavramları İle Meslek Benlik Kavramları Arasındaki Bağdaşımın Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi: Selçuk Üniversitesi örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Tezi.
- McDaniel, L.B. ve Grice, J.W. (2008). Predicting Psychological Well-being From Self-discrepancies: A Comparison of Idiographic and Nomothetic Measures. *Self and Identity*. 7:243-261. Psychology Press.
- Muğla Sağlık Müdürlüğü (2007). *Ruh Sağlığı Polikliniğine Ait Yıllık İstatistik Veriler*.
- Ogilvie, D. (2003). Marker placement task. *Journal of Clinical Psychology*. 347-361.

- Öyekçin, D. G.(2008). Bir Devlet Hastanesi Psikiyatri Polikliniğine Bir Yıl İçinde Başvuran Olguların Sosyodemografik Özellikleri ve Psikiyatrik Tanı Dağılımı. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 9.39-43
- Özgül, S., Heubeck, B., Ward, J., ve Wilkinson, R. (2003). Self-discrepancies: Measurement and relation to various affective states. *Australian Journal of Psychology*. 55, 56-62.
- Phillips A. G., Silvia, P. J. ve Paradise, M. J. (2007). The Undesired Self and Emotional Experience: Latent Variable Analysis. *Journal of Social and Clinical Psychology*.7(26). 1035
- Radhakrishnan, P. ve Chan, D. (1997). Cultural Differences in the Relation between Self-discrepancy and Life Satisfaction. *International Journal of Psychology*. 32 (6), 387- 398.
- Scout, L. A. (1991). *Self Concept Discrepancies In Clinically Anxious And Depressed University Students*. Yüksek lisans tezi, Graduate Collage of The University of Iowa.
- Scout, L. A. ve O'Hara, M. W. (1993). Self-Discrepancy in Clinically Anxious and Depressed University Student. *Journal of Abnormal Psychology* . (12). 282-287
- Smith, E. R. ve Mackie, D. M. (2000). *Social Psychology (2.baskı)*. (121-123). Hove Psychology Press.
- Strauman, T. ve Higgins, E. T. (1988). Self Discrepancies as Predictors of Vulnerability to Distinct Syndromes of Chronic Emotional Distress. *Journal of Personality*. 56(4), 685-707

- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirilmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14: 71-106.
- Şahin, Z. (2007). *Çocuk Yetiştirme Tarzları ve Benlik Düzenleme Uyumsuzluklarının Kendilik-Bilinci Duygusal Eğilimleriyle İlişkisi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tuğrul, C. (1994). Alkoliklerin Çocuklarının Aile Ortamlarındaki Stres Kaynakları, Etkileri ve Stresle Başa Çıkma Yolları. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9: 57-73
- Tümkaya, S., Özdel, O., Değirmenci, T. ve Oğuzhanoglu, N. K. (2005). Bir Üniversite Hastanesi Psikiyatri Polikliniği Hastalarında Psikiyatrik Tanı Ve Tedavi: Bir Yıllık Geriye Dönük Araştırma. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*; 6:36-40.
- Ünal S. ve Özcan, E. (2000). Depresyonda Hazırlayıcı, Ortaya Çıkarıcı ve Koruyucu Etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*.1,41-47.
- Veale, D., Kinderman, P., Riley, S. ve Lambrou, C.(2003). Self-Discrepancy Theory In Body Dysmorphic Disorder. *British Journal of Clinical Psychology*. 42, 157-169.
- Yanbastı, G. (1990). *Kişilik Kuramları*. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- Yıldız, M. (2006). *Benlik-Kavramı ve Benliğin Gelişiminde Dinin Rolü*. Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi. 23,87-126
- Weilage, M. ve Hope, D. A. (1999). Self-Discrepancy in Social Phobia and Dysthymia. *Cognitive Therapy and Research*. 23,(6). 637-650

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Özgür TAN

Doğum Yeri : Erzincan

Doğum Yılı : 1979

Medeni Hali : Bekar

EĞİTİM VE AKADEMİK BİLGİLER

Lise 1993-1997 : Bornova Anadolu Lisesi

Lisans 1998-2003 : Ege Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü

Yabancı Dil : İngilizce

MESLEKİ BİLGİLER

2005 - : Muğla Sağlık Müdürlüğü- Psikolog

EKLER

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR BELGESİ

“**Benlik Kuramı Varsayımlarının Araştırılması**” isimli bir çalışmada yer almak üzere davet edilmiş bulunmaktasınız. Bu çalışma, araştırma amaçlı olarak yapılmaktadır. Çalışmada sizin cevap vermeniz için bir grup anket ve ölçek sorusu içermektedir. Sorular ağırlıklı bir şekilde sizin benliğiniz ve duygu durumunuzu öğrenmek için tasarlanmıştır. Bu çalışma yaklaşık 30 dakika sürecektir. Bu çalışma Muğla merkezde yapılmaktadır ve çalışmaya toplam 200 kişi katılmaktadır. Çalışmaya yalnızca 18 yaşından büyük olanlar katılabilir. Çalışma Muğla Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji Anabilim Dalı tarafından yürütülmektedir.

Sizin de bu araştırmaya katılmanızı öneriyoruz. Çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayalıdır. Çalışmaya katılma konusunda karar vermeden önce araştırmanın ne amaçla yapılmak istendiğini ve nasıl yapıldığını, sizinle ilgili bilgilerin nasıl kullanılacağını, çalışmanın neler içerdiğini, olası yararlarını, risklerini bilmeniz önemlidir. Lütfen aşağıdaki bilgileri dikkatlice okuyun ve sorularınıza açık yanıtlar isteyin. Çalışma hakkında tam olarak bilgi sahibi olduktan sonra ve sorularınız cevaplandıktan sonra eğer katılmak isterseniz sizden bu formu imzalamanız istenecektir.

Bu çalışmaya katılmamalı mıyım?

Bu çalışmada yer alıp almamak tamamen size bağlıdır. Eğer katılmaya karar verirsiniz bu yazılı bilgilendirilmiş olur formu imzalanmak için size verilecektir. Şu anda bu formu imzalarsanız bile istediğiniz herhangi bir zamanda bir neden göstermeksizin çalışmayı bırakmakta özgürsünüz. Eğer katılmak istemez iseniz veya çalışmadan ayrılırsanız, size sağlanan hizmetlerde herhangi bir değişiklik olmayacaktır. Yine çalışmanın herhangi bir aşamasında onayınızı çekmek hakkına da sahiptir. Çalışmanın bilinen bir olumsuz etkisi yoktur. Ancak sorular sizi herhangi bir şekilde rahatsız eder ise çalışmadan tamamen ayrılabilir veya çalışma içersinde yer alan bazı sorulara cevap vermeyebilirsiniz.

Çalışmada yer almamanın yararları nelerdir?

Araştırmadan doğrudan bir yarar sağlamanız söz konusu değildir ancak bu çalışmadan çıkarılan sonuçlar ışığında bu alandaki bilimsel gelişmeye katkı sağlamış olabilirsiniz.

Bu çalışmaya katılmamanın maliyeti nedir?

Çalışmaya katılmakla parasal yük altına girmeyeceksiniz ve size de herhangi bir ödeme yapılmayacaktır.

Kişisel bilgilerim nasıl kullanılacak?

Araştırmada sizi doğrudan tanımanıza neden olabilecek bireysel bilgiler istenmemektedir. Yalnızca bu olur belgesine isminiz ve imzanız bulunacaktır ancak bu olur belgesi araştırma soru cevap kağıdıyla ilişkilendirilmeyip; ayrı bir yerde tutulacaktır. Kişisel bilgilerinizi, araştırmayı ve istatistiksel analizleri yürütmek için kullanacaktır ancak kimlik bilgileriniz çalışma boyunca hekiminiz tarafından gizli tutulacaktır. Çalışma sonunda kesinlikle bireysel değerlendirme içermeyecektir. Çalışmanın sonunda, çalışma hakkında bilgi istemeye hakkınız vardır; ancak çalışma bireysel değerlendirme içermediğinden yalnızca çalışmanın genel sonuçları hakkında size bilgi verebiliriz. Çalışma sonuçları çalışma bitiminde bilimsel yayınlarda kullanılabilir ancak kimliğiniz açıklanmayacaktır.

Daha fazla bilgi, yardım ve iletişim için kime başvurabilirim?

Çalışma ile ilgili bir sorunuz olduğunda ya da çalışma ile ilgili ek bilgiye gereksiniminiz olduğunuzda aşağıdaki kişi ile lütfen iletişime geçiniz.

ADI : Özgür TAN
GÖREVİ : Psikolog
TELEFON : 0505 926 14 36

Gönüllünün Beyanı

Muğla Üniversitesi Psikoloji Anabilim Dalında, Özgür TAN tarafından bir araştırma yapılacağı belirtilerek bu araştırma ile ilgili **yukarıdaki bilgiler** bana aktarıldı ve ilgili metni okudum. Bu bilgilerden sonra böyle bir araştırmaya “katılımcı” olarak davet edildim.

Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Bu koşullarla söz konusu araştırmaya kendi rızamla, hiç bir baskı ve zorlama olmaksızın, gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum.

- a. Araştırmaya katılmayı reddetme hakkına sahip olduğum bana bildirildi. Bu durumda aldığım hizmette herhangi bir zarar getirmeyeceğini de biliyorum.**
- b. Sorumlu araştırmacı haber vermek kaydıyla, hiçbir gerekçe göstermeksizin istediğim anda bu çalışmadan çekilebileceğimin bilincindeyim. Bu çalışmaya katılmayı reddetmem ya da sonradan çekilmem halinde hiçbir sorumluluk altına girmediğimi ve bu durumun şimdi ya da gelecekte gereksinim duyduğum hizmet almında hiçbir biçimde etkilemeyeceğini biliyorum. (Ancak araştırmacıları zor durumda bırakmamak için araştırmadan çekileceğimi önceden bildirmemim uygun olacağına bilincindeyim).**
- c. Çalışmanın yürütücüsü olan araştırmacı çalışma programının gereklerini yerine getirmedeki ihmali nedeniyle beni çalışma kapsamından çıkarabilir.**

Çalışmanın sonuçları bilimsel toplantılar ya da yayınlarda sunulabilir.

Ancak, bu tür durumlarda kimliğim kesin olarak gizli tutulacaktır.

Araştırma için yapılacak harcamalarla ilgili herhangi bir parasal sorumluluk altına girmiyorum. Bana da bir ödeme yapılmayacaktır.

Araştırma sırasında bir sağlık sorunu ile karşılaştığımda; herhangi bir saatte, Psikolog Özgür TAN’ı, 0505 926 14 36’ten arayabileceğimi biliyorum.

İmzalı bu form kâğıdının bir kopyası bana verilecektir.

Katılımcı

Adı, soyadı:

İmza:

Tarih:

Katılımcı ile görüşen araştırmacı

Adı, soyadı:

İmza:

Tarih:

İlişikteki anketlerde sizlerden benliğiniz (Ben Kimim?) ile ilgili farklı sorular sorulacaktır. Sorular benliğimizin farklı yönlerine odaklanmaktadır. Bunlar; korkulan benlik, ideal benlik ve görev benliğidir. Bu yönleri daha iyi anlayabilmek için bunların tanımını ve ilgili örnekler aşağıda verilmiştir. Benliğin bu farklı yönlerini birbirinden ayırabilmeniz bizim için önemlidir.

GÖREV BENLİĞİ: Sahip olmak zorunda olduğumuzu düşündüğümüz özellikleri, görev ve sorumluluklarına karşı sorumluluklarımızı temsil eder. Olmak ZORUNDA hissettiğiniz özellikler.

İDEAL BENLİK: İdeal olarak sahip olmak istediğimiz, olmayı düşlediğimiz, umut ettiğimiz özellikleri temsil eder. İSTEDİĞİNİZ; ARZU ETTİĞİNİZ özellikler. Bu özelliklerin bazılarını şimdi de sahip olabilirsiniz.

KORKULAN BENLİK: Sahip olmaktan korktuğumuz ve sahip olmak istemediğimiz özellikleri temsil eder. Kendinizde GÖRMEK İSTEMEDİĞİNİZ özellikler. Bu özelliklere şu anda hali hazırda sahip olabilirsiniz veya olmasından korktuğunuz özellikler de olabilir.

Görev Benliği ile İdeal Benlik arasındaki fark nedir?

Görev benliği ile ideal benlik arasındaki farkı bir örnekle açıklayacak olursak: Bir gün zengin olmak isteyebilirsiniz. Zengin olmak bazı bireyler için ideal benlik bazıları içinde görev benliğini yansıtır olabilir. Eğer kişi zengin olmayı arzuluyor ve ideal olarak istiyorsa bu ideal benliğin bir özelliği olarak kabul edilir. Ancak, kişi kendini zengin olmak zorunda hissediyorsa; bu durumda ise zengin olmak görev benliğin bir özelliği olarak değerlendirilir.

Başka bir örnek verecek olursak, düzenli olmak özelliğini ele alırsak. Bazıları düzenli olmayı görev benliğinin bir özelliği olarak görür çünkü bu kişiler kendilerini farklı nedenlerden ötürü (örn., iş gereği, ailenin istediği veya kişinin görev anlayışı) düzenli olmak konusunda mecbur hissediyorlardır. Ancak, bazıları için düzenlilik ideal benliğin bir özelliği olarak düşünülebilir çünkü bu kişiler düzenli olmayı kendilerini mecbur hissetmeseler de istemekte, arzulamaktadır. Bazı durumlarda aynı özellik her bir benlik içinde kullanılabilir. Size verilen yönergelere uygun olarak, her bir liste için sahip olduğunuz özellikleri dikkatlice düşünerek cevaplayınız. Listeleri oluştururken sizi tanımladığını düşündüğünüz tüm kelimeleri kullanabilirsiniz.

EK-I

Devam etmeden önce lütfen aşağıdaki soruları cevaplayınız.

1. Görev benliği

- a) şu anda ne olduğumdur.
- b) toplumsal kurallardır.
- c) sorumluluklarımdır.

2. İdeal Benlik.....

- a) ulaşılamaz ve mükemmeldir.
- b) olmayı istediğim, hayal ettiğimdir.
- c) olağan benliğimdir.

Doldurduktan sonra, lütfen cevaplarınızı kontrol ettiriniz.

EK-II

BİRLEŞTİRİLMİŞ BENLİK UYUMSUZLUKLARI ENDEKSİ

Lütfen ideal olarak olmayı istediğiniz, umduğunuz ve hedeflediğiniz kişilik özelliklerini sıralayınız.

_____ İdeal Benlik 1.....

_____ İdeal Benlik 2.....

_____ İdeal Benlik 3.....

_____ İdeal Benlik 4.....

_____ İdeal Benlik 5.....

İdeal Benliğinizde yansıttığınız özellikleri bitirdikten sonra, lütfen tekrar yazdıklarınıza dönün ve bu özelliklerin ŞİMDİ; GERÇEK BENLİĞİNİZE, yani şu anda sahip olduğunuz özelliklere ne kadar yakın olduğunu aşağıdaki ölçeği kullanarak cevaplayınız. Yukarıda saydığımız özellikler sizin şimdiki halinizi ne ölçüde yansıtıyor, size ne ölçüde uyuyor ?

Hiç uymuyor	Çok az uyuyor	Biraz uyuyor	Oldukça uyuyor	Tamamen uyuyor
0	1	2	3	4

Dikkat: Sadece az önce yazdığınız özelliklerin yanına **rakamla** bu özelliklerin size ne kadar uyduğunu yukarıdaki ölçekten faydalanarak yazacaksınız.

Lütfen sahip olmak zorunda olduğunuzu hissettiğiniz özellikleri sıralayınız.

_____ Görev Benliği 1.....

_____ Görev Benliği 2.....

_____ Görev Benliği 3.....

_____ Görev Benliği 4.....

_____ Görev Benliği 5.....

Görev Benliğinizde yansıttığınız özellikleri bitirdikten sonra, lütfen tekrar yazdıklarınıza dönün ve bu özelliklerin ŞİMDİ; GERÇEK BENLİĞİNİZE, yani şu anda sahip olduğunuz özelliklere ne kadar yakın olduğunu aşağıdaki ölçeği kullanarak cevaplayınız. Yukarıda saydığımız özellikler sizin şimdiki halinizi ne ölçüde yansıtıyor, size ne ölçüde uyuyor ?

Hiç uymuyor	Çok az uyuyor	Biraz uyuyor	Oldukça uyuyor	Tamamen uyuyor
0	1	2	3	4

Dikkat: Sadece az önce yazdığımız özelliklerin yanına **rakamla** bu özelliklerin size ne kadar uyduğunu yukarıdaki ölçekten faydalanarak yazacaksınız.

Lütfen sahip olmaktan korktuğunuz ve sahip olmak istemediğiniz özellikleri sıralayınız.

_____Korkulan Benlik 1.....

_____Korkulan Benlik 2.....

_____Korkulan Benlik 3.....

_____Korkulan Benlik 4.....

_____Korkulan Benlik 5.....

Korkulan Benliğinizde yansıttığınız özellikleri bitirdikten sonra, lütfen tekrar yazdıklarınıza dönün ve bu özelliklerin ŞİMDİ; GERÇEK BENLİĞİNİZE, yani şu anda sahip olduğunuz özelliklere ne kadar yakın olduğunu aşağıdaki ölçeği kullanarak cevaplayınız. Yukarıda saydığımız özellikler sizin şimdiki halinizi ne ölçüde yansıtıyor, size ne ölçüde uyuyor ?

Hiç uymuyor	Çok az uyuyor	Biraz uyuyor	Oldukça uyuyor	Tamamen uyuyor
0	1	2	3	4

Dikkat: Sadece az önce yazdığımız özelliklerin yanına **rakamla** bu özelliklerin size ne kadar uyduğunu yukarıdaki ölçekten faydalanarak yazacaksınız.

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ENVANTERİ

Aşağıda yer alan ifadeleri dikkatlice okuyup size uygun olan seçeneğin yanına (X) işareti koyunuz.

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

DEMOGRAFİK BİLGİLER

Size uygun olan seçeneğin yanına (X) işareti koyunuz.

1. Cinsiyetiniz Bay Bayan

2. Yaşınız (Yıl olarak) :

3. Medeni Durumunuz : Evli Bekar Boşanmış Dul

4. Eğitim Durumunuz : İlkokul Ortaokul Lise
Üniversite Yüksek Lisans
Doktora

5. Çalışıyor musunuz? :
İşsizim Emekliyim Çalışıyorum Diğer

6. Şu anda çalışıyorsanız ise, mesleğiniz nedir ?
Memur İşçi Çiftçi Ev Hanımı Esnaf
Diğer

7. Geliriniz. 500TL ve altı 500-1000TL
1000-1500TL 1500-2000TL 2000TL ve üstü

8. Sağlık güvenceniz.
Özel Sağlık Güvencesi Yeşil Kart
Sosyal Güvenlik Kurumu (SSK,Emekli Sandığı,Bağ-Kur) Diğer

9. Fiziksel bir özrünüz var mı? Evet Hayır

10. Varsa belirtiniz

11.Fiziksel bir rahatsızlığınız var mı ? Evet Hayır

12. Varsa belirtiniz

13. Şimdiye kadar size psikiyatrik bir tanı konuldu mu? Evet Hayır

14. Varsa, belirtiniz (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz)
Kaç tanı kondu ve hangi yıllarda konuldu ?

TANI	YIL	TANI	YIL
Depresyon <input type="checkbox"/>		Anksiyete Bozukluğu <input type="checkbox"/>	
Şizofreni <input type="checkbox"/>		Fobi <input type="checkbox"/>	
Panik Bozukluk <input type="checkbox"/>		Obsesif-Kompulsif Bozukluk <input type="checkbox"/>	
Tik Bozukluğu <input type="checkbox"/>		Madde Bağımlılığı <input type="checkbox"/>	
Kişilik Bozukluğu <input type="checkbox"/>		Travma Sonrası Stres Bozukluğu <input type="checkbox"/>	
Bipolar Bozukluk <input type="checkbox"/>		Diğer <input type="checkbox"/>	

15. İlgili sorunla ilgili tedaviniz devam ediyor mu? Evet Hayır

16. İlgili sorunla ilgili şikayetleriniz devam ediyor mu? Evet Hayır

17. Psikiyatrik ilaç kullanıyor musunuz? Evet Hayır

18. Terapi alıyor musunuz? Evet Hayır

İŞARET YERLEŞTİRME ÖLÇEĞİ

IDEAL BENLIK

GÖREV BENLİĞİ



İdeal, Görev ve Korkulan Benliğe İlişkin Özelliklerin Niteliksel Analizi

Katılımcıların İdeal Benliklerine İlişkin Özellikler

Tanı Almamış Örneklem		Tanı Almış Örneklem	
Özellik	N	Özellik	N
Mutlu	28	Güvenilir	24
Sağlıklı	26	Yardımsever	20
Yardımsever	23	Ahlaklı	16
Güler Yüzlü	22	Sabırlı	16
Güvenilir	15	Yaratıcı	16
Sosyal	14	Güler Yüzlü	15
Sabırlı	12	Kültürlü	15
Sakin	12	Duyarlı	14
Eğlenceli	11	Hoşgörülü	14
Huzurlu	11	Emin	13
Hoşgörülü	10	Soğukkanlı	13
Sevilen	10	Yetenekli	13
Ağırbaşlı	9	Dürüst	12
Anlayışlı	9	Sağlıklı	12
Kendinden Emin	9	Hırslı	11
Ahlaklı	8	Mutlu	11
Becerikli	8	Samimi	10
Duyarlı	8	Sanatsal	10
İradeli	8	Bağımsız	9
Kültürlü	8	Eğlenceli	9
Yaratıcı	8	Hazır-Cevap	9
Canlı	7	Mantıklı	9
Dayanıklı	7	Çağdaş	7
Paylaşımçı	7	Dayanıklı	7
Cana Yakın	6	Sorumluluk Sahibi	7
Düzenli	6	Fedakar	6
Eğitilmiş	6	Gelişime Açık	6
Hırslı	6	Başarılı	5
Kararlı	6	Becerikli	5
Mantıklı	6	Çalışkan	5
Nazik	6	İçten	5
Soğukkanlı	6	Mütevazı	5
Bağımsız	5	Terbiyeli	5
Başarılı	5	Saygılı	5
Hazırcevap	5		
Hevesli	5		
Hazırcevap	5		

Katılımcıların Görev Benliklerine İlişkin Özellikler

Tanı Almamış Örneklem		Tanı Almış Örneklem	
Özellik	N	Özellik	N
Düzenli	31	Sorumluluk Sahibi	39
Ağırbaşlı	21	Fedakar	27
Sorumluluk Sahibi	21	Sabırlı	17
İtaatkar	19	Anlayışlı	15
Koruyucu	18	Güvenilir	14
Saygılı	15	Kültürlü	13
Duyarlı	13	Becerikli	12
Bakımlı	12	Düzenli	12
Fedakar	12	Paylaşımçı	12
Çabuk	11	Yaratıcı	11
Sabırlı	11	Güler yüzlü	10
Sakin	11	Hoşgörülü	10
Soğukkanlı	10	Koruyucu	10
Anlayışlı	9	Sadakatli	10
Hoşgörülü	9	Soğukkanlı	10
Mantıklı	9	Titiz	10
Ahlaklı	8	Ağırbaşlı	9
Cana yakın	8	Gelişime Açık	9
Güvenilir	8	Hırslı	9
İlgili	8	Ahlaklı	8
Terbiyeli	8	Duyarlı	8
Kendinden Emin	7	İlgili	8
Kültürlü	7	İtaatkar	8
Paylaşımçı	7	Çalışkan	7
Becerikli	6	İradeli	7
Çalışkan	6	Kendinden Emin	7
Güler yüzlü	6	Mantıklı	6
Hamarat	6	Sağlıklı	6
Hayırlı	6	Yardımsever	6
İradeli	6	Ciddi	5
Titiz	6	Dayanıklı	5
Yardımsever	6	Dürüst	5

Katılımcıların Korkulan Benliklerine İlişkin Özellikler

Tanı Almamış Örneklem		Tanı Almış Örneklem	
Özellik	N	Özellik	N
Yalancı	34	Yalancı	37
Dedikoducu	26	Güvenilmez	29
Saldırgan	22	Entrikacı	27
Kindar	21	Kindar	22
Saygısız	20	Kötümser	22
Kötümser	18	Dedikoducu	21
Kibirli	16	Saygısız	18
Tembel	15	Saldırgan	17
Cimri	14	Tembel	16
Duyarsız	13	Asabi	15
Kıskanç	13	Sıkıcı	15
Asabi	10	Duyarsız	14
Cahil	10	Kibirli	14
Güvenilmez	10	Kararsız	12
Entrikacı	9	Cahil	11
Kararsız	9	Cimri	11
Dağınık	8	Kıskanç	11
Huysuz	8	Geveze	10
İnatçı	8	Sadakatsiz	10
Sıkıcı	8	Huysuz	9
Aceleci	7	İnatçı	9
İçine Kapanık	7	Hırslı	8
Ahlaksız	6	Kaba	8
Kaba	6	Rezil	8
Yalnız	6	Aceleci	7
		Dağınık	7
		Sıradan	7
		Çekingen	6
		İçine Kapanık	6
		İşgüzar	5

Hekim ve Kısa Semptom Envanteri Tarafından Konulan Tanıların Dağılımı.

	Depresyon	Anksiyete	Dep+Ank	Tanı Almayan
Hekim	56	44	-	-
Kısa Semptom Envanteri (KSE)	24	12	62	2
Tanı Almamış Grup (KSE)	25	10	-	65

Hekim ve Kısa Semptom Envanteri Tarafından Belirlenen Tanıların Karşılaştırılması.

	Hekim ve KSE' den Depresyon Tanısı Alanlar	Hekim ve KSE'den Anksiyete Tanısı Alanlar	Hekimden Depresyon KSE' den Anksiyete Tanısı Alanlar	Hekimden Anksiyete KSE' den Depresyon Tanısı Alanlar	Hekimden Tanı Almış KSE' den Almamış
N	33	20	22	23	2